www.semana.es

SEMANA

15 DE ENERO DE 2025 NÚM. 4.432 • 2,70 € CANARIAS 2,80 €

MAR FLORES

Una abuela espectacular en el Caribe

LETIZIA Y LEONOR

Confidencias antes de una larga separación

04432

8 423739 100001

FOTOS EXCLUSIVAS

LOS NIETOS DEL REY JUAN CARLOS viajan a Abu Dabi para celebrar su cumpleaños

Alemania: 7,50€. Bélgica: 5,40€. Finlandia: 9,00€. Francia: 5,90€. Reino Unido: 5,80 LB. Italia: 4,90€. Luxemburgo: 5,90€. Portugal: Cont. 2,70€. Suiza: 9,40 F.S.

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:

www.semana.es

SEMANA

Escanéame

Escanea el código con tu móvil para ir a la página web

#YoLeoSemana

WWW.SEMANA.ES

TODA LA ACTUALIDAD DEL CORAZÓN ESTÉS DONDE ESTÉS

Tik Tok
@semana_revista

Facebook
facebook.com/semana.es

Twitter
@semana_revista

Instagram
@semana_revista

Sumario

PÁGINA **16**

TERELU Y CARMEN DESPIDEN EL AÑO EN MÁLAGA.

PÁGINA **84**

BRAD PITT Y ANGELINA JOLIE FIRMAN EL DIVORCIO.

4 Letizia y Leonor, confidencias antes de embarcar.

10 Los primos Borbón se van al cumpleaños del Rey Juan Carlos.

14 Cayetano y Eugenia sellan la paz.

18 Carlota Corredera: "Soy más fuerte de lo que pensaba".

20 Álex Ubago disfruta de la nieve en familia.

22 Tamara Falcó e Íñigo, último viaje del año.

30 Fernando Díaz de la Guardia: "He aprendido a valorar lo que tengo".

34 Nuria Roca y Juan del Val, vacaciones en Egipto.

36 Alejandro Sanz y Candela Márquez, Navidad juntos.

38 Mar Flores, enésima reconciliación con Elías Sacal.

42 La Familia Real noruega, su 'annus horribilis'.

44 Federico y Mary de Dinamarca, su primer Año Nuevo como Reyes.

68 Manuel Zamorano: "Mi ego me ha puesto donde estoy".

72 Televisión: Noticias, estrenos, actualidad...

80 Belén Esteban, fin de año en Benidorm con su madre.

82 Meghan Markle vuelve a la carga desde la cocina.

92 María Jiménez, 40 años de la trágica muerte de su hija.

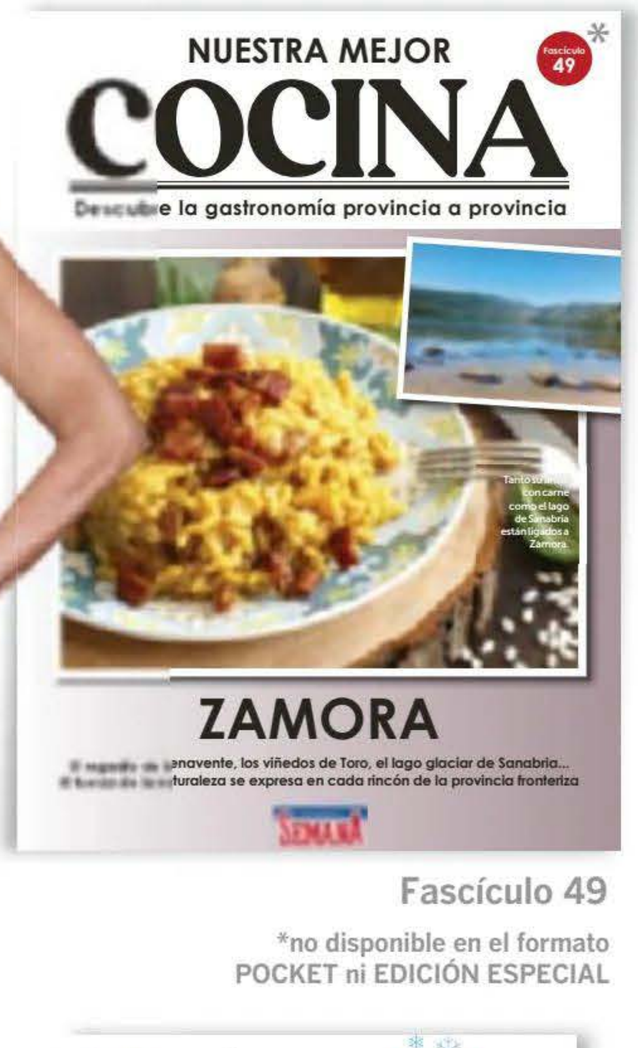
98 Así hemos cambiado: Amaia Romero.

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

PÁGINA **86**

GLOBOS DE ORO, PASARELA DE GLAMOUR

y además no te pierdas...



Fascículo 49

*no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL

Tik Tok
@semana_revista

Facebook
facebook.com/semana.es

Twitter
@semana_revista

Instagram
@semana_revista

www.semana.es

PRIMER ACTO DEL AÑO

La Reina y la Princesa Leonor, muy relajadas en el Patio de la Armería.

Letizia y Leonor, confidencias madre e hija antes de embarcar

Los Reyes y su hija presidieron la Pascua Militar antes de que la Princesa Leonor iniciase su travesía a bordo del buque Juan Sebastián Elcano

Sus Majestades y la Princesa de Asturias, subiendo por la majestuosa escalinata de Palacio Real de Madrid, engalanada por Navidad.

Primer acto oficial de 2025 en la agenda de los Reyes Felipe y Letizia y, como siempre, para presidir la tradicional Pascua Militar del 6 de enero. Un evento en el que, por segunda ocasión consecutiva, les acompañó su hija mayor, la Princesa Leonor. Los tres reaparecían tras las vacaciones navideñas y con la heredera a punto de cumplir con un apasionante desafío: en solo dos días se iba a embarcar en el buque Juan Sebastián Elcano para realizar su instrucción como guardiamarina. Así pues, esto comenzaba a sonar a despedida. Y además, una bien larga. La Princesa navegará durante los próximos seis meses y no regresará a casa hasta finales del próximo julio.

Alrededor del mediodía, los Reyes y su primogénita pusieron el pie en la Plaza de la Armería, frente al Palacio Real de Madrid. Siguiendo la etiqueta, el Rey Felipe se presentó vistiendo el uniforme militar (esta vez eligió el de Capitán General de Tierra). De igual manera, la Princesa de Asturias acudió luciendo orgullosa el uniforme de gala de la Armada, ya que se está formando en la Academia Naval de Marín.

Por último, la Reina Letizia apareció de largo con un conjunto sobrio, elegante y clásico en color burdeos. Lo componía un jersey de punto fino y una falda de terciopelo con abertura lateral y borde satinado de Felipe Varela, que estrenó en la recepción con el Cuerpo Diplomático de 2019. ▶▶▶

La nota de lujo la aportaban sus joyas: los pendientes de perla australianas y el collar de perlas que pertenece al lote "de pasar", legado por la Reina Victoria Eugenia. En esos primeros pasos ya pudimos comprobar algunos gestos distendidos entre madre e hija.

Tras los honores de ordenanza y el pase de revista, los Reyes, la Princesa y el resto de autoridades se trasladaron al interior del palacio para saludar a los invitados. Al término del besamanos vimos cómo la Reina le cedía el paso a su hija con un movimiento de la mano.

"Esta experiencia, querida Leonor, quedará, como me pasó a tu abuelo y a mí, entre los mejores recuerdos de tu vida"

Posteriormente, ya en el imponente Salón del Trono, el Rey impuso condecoraciones a 20 militares. Leonor, como rige el protocolo, se situó a la derecha del padre.

El acto finalizó con el habitual discurso del soberano. Don Felipe volvió a tener unas palabras de recuerdo para las víctimas de la DANA. Y en un aspecto más personal, el Rey se dirigió a la Princesa, a punto de viajar a Cádiz para embarcarse en el buque escuela Elcano.

"Esta experiencia, querida Leonor, quedará, como me pasó a mí y a tu abuelo, entre tus mejores recuerdos. Te deseamos que aprovechéis tú y tus compañeros el conocimiento y experiencia marinera y humana que os ofrece este viaje porque os servirá, como me ha valido a mí, para el resto de vuestra vida", le dijo.

La Reina cede el paso a su hija mayor.

Un momento de charla cómplice entre los padres y su hija.

Leonor, que escuchaba muy atenta, se enfrenta a una nueva aventura, pero ahora en alta mar. La Princesa embarca el 8 de enero, a las cuatro de la tarde. El día 10 visita el Ayuntamiento de Cádiz y la Escuela de Suboficiales de la Armada en San Fernando. Y ya el 11 de enero tiene lugar el acto de despedida: Leonor y resto de guardiamarinas comienzan yendo a la iglesia de Santo Domingo y hacia las 11 de la mañana, el buque levará anclas desde el puerto de Cádiz.

Allí, cómo no, estarán sus padres, los Reyes Fe- ▶▶▶

Los Reyes y la heredera, haciendo su entrada en el Salón del Trono.

Los Reyes Felipe y Letizia acuden a despedir a su hija al puerto de Cádiz antes de hacerse a la mar

Leonor lucía el uniforme de gala de la Armada.

La Reina apostó por el burdeos y repitió una falda larga con abertura de Felipe Varela.

▶▶▶ lipe y Letizia, para darle un adiós lleno de emoción.

El navío zarpará a las 12 horas desde el muelle Ciudad, acompañado por la Salve Marinera y por las salvas del Batallón de Puntales desde la Punta de San Felipe. Sin duda, un espectáculo.

Una ruta por el mundo

A partir de ese momento, Leonor deberá soportar una larga separación de los suyos. Durante los próximos seis meses, la heredera al trono dará la vuelta al mundo en ese histórico barco, construido en 1927, llegando a recalar hasta en ocho países.

La Princesa será una marinera más a bordo. Se levantará cada día a las 6:45 de la mañana, dormirá en una litera (con cortina para favorecer su intimidad) y compartirá camarote y baño con tres compañeras. Solo habrá otras siete mujeres, aparte de Leonor, como guardamarinas en este nuevo crucero de instrucción, que está dotado con 188 marinos en total. El regreso del barco a Cádiz está previsto para el 21 de julio de 2025.

En la ruta harán escalas en Canarias, Brasil, Chile, Perú, Panamá, Colombia, República Dominicana y Estados Unidos, en concreto en Nueva York, como último destino antes de emprender el regreso hacia España. Toda una experiencia que, como ha dicho Don Felipe, seguro que la marcará para siempre.

Olga Pérez / Fotos: Robert Smith, Gtres y Casa de S.M. el Rey.

Don Felipe y Doña Letizia, saludando a los medios a la llegada al domicilio del padre de la Reina.

LOS REYES Y SUS HIJAS, ROSCÓN EN CASA DE JESÚS ORTIZ

La Infanta Sofía y la Princesa Leonor, en los asientos de atrás.

Dulce tradición del día de los Reyes Magos.
Don Felipe y Doña Letizia han sido fieles a su costumbre de disfrutar de esta festividad yendo por la tarde a la casa de Jesús Ortiz, padre de la Reina, en la localidad de Pozuelo de Alarcón (Madrid).

Leonor y Sofía, apurando sus horas juntas.
Los soberanos llegaron en su coche junto a sus hijas. La Infanta Sofía terminaba sus vacaciones antes de regresar a Gales. Y la Princesa Leonor se preparaba para embarcar en el Elcano. También se vio en sus coches a Paloma Rocasolano, madre de Letizia, que llegó sin su pareja, el británico Marcus Brandler; y a Telma Ortiz y su pareja, Robert Gavin Bonnar.

Irene Urdangarin capitaneó este simpático *selfie* con todos los primos, y sus novios, en el aeropuerto.

Don Juan Carlos recibió a sus invitados en Abu Dabi.

EXCLUSIVA

Los primos Borbón se van al cumpleaños del Rey Juan Carlos

Los jóvenes Marichalar y los Urdangarin viajaron juntos hasta Abu Dabi para soplar las 87 velas junto a su abuelo materno

Pablo Urdangarin, seguido por su prima Victoria de Marichalar y su hermano Miguel.

Los hijos de la Infanta Elena y la Infanta Cristina hacen piña siempre que pueden. Ahora se les suman sus respectivas parejas

Este año tampoco han querido faltar a la fiesta de aniversario de su abuelo para mostrarle su cariño

EL 5 de enero el Rey Juan Carlos ha cumplido 87 años y, por supuesto, no podía pasarlo por alto. El monarca emérito ha disfrutado de una gran fiesta de cumpleaños, de nuevo en Abu Dabi, y rodeado de sus seres queridos, familiares y amigos. En este plan no podían faltar sus nietos, casi todos ellos, quienes viajaron juntos para el evento, tal y como pudo captar SEMANA en exclusiva.

Unos días antes, la presencia de un numeroso grupo de jóvenes en el aeropuerto de Adolfo Suárez Madrid- ▶▶▶

En el aeropuerto, de izquierda a derecha: Irene Urdangarin, Victoria de Marichalar, Johanna Zott, Juan Urquijo, Pablo Urdangarin, Olympia Beracasa y Miguel Urdangarin.

▶▶▶ Barajas, llamó poderosamente la atención. Allí, tras facturar sus maletas, .aparecían inconfundibles tres de los cuatro hermanos Urdangarin: Pablo, Miguel e Irene, y cada uno acompañados por sus respectivas parejas, Johanna Zott, la venezonalana Olympia Beracasa y el madrileño Juan Urquijo. A su lado también estaba Victoria de Marichalar, quien trataba de pasar más inadvertida sin quitarse la capucha.

Faltaban Juan Urdangarin y Froilán de Marichalar, quien como sabemos vive y trabaja en Abu Dabi con su abuelo.

Antes de pasar el control de pasaportes, los jóvenes decidieron inmortalizar el momento con un *selfie*. Una muestra más de lo bien que se llevan los primos Borbón, a los que pocas veces podemos ver tan cómplices.

Ya el año pasado pudieron soplar las velas junto a su abuelo materno en la fiesta que sus amigos le organizaron en un hotel de Abu Dabi. Y por supuesto este año estaban encantados de repetir.

El Rey Juan Carlos reunió a familiares y amigos más cercanos en su casa situada en la isla de Nurai

Por separado viajaron sus respectivas madres, las Infantas Elena y Cristina, quienes ya pasaron la Nochevieja con el Rey Juan Carlos y retrasaron su viaje de regreso a España para no perderse la fiesta de cumpleaños.

Una vez más, ni los Reyes Rey Felipe y Letizia y sus hijas, y Sofía, ni la Reina Sofía, figuraban en la lista de asistentes.

Sí se desplazaron, sin embargo, muchos amigos del Rey emérito, entre ellos empresarios, compañeros de vela, etc. La fiesta de cumpleaños tuvo lugar en la noche del 4 al 5 de enero, en la casa de Don Juan Carlos, situada en la isla de Nurai y con acceso privado a la playa. Un gran evento que contrasta con la discreción del monarca en sus visitas a España. ■

Miguel y su novia, en primer plano, fundidos en un abrazo.

Irene Urdangarin (19), con look cómodo para el largo viaje hasta Emiratos Árabes Unidos.

RECONCILIACIÓN

Cayetano Martínez de Irujo y su hermana Eugenia sellan la paz

Distanciados desde que falleció su madre hace 10 años, celebraron juntos con una fiesta en Sevilla la llegada de 2025

Cayetano y Eugenia posaron juntos muy sonrientes y divertidos.

Recibieron el año con la hija y la pareja de Eugenia y la novia de Cayetano, acompañados por un grupo de amigos

EL 2025 ya nos ha traído la primera gran sorpresa en la crónica social de nuestro país. Después de varios años distanciados e, incluso, con acusaciones públicas más o menos veladas, Cayetano Martínez de Irujo (61) y su hermana Eugenia (56) han enterrado el hacha de guerra. La mejor forma que han encontrado de escenificar su reconciliación ha sido celebrando los dos juntos la entrada de este nuevo año.

El duque de Arjona y la duquesa de Montoro se han mostrado muy felices y cómplices, acompañados por algunos de sus seres queridos. En el caso de Eugenia, su hija, Tana Rivera, y su pareja, Narcís Rebollo; y en el de Cayetano, su novia, Bárbara Mirján. Todos ellos, junto a un gran grupo de amigos, entre los que también se encontraba Manuel Vega, el novio de Tana, celebraron por todo lo alto la última noche del año en Sevilla.

La mejor fiesta

"¡Bonita entrada en el año 2025!", afirmó Cayetano sobre la fiesta que compartió con su hermana, a lo que su sobrina Tana le respondió: "¡Que buen fin de año! Así todos como poco".

Cayetano y Eugenia siempre han estado muy unidos, pero desde el fallecimiento de su madre, la recordada duquesa de Alba el 20 de noviembre de 2014, las relaciones entre una parte de la familia se rompieron por completo.

El duque de Arjona se separó de todos sus hermanos, incluyendo Eugenia, quien siempre había sido su ojito derecho: "Desde que murió mi madre, se ha unido a otros hermanos y ha prescindido de mí", aseguró Cayetano sobre la situación familiar.

MADRE E HIJA
Eugenia y su hija, Tana, despidieron juntas el año y dieron muestras, una vez más, de su magnífica relación.

Problemas económicos

En los últimos años el enfrentamiento se había recrudecido cuando Cayetano publicó sus memorias y contó intimidades de la vida familiar (algo que enfadó especialmente a Eugenia), y todavía más, por unos asuntos financieros relacionados con un préstamo millonario que Cayetano había solicitado y que también involucraba a los hermanos Eugenia y Alfonso.

Sin embargo, el pasado 20 de noviembre, cuando Cayetano volvió a organizar en Sevilla la misa en honor a su madre, ya se vio el primer acercamiento familiar al acudir el hermano mayor, el actual duque de Alba, con quien también estaba enfadado.

Ahora se ha dado un paso más en esa armonía en la familia Alba, con el encuentro entre Cayetano y Eugenia. ■

Carmen y Terelu despiden el año en Málaga

Las hermanas Campos viajaron a su ciudad natal para celebrar el cumpleaños de una prima

PARA ambas, Málaga, además de su tierra natal, es un lugar muy especial a donde acuden para recargar pilas y donde tienen aún más presente el recuerdo de su madre, María Teresa Campos. Por ello, ni Terelu Campos ni Carmen Borrego quisieron desaprovechar la oportunidad de acudir a la ciudad andaluza para celebrar el cumpleaños de una de sus primas. Una estupenda forma de poner el broche de oro a un 2024 en el que ha habido luces y sombras.

Como se puede ver en estas imágenes que les muestra SEMANA, las dos hermanas se mostraron muy unidas, felices y cómplices paseando por el centro de la ciudad. Carmen, además, estuvo acompañada esos días por su hija, Carmen Almoguera, y por su marido, José Carlos

Las hijas de María Teresa Campos se mostraron muy unidas, felices y cómplices.

Bernal, con quien disfrutó de una divertida velada en compañía de amigos.

Nochebuena en familia

Tan solo unos días antes, todos ellos se habían reunido para pasar la Nochebuena, como es habitual, en la casa de Terelu, a donde también acudieron Alejandra Rubio y Carlo Costanzia con su bebé, Carlo, que, sin duda, se convirtió en el centro de atención. Por contra, Carmen no pudo contar con la compañía de su hijo, José María Almoguera, y de su nieto ni esa noche ni el posterior día de Navidad, en el que ella ejerció de anfitriona con su familia política.

Y es que, aunque en los últimos meses ha habido un acercamiento entre madre e hijo, aún tienen asuntos pendientes que resolver. Aunque estos tendrán que esperar, ya que José María es uno de los concursantes de la nueva edición de *Gran Hermano Dúo*.■

CARMEN Y COMPAÑÍA

Durante su estancia en Málaga, Carmen, además de contar con la compañía de su hermana, Terelu, también tuvo la de su hija, Carmen Almoguera, y la de su marido, José Carlos Bernal. La pareja disfrutó de divertidos reencuentros con familia y amigos.

SE SINCERA

Carlota Corredera, tras su separación: "Soy más fuerte de lo que pensaba"

La presentadora gallega abre su corazón a SEMANA para hablar sobre su reciente ruptura sentimental y sobre sus deseos para este nuevo año

El pasado mes de octubre, Carlota anunció su ruptura con Carlos de la Maza, padre de su hija, tras casi 15 años de relación.

EL pasado 2024 para muchos ha sido un año que estaban deseando terminar. Carlota Corredera (50) ha sido una de esas personas que no veía el momento de dar carpetazo a este capítulo. En este año que acabamos de dejar atrás, la popular presentadora ha puesto punto final a su matrimonio tras casi 15 años de relación con el padre de su hija. La vida es así, las relaciones se acaban, las circunstancias vitales cambian y las personas van y vienen, pero no hay mal que cien años dure ni corazón que no se recomponga. Ahora, centrados en arrancar 2025 con ilusiones renovadas charlamos con Carlota sobre qué esperar de este nuevo año, qué aprendizajes se pueden extraer de un momento tan duro como el que acaba de vivir y cómo se encuentra su corazón.

"Seguramente, 2024 ha sido uno de los peores años de mi vida, pero también ha sido un año en el que he conseguido aprender muchas cosas que no sabía de mí misma"

"Yo aspiraba a tener una familia para siempre y, al separarme, me he tenido que enfrentar a situaciones muy complicadas"

¿Qué balance haces del 2024?

Hablar del 2024 ya no es que me dé pereza, es que me encantaría no volver a hablar de este año. El 24 es un año que, por suerte, ya queda muy atrás. Seguramente ha sido uno de los peores años de mi vida, pero también ha sido un año en el que he conseguido aprender muchas cosas que no sabía de mí misma. Yo me suelo quedar con lo bueno.

Dime una cosa buena del 2024.

Que he descubierto que soy más fuerte de lo que pensaba y eso que me consideraba una persona fuerte. Al final para mí el separarme, que evidentemente es una situación indeseada, trágica, no era evidentemente a lo que yo aspiraba. Yo aspiraba a tener una familia para siempre y este tipo de trance que de repente te sucede es para mí una experiencia totalmente nueva. Nunca me había separado y entonces me he tenido que enfrentar a situaciones que no había vivido jamás, que son muy complicadas y estoy muy contenta con mi actitud. Mi gente me comenta que estoy haciendo las cosas bien y mi psicóloga me dice que está muy orgullosa de mí. Yo con eso tengo suficiente.

Has dicho varias veces que tu canción de 2024 ha sido *Mientras me curo del cora,* de Karol G, que dice: "Dame tiempo, no estoy en mi mejor momento". ¿Cómo está tu "cora" ahora mismo?

Mi corazón está roto, pero recomponiéndose poco a poco. Siempre lo digo, en los duelos no hay atajos, en este duelo tampoco los hay, pero sí tengo la sensación de que poco a poco estoy levantando cabeza. No puedo decir que estoy en el peor momento del proceso porque sería mentir; yo tengo la sensación de que lo peor ya ha pasado y me siento muy representada por esa canción. Al final me siento así, que me estoy curando del corazón con el convencimiento absoluto de que de esta voy a salir. Estoy completamente segura de que es un bache gordo, un bache profundo, un bache fuerte, pero un bache del que voy a salir. No sé si saldré más fuerte o no, no sé si lo de "saldremos mejores" vale para una pandemia y para una separación. No sé si saldré mejor, pero desde luego no voy a dejar de intentarlo. Eso seguro.

¿Qué deseo le pides al 2025?

En primer lugar, lo más importante que puedo pedir es salud para ver crecer a mi hija. Es mi prioridad absoluta, siempre lo ha sido en los últimos nueve años y ahora muchísimo más. Y me encantaría seguir trabajando, afrontar nuevos proyectos, volver a la tele y trabajar en las cosas que me ilusionan. Para mí es muy importante en este momento tener nuevas ilusiones que me ayuden a tener mi autoestima más reforzada y sobre todo a ilusionarme. Soy una persona muy optimista, muy positiva y me gustaría eso, que este fuese un año de nuevos aprendizajes, nuevos proyectos profesionales y continuar aprendiendo. Y por supuesto, continuar en *El Tridente,* de *Las Tardes de Radio Nacional,* que para mí ha sido lo mejor que me ha pasado desde que me fui o 'me fueron' de Mediaset. Ha sido mi tabla de salvación.

David Insua.

Álex Ubago disfruta de la nieve en familia

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

El cantante, junto a su mujer y sus dos hijos, viajó a Baqueira Beret para pasar unos días de desconexión antes de comenzar su gira mundial

x.com/byneontelegram
byneon Neon147

Álex y su mujer, María Alcorta, se mostraron muy enamorados y apasionados.

Lleva más de 20 años triunfando en la música, pero Álex asegura que su verdadera felicidad y su equilibrio se la da su familia

Álex y María son novios desde que eran jóvenes y en 2011 se casaron en el Ayuntamiento de San Sebastián, ciudad en la que viven.

Mientras su mujer y su hijo mayor esquiaban, el cantante se quedó con su hija.

YA no acude la Familia Real a despedir el año como era tradición años atrás, pero Baqueira Beret continúa siendo uno de los lugares preferidos por los famosos de nuestro país para disfrutar de unos días de desconexión en la nieve.

Entre los que han elegido comenzar el año en esta estación leridana, considerada la mejor de España para practicar el esquí, está Alex Ubago (43). El cantante, junto a su mujer, María Alcorta, y sus dos hijos, ha recargado pilas en familia antes de iniciar su gira de conciertos.

Ubago protagonizó las imágenes más románticas con su mujer, en las que no faltaron apasionados besos que demuestran que la pareja continúa tan enamorada como el primer día.

Su prioridad

Mientras su mujer y el mayor de sus hijos esquiaban, él y la pequeña de la casa prefirieron esperarles en la terraza de una de las cafeterías, donde también se pudo ver la especial conexión entre padre e hija.

Para el cantante su familia es su prioridad y, según ha asegurado en muchas ocasiones, son ellos quienes le dan el equilibrio y la felicidad.

El mismo romanticismo que muestra en estas imágenes con su mujer, es con el que ha conquistado a millones de fans con sus canciones.

Ubago lleva más de veinte años triunfando con sus baladas románticas y tiene muy claro qué es el éxito: "Antes pensaba que radicaba en las ventas, ahora sé que es estar en paz con uno mismo. Hacer lo que te gusta, estar tranquilo y ser feliz en tu vida personal"; aseguraba en una entrevista en la Cadena Ser.

Fotos Agencias

Tamara Falcó e Iñigo, último viaje del año

La Marquesa de Griñón y su marido han hecho una escapada "depurativa" a México justo antes de acabar el año, en el que ha sido su enésimo viaje del 2024

Iñigo ha disfrutado de la gastronomía saludable del complejo en el que se han alojado.

Tamara, sin maquillar, ha aprovechado sus días de descanso para desconectar de un año muy intenso.

SU NUEVO REFUGIO

"Este lugar me ayuda a conectar conmigo misma, a comer rico y sano y a sentirme más ligera. Está rodeado de naturaleza, pensado para potenciar tu bienestar físico y emocional"

En 2024, visitaron lugares como Nueva York, Berlín, Sudáfrica, Seychelles, Maldivas, Londres o Australia

TRAS unas semanas convulsas llenas de rumores de separación, crisis y distanciamiento entre ambos, Tamara Falcó e Iñigo Onieva han decidido poner tierra de por medio y relajarse unos días en un 'complejo del bienestar', en México.

Una escapada más

La pareja, que demuestra que su unión sigue siendo inquebrantable pese a que los mentideros apuntaban lo contrario, ha estado unos días bajo el sol de Riviera Maya, probando todo tipo de manjares saludables y desprendiéndose de los excesos navideños con un sin fín de tratamientos reafirmantes e innovadores.

"Este lugar me ayuda a conectar conmigo misma, a comer rico y sano y a sentirme más ligera. Está rodeado de naturaleza, pensado para potenciar tu bienestar físico y emocional", ha confesado la propia Marquesa de Griñón nada más regresar de su nuevo refugio.

Nueva York, Berlín, Sudáfrica, Seychelles, Maldivas, Londres, Australia, Ibiza, Portugal, París, Miami, Italia... En 2024, sus pasaportes han echado humo.

Ambos han aprovechado el más mínimo hueco en sus agendas para huir de sus rutinas y compromisos y disfrutar el uno del otro, como si viviesen en una perpetua luna de miel.

¿Seguirán manteniendo el nivel este año? ¿Cuál será el primer destino? Nos tememos que queda poco para descubrirlo.■

AMANTE DE LOS RETOS

Iñigo se sometió a una innovadora terapia de estimulación eléctrica transcraneal. Una tecnología puntera y desarrollada por la Universidad de Harvard, que sirve para potenciar las capacidades neurocognitivas.

Marisol
reaparece en Málaga

● Con motivo del 50 cumpleaños de la actriz María Esteve, hemos vuelto a ver en público a su madre, Pepa Flores (76), la inolvidable Marisol. Ha sido Pablo Alborán (35) el que ha puesto una bonita foto junto a ella celebrando el cumpleaños de su hija.

David Bisbal
lleva la Navidad al Empire State

● El cantante almeriense ha hecho realidad uno de sus sueños: cantar en la terraza del Empire State Building de Nueva York. Acompañado por una banda, Bisbal (45) ha interpretado allí su famoso villancico, *Todo es posible en Navidad*, y algunos de sus clásicos temas.

Heidi Klum,
una 'conejita' en la nieve

● La espectacular modelo y presentadora de *Got Talent* nunca pasa desapercibida, pero en esta ocasión era imposible no verla. Heidi Klum (51) salió a esquiar en una de las estaciones de esquí de Aspen luciendo este llamativo modelo invernal, con toda la gama de colores posibles y coronado con un gorrito de punto con unas simpáticas orejas de conejo, que parecían muy calentitas. La top está en la famosa estación del estado de Colorado junto a su actual marido, el músico alemán Tom Kaulitz (34), y sus cuatro hijos nacidos de relaciones anteriores.

Alberto Herrera y Rocío Crusset, Navidad en El Rocío

Alberto Herrera (31) y su hermana Rocío Crusset (29) han pasado las fiestas navideñas junto a su padre en El Rocío (Huelva). Tras la Nochevieja familiar, Carlos Herrera (66) y su mujer, Pepa Gea (50), regresaron a Madrid muy sonrientes.

Sara Carbonero despide "el peor año de su vida"

Sara Carbonero (40) ha compartido una profunda y llamativa reflexión para acabar el año: "Gracias por todo lo que me has enseñado a base de golpes y resiliencia. Gracias por ayudarme a hacer una criba y saber quién sí y quién no.Siempre te recordaré como el peor año de mi vida , pero serás solo eso, un vago recuerdo. Y algún día, no dolerás".

Beatriz, Eugenia y Amaia, vacaciones en Marrakech

La estilista Beatriz Matallana, la modelo Eugenia Silva (48) y la actriz Amaia Salamanca (38) despidieron el año por todo lo alto en la ciudad de Marrakech. Las tres guapas amigas salieron a dar un paseo por la ciudad dejando en el hotel a sus respectivos maridos, el expiloto Gelete Nieto (48), Alfonso de Borbón y Yordi (59) y el empresario Rosauro Varo (45).

La Familia Real jordana felicita el Año Nuevo

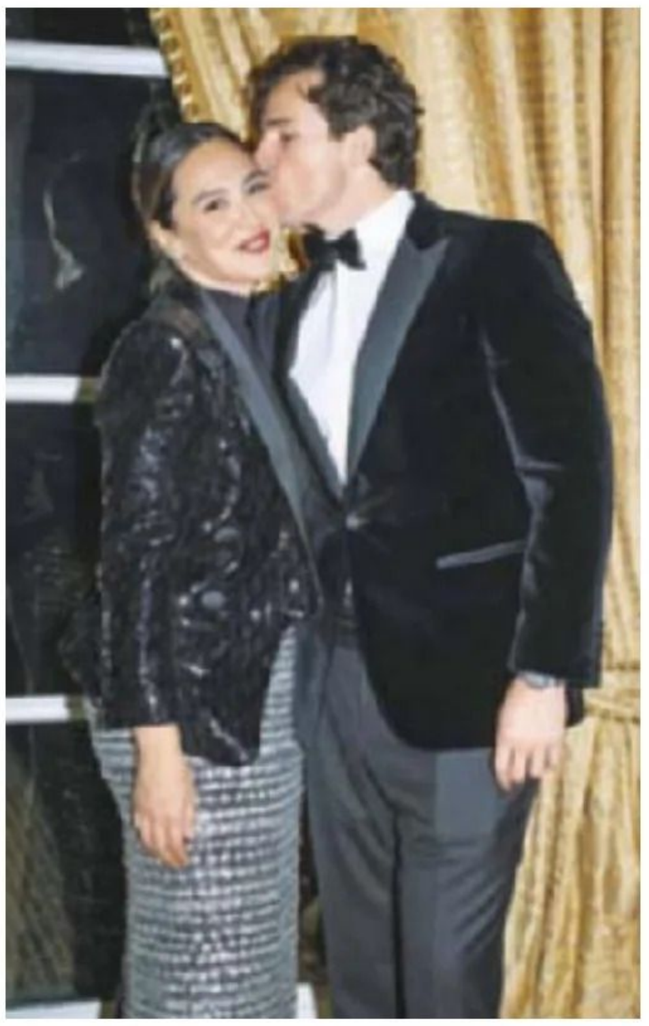
● Así de guapos y elegantes han felicitado el Nuevo Año la Familia Real jordana al completo. En la foto, los reyes Abdalá II (62) y Rania (54) están acompañados por sus sus cuatro hijos, su nuera y su yerno: el pequeño Hashem (19), el heredero Hussein (30) con su mujer la princesa Rajwa (30); la princesa Imán (28) con su marido Jameel Alexander Thermiotis (30) y la princesa Salma (24).

Luis Alfonso y Margarita, en la Starlite

● Luis Alfonso de Borbón (50) y su mujer, Margarita Vargas (41), no se perdieron el concierto de los Hombres G que formaban parte del cartel de la Christmas Starlite, que se ha estado celebrando en Madrid. Los duques de Anjou, que en noviembre celebraron sus 20 años de casados, se lo pasaron en grande coreando las canciones de la banda de David Summers.

Tamara Falcó e Íñigo, amor en Nochevieja

● Tras su estancia *detox* en México (de la que informamos en otras páginas de la revista), Tamara Falcó (43) e Íñigo Onieva (35) dieron la bienvenida al año en Madrid con una elegante fiesta a la que asistieron su hermano, Manolo Falcó, y su mujer, Amparo Corsini; su primo, Álvaro Falcó y su mujer, Isabelle Junot, y otros familiares y amigos de la pareja.



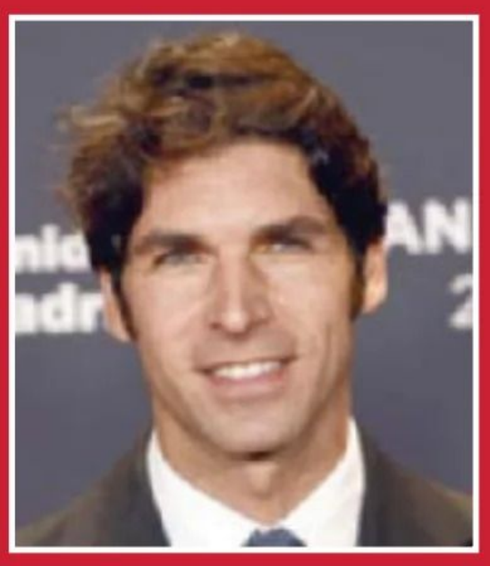
Jennifer Lopez, una cowboy en Aspen

La cantante y actriz ha pasado todas las navidades en Aspen, la localidad de Colorado preferida por las estrellas para pasar estas fiestas disfrutando de su famosa estación de esquí. Jennifer Lopez (55) es una de las habituales y no ha pasado desapercibida por sus originales *looks*. En esta ocasión apostó por el estilo vaquero y no le faltaba ni el sombrero de cowboy.

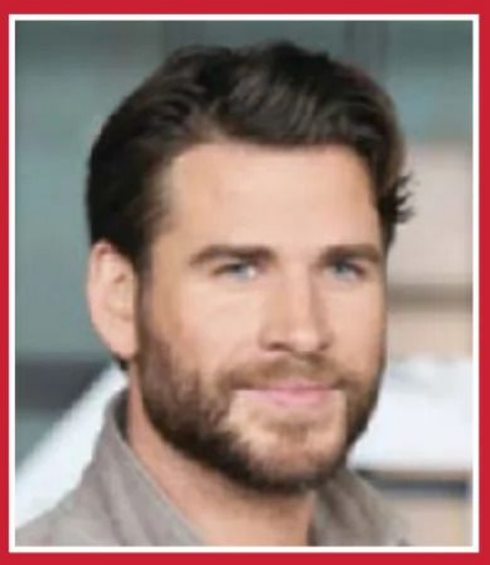
Partido Solidario para la Fundación Aless Lequio

Un año más, actores deportistas y toreros se han enfrentado en un partido solidario, organizado por Richy Castellanos, cuyos beneficios han sido destinados a la Fundación Aless Lequio, que preside Ana Obregón. La presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, hizo el saque de honor.

CUMPLEN AÑOS

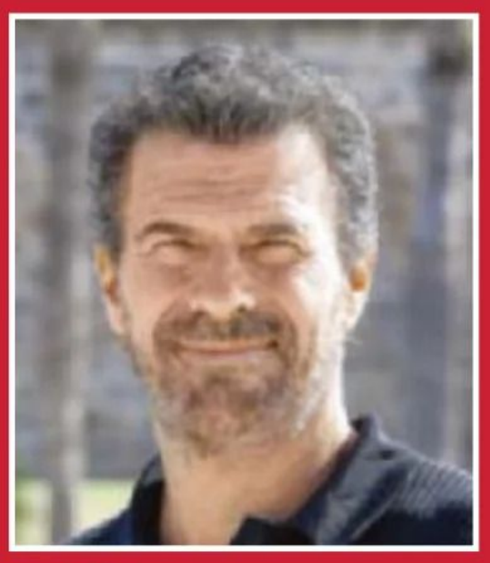


48 CAYETANO RIVERA
13-1-1977



35 LIAM HEMSWORTH
13-1-1990

44 ROSA LÓPEZ
14-1-1981



50 RODOLFO SANCHO
14-1-1975

Amaia Montero vuelve a la música

Tras varios meses de rumores, Amaia Montero (48) ha confirmado que este será el año de su regreso a los escenarios: "Este 2025 vuelvo a la música. Feliz año a todos. Os deseo toda la felicidad e ilusión que yo siento ahora", ha dicho la exvocalista de La oreja de Van Gogh.

Óscar Casas: "Ana Mena es increíble"

A su regreso de sus vacaciones familiares en la República Dominicana, Óscar Casas (26) se animó a confirmar su romance con la cantante malagueña Ana Mena (27) dedicándole unas bonitas palabras: "Ella es increíble, es espectacular". La pareja se conoció en el rodaje de *Ídolos*.

Muñoz Escassi le escribe una romántica carta a su novia, Sheila Casas

Tres meses depués de iniciar su romance, Álvaro Muñoz-Escassi (51) y Sheila Casas (37) no dejan de piropearse mutuamente. "Empezar el año contigo es una de las mejores cosas que me pasó en la vida. Contigo me doy cuenta todo lo que hacía antes mal y todo lo que quiero hacer contigo bien. Gracias por apostar por mí. Te amo", le dedicaba Álvaro a su chica, a lo que ella respondió con una declaración de futuro: "¿Nos quedamos un ratito más?".

Manuel Carrasco se emociona en el homenaje de su ciudad

● La localidad de Isla Cristina (Huelva) ha dedicado una calle a uno de sus paisanos más ilustres, Manuel Carrasco (43). El cantante, que estuvo acompañado por sus padres y hermanos, no pudo evitar emocionarse: "Pienso que soy una persona relativamente joven y que los reconocimientos llegan tras carreras más dilatadas, pero lo acepto agradecido porque sé que viene de vuestro cariño".

Leonardo DiCaprio, en las playas de Sant Barth con su novia

● La isla caribeña de Saint Barth es el refugio de muchos ricos y famosos, sobre todo para pasar las navidades al calorcito. Entre los que han dado la bienvenida allí al Nuevo Año se encuentran Leonardo DiCaprio (50) y su novia, Vittoria Ceretti (26). El oscarizado actor y la modelo italiana, que llevan juntos desde el verano de 2023, se relajaron dándose un chapuzón en el mar, eso sí, sin quitarse las gafas ni las gorras. Después, mientras ella tomaba el sol, Leo se animó a jugar un partido de pádel con un grupo de amigos.

SUPERACIÓN

Fernando Díaz de la Guardia: "Me ha cambiado la vida. He aprendido a valorar lo que tengo"

El presentador nos enseña por primera vez su rostro completo tras la parálisis facial que sufrió hace un año y de la que se está recuperando

'CUATRO AL DÍA' Fernando junto a Mónica Sanz y Verónica Dulanto , sus compañeras en el programa *Cuatro al día*, que tuvo que dejar a causa del herpes facial que le cambió la vida.

FERNANDO Díaz de la Guardia (52) sufrió una parálisis facial hace justo un año, el 6 de enero de 2024, cuando se encontraba en su mejor momento profesional. Su rostro era uno de los más conocidos en Canal Sur Televisión, pero también había trabajado en TVE, presentando el magacín matinal y en ese momento presentaba junto a Verónica Dulanto el programa *Cuatro al día*.

Tras diez meses de una durísima rehabilitación ha vuelto al trabajo pidiendo el alta voluntaria. Aún tiene secuelas, pero ha recuperado la ilusión poniendo en marcha un proyecto muy personal, *Imbatibles*, donde a través de su experiencia personal, y otros testimonios, intenta animar a las personas a tener siempre la mejor actitud ante las situaciones complicadas. El estreno, en su Granada natal, fue todo un éxito gracias al apoyo del periodista Ángel Acién, el guitarrista Salva y el productor Nacho Lagos (Lapa creativa). Además, sobre el escenario, contó con los testimonios de Irene Villa, Pablo Pineda y el atleta paraolímpico José Manuel Ruiz

Es la primera vez que posas para una cámara sin llevar puestas tus gafas tras tu parálisis.

Me ha costado dar el paso, pero me he animado porque me sentía entre amigos.

Justo ahora se cumple un año desde que te viste obligado a dejar el trabajo ante las cámaras en Madrid y volver a Andalucía.

El día de Reyes por la mañana recibí un regalo insospechado en forma de parálisis facial, algo complicado para cualquier persona pero para un presentador de televisión se puede convertir en una tragedia y en gran medida fue así, me cambió radicalmente la vida. Inicié un proceso de adaptación. Se dice que lo que sucede conviene, no estoy de acuerdo, pero sí es verdad que lo que conviene es la adaptación y en ese proceso estoy.

¿Ha habido un punto de inflexión en estos meses de tu recuperación?

Es importante adaptarte a lo que tienes y no echar de menos lo que perdiste. Las personas con parálisis facial lo que más echan de menos es recuperar la sonrisa, porque la sonrisa genera un efecto espejo, si yo sonrío tú sonríes. En mayo conseguí recuperar mi sonrisa y avancé anímicamente mucho y desde ese momento aprendí a valorar lo que tengo. Ahora no puedo parpadear, pero puedo sonreír y puedo paladear, porque incluso hay personas que no pueden tragar por sí mismas y necesitan ayuda artificial.

¿Recuerdas el momento exacto en el que empezaste a sentiste mal?

El día 5 en la cabalgata de reyes de Granada me vi reflejado en un pilar y me vi la cara extraña, mi hijo recuerda que ese día ya no parpadeaba pero no dijo nada. Al día siguiente, por la mañana, me levanté y sentí un dolor muy fuerte en la nuca, llamamos al 061 y establecieron el código ictus. Recuerdo que la médica que me atendió, Marian Rivas, fue una persona maravillosa, iba en la ambulancia conmigo y fue como un ángel. Quiero aprovechar para dar las gracias a la sanidad pública y reconocer el trabajo que hacen los sanitarios porque es una labor importantísima. ▶▶▶

▶▶▶ **¿Cual fue el diagnóstico?**

Una parálisis de origen vírico, Síndrome de Ramsay Hunt. Es una enfermedad rara, como una culebrina en la cabeza, esto genera un gran dolor en la cabeza, la nuca y secuelas en los músculos faciales, el párpado y la boca. Tuve dificultad para beber, porque no tenía fuerza en la comisura, el ojo no se cerraba y tenía que dormir con un parche. En el oído también tenía carencia de compresión del sonido, no soportaba el ruido. Me he recuperado, poco a poco, ya cierro el ojo de forma consciente, puedo comer y beber de forma normal, hablar sin lastres, recuperar la dicción fue muy importante para mi.

¿Cómo ha sido el progreso en este año?

Desde enero a mayo hay un proceso de evolución continuo pero muy lento, de mayo a septiembre hay otros avances más significativo. Hago ahora dos sesiones semanales de una hora y en casa ejercicios diarios, recomendados por mis dos Fernandos, el doctor de maxilofacial Fernando Iglesias y el Fisioterapeuta Fernando Sánchez, los hago tres veces al día. Pero son igual de importantes los plazos de pausas y asimilar las vacaciones. En verano, aunque paramos, mejoré, porque se va asentando todo.

Y fue precisamente en rehabilitación donde conociste a las personas que más te motivaron.

En Virgen del Rocío conocí a dos pacientes, mujeres, con grandes patologías faciales, una se llama Vanesa, le habían extirpado la nariz , por un cáncer, y otra, María José, que le habían extirpado el triángulo de la boca, por una enfermedad congénita. Ellas vivieron así, sin nariz y sin labio un tiempo, sus testimonios me ayudaron mucho y me enseñaron a valorar muchas cosas.

¿Nunca habías tenido antes un episodio parecido?

Yo hace diez años presentaba con la cara dormida, parecía que estaba anestesiado, no supieron concretar el origen pero me di cuenta que era algo psicosomático, porque donde estaba se me generaba el problema. Entonces no cambié de conducta y seguí adelante, pero diez años después el aviso ha sido más grave, ya no era algo sensitivo sino motor. Una de las conclusiones que saco es que el cuerpo habla y nos envía señales que debemos atender, y a las personas a las que estimo siempre les digo que no se puede banalizar el estrés y que escuchemos a nuestro cuerpo cuando intenta decirnos algo.

Y hace un mes volviste al trabajo, en Canal Sur.

Pedí el alta de forma voluntaria para poder incorporarme, pero las secuelas se mantienen, sobre todo la falta de parpadeo en el ojo derecho. Es algo espontáneo que yo no puedo hacer, de momento tengo que protegerme con gafas y no puedo soportar mucho tiempo en un lugar iluminado artificialmente, como un plató de televisión.

¿Podríamos verte en el 2025 ante las cámaras?

Podría ser, aunque valoraré si merece la pena. Ya no hablo de futuro, he adaptado mi oficio a mis circunstancias y lo he hecho en un teatro y con mis gafas de sol que me protegen y es lo que hago con el proyecto *Imbatibles*. Hacerlo en un plató de televisión tam-

"En 'Imbatibles' cuento las herramientas que he utilizado para salir adelante y espero poder ayudar a otros"

Fernando necesita gafas de sol y no puede parpadear con el ojo derecho. "Quiero comunicar", dice.

poco lo descarto pero tendría que ser con la protección adecuada.

¿Crees que tu testimonio puede ser un incentivo para otras personas?

Los testimonios de otras pacientes me habían ayudado y entonces pensé que quizás mi testimonio también podría ayudar a otros. Yo me estaba grabando mes a mes, con el afán de ver mi evolución y preparé un vídeo contando cómo era mi vida antes, lo que me ha traído hasta aquí, cómo ha sido mi rehabilitación y mi evolución y ese es el vídeo que introduce la charla motivacional de *Imbatibles*.

¿Y qué más haces en *Imbatibles*?

Cuento las herramientas que he utilizado para salir adelante y a continuación entrevisto a personas a las que admiro y que han sido referentes y ejemplos de superación, como Irene Villa, Pablo Pineda y el abanderado paraolímpico español José Manuel Ruiz. Él, que nació sin un brazo y quería jugar a tenis de mesa, al crecer se aplicó una frase muy importante: "No se puede echar de menos lo que nunca se tuvo".

¿Crees que has encontrado tu sitio en los teatros o en el contacto directo con el público?

Yo me quiero sentir comunicador, aunque sea con gafas de sol. Me gusta compartir, dirigirme al público y conocerlos a través del diálogo y de las entrevistas, ellos me impulsan a hacerlo. Hago un repaso de todos los registros que he manejado en la comunicación. Antes de la televisión, tenía un grupo musical. Presento, entrevisto, hago un monólogo y cierro cantando la canción de Coque Malla *No puedo vivir sin ti*, que le dedico a los imbatibles, a la gente que quiero y admiro.

¿El año 2024 ha sido un revulsivo para ti?

Nunca hubiera querido sufrir esta enfermedad pero la gran enseñanza es que me ha enseñado a vivir de forma más consciente y disfruto de los placeres más cotidianos. Madrugo mucho y veo el amanecer, la convivencia con mi mujer y mis hijos, el contacto con el público... Todo me parece maravilloso. Siempre he sido muy vehemente y apasionado y esto me ha enseñado a saber qué es un problema de verdad. Quizás a golpes he aprendido a saber cuándo estoy bien y me agarro a ese momento. Nadie puede quitármelo.

¿Has necesitado ayuda terapéutica?

Puede que en algún momento lo necesite, pero a día de hoy el estímulo ha sido las personas que me han rodeado y en las que me he fijado, los imbatibles. Ahora he vuelto a Canal Sur, mi casa, como editor en el programa "Andalucía de tarde",que presenta Inmaculada Casal. Me planteé volver a donde empecé en deportes pero la cadena, por mi experiencia en Magazines, me ofreció volver al programa de Inmaculada Casal, a la que conozco desde hace tiempo. Estar detrás de cámara como editor es un gran aprendizaje también para mí. Ahora he aprendido a tener un ritmo más sensato.

Texto y fotos: Sevilla Press

Localización: Hotel Casa Palacio Don Ramón (Sevilla)

Juan del Val y Nuria Roca: escapada a Egipto en familia

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

La pareja ha aprovechado las fiestas navideñas para viajar a uno de sus destinos soñados en compañía de sus tres hijos

x.com/byneontelegram
byneon Neon147

ERA uno de sus destinos soñados y por fin han podido visitarlo. Así, aprovechando las fiestas navideñas, Juan del Val (54) y Nuria Roca (52), acompañados de sus tres hijos, han hecho las maletas rumbo a Egipto, donde han disfrutado de unos días inolvidables en los que han combinado turismo, historia, familia y buen rollo. "¡Qué ganas te tenía!", confesaba la presentadora valenciana. Y lo cierto es que, a juzgar por estas imágenes que les muestra SEMANA, visitando lugares tan conocidos como los templos egipcios de Karnak y Luxor, y el mítico Valle de los Reyes, la experiencia no ha podido ser más positiva.

La estupenda relación entre la pareja y sus hijos se ha hecho evidente en esta aventura en la que han disfrutado de un crucero por el Nilo,

En 2025, Nuria y Juan celebrará sus bodas de plata.

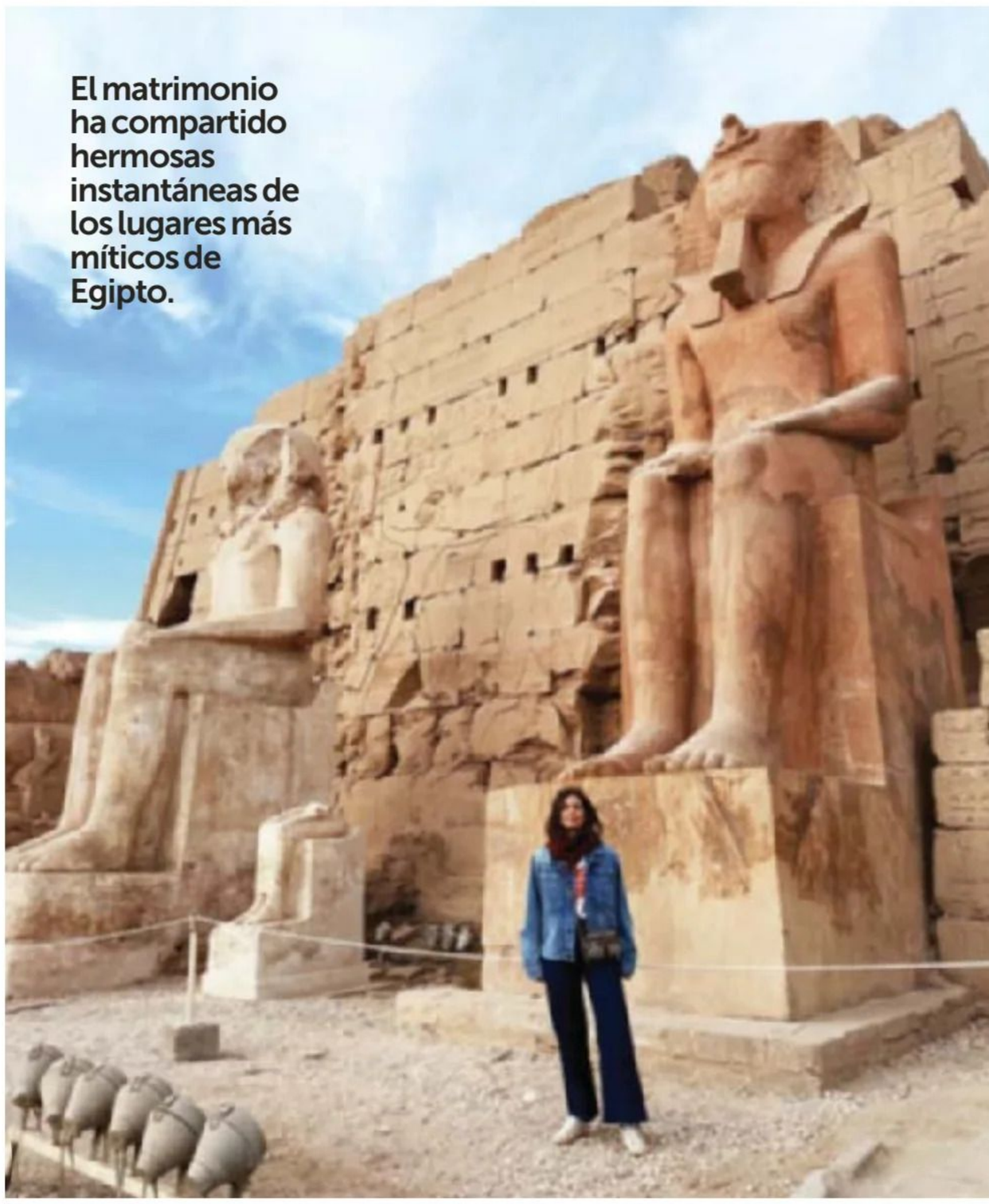
Juan y Nuria derrocharon complicidad durante el viaje.

"¡Qué ganas te tenía!", ha dicho Nuria sobre este viaje que tanto deseaba hacer.

un paseo en camello e, incluso, una Nochevieja de lo más exótica vestidos con los trajes tradicionales.

En buena sintonía

Tras estos días de desconexión, el matrimonio regresará a sus ocupaciones entre las que se encuentra el programa *La Roca* (La Sexta), presentado por Nuria y en el que Juan colabora. Un espacio en el que el matrimonio, que en 2025 celebrará sus bodas de plata, demuestra su gran complicidad y buena sintonía. ■



El matrimonio ha compartido hermosas instantáneas de los lugares más míticos de Egipto.

Una vez más, el matrimonio ha puesto de manifiesto la estupenda relación que mantienen entre ellos y también con sus hijos

La pareja y sus hijos quisieron probar la experiencia de montar en camello.

Alejandro Sanz y Candela Márquez: sus primeras Navidades juntos

El cantante y la actriz han disfrutado de unas fiestas inolvidables en las que no se han separado ni un momento

DESDE que se hizo pública su relación el pasado mes de octubre, Alejandro Sanz (56) y Candela Márquez (36) se han convertido en inseparables. Una unión que se ha hecho aún más evidente estas Navidades que la pareja ha pasado en amor y compañía de los hijos y demás familia del popular artista.

Madrid, Jarandilla de la Vera (Cáceres) y Sevilla, esta última la ciudad en la que se enmarcan las imágenes que SEMANA les muestra en estas páginas, han sido los escenarios por los que la actriz valenciana y el cantante madrileño se han paseado estos días tan especiales. Así, se les puede ver juntos y felices disfrutando de la capital andaluza y compartiendo tareas tan cotidianas como sacar de paseo a una de sus mascotas.

Nombre y apellidos

Y es que Candela se ha convertido en una persona fundamental en la vida del cantante, que ha dejado atrás el momento anímico complicado que atravesó tras su ruptura con Rachel Valdés. "Mis momentos tienen nombre y apellido, tienen todo lo bueno y lo bonito que la vida pueda regalarme. Espero estar a la altura de devolver todo lo que me suman cada día. Con decisión, precisión y amor os deseo un año bello, lleno de amor en todas las direcciones", afirma el artista a modo de balance del pasado año. ■

La pareja salió de paseo por Sevilla con una de sus mascotas.

Sevilla, Madrid y la finca cacereña del cantante en Jarandilla de la Vera han sido los lugares donde han disfrutado de las fiestas navideñas

La actriz valenciana se ha integrado muy bien en el ambiente de Alejandro.

POR UN 2025 LLENO DE ILUSIONES

Alejandro y Candela dieron juntos la bienvenida a 2025. Un año en el que el cantante tiene puestas muchas ilusiones. "Quiero pensar que este va a ser un gran año. Mi propósito es hacerme inversionista. Invertir en la gente que quiero, invertir mi tiempo en hacer las cosas que me gustan. Invertir mi tiempo en la música, en vosotros, en mi familia, en mi pareja, en mis perros y en la felicidad".

Mar Flores y su (enésima) reconciliación con Elías Sacal

La modelo y el millonario despidieron el año en la isla de San Bartolomé

Viéndola nadie diría que Mar ya es abuela. Pero sí, su nieto Carlo nació el pasado 5 de diciembre.

YA casi hemos perdido la cuenta de las veces que Mar Flores (55) ha roto con Elías Sacal (56) y de sus consiguientes reconciliaciones. El pasado mes de febrero la modelo anunciaba la que parecía ser la separación número ocho y esta vez parecía la definitiva... Pero nada más lejos de la realidad.

SEMANA ya lo adelantaba a principios de diciembre en nuestra web: la modelo había acudido al cum- ▶▶▶

Mar y Elías comenzaron su relación en 2016.

▶▶▶ pleaños de su ex y se les veía de lo más cómplices. Pues bien, ahora podemos confirmarlo: Mar y Elías han vuelto. Otra vez.

Su lugar preferido

La pareja se ha dado una nueva oportunidad y para celebrarlo han elegido un lugar que conocen muy bien, la isla de San Bartolomé, Saint Barth, en el corazón del Caribe y que forma parte de las Antillas francesas.

Este idílico rincón del planeta se ha convertido en uno de sus favoritos y son muchas las veces que los hemos visto ahí desde que comenzaran su intermitente relación en 2016.

Esta vez, Mar y el magnate mexicano han pasado allí juntos la Nochebuena y el día de Navidad y han decidido prolongar algunos días más su estancia, aprovechando el sol, las maravillosas playas de arena blanca y sus cálidas aguas.

En ese paraíso hemos podido ver a Mar Flores relajada y tranquila, cambiando los vestidos de fiesta por los bañadores, los pareos, o los *shorts* vaqueros combinados con pañuelos convertidos en tops, que no a todo el mundo le favorecen. Pero es que a la modelo todo le queda bien.

Un gran momento

Mar ha despedido el año y abrazado el 2025 en un gran momento personal. Porque no solo ha recuperado el amor, sino que se ha estrenado como abuela, aunque viéndola nadie lo diría.

Claro que ella no será una abuela tradicional. Por lo pronto se mantiene en un discreto segundo plano, aunque está encantada con el perqueño Carlo, su nieto. ■

Aunque se acaba de convertir en abuela, ha preferido pasar las fiestas navideñas lejos de España.

A sus 55 años, Mar sigue presumiendo del mismo cuerpazo que la convirtió en una de las grandes modelos de nuestro país

El pasado mes de febrero Mar aseguraba que estaba de nuevo soltera y que "el hombre que me gustaría tener a mi lado no existe", sin embargo, con esta nueva reconciliación parece que el millonario mexicano sí cumple los requisitos de ese 'hombre ideal'

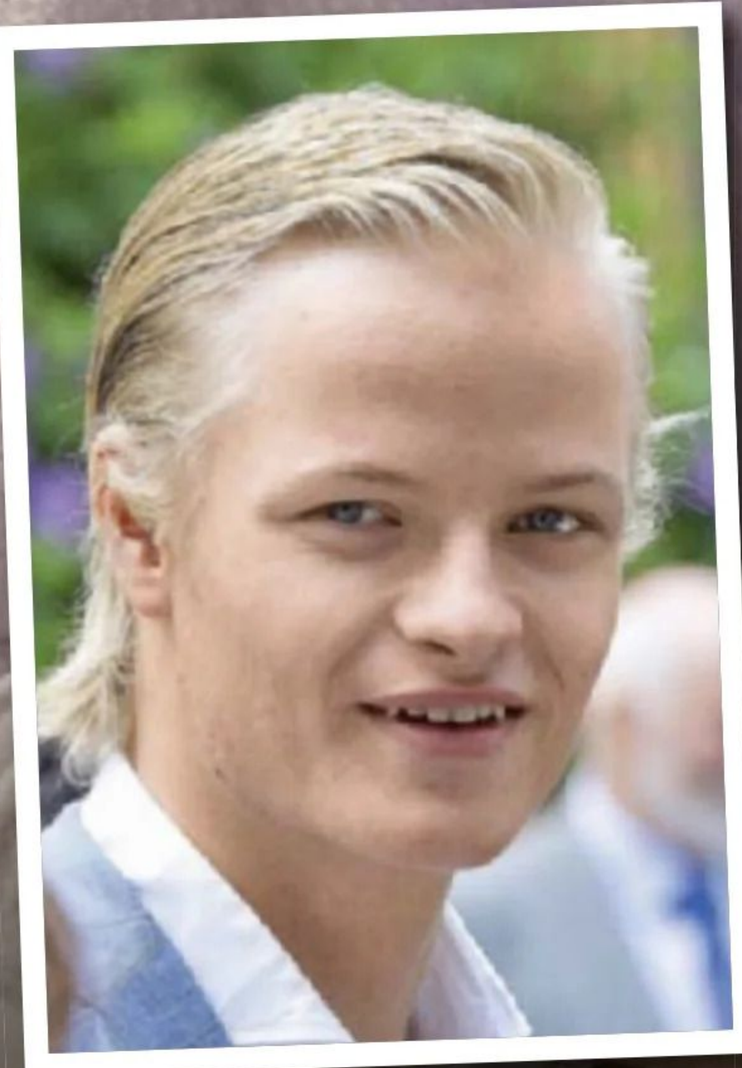
La pareja esta viviendo una relación llena de rupturas y reconciliaciones.

Esta paradisiaca isla del Caribe es uno de sus destinos favoritos, donde también despidieron el 2023.

La modelo mostró su gran estilo en la playa, con un short vaquero y un pañuelo a modo de top.

El "annus horribilis" de la Casa Real Noruega: "Ha sido muy duro"

La complicada situación judicial del hijo mayor de la princesa Mette-Marit ha sido el mayor varapalo, pero no el único



MARIUS BORG, DETENIDO
En agosto fue arrestado por agresión y poco después él admitió los hechos, reconociendo sus adicciones y problemas mentales desde adolescente.

DE "horrible", como poco, puede calificarse este 2024 para la Familia Real de Noruega. Marius Borg, el hijo que tuvo de soltera la princesa Mette-Marit, fue detenido por agresión y ha puesto de manifiesto el caos que se vivía de puertas para adentro de palacio. Esto, unido a la mala salud del rey Harald y de la propia princesa heredera y, para colmo, las acusaciones de acoso sexual sobre Durek Verrett, flamante esposo de la princesa Marta Luisa, deja a la Casa Real noruega al borde de un ataque de nervios. "Ha sido muy duro", dice Mette-Marit.

"En la familia contamos con ayuda profesional", ha confesado la princesa Mette-Marit en la televisión

Curiosamente, Marius Borg no es un *royal* activo, no pertenece a la institución ni consta en la línea de sucesión, pero es hijo de la próxima consorte del país y hermano de la futura soberana. Se ha criado teniendo como "padre" al príncipe Haakon y de "abuelos" a los reyes Harald y Sonia. Datos suficientes como para preocupar, al menos en lo privado, a la jefatura del Estado.

Marius (27) fue arrestado el pasado verano tras agredir a su entonces novia en el apartamento de esta en Oslo. El joven destrozó mobiliario, clavó un cuchillo en la pared y amenazó a la chica, que acabó denunciándole. Marius fue detenido después en Skaugum, la residencia oficial de los príncipes Haakon y Mette-Marit y de sus hermanos, Ingrid y Sverre.

El rey Harald (87), con bastones, y su nuera (51), tienen la salud frágil.

La boda de Marta Luisa y Durek Verrett en los fiordos noruegos, el pasado 31 de agosto.

Una semana después, Marius Borg sorprendía emitiendo un comunicado en el que reconocía los hechos y confesaba sus problemas mentales y su adicción al alcohol y las drogas. En esta rueda de acontecimientos, otras dos exnovias de Marius se sumaban denunciando su comportamiento agresivo y hablaban de violación.

Desde entonces, el joven no deja de copar titulares. Se han conocido sus fiestas salvajes y el robo de enseres de su casa situada en el complejo de Skaugum, a la que le han prohibido entrar. Y en noviembre cumplió dos semanas de prisión preventiva. De momento, ha ingresado en un centro de rehabilitación en Londres, adonde le acompañó su padrastro, y está pendiente de juicio.

En boca de todos

"Este año ha sido muy duro y exigente". Palabras de la princesa Mette-Marit en el tradicional programa navideño de la televisión pública NRK y donde admite que cuentan "con ayuda profesional del sistema sanitario desde hace mucho tiempo".

No hay que olvidar que la princesa heredera padece fibrosis pulmonar y que esto la obliga a guardar reposo y cancelar su agenda de vez en cuando. Por otra parte, su suegro, el rey Harald, de 87 años, sufre los achaques de la edad y problemas de movilidad, lo que también ha hecho que se ausente de sus compromisos, dejando a Haakon como Regente. Eso sí, el monarca ha manifestado que no abdicará.

Por último, la boda de la princesa Marta Luisa y el chamán Durek Verrett, celebrada el pasado 31 de agosto en los fiordos, parecía la noticia feliz que necesitaban.

Al segundo matrimonio de la primogénita de los reyes con el excéntrico chamán estadounidense acudió la Familia Real en pleno, menos Marius obviamente.

Sin embargo, en noviembre un antiguo amigo y cliente acusó a Durek de abuso sexual en sus masajes holísticos. Unos hechos que se remontaban a 2020 y que el chamán admite en unos audios... Este 2025 promete desafíos para todos. ■

COPENHAGUE

Federico y Mary de Dinamarca, primer Año Nuevo como reyes

Los soberanos presidieron la tradicional recepción de gala en el palacio de Amalienborg

LA realeza danesa es la más 'madrugadora' en comenzar el Año Nuevo. Cada 1 de enero celebran la tradicional recepción de gala, con tiara y condecoraciones, en el palacio de Amalienborg, en Copenhague. La diferencia es que esta ha sido la primera que han presidido Federico y Mary como reyes y, además, han contado con su primogénito, el príncipe heredero Christian (19), como debutante.

La reina Mary estaba espectacular con vestido de terciopelo de Birgit Hallstein, que lució en sus primeros retratos oficiales como soberana. Además llevaba las esmeraldas solo reservadas a las reinas.

Tampoco faltaron a esta cita la reina Margarita, madre de Federico; su hermano, el príncipe Joaquín y su esposa, la princesa Marie; y la princesa Benedicta, tía del monarca, dejando atrás cualquier atisbo de crisis. ■

EL DEBUT DE CHRISTIAN

El heredero al trono (19) ha acudido por primera vez a esta gala. Tras pasar cuatro meses como voluntario en una granja en África, Christian ha vuelto a casa por Navidad.

www.semana.es
SEMANA

MODA
Ana Rosa Quintana y el arte de saber vestir (muy bien) pasados los 60

BELLEZA
Los propósitos beauty clave para el 2025

TRUCOS
Flor de Pascua: cuídala tras la Navidad

Y ADEMÁS
Pasatiempos, ideas, horóscopo, recetas saludables...

SALUD

LINFOMA CEREBRAL

Todas las señales de alerta

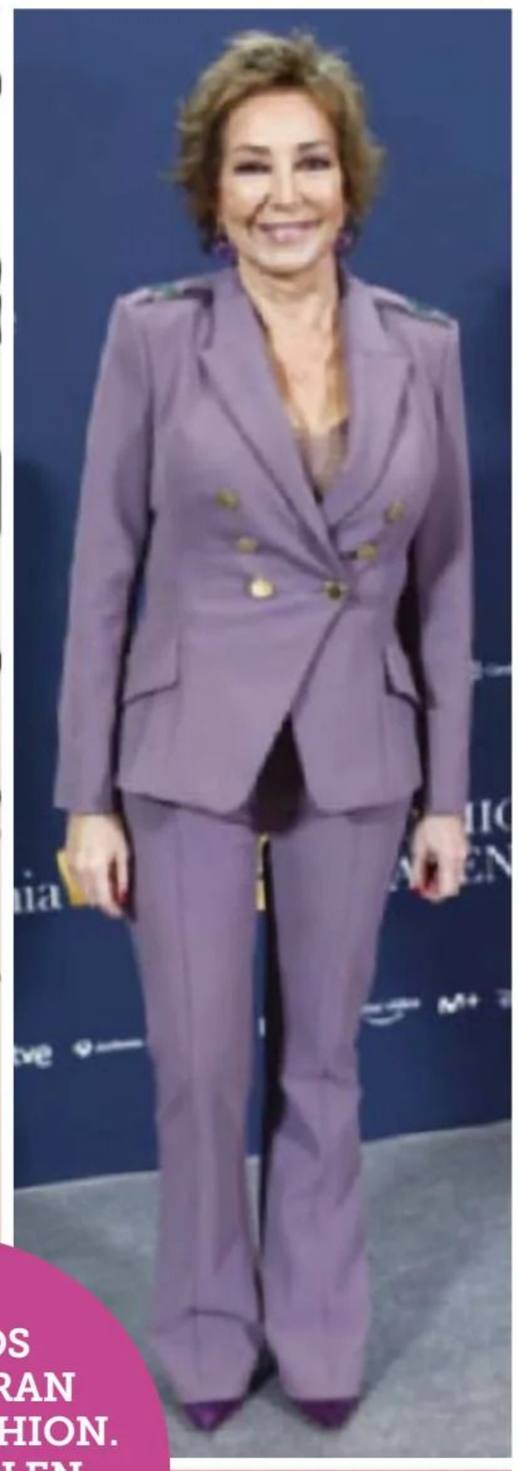
Ana Rosa Quintana

y el arte de saber vestir (muy bien) pasados los 60

La presentadora de 'TardeAR' lleva muchos años siendo uno de los grandes referentes de estilo de la pequeña pantalla. Llega a los 69 más juvenil y en tendencia que nunca

Animal print

Se ha convertido en un clásico, pero esta temporada el *animal print* (especialmente de leopardo) triunfa sobre todas las tendencias. La presentadora hace muchos años que se ha declarado fan de este estampado, que luce en todo tipo de ocasiones y prendas. Desde trajes de chaqueta a vestidos camiseros o conjuntos de lentejuelas.



LOS ZAPATOS SON SU GRAN PASIÓN FASHION. Y TAMBIÉN EN ELLOS BUSCA LA ORIGINALIDAD Y EL TOQUE DE COLOR

Distintas versiones del pantalón

Original, con un punto atrevido y siempre juvenil. Esas son las premisas del armario de Ana Rosa, en el que los *looks* con pantalones en diferentes versiones tienen gran protagonismo. La hemos visto con pitillos encerados, pantalones satinados, acampanados o de lentejuelas para momentos festivos. Trajes nada convencionales ni clásicos.

LAS GAFAS DE SOL XXL, JUNTO CON LAS DEPORTIVAS Y LOS BOLSOS SHOPPING SON SUS BÁSICOS PARA EL DÍA A DÍA

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

En su versión más casual

La periodista es el mejor espejo en el que mirarse para conseguir ese estilismo que resta años pasados los 60, especialmente cuando viste de sport. Es entonces cuando la vemos con la cazadora de cuero Perfecto que combina con pantalón de vestir y cinturón en contraste de Valentino, para dar un punto más elegante; con camisa satinada, pantalón de flores y zapatillas, en la versión más divertida; o con pantalones de cuero negro y parka oversize, en un mix todoterreno.

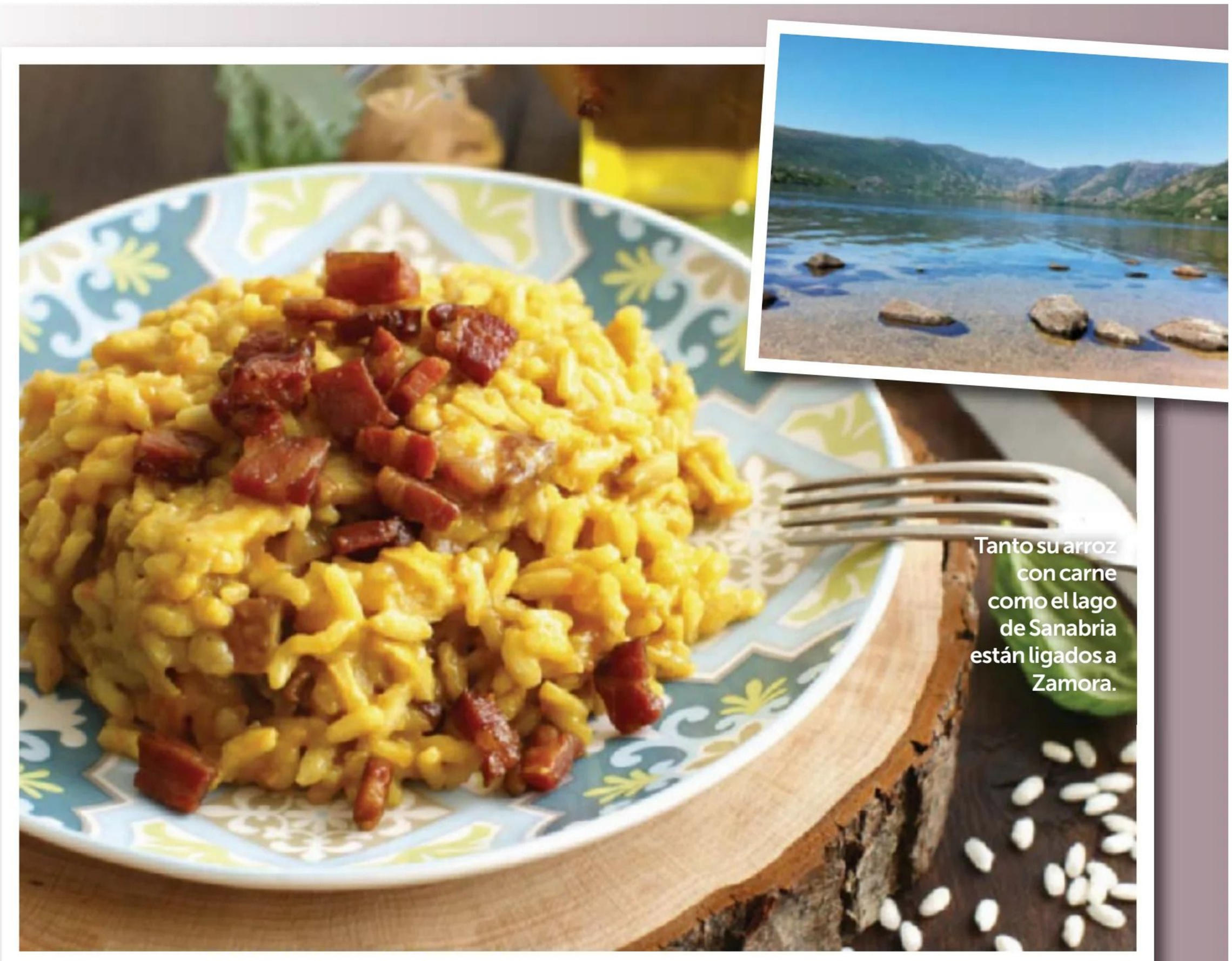
Los vestidos más favorecedores

Largos o midi, la presentadora de *TardeAR* elige los vestidos para ocasiones especiales, como bodas, fiestas o recepciones oficiales. Busca diseños en punto de seda, lentejuelas, gasa o aterciopelados, que se adaptan a su figura con drapeados estratégicos que estilizan y, en muchas ocasiones, escotes generosos. En los colores, va del potente rojo, al chic azul noche o el elegante lavanda.

NUESTRA MEJOR COCINA

Fascículo 49

Descubre la gastronomía provincia a provincia



Tanto su arroz con carne como el lago de Sanabria están ligados a Zamora.

ZAMORA

El regadío de Benavente, los viñedos de Toro, el lago glaciar de Sanabria... El fuerza de la naturaleza se expresa en cada rincón de la provincia fronteriza

www.semana.es
SEMANA

SEMANA

NUESTRA MEJOR

COCINA

Al abrigo de lo rústico

Atrincherada en su lucha contra el éxodo rural, Zamora refuerza su identidad con una gastronomía basada en la ganadería y las labores agrícolas y que evoca la sencillez de lo antiguo en cada receta

GANAR Zamora no fue cuestión de una hora (resistió durante siete meses al cerco de Sancho II de Castilla), y ahora la provincia se ha blindado frente al despoblamiento y la crisis de cultivos. Sus recursos de defensa son la preservación de su cocina rural y el potencial de los productos autóctonos. Uno de estos es el pimiento de Benavente, jugoso, dulce y con Indicación Geográfica Protegida (I.G.P.), cuyo impacto se multiplica en su feria anual. Sanabria es territorio del lago glacial más grande de la Península y también del habón, judía de gran calibre. Su desarrollo es local, pero se ha convertido en un atractivo turístico. Fuentesaúco está vinculado a sus garbanzos, premiados por su finura y que ya tuvieron protección real en el siglo XVI. Y Fermoselle concentra el mayor número de olivos centenarios en bancales y acoge el museo del aceite. Además, el ajo, ingrediente principal del recetario, se cultiva en todo la provincia. En su popular feria, que se celebra durante las fiestas de San Pedro, se venden hasta 500 toneladas de ristras.

Las aceñas

Por otro lado, Zamora ha recuperado una tradición harinera, que lo atestigua el conjunto de aceñas (molinos de agua) más antiguo de España. Y ha devuelto el sabor a pan de pueblo con la molienda 'a la piedra'. De su abundante cabaña ovina, obtiene un queso con Denominación de Origen (D.O.). Y en Aliste, tierra fronteriza con Portugal, se mantiene la matanza de cerdo, antaño tan arraigada, y se promociona platos tradicionales, como el arroz a la zamorana, con sofrito de carnes, y los turriyones (tostados), con redaños, migas y miel. El chorizo zamorano, con marca de garantía, ha revitalizado la industria cárnica de la zona. Y, además, se considera de calidad óptima el chuletón de los jatos (terneros), criados en el establo a resguardo de los lobos, y que lleva

Vino de Toro

La uva tinta de Toro es la estrella vinícola y cultural de sus bodegas. Viajó en las carabelas de la Niña, la Pinta (que dio nombre a la medida del vino) y la Santa María.

Dos y pingada

Con esta deliciosa tapa, con dos huevos fritos y una loncha magra de jamón pasada por la sartén, se pone punto y final a la Semana Santa zamorana.

Ternera de Aliste

Aliste, que incluye la Sierra de la Culebra, es conocido por la calidad de su carne de ternera.

Miel de Aliste

Brezo, tomillo, roble, encina... Las mieles de Aliste y Sanabria son muy variadas.

Zamora, atravesada por el Duero y con su cimborrio de influencia bizantina de la catedral del Salvador como símbolo, es la ciudad con más iglesias románicas del mundo.

certificado I.G.P. Este producto es tan emblemático como el lechazo, que aquí pasta en Sayago, entre hoces y gargantas, y que debe ser asado en una cazuela de Pereruela, pueblo famoso por su cerámica de barro.

Travesía con vino

El poder del vino de Zamora ya lo descubrió Colón en su viaje al Nuevo Mundo. Cargó sus bodegas con el tinto de Toro, una de las actuales cuatro D.O. de la provincia, con las de Arribes, Tierra del Vino y Valles de Benavente. Una rica variedad de caldos para saborear en la mesa o en la barra junto con un bacalao a la tranca, sopas de ajo, aceitadas o el 'dos y pingada', huevos fritos con jamón y pan tostado. Estos platos 'solemnes' se sirven, sobre todo, en Semana Santa, el acontecimiento social y religioso más importante del año en la capital.

La Sierra de la Culebra, al oeste de la provincia, alberga la mayor densidad de lobos ibéricos por km² de toda Europa occidental.

Las procesiones de 18 cofradías en Semana Santa, en Zamora, y la fiesta de la vendimia y la colegiata de Toro, atraen a miles de turistas cada año.

SEMANA

Tiberios zamoranos

4 raciones 25 minutos

Ingredientes:

- 12 mejillones
- 1 cebolla
- 4 dientes de ajo
- 2 guindillas o cayena (al gusto)
- 1 cucharada de pimentón dulce o picante
- 30 ml de vino blanco
- 150 ml de fumet de pescado
- 15 g de harina
- sal

Preparación:

Lavar y desbarbar los mejillones, y frotar las conchas. Ponerlos a hervir en un cazo con el vino blanco. Una vez abiertos, retirar una de sus dos valvas y reservar. Colar el caldo.

Pelar y cortar la cebolla y el ajo a la jardinera. Pochar primero la cebolla con un poco de sal y, cuando esté casi transparente, añadir el ajo. Dejar que se poche todo, y ya fuera del fuego, añadir el pimentón y las guindillas. Remover.

Añadir el caldo de abrir los mejillones y evaporar a fuego medio. Triturar bien (la salsa quedará bastante espesa). Añadir el fumet y homogeneizar bien. Dejar cocer 3 minutos más. Desleír bien la harina en agua fría y añadir. Completar la cocción con otros 10 minutos. Para finalizar, añadir los mejillones a la salsa y calentar. Espolvorear perejil picado y servir.

Con nombre de emperador o que alude al ruido, esta receta de mejillones sin tomate triunfa en los bares de Los Lobos, la zona más bulliciosa de Zamora

SEMANA

Arroz a la zamorana

4 raciones 45 minutos

Ingredientes:

- 400 g de arroz redondo
- 1 loncha de panceta de cerdo
- 50 g de picadillo de chorizo
- 100 g de jamón serrano en taquitos
- 20 g de tocino de cerdo
- 1 cebolla
- 3 tomates maduros
- 1 pimiento rojo
- 4 dientes de ajo
- 1 l y ½ de caldo de pollo
- aceite de oliva virgen
- una cucharadita de manteca de cerdo
- sal y pimentón
- perejil, laurel, tomillo, romero y orégano

Preparación:

Cortar en trozos pequeños el tocino y la panceta; también la cebolla, el ajo y el pimiento rojo y, además, rallar los tomates. Calentar un chorrito de aceite y la manteca en una olla grande a temperatura media, y marcar la panceta y el tocino. Reservar aparte.

En el mismo aceite sofreír el ajo, la cebolla y el pimiento rojo, y rehogar durante unos 10 minutos. Añadir el tomate rallado con el pimentón y las especias, y cocinar hasta obtener un sofrito seco. Incorporar el chorizo y el jamón, y cocinar 2 minutos más. Agregar el arroz y el resto de carnes con un poco de sal.

Remover muy bien para que se mezclen los sabores e ir añadiendo poco a poco el caldo de pollo, calentado previamente y según vaya absorbiendo el arroz. En total deberá estar al fuego unos 15 minutos, o lo que estipule la marca del arroz, sin que se pase o se quede demasiado seco. Servir caliente.

Originaria de la comarca de Aliste, es una de las recetas de arroz más antiguas de España

Sanantonada

Ingredientes:

- 500 g de habones de Sanabria
- 1 oreja de cerdo
- 1 mano de cerdo
- medio morro de cerdo
- atado de 2 chorizos
- 150 g de jamón
- rabo de cerdo
- morcilla
- 1 cebolla
- 2 hojas de laurel
- 2 ajos
- sal

Preparación: 4 raciones 180 minutos (más remojo)

Poner las alubias a remojo entre 12 y 24 horas. Y antes de la cocción, limpiar y trocear el morro, la oreja, la mano y el rabo. Dar un hervor de unos 20 minutos y desechar el agua. Hervir de nuevo con unos cascos de cebolla, ajos y laurel. Colar y reservar el caldo.

A continuación, en una cazuela amplia poner las alubias con agua fría, la cebolla, el laurel, los ajos, el chorizo y el jamón cortados y un chorrito de aceite. Dejar cocer hasta que las alubias estén bien tiernas.

Agregar el picadillo reservado y dejar que todo dé un hervor. Verter parte del agua de cocción reservada y dejar 20 minutos más al fuego. Rectificar de sal si fuera necesario. Cocer la morcilla por separado e incorporar en el último momento, para que no quede deshecha.

Es plato obligado el 17 de enero, festividad de San Antonio Abad, patrón de los animales. Y en Zamora se cuece y se sirve en una cazuela de Pereruela

Bacalao a la tranca

4 raciones 60 minutos

Ingredientes:

- 4 lomos de bacalao desalado
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 2 dientes de ajo
- 1 cebolla
- harina para rebozar
- pimentón dulce o mezcla con picante
- 300 ml de caldo de pescado o fumet
- 100 ml de vino blanco
- 50 ml de vinagre
- perejil fresco
- aceite de oliva virgen

Preparación:

Precalentar el horno a 200 ºC y hornear los pimientos pintados con un poco de aceite durante unos 40-50 minutos; enfriar tapados. Mientras, en una sartén, calentar aceite y dorar el ajo en láminas, con cuidado de que no se tueste mucho. Retirarlo. Secar los lomos con papel de cocina, enharinar ligeramente y freír en ese aceite, dejándolos bien dorados por ambas caras, pero sin hacerlos del todo. Retirar a una cazuela con la piel hacia abajo.

Pochar la cebolla durante unos 10 minutos a fuego medio. Echar el pimentón y apartar del calor removiendo para integrar todo.

Mojar con el caldo, el vino y el vinagre, y remover. Añadir los pimientos pelados y cortados, y cocer durante unos 5 minutos hasta que el líquido se haya reducido. Sumergir el bacalao con cuidado de no romperlo y menear la cazuela para que se impregne de la salsa. Hervir 2 minutos más.

Se desconoce el origen del nombre pero la receta ya era popular en Zamora a principios del siglo XX

Leche frita

Ingredientes:

- ½ l de leche
- 2 yemas de huevos
- 100 g de azúcar
- 100 g de maicena o de harina de maíz
- la piel de ½ limón
- vainilla
- 15 g de mantequilla

Para rebozar:

- aceite de oliva
- harina
- 1 huevo
- azúcar
- canela en polvo

Preparación:

6 raciones 25 minutos (más reposo)

Poner en un cazo la leche a hervir con la piel de limón y la mantequilla, y en otro, las yemas batidas con el azúcar y la vainilla. Agregar en este último la harina y la maicena y remover muy bien. A continuación, añadir la leche hirviendo colada y, sin dejar de remover, cocer durante unos 5 minutos más.

La crema debe quedar muy espesa; si no es así, añadir más maicena diluida en leche poco a poco, hasta alcanzar el espesor adecuado. Pasar la crema por un colador para que no queden grumos.

Untar una fuente rectangular de fondo bajo con un poco de mantequilla y verter la mezcla. Tapar con papel film pegado a la superficie para que no haga costra, y dejar que cuaje en la nevera unas 2 horas. Luego, cortar en porciones regulares y pasar por harina y huevo batido. Freír en aceite caliente hasta que estén doradas. Escurrir y pasarlas por el azúcar y la canela, según los gustos.

Zamora, por su actividad ganadera, se suele atribuir el origen de este dulce lácteo, típico en toda Castilla

Fotos Coleccionable: Archivo Semana, Soledad González, Anel Fernández y Agencias

Tesoros culturales

España tiene 23 reconocimientos exclusivos en la lista del Patrimonio Inmaterial de la Humanidad que elabora cada año la Unesco

CON la reciente incorporación de *La cultura de la sidra* en su lista de Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad, la Unesco convierte a España, con 23 bienes, en uno de los países con mayor número de estos tesoros culturales no tangibles protegidos, solo superado por China. Te contamos cuáles son:

- **La Patum de Berga,** la celebración del Corpus Christi de esta localidad burgalesa que está documentada desde 1525.
- **El misterio de Elche,** un drama religoso que se representa los días 14 y 15 de agosto en la ciudad alicantina de Elche y que data del siglo XV.
- **Los Tribunales de Regantes del Mediterráneo,** que incluye al Consejo de los Hombres Buenos de Murcia y al Tribunal de las Aguas de Valencia.
- **El silbo gomero,** los silbidos de la isla canaria de la Gomera.
- **La técnica constructiva de la piedra seca,** típica de Galicia.
- **El flamenco:** el cante, baile y toque de este género musical cuyo origen se remonta al siglo XVIII.
- **La dieta mediterránea,** compartida con otros países que bordean este mar.
- **La cetrería,** la caza con aves rapaces.
- **La trashumancia,** el desplazamiento de los rebaños por sus antiguas sendas.
- **El canto de la Sibila,** un drama litúrgico que se interpreta en la Misa del Gallo en Mallorca (y también en Alguer, Cerdeña) que ya aparecía en un manuscrito del año 960.
- **Els Castells,** torres humanas típicas de muchas fiestas de localidades de Cataluña y Valencia.
- **La cal artesanal** que se prepara en Morón de la Frontera (Sevilla).
- **La Mare de Deu de la Salut** que se celebra los días 6, 7 y 8 de septiembre en la localidad valenciana de Algemesí y cuyo origen se remonta al año 1680.
- **La fiesta de los patios de Córdoba,** un concurso celebrado desde 1921 para elegir al mejor patio adornado con flores naturales.
- **La fiesta del fuego del solsticio de verano** que se celebra en casi toda la zona de los Pirineos.
- **Las Fallas de Valencia** que culminan con la Cremá de los Ninots el 19 de marzo.
- **La maderada,** el transporte fluvial de la madera.
- **La cerámica artesanal** típica de los pueblos toledanos de Talavera de la Reina y El Puente del Arzobispo.
- **Los caballos del vino,** exhibición y concursos de caballos celebrada en Caravaca de la Cruz (Murcia).
- **El toque manual de las campanas,** que tiene hasta 30 formas de tocar.
- **Las Tamborradas,** típicas de Semana Santa en localidades como Hellín (Albacete) y Calanda (Teruel).
- **El vidrio soplado,** una técnica artesana.
- **La cultura asturiana de la sidra** se refiere a los espacios y procesos para producir, servir y disfrutar de la sidra natural que se obtiene mediante la fermentación del mosto de variedades de manzana autóctonas.

La esencia de un pueblo

Según la Unesco , el Patrimonio Cultural Inmaterial está formado por las tradiciones heredadas, ya sean orales, artes escénicas, prácticas sociales, rituales, eventos festivos, artesanía o conocimientos y practicas naturales. Todo ello forma la esencia de un pueblo y debe ser preservado.

‘Emparedados’

Sencillos y sabrosos

El recetario tradicional español tiene numerosos platos de carne preparada rebozada, empanada o simplemente enharinada. Te contamos algunos de ellos y sus diferencias

Cachopo

4 RACIONES 60 MIN

INGREDIENTES

- 8 filetes de ternera para empanar
- 200 g de cecina muy fina
- 2 lonchas de queso
- 50 g de queso azul
- huevos
- harina
- pan rallado
- aceite de oliva para freír

PREPARACIÓN

Aplanar los filetes para darles la misma forma, colocándolos entre dos hojas de papel, salpimentarlos y extenderlos sobre la tabla, casando los más parecidos de forma.

Poner encima de los filetes una loncha de cecina, otra de queso y trocitos de queso azul, tapar cada uno con otro filete, aplastarlos un poco para que se unan bien y cerrarlos con palillos. Pasarlos uno a uno por harina, huevo batido y pan rallado.

Calentar aceite abundante en una sartén amplia y cuando empiece a humear, freír los cachopos uno a uno hasta que se doren y queden hechos por dentro. Escurrir sobre papel de cocina y servirlos con ensalada o patatas fritas.

EMPANAR O REBOZAR

Diferencias

Rebozar es cubrir cualquier alimento con harina y con huevo batido para freírlo posteriormente en aceite caliente. Si usas harina, huevo y pan rallado, se llama empanar. Asimismo, se puede, simplemente, enharinar.

Otras técnicas de cocina

Tradicionalmente, se usaba harina de trigo, pero cada vez es más común rebozar con harinas de otros cereales e incluso la de garbanzos. Y, además del huevo y la harina, se puede añadir cerveza, agua con gas o levadura. También se ha extendido la técnica de la tempura, originaria de Japón, que utiliza panko, un tipo de pan de molde sin corteza, y agua en lugar del huevo.

Flamenquines

4 RACIONES 45 MIN

INGREDIENTES

- 4 filetes de pollo abiertos en forma de libro (también pueden ser de cerdo)
- 150 g de queso tipo emmental
- 3 lonchas finas de jamón serrano
- harina
- huevo
- pan rallado para rebozar
- aceite para freír
- sal
- pimienta

PREPARACIÓN

Aplastar los filetes, sobre todo por la unión, para hacer un solo filete grande, lo más fino posible. Sazonarlos con sal y pimienta y colocar sobre cada uno, una loncha de jamón.

Poner en el centro de cada filete con jamón una tira de queso del tamaño de un dedo, enrollarlos y sujetarlos con un palillo. Pasarlos por harina, huevo y pan rallado.

Freírlos en abundante aceite caliente y escurrirlos sobre papel de cocina para que no lleven nada de grasa. Servir los rollitos muy calientes, enteros o en rodajas y acompañados de ensalada.

EL FLAMENQUÍN ES UN PLATO TÍPICO DE JAÉN Y CÓRDOBA, AUNQUE YA MUY EXTENDIDO POR OTRAS REGIONES

Jamón Villaroy

8 RACIONES 30 MIN

INGREDIENTES

- 4 lonchas de jamón de York de 150 g cada una
- 75 g de queso gruyère rallado
- ½ l de bechamel espesa
- 2 huevos
- pan rallado
- aceite para freír

PREPARACIÓN

Mezclar la bechamel caliente con el queso rallado. Cortar las lonchas de jamón en rectángulos y sumergirlos uno a uno en la bechamel con ayuda de una espátula hasta que queden cubiertos por los dos lados.

Sacarlos a una fuente grande y plana engrasada con aceite. Cuando estén fríos recortar el exceso de bechamel para darles buena forma y que queden todos iguales.

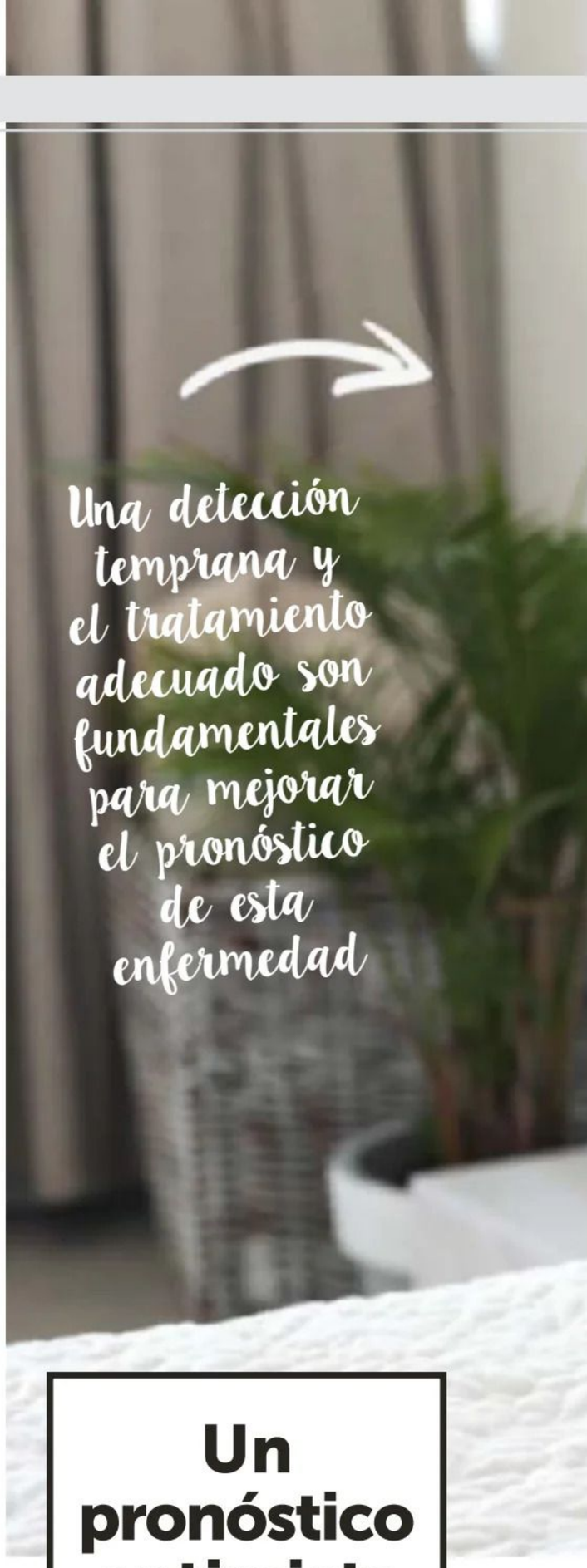
Pasarlos por huevo batido y pan rallado y freírlos uno a uno en abundante aceite caliente hasta que se doren por los dos lados. Escurrirlos sobre papel absorbente y servirlos con patatas paja.

ESTA ES UNA VARIANTE DE LAS CLÁSICAS PECHUGAS DE POLLO A LA VILLAROY

Linfoma cerebral

Todas las señales de alerta

Se trata de un tumor poco frecuente que aparece con síntomas inespecíficos como dolor de cabeza y alteraciones cognitivas, como problemas en el habla



TRAS conocer la noticia de que el cantante Raphael sufre un linfoma cerebral, mucha gente se pregunta en qué consiste exactamente esta enfermedad. Atenta, resolvemos todas las dudas.

1 ¿Qué es un linfoma cerebral?

Se trata de un tipo de cáncer poco frecuente que, según datos de la Sociedad Española de Neurología (SEN), solo representa el 4% de los tumores intracraneales. Por lo general, el linfoma cerebral afecta al principal órgano del sistema nervioso central. Las células implicadas en el proceso son los linfocitos (glóbulos blancos), que forman parte del sistema inmunitario, y que de forma habitual circulan por casi todo el organismo. En esta enfermedad, **algunos de estos linfocitos se vuelven malignos y empiezan a desarrollar el linfoma en el cerebro,** por razones que aún no se conocen bien.

2 ¿A quién afecta más?

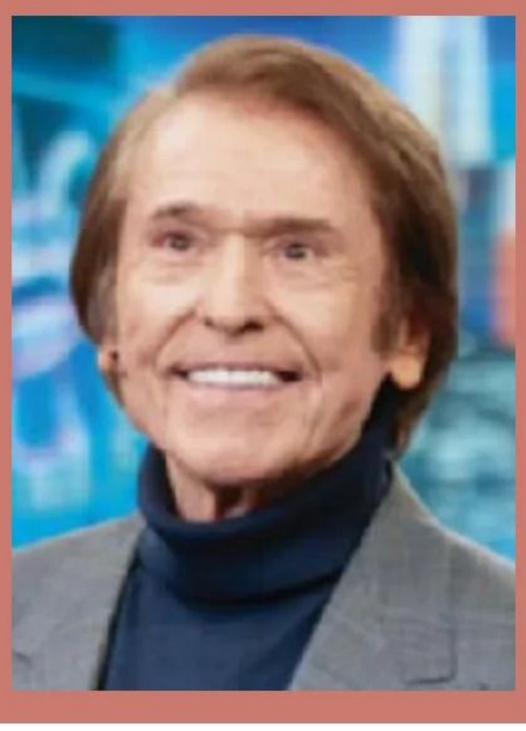
El linfoma cerebral puede presentarse en personas de cualquier edad, aunque es más común en adultos mayores de 60 años. Además, aunque la causa de esta enfermedad se desconoce, los oncólogos aseguran que **las personas con sistemas inmunitarios debilitados, y aquellas que han recibido un trasplante de órganos,** tienen un mayor riesgo de sufrirlo.

3 ¿Qué síntomas lo delatan?

Los síntomas del linfoma cerebral están relacionados con el daño neuronal que produce la enfermedad. Al principio pueden ser inespecíficos, como dolor de cabeza persistente, naúseas y vomitos, o pequeñas alteraciones

Raphael, un diagnóstico inesperado

Aunque inicialmente se temió que pudiera tratarse de un accidente cerebrovascular, después de realizarle un estudio neurológico los médicos confirmaron que el cantante sufre un linfoma cerebral primario con dos nódulos cerebrales en el hemisferio izquierdo. Raphael, de 81 años, se someterá a un tratamiento ambulatorio especializado para abordar esta patología neurológica, por lo que también se le ha recomendado un periodo largo de reposo.



Un pronóstico optimista

✓A pesar de que el linfoma cerebral es un tipo de cáncer agresivo, los neurólogos y oncólogos son optimistas, ya que los avances médicos han mejorado muchísimo las perspectivas de los pacientes. De hecho, con el tratamiento adecuado, más de la mitad de los pacientes llegan a vivir más de 8 años. Eso sí, la supervivencia suele ser mayor en las personas más jóvenes.

+60

El linfoma cerebral es más común en hombres y, sobre todo, en personas mayores de 60 años

funcionales de la memoria o del habla. Sin embargo, pueden evolucionar hacia **manifestaciones mucho más graves como cambios en la conducta o el estado mental, convulsiones o pérdida de visión.** Debido a la similitud de estos síntomas con otras enfermedades neurológicas, como los accidentes cerebrovasculares, el diagnóstico puede ser complicado. De hecho, en un primer momento es habitual sospechar que se trata de un ictus.

4 ¿Cómo se diagnostica?

Para el correcto diagnóstico de esta enfermedad se realiza un escáner o una resonancia magnética con contraste, que pone de manifiesto la existencia de una lesión. **En algunos casos también se realiza una biopsia cerebral para obtener una muestra de tejido** y confirmar la presencia de células cancerosas.

5 ¿Cómo se trata el linfoma cerebral?

No existe un único tratamiento para hacer frente a esta enfermedad. El más adecuado lo deciden los médicos dependiendo del paciente y del propio proceso, aunque **los más frecuentes son la quimioterapia, la radioterapia, la inmunoterapia** y el trasplante de células madre. La extirpación total o parcial del tumor no es necesaria, ya que no interfiere en el pronóstico. En principio solo se realiza cuando es necesario aliviar rápidamente los síntomas.

6 ¿Qué pautas se deben seguir en el día a día?

El linfoma cerebral es un tumor agresivo pero que tiene buena respuesta a los tratamientos. Algunas de las recomendaciones de los especialistas son las de mantener un **estilo de vida saludable, descansar adecuadamente y, por supuesto, realizar visitas de seguimiento** con los neurocirujanos.

4%

Es un tipo raro de cáncer que solo representa un 4% de los tumores intracraneales

6M

Sin tratamiento, las personas con un linfoma cerebral sobreviven menos de 6 meses

...OS EN www.semana.es/belleza

¿SABÍAS QUE EL 19 DE ENERO ES EL DÍA QUE MÁS PROPÓSITOS DE COMIENZO DE AÑO SE ABANDONAN? INTENTA SER TENAZ Y NO TE ARREPENTIRÁS

Propósitos beauty para el nuevo año

Toma nota de los cuidados que debes seguir a rajatabla para estar radiante este 2025. Solo necesitas un poco de constancia para sentirte mejor por dentro y por fuera

EL inicio de año es el mejor momento para poner en marcha algunos buenos propósitos de belleza. Que no te dé pereza, estar más guapa requiere algún pequeño sacrificio... pero no creas que tantos. Aquí tienes la lista de rituales que debes seguir a partir de ahora. La clave del éxito solo está en la constancia. ¡Ponte manos a la obra y consigue tu mejor versión!

1 Limpieza facial: dos veces al día

Repítelo como un mantra: nunca te olvides de la limpieza facial antes de irte a la cama (no importa si no te has maquillado). **Este gesto es imprescindible para remover las impurezas y desobstruir los poros.** Tampoco pases por alto la limpieza nada más levantarte, para luchar contra la suciedad que se haya podido generar durante la noche. Utiliza el producto que mejor se adapte a ti: espuma o gel para las pieles grasas, o jabón con base aceitosa para las pieles más secas. ¿Un truco? Si no te gustan los tónicos, unos leves toques con aceite de rosa mosqueta dejarán tu tez fresca y preparada para recibir el siguiente paso: el sérum.

2 Exfoliante: una vez por semana

Un buen *peeling* es capaz de arrastrar las células muertas de la superficie de la piel y las impurezas acumuladas. Además, **la exfoliación también actúa como una especie de barrido intensivo** que ayuda a ganar luminosidad y tersura en el rostro. Acude a los productos específicos que existen en el mercado o prepara tu propio exfoliante casero con azúcar, miel y limón. No te saltes este protocolo una vez a la semana.

▶Gel anticelulítico intensivo reductor, de E'lifexir. 17,20€

▶Gel limpiador Dermo-Cleanser, de Farma Dorsch. 24€

TUS ALIADOS

▶Mascarilla Inforcer, de L'Oreal Professionnel. 22,50€

▶Masque Peeling, de La Biosthétique. 30€

3 Anticelulítico: al salir de la ducha

La lucha contra la celulitis y la flacidez comienza en invierno. Con 15 minutos todos los días tras la ducha diaria basta, pero son esenciales para mantener la piel radiante. Apuesta por una crema reafirmante para el pecho, una hidratante para el cuerpo, y un anticelulítico para las zonas conflictivas, como glúteos o cara interna de los muslos. **También puedes optar por las cremas reductoras de vientre y caderas que actúan por la noche.** Si eres constante, verás los resultados.

4 Mascarilla capilar: cada cinco días

Las mascarillas aportan al pelo una hidratación y un cuidado extra. Pero no solo eso, también logran que el cabello mantenga el grado de humedad correcto e **incluso pueden mejorar la textura y la suavidad de las melenas más castigadas.** La frecuencia de uso dependerá siempre del tipo de cabello y de su estado, pero si quieres seguir una norma base, es recomendable aplicar mascarilla capilar cada 5-7 días.

5 Manicura: cada tres semanas

Las manos son tu mejor carta de presentación. Por eso, si no te convencen los tonos tendencia más fuertes, **decántate por un acabado *nude* con brillo o una elegante manicura francesa.** Y los pies, aunque ahora estén a resguardo, también debes cuidarlos todo el año. Al menos una vez al mes ponlos a tono.

6 Protector solar: SIEMPRE

La crema con factor de protección solar es una de las mejores armas contra el envejecimiento prematuro de la piel. **Hazte con una de amplio espectro (nunca menos de 30 SPF) y no salgas jamás de casa sin ella en el rostro,** incluso ahora en invierno. Recuerda: la piel tiene memoria.

CONSULTORIO DE

Carmen Navarro

NUEVO AÑO, MEJOR PIEL

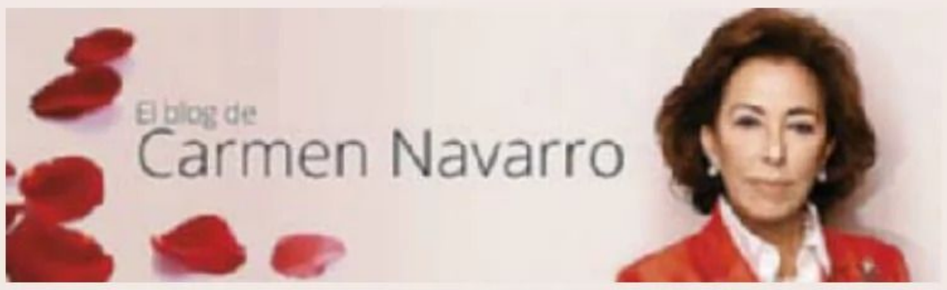
El comienzo de año y la vuelta a la rutina es siempre menos llevadera de lo que nos gustaría. Por eso, cuidarnos a nivel global, se convierte en algo vital para cargamos de vibraciones positivas. Algo que repercute en nuestra salud, y en la de nuestra piel. Lo único que necesitamos es una buena lista de consejos.

Comencemos por el principio: exfoliar. Debería ser el primer mandamiento a seguir. Lo repetimos casi a diario. Es la única manera de ayudar a nuestra piel a resetear, eliminar células muertas y toxinas. Mejor si utilizas exfoliantes de acción enzimática que limpian y nutren.

El segundo objetivo es buscar la luminosidad que perdemos con el paso de los años. Es de sobra conocido que si desaparece, cualquier esfuerzo por parecer fresca, joven y guapa, habrá sido en vano. En los centros Carmen Navarro contamos con protocolos como *Procyon*, que consigue destellos en tu piel con resultados incomparables a la velocidad de la luz. Y visibles desde la primera sesión. Consiste en aplicar pulsos de luz que hacen diana consiguiendo transformarlos en calor terapéutico.

El último propósito de belleza que nos merecemos para este año es el de incorporar los masajes en nuestra agenda. Y también, por supuesto, los automasajes. ¿El motivo? Masajear nuestra piel nos ayuda a liberar la hormona del amor, la oxitocina. Además, masajear los lóbulos (estirando y frotándolos con delicadeza) también estimula la liberación de endorfinas. La sensación de bienestar será absoluta. Prueba a aplicar tus cremas corporales presionando en zonas claves para favorecer el drenaje. Sentirás una sensación de ligereza, y estarás mejorando la circulación sanguínea, estimulando el sistema linfático y favoreciendo tu química cerebral.

SÍGUELA EN SU BLOG:



www.semana.es

La manzana: un escudo para tu salud

- **Dicen que "una manzana al día te mantiene lejos del doctor".** Una frase que tiene mucho de verdad debido a sus numerosas propiedades.

- **Contiene ácidos que ayudan a digerir mejor las grasas**. Por eso es aconsejable tras una comida copiosa. Además, es muy saciente y regula el intestino.

- **Es rica en antioxidantes, vitaminas del grupo B y C, y minerales,** como el fósforo, potasio y calcio.

- **Es aconsejable comerla sin pelar, debido a la pectina,** que protege la mucosa intestinal. Pero lávala.

BELLEZA

Regenera tu cutis

Para eliminar las células muertas y oxigenar la piel, prueba con esta mascarilla exfoliante compuesta por dos cucharadas de té verde, otra de harina de garbanzos y una cucharadita de cúrcuma. Deja reposar 20 min y aclara.

REMEDIO EFICAZ

INFUSIÓN PARA BAJAR EL ÁCIDO ÚRICO

Si los excesos navideños te han subido el nivel de ácido úrico, toma infusiones de alcachofa natural en ayunas durante dos semanas seguidas.

Evita que se te cuartee el maquillaje

SPRAY FIJADOR HIDRATANTE

Puedes evitar que el maquillaje se te agriete aplicándote sobre el rostro un spray fijador hidratante conformado por agua de rosas, lavanda, aloe vera o manzanilla.

HOGAR

Flor de Pascua: cuídala tras la Navidad

1 Mucha luz, sin calor y en interior

Necesita luz natural en una zona muy luminosa, pero no la coloques directamente al sol ni cerca de una fuente de calor. Recuerda que, aunque soporta bajas temperaturas, es una planta de interior.

2 Riégala dos veces a la semana

Riega por el método de inmersión un par de veces a la semana.

3 Sin hojas, poda y trasplanta

Poda y trasplanta la planta para que se mantenga sana cuando ya no tenga hojas. Y para que las hojas florezcan en otoño, ponla en la oscuridad 12 horas diarias.

HOGAR

Los colores del Feng Shui

Conoce lo que representan los colores en esta filosofía oriental para que tu hogar desprenda armonía.

✓ **Blanco.** Expresa la intelectualidad y la prosperidad fuera de casa.

✓ **Marrón:** Personifica la estabilidad y la protección. Se recomienda utilizar en áreas de trabajo.

✓ **Negro.** Representa el éxito profesional, por ello se usa en oficinas.

✓ **Púrpura.** Se relaciona con la salud mental y emocional. También representa fortuna. Se aconseja usar en los dormitorios.

✓ **Azul.** El tono claro transmite salud y relajación, y el oscuro, conocimiento. Es ideal para el salón y el recibidor.

✓ **Naranja.** Es sensualidad, excitación y euforia. Se asocia al fuego.

✓ **Verde.** Significa crecimiento. Decora tu cocina con toques de este color, ya que se vincula a los alimentos y a la naturaleza.

✓ **Amarillo.** Transmite calidez, alegría y amistad.

✓ **Rojo.** Representa amor, pasión, sexualidad y energía. Por ello es un tono recomendable para el dormitorio y la sala de estar.

EJERCITA TU MENTE

Pasatiempos de invierno

AUTOBLANCO

Al resolverlo, deja 24 cuadros en blanco

CAUSAR DOLOR / NAVAJA GRANDE / PONÍA TRABAS	LÍNEA DE SIMETRÍA / OBEDECE UNA ORDEN / SÚPLICA / KILOBYTE	ROGUÉ / BRANQUIA / PINTOR ESPAÑOL / VOCAL ABIERTA	PREF., REPETICIÓN / HIZO UNA TASACIÓN / PONGÁIS DENTRO / REACTOR	NOMBRE DE LA ACTRIZ DE LA FOTO / REMOL-CARA	CINCO / CARIÑO / JUEGO DEL ESCONDITE / PROYECTO IRREA-LIZABLE	PREF., ABEJA / RASPAR / TELA MUY SUAVE / CAPITAL NORUEGA	DAR DOPANTES / RUIDO DE CAÍDA / RÍO DE ASTURIAS / ÁSTATO	CON ARENA, FEM. / ... CALAMA-RO, MÚSICO ARGENTINO / DE ESTE MODO
MALVADA, PERVERSA →								
AOJEN / UNA PREPOSICIÓN →								
UN TIPO DE DIODO / CARTA DE LA BARAJA →								
ESPAÑA / ADITAMENTO, AÑADIDURA / PREFIJO PRIVATIVO →								
SÍMBOLO QUÍMICO DEL RADIO / ACCIÓN DE AHORRAR →								
SE ..., CONTRAERÁ MATRIMONIO / UNA CONSONANTE →								
INSTRUMENTO MUSICAL DE VIENTO / INTERJ. DE ÁNIMO →								
AMARRA, SUJETA CON CUERDAS / SESENTA MINUTOS →								
SOSEGAR, TRANQUILIZAR / CUARTA NOTA MUSICAL →								
UNA PREPOSICIÓN / JERRY ..., ACTOR / ABREV., NORTE →								
ROEDOR VORAZ / THE ..., EN INGLÉS, FIN →								
TUYO / COOPERAR →								
REGENTÉ / CORTE ÁRBOLES →								
OCTAVO MES DEL AÑO / OSMIO →								
EN INGLÉS, CHICO, MUCHACHO / CONTRAPÓN →								
PRIMERA VOCAL / DESLUCÍS / AMPERIO →								
BERKELIO / TERNERAS MENORES DE DOS AÑOS →								
DESMORALICE / UNA ORGANIZACIÓN DE TV →								

EJERCITA TU MENTE

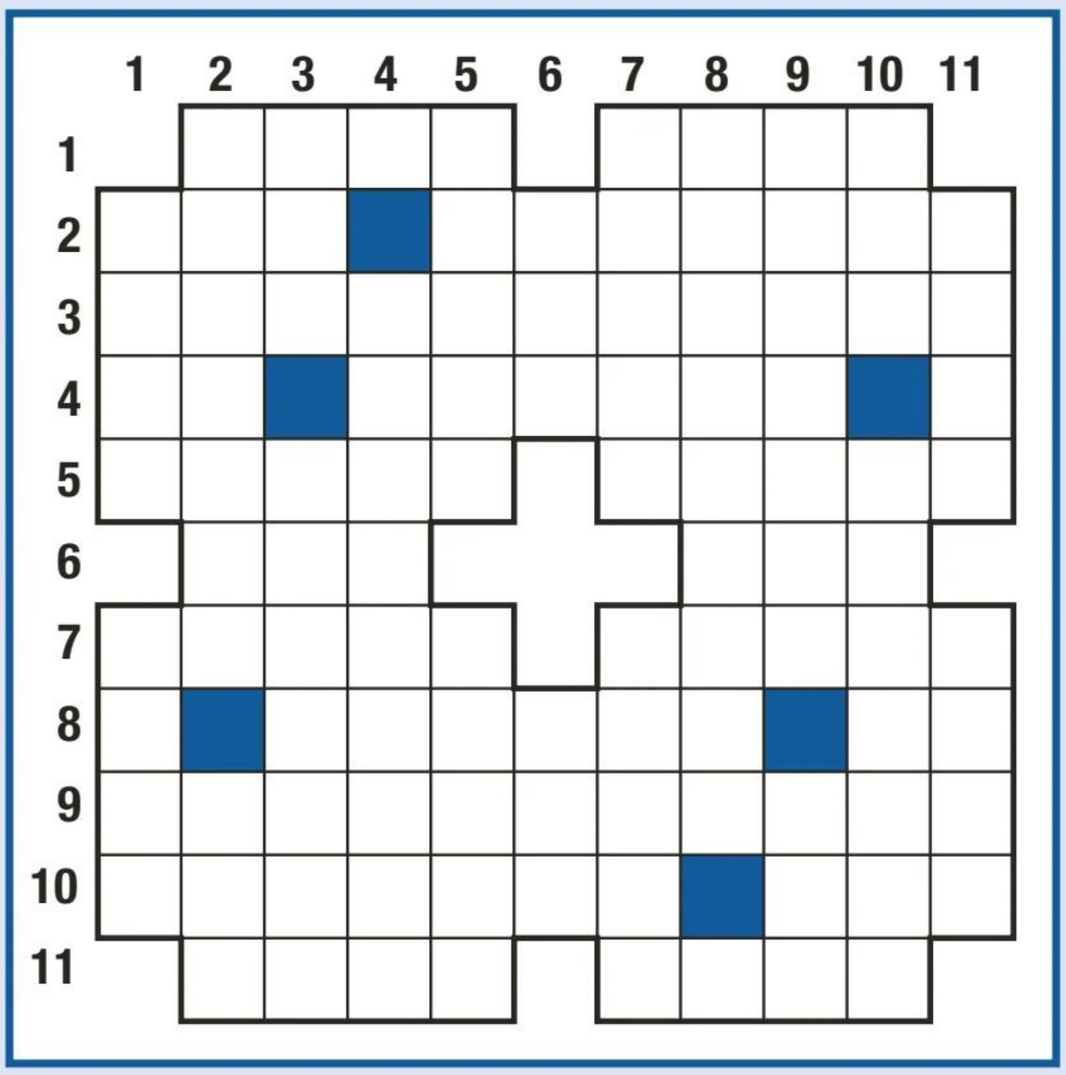
Pasatiempos de invierno

CRUCIGRAMA

Nº 2.826

HORIZONTALES

1: Escuchará. Pref., "campo".
2: Hace oración. Informal, atolondrada.
3: Tipo de mandarina, pl.
4: ... capo, locución musical. Reptil americano.
5: Dispuesto en eras. Río de Asturias.
6: Río de la Rusia siberiana occidental. Agencia Espacial Europea.
7: Instituto Nacional de las Artes Escénicas y de la Música. Insista en una petición.
8: Acarreará hacia aquí. Dios egipcio del Sol.
9: Partidarios de una alianza.
10: Relativos al sodio. Asociación de Deportes Olímpicos.
11: Tejido para vendajes. Pronombre personal, fem.



VERTICALES

1: Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. Un sufijo diminutivo, fem., pl.
2: Pusieron orlas. Abreviatura de "logaritmo".
3: Cierto impuesto. Desmoralizada.
4: Mensurarais.
5: Presentó alegaciones. Falta de un brazo.
6: Organización de las Naciones Unidas. Sonido reflejado.
7: Certificación oficial, pl. Ponga iridiscente.
8: De Guinea, fem., pl.
9: Relativos al riñón. Igual, semejante.
10: Onda en el agua. Abogada.
11: Burra. La Bella ..., San Sebastián.

SUDOKUS

Las reglas del Sudoku son muy simples: No hay dos números iguales en una misma fila, ni en una misma columna, ni en un mismo cuadrado parcial de 3x3 casillas. El juego consiste en completar las casillas con cifras del 1 al 9 a partir de las pistas que se dan.

Fácil

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

Difícil

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

AUTODEFINIDO

FOTO 7 — TRAZOS
AFILES — SELENIO
SÍMBOLO DEL CESIO — SEAS OSADO
¡AÚPA!, EXCLAMACIÓN DE ÁNIMO
EL UNO EN LA BARAJA — YA
UNA DIFERENTE — BUEY SAGRADO
FOTO 4 — INTELIGENCIA ARTIFICIAL
DISTRITO POSTAL — ZUMO DE LA UVA
HOMBRE CASADO — TERRENO CON OLMOS
FOTO 3 — ABREVIATURA DE "BARRIO"
CIUDAD CATALANA — CADMIO
INTERJ. DE DESDÉN — PARTE DEL BUQUE
PRADERA — ENLOSAN
LONG PLAY — VOCALES DÉBILES
TRAMPA DE CAZA — BARNIZAD
OLFATEABA — QUE PADECE ENANISMO
SUF. SUPERLATIVO — AGRIFOLIO, ÁRBOL
INDEMNE — ALGUNAS
... RAMAZZOTTI, CANTANTE — MAGNETIZA
OBRES — SUF., ALCOHOL
EMPINADAS — A MÍ O PARA MÍ
TIEMPO LIBRE — DILATADO, EXTENSO
DÓNDE — FUNDAMENTE
ENERGÍA CINÉTICA — REZASE
GLÁNDULA MAMARIA — VESTIDO HOLGADO
WOODY ..., CINEASTA — REPUGNANCIA
BARIO — COLOQ., CHUPETE
FOTO 1
PIÑA — ANT., PRECEPTORES
PRENDA CASERA — ORIENTE
PONE HUEVOS
DISTRAÍDA — UNITED ARTISTS
RECTOS — TIÑEN DE AZUL
PREF., DIOS — ALERO DEL TEJADO
HERMANO DE JACOB — RÍO SUIZO
COLOQ., ABUELA — PREF., "A TRAVÉS DE"
DESORDEN — INSTITUYENDO
NO CREYENTES — CON RAMAS, FEM.
AGENCIA ESPAÑOLA DE NOTICIAS
HOYO PROFUNDO EN LA TIERRA — FOTO 6
BERZA — DE TAL MODO
ACERCA HASTA AQUÍ — UN SIGNO ZODIACAL
OBSERVÉ — CIERTA TASA
EMPLEAR — PREPARAN
UNIR METALES POR FUSIÓN — REVERENDA
TIC ..., EL RELOJ — TÍTULO PERSA
RÍO RUSO — Y, EN LATÍN
CORTÉ CON LA SIERRA — UN HIJO DE NOÉ
MUEBLE PARA COMER — FOTO 2
PARTE TRASERA
DEJAD VACÍO — TIPO DE POEMA
ESCUCHÓ — RÍO SIBERIANO
SEDIMENTO DEL VINO — EN INGLÉS, FIN
ARTÍCULO DETERMINADO, PL.
GORRA SIN VISERA — FOTO 8
EMBARCACIÓN — EN ROMANOS, 200
OSOSA — CIRCUITO EN FUNCIÓN
SÍMBOLO DEL ALUMINIO — EJEMPLO
EN NÚMEROS ROMANOS, 1400
REMAN
EN PSICOLOGÍA, YO
PELO DE LA OVEJA
FOTO 5
PRESTAS

EJERCITA TU MENTE

Pasatiempos de invierno

DAMERO

Nº 2.879

1 H	2 Q	3 C		5 Q	6 H	7 V	8 Q	9 K		11 H	12 M	13 Q	14 H	
16 T	17 N		19 E	20 N	21 F	22 V ,		24 O	25 O		27 Q	28 P	29 V	30 T
31 C	32 P		34 G	35 O		37 M	38 P	39 C		41 N	42 U	43 U	44 S	45 P
46 K ,		48 B	49 Q	50 J	51 D	52 J	53 S		55 K	56 J	57 K	58 D		60 E
61 J		63 L	64 G	65 R	66 E	67 I ,		69 T	70 I	71 U	72 L	73 L	74 V	
76 C	77 J		79 P	80 T	81 N	82 B		84 I	85 S	86 R	87 R	88 I .		90 D
91 E	92 K	93 B	94 A	95 F	96 F	97 G		99 R	100 D	101 G		103 I	104 S	
106 P	107 R	108 G	109 U		111 M	112 I	113 F	114 L	115 L	116 B	117 M	118 K		120 G
121 E	122 R	123 S	124 F		126 T	127 L		129 J	130 U	131 E	132 O	133 A	134 U ,	
136 A	137 M	138 O		140 S	141 A		143 F	144 V	145 N		147 A	148 C	149 D	150 O
	152 M	153 N		155 H	156 V	157 T	158 B	159 H ...						

Fragmento de un poema. **Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerá un dato relativo al poema, y su título.**

A. ___ ___ ___ ___ ___
141 94 147 133 136
Autoridad Nacional para la Prohibición de Armas Químicas.

B. ___ ___ ___ ___ ___
116 48 82 158 93
... Watts, actriz.

C. ___ ___ ___ ___ ___
39 76 31 148 3
Aversión, pl.

D. ___ ___ ___ ___ ___
149 58 100 90 51
Prefijo que significa "pulmón".

E. ___ ___ ___ ___ ___ ___
121 131 19 66 91 60
Pedid con urgencia.

F. ___ ___ ___ ___ ___ ___
143 95 96 113 124 21
Gracia, favor.

G. ___ ___ ___ ___ ___ ___
97 64 120 108 34 101
Deje en el olvido.

H. ___ ___ ___ ___ ___ ___
6 1 14 155 11 159
Elegida.

I. ___ ___ ___ ___ ___ ___
88 67 112 84 70 103
Propio de los laicos.

J. ___ ___ ___ ___ ___ ___
50 52 61 129 77 56
Aumentar de tamaño o estatura un ser orgánico.

K. ___ ___ ___ ___ ___ ___
118 9 55 92 57 46
Lugar donde se crían las ostras.

L. ___ ___ ___ ___ ___ ___
127 115 63 73 72 114
Natural de Nepal.

M. ___ ___ ___ ___ ___ ___
117 152 137 111 37 12
Que debe dinero.

N. ___ ___ ___ ___ ___ ___
17 153 41 145 20 81
Se introduzcan.

O. ___ ___ ___ ___ ___ ___
25 24 150 132 138 35
Mueva las alas.

P. ___ ___ ___ ___ ___ ___
38 28 79 32 106 45
Viento fuerte y repentino.

Q. ___ ___ ___ ___ ___ ___
49 2 5 8 27 13
Cuchillo cuya hoja se dobla sobre el mango.

R. ___ ___ ___ ___ ___ ___
87 86 99 107 122 65
Da figura de arco.

S. ___ ___ ___ ___ ___ ___
140 85 44 53 123 104
Que muestra lozanía y frondosidad, fem.

T. ___ ___ ___ ___ ___ ___
16 126 30 69 80 157
Que se adapta con facilidad.

U. ___ ___ ___ ___ ___ ___
42 71 43 130 134 109
Hará una obra.

V. ___ ___ ___ ___ ___ ___
74 156 7 144 29 22
Echara en sal.

7 DIFERENCIAS

SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

DAMERO Nº 2.878

Los niños se pusieron en pie, saludando los varones con una inclinación de cabeza, mientras la niña hacía una reverencia. Con un gesto de la mano indicó que se sentaran.

Clave: ***La noche de la séptima luna*****.**

AUTODEFINIDO

■	T	■	C	■	H	■	T	■	C	■	B	■	M	■	A	■	L		
C	O	L	E	T	E	R	O	■	H	O	R	Q	U	I	L	L	A		
■	C	A	D	A	■	O	C	H	O	S	■	U	S	O	■	O	Z		
C	A	■	E	S	A	S	■	A	C	U	D	E	■	T	A	R	O		
■	D	O	R	A	D	■	A	B	O	N	A	■	S	A	L	E	■		
S	O	L	■	B	O	X	E	R	■	A	R	E	A	■	E	N	E		
■	■	I	C	A	■	C	R	A	C	■	A	L	U	D	O	■	C		
U	P	A	R	■	R	I	E	■	E	T	N	I	C	A	■	A	H		
■	E	N	E	J	E	■	A	O	J	O	■	D	E	T	U	V	E		
O	I	■	P	O	S	E	■	R	A	S	P	E	■	A	H	I	■		
■	N	O	E	S	■	M	I	A	R	I	A	■	R	D	■	D	P		
V	E	S	■	E	S	P	I	N	■	A	L	F	A	■	D	A	A		
■	T	O	R	■	C	A	I	D	A	■	O	R	E	J	A	■	Ñ		
B	A	■	U	R	A	L	■	O	M	I	T	I	R	E	■	F	U		
■	■	A	S	I	L	O	S	■	O	R	E	A	■	T	I	R	E		
C	O	R	O	N	A	■	A	R	■	S	O	I	S	■	B	E	L		
■	F	O	S	O	■	T	I	N	T	E	■	S	U	B	I	D	O		

7 DIFERENCIAS

AUTOBLANCO

■	K	M	■	E	X	E	N	T	A
■	O	M	I	T	A	S	■	R	B
■	S	■	R	A	B	O	N	A	S
■	O	P	A	■	I	S	I	M	O
■	V	E	N	C	E	■	Z	A	R
■	O	I	■	I	R	I	A	■	B
■	■	N	I	N	F	A	■	A	A
■	M	A	N	T	O	N	E	S	■
■	A	R	D	O	R	■	R	A	P
■	R	E	I	■	T	A	R	D	A
■	A	■	O	S	E	R	A	■	U
■	C	R	■	U	S	A	R	A	S
■	A	O	J	E	■	R	A	T	A
■	■	B	E	N	C	I	N	A	■
■	G	A	F	A	R	A	■	V	M
■	I	D	A	■	E	S	P	I	A
■	L	O	S	A	D	■	I	O	N
■	I	S	■	D	O	N	O	S	A

CRUCIGRAMA Nº 2.825

HORIZONTALES.
1: Fama. Adas.
2: Fosilizadas.
3: Amonedo. OCE.
4: Ye. Agoreras.
5: Entra. Osado.
6: TAE. Cri.
7: Rapto. Piano.
8: Traerían. En.
9: Rin. Acudirá.
10: Madurativos.
11: Note. Aras.

VERTICALES.
1: Faye. RTRM.
2: Fomentarían.
3: Aso. Tapando.
4: Minarete. Ut.
5: Alega. Oraré.
6: Ido. Ica.
7: Azoró. Pauta.
8: Da. Escindir.
9: Adorará. IVA.
10: Sacadineros.
11: Seso. Onas.

SUDOKUS

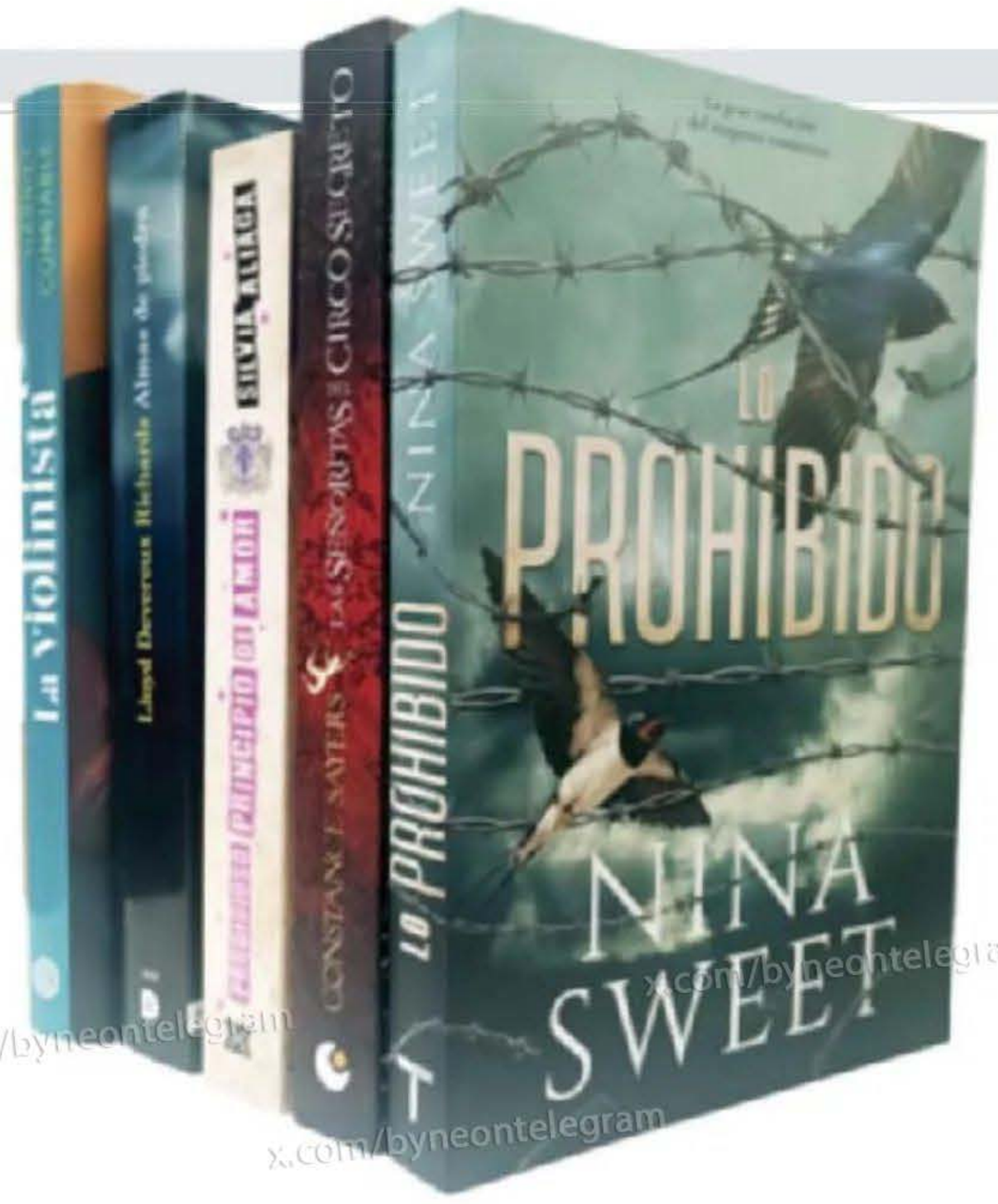
FÁCIL

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

DIFÍCIL

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

LIBROS



● **La violinista.** Anna Maria es una de las 300 huérfanas que crecen dentro de los muros del hospicio de la Pietà, pero sabe que es diferente. Ella quiere ser la mejor violinista y compositora de Venecia, pero en la Italia del s. XVIII lo tiene todo en contra, así que cuando el maestro Vivaldi la toma como alumna, es consciente de que esta es su única oportunidad. **Planeta. 21,90 €**.

● **Almas de piedra.** Christine Prusik investiga para el FBI el caso de un asesino en serie que mata a mujeres y se deshace de sus cuerpos en barrancos. Cada víctima tiene metida en la garganta una figurita que recuerda a las tribus de Papua Nueva Guinea, las mismas que atacaron a Prusik hace 10 años cuando llevaba otro caso. **Destino. 20,90 €**.

● **Prodigioso principio de amor.** Adrián y Rhys tienen un talento innato para la magia, pero no se soportan. Y eso es un problema porque deben trabajar juntos para resolver la muerte de sus madres, hace 15 años, en la misma Universidad de Magia y Elocuencia donde estudian. Porque Adrián sospecha que lo que las mató no fue un hechizo fuera de control. **Puck. 19 €**.

● **Las señoritas del circo secreto.** Cuando el prometido de Lara desaparece el día de su boda, su vida se hace trizas. Su búsqueda de respuestas la conducirá de un modo inesperado hasta los diarios de su bisabuela. Los secretos saldrán a la luz y revelarán una maldición que lleva afectando a las mujeres de su familia durante generaciones. **Umbriel. 19,90 €**.

● **Lo prohibido.** Cora es una joven profesora de Literatura que vive en un pueblo gallego con su novio. El destino los lleva a Madrid y allí Cora conoce a Roque, encarcelado por haber matado a un hombre en una pelea. Pronto surge entre ambos una química especial que hace que la chica se plantee toda su vida. **Titania. 18 €**.

CINE ESTRENOS 10 DE ENERO

A Real Pain (Un dolor real)

Nac: EE.UU. **Dir:** Jesse Eisenberg. **Int:** Jesse Eisenberg, Kieran Culkin, Jennifer Grey, Will Sharpe.

Dos primos viajan a Polonia tras la muerte de su abuela para ver dónde vivió antes de la II Guerra Mundial. David (Jesse Eisenberg) es un escritor frustrado que busca inspiración; Benji (Kieran Culkin), un cineasta que quiere filmar un documental sobre el Holocausto. Por eso se apuntan a un *tour* por los campos de concentración...

Juego de ladrones: Pantera

Nac: EE.UU. **Dir:** Christian Gudegast. **Int:** Gerard Butler, O'Shea Jackson Jr., Curtis '50 Cent' Jackson.

Donnie (O'Shea Jackson Jr.) se alía con la mafia Pantera para cometer el mayor robo de diamantes jamás visto. Mientras, Nick (Gerard Butler), el policía que le persiguió en el pasado, arruinado y harto de ser siempre el cazador, le propone unirse a su banda y dar juntos este golpe, que podría ser el último.

PACK DE 2 LIBROS
APROVECHA LA OFERTA

+

2 LIBROS POR SOLO 5,95 €

Dos mujeres fascinantes que desafiaron a todos.
Dos vidas marcadas por la búsqueda de la felicidad.
Las historias más desconocidas de Camilla de Inglaterra y Meghan Markle,
que hicieron tambalear los cimientos de la monarquía británica.

YA DISPONIBLE EN TU PUNTO DE VENTA

www.semana.es
SEMANA

BUENAS Y SANAS
Manzanas europeas

Los nutricionistas recomiendan consumir manzanas como base de un dieta equilibrada por su bajo contenido en grasa y alto en agua, además de vitamina C, fibra y su poder saciante.

RECETAS GOURMET
Listos en un minuto

Carretilla te ofrece múltiples y ricas opciones con sus platos listos para comer con un minuto en el microondas, como estas almejas a la marinera o las fabes con almejas de su línea gourmet. www.carretilla.info

DEGUSTACIÓN
Panettone artesanal

En el restaurante madrileño Propaganda (calle Jorge Juan, 21) todavía puedes disfrutar de sus panettones artesanales en tres variedades que no te decepcionarán. www.propaganda12.com

CABELLO SANO
Línea de La Mota

Incluso el cabello más estropeado puede recuperar la salud y la belleza con los productos adecuados, como la gama de La Mota Marimo (champú, reestructurante y fluido). www.lamotacosmetics.com

CONSEJOS
Higiene bucodental

El Consejo General de Dentistas señala que 1 de cada 4 españoles no mantiene una higiene bucodental adecuada y recuerda que una higiene oral correcta previene enfermedades periodentales. consejodentistas.es

INFUSIÓN
Ayuda a perder peso

BioTéDel es una infusión elaborada con plantas naturales de excelente calidad que ayuda a perder peso y con propiedades antiinflamatorias, cardioprotectoras y antioxidantes. www.josenea.bio

MÁS CACAO
Oreo se renueva

Las nuevas Oreo ofrecen una nueva experiencia de sabor a más cacao más intensa y equilibrada, conservando el característico aroma a vainilla de su crema. www.oreo.com

MAYOR VISIBILIDAD
Ataxia de Friedreich

La comunidad de Ataxia de Friedreich, una enfermedad rara neurodegenerativa, demanda más visibilidad y concienciación social para eliminar los estigmas que les afectan. www.biogen.com

EXFOLIANTE
Piel radiante

Oshiroibana Exfoliator Facre Scrub, de la firma japonesa Onshindo Osaka, elimina las células muertas y las impurezas gracias a las esferas de jojoba. Indicado para todo tipo de pieles. Pvr: 31,90 € onshindosaka.com

Horóscopo

Tel. gabinete: 91.013.11.21 - 806.408.522

DEL 8 AL 14 DE ENERO

Por el futurólogo Rubén Barea www.rubenbarea.com

ARIES
21/3 -20/4

SALUD: Riesgo de problemas con alguna muela, encía o infección de garganta.

DINERO: Guíate por tus corazonadas y evita que el miedo o la duda te conduzcan a cometer errores.

AMOR: Planes de ocio, diversión y placer en pareja o con amigos.

Lleva contigo un jade para favorecer tu suerte.

TAURO
21/4 - 20/5

SALUD: El estrés y las emociones negativas pueden afectar a tu cuerpo.

DINERO: Llegarás a acuerdos ventajosos. Mejorarán tus condiciones.

AMOR: Cuidado con las relaciones poco equilibradas en las que ofrezcas más de lo que recibas o a la inversa.

Una turquesa te proporcionará paz y tranquilidad.

GÉMINIS
21/5 - 20/6

SALUD: Ten una alimentación adecuada, sin excesos ni carencias.

DINERO: Días de buena suerte con posibilidad de cambio laboral o financiero.

AMOR: Momento de reconciliación con algún ser querido. Inicio sentimental o posible romance.

Ten flores frescas en agua para la buena energía.

CÁNCER
21/6 - 20/7

SALUD: Tendencia al dolor en la parte baja de la espalda, caderas o rodilla.

DINERO: La buena planificación y estrategia te permitirá tomar decisiones acertadas.

AMOR: No quieras ser el centro de atención. Permite que otros opinen, participen e, incluso, brillen.

Repele lo negativo con laurel a la derecha del cuerpo.

LEO
21/7 - 21/8

SALUD: Debes revisarte la vista, puedes necesitar algún tratamiento.

DINERO: Comenzarás un camino en el que aparecerán oportunidades para reflotar económicamente.

AMOR: Necesitarás resolver algo personal para disfrutar de unas relaciones más plenas.

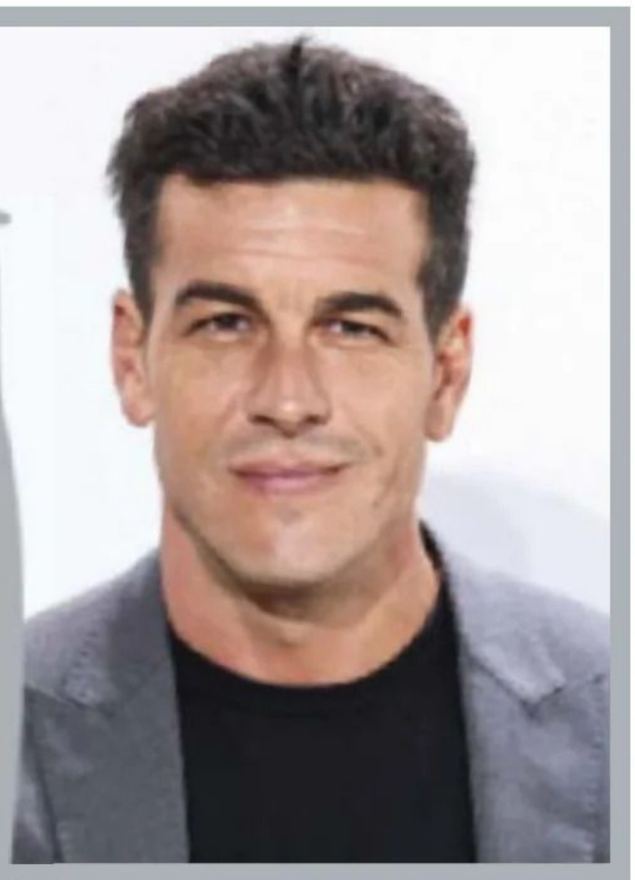
El incienso de rosas mejorarán tus relaciones.

El mejor signo

Géminis

Mario Casas

12 de junio de 1986 (38 años)



VIRGO
22/8 - 22/9

SALUD: Llegada de buenas noticias. Mejora sanitaria o recuperación.

DINERO: Aprendizaje de los errores. La experiencia te permitirá actuar correctamente.

AMOR: Aunque tengas que obligarte, participa de los eventos y acércate a tus seres queridos.

Una piedra luna te protegerá de la negatividad.

LIBRA
23/9 - 22/10

SALUD: Cuidado con obsesionarte por lo que veas o te cuenten otros.

DINERO: Momento relajado en el que disfrutarás de la estabilidad que ansiabas.

AMOR: Si tienes paciencia con los que más quieres, recuerda también tener paciencia contigo.

Una amatista te proporcionará bienestar.

ESCORPIO
23/10 - 22/11

SALUD: Presta atención a las señales que te da el cuerpo.

DINERO: Cumplirás con tu presupuesto de manera estricta, lo que conllevará una mejora en tus finanzas.

AMOR: No temas la gota que colma el vaso, porque es la que te saca de él.

La turmalina negra será tu protectora estos días.

SAGITARIO
23/11 - 20/12

SALUD: Evita investigar por internet. Confía solamente en tus médicos.

DINERO: Cuidado con los compañeros en el trabajo, evitando que se aprovechen de ti.

AMOR: Saldrá a la luz lo que resulte necesario, incluso una relación oculta para alcanzar tu felicidad.

Quema velas de canela que atraerán buena energía.

CAPRICORNIO
21/12 - 19/1

SALUD: Acepta tus limitaciones sin llevar a tu cuerpo a esfuerzos perjudiciales.

DINERO: Empieza a prepararte para esos cambios que llegarán sin prisa, pero sin pausa.

AMOR: Dedica tiempo de calidad a tus seres queridos. Evita la pereza a la hora de salir.

El azabache será un protector frente a la negatividad.

ACUARIO
20/1 - 18/2

SALUD: Momento de liberarte de alguna dependencia, incluso emocional.

DINERO: Deberás hacer algunos sacrificios necesarios y que, sin duda, merecerán la pena.

AMOR: Avance en tus relaciones. Nuevas amistades y compromisos.

Incorpora el color morado y su vibración en tu rutina.

PISCIS
19/2 - 20/3

SALUD: Pereza y falta de energía o ilusión que debes combatir.

DINERO: Momento de atender tu salud, tu imagen y regalarte algunos caprichos.

AMOR: Riesgo de discusiones o desacuerdos frecuentes que complicarán tu bienestar.

Quema velas de miel para las buenas relaciones.

Manuel Zamorano: “Mi ego me ha puesto donde estoy pero también me ha dado muchos problemas”

El peluquero nos recibe en su casa y nos abre su corazón: "En alguna ocasión me he sentido estrujado y exprimido"

SU talento lo ha llevado a lo más alto. Ha trabajado y sigue trabajando con las más grandes, pero su humildad y cercanía permanecen intactas. Nos citamos en su casa, una vivienda en la que Manuel Zamorano ha invertido todos sus ahorros. El peluquero es gran amigo de nuestra cabecera y suele estar detrás de nuestros grandes posados, pero esta vez se han invertidos los papeles y es él nuestro protagonista.

Cuando terminó *Sálvame,* el programa que le hizo aún más popular, Zamorano se refugió en lo que él denomina su cuartel general, su salón de peluquería. Mientras le da un gran sorbo a un vaso de agua, nos hace un repaso sobre lo que ha sido su vida este último año hasta que con sus declaraciones provoca que los que tengamos que dar un sorbo de agua seamos nosotros.

Manolo, como le llaman sus amigos, nos habla sin titubear de su vida, sus romances, el amor, sus grandes decepciones... "Esta charla ha sido como una especie de terapia", nos dice al terminar.

"Esta charla ha sido como una especie de terapia", nos dice al terminar la entrevista en su casa.

¿Dónde nos encontramos?

Estamos en mi casa, que compré hace un par de años.

¿Cómo llegaste a ella?

Quería tener algo un poquito más grande. Yo tengo otra casa, pero es más pequeña y ya buscaba un lugar que pudiera hacer a mi manera, a mi gusto.

Está mimada el detalle.

Está hecha con mucho cariño, aunque ahora la tengo alquilada. La veo muy grande para vivir solo, de hecho, viví una temporada en ella y me veía un poco como desangelado. Es muy grande, pero muy bonita. Eso sí, si la tuviese que volver a hacer la haría de otra manera.

¿Por qué?

En esa época, tampoco tenía mucho dinero y no la podía rehabilitar como yo quería.

¿Esta casa ha sido tu gran inversión?

Sí, todos mis ahorritos los he invertido aquí en esta zona, en la madrileña Plaza de España.

¿Cómo has vivido las fechas navideñas?

Las he vivido con un poco de tristeza. Desde que murió mi padre sentí que ya todo dejó de tener sentido.

¿Sufriste mucho con su pérdida?

Sí, mucho. A día de hoy hay veces que cada vez que me ocurre algo o tengo algo, siempre hablo con él. Mis padres fueron mi castillo.

¿Ellos nunca te juzgaron por tu orientación? Hablamos de otro contexto social.

Mi padre se creía que estaba liado con Toñi Moreno (risas). La llevé un fin de semana a mi casa y se puso a decir que hacíamos buena pareja (risas). Es una amiga de toda la vida. Hubo un momento en el que ▶▶▶

▶▶▶ Toñi era la novia de Raúl (Prieto) y también mi novia (risas).

¿Por qué?

Porque los padres de Raúl se creían también que era su novia porque iba mucho a su casa. Toñi era la novia de todos. Mi relación con ella siempre ha sido muy íntima.

¿Cuánto de íntima?

Tan íntima, que ella me pidió que fuese el padre de Lola, lo que pasa es que a mí me asustó mucho.

Una de mis preguntas era si a tus recién cumplidos 48 años nunca te habías planteado la paternidad.

Ya no. Nunca he tenido mucho instinto paternal porque mi vida siempre ha sido una locura y siempre he luchado por llegar a todo lo que me he propuesto. También digo una cosa, hace poco he estado en Málaga con Toñi, he estado con Lola y cuando la he visto por mi cabeza pasó: "Y pensar que Lola hubiera sido hija mía". Pero es mi ahijada y la quiero muchísimo.

Ahora tienes pareja ¿En qué momento de tu vida ha llegado Javi?

Llegó en un momento de mi vida en que no lo buscaba. No buscaba tener pareja. Me gusta mucho mi soledad y no necesito a nadie para estar bien.

¿Te has enamorado?

Sí, estoy enamorado.

¿Y cómo ha sido volver a sentir esa sensación?

Es que creo que cada vez te enamoras de una manera distinta. Con Raúl (Prieto) me enamoré de una manera y con Fran, me enamoré de otra. Javi es un amor más maduro, es un amor incondicional y yo creo que me quiere y me ayuda muchísimo en todo.

"Cuando finalizó *Sálvame* me quedé en *shock*, pero para mí también fue como un descanso", nos confiesa.

"Toñi Moreno me pidió que fuese el padre de su hija Lola, lo que pasa es que a mí me asustó mucho la idea"

¿Pasarías por el altar?

No lo sé. Nunca me lo he planteado. Con Raúl tampoco.

Raúl y tú ejemplificáis que después de una relación de muchos años se puede mantener la amistad.

Él se encargó de que esto no terminara. No se terminó gracias a él. Yo al principio recuerdo que no quería verle. Me llamaba y no le cogía el teléfono. Yo decía, ¿pero por qué me llama si ya no estoy con él? ¿Por qué sigue viniendo a verme?

¿Cómo os conocisteis?

Yo le conocí cuando Sara Montiel se casó con Toni Hernández. Yo participé en aquella boda peinándola y estaba detrás de ella cuando pronunció la famosa frase de: "Pero qué invento es este". Él trabajaba en *Aquí hay tomate* y surgió todo.

Hablemos de tu gran tesoro, tu peluquería. Por ella pasan muchas famosas.

De hecho, hay mucha gente que llama siempre antes de venir porque se piensan que soy inaccesible. Pero a mí salón puede acceder todo el mundo, desde una ministra hasta una concejala o una actriz. Tengo a Nati Abascal, que se junta con Belén Esteban o con Carlota Corredera.

¿Qué tal con Nati?

El día que vino por primera vez estaba muy nervioso porque siempre la he admirado mucho.

Hablando de trabajo. Creo que eres de las pocas personas que no se ha pronunciado o que nunca le han preguntado por el final de *Sálvame*.

Al principio me parecía como mentira, me quedé como un poquito en *shock*. Pero también fue como un poquito también de alivio por poder parar. Han sido muchos años con muchísima intensidad, con muchísimas horas, muchos problemas y también muchas alegrías. Para mí fue como un descanso. Me llamaban por la mañana para transformar a Josep Ferrer de Tamara Falcó y cuando tenía el trabajo hecho, se caía y me pedían que lo caracterizara de Chelo García Cortés. Creo que ahora no sé si sería capaz de hacer todo eso.

¿Si volvieras te negarías a hacer determinadas cosas?

No, porque en mi trabajo nunca me he negado a hacer nada. Pero sí que a lo mejor hubiera parado algunas.

¿Cosas cómo qué?

Pues a lo mejor hubiera parado que se le hubiera hablado mal a gente de mi equipo. Incluso a mí. Yo nunca era capaz de enfrentarme a ellos y cogía a los directores y les contaba lo que había pasado y eran ellos los que mediaban. Yo dejé *Cámbiame* por una discusión que tuve con Pelayo. Dije que hasta aquí habíamos llegado.

¿Qué sucedió?

Un día me dijo que yo maquillaba y peinaba a las señoras como fulanas y yo estaba tan quemado que le solté otra bien gorda. Yo no aguanté más y decidí irme.

¿Cómo es la relación en la actualidad?

Estoy deseando que me deje de seguir en Instagram para dejarle de seguir. Fue muy cruel. Eran programas muy complicados y pasé mucho estrés. Yo me quedé sin cejas y sin barba. El médico me dijo que del estrés tenía el cortisol altísimo.

¿Y cómo es la vida después de *Sálvame*?

Ahora estoy muy centrado en la peluquería. Nunca la abandoné porque yo siempre fui consciente que eso era mi cuartel general. De ahí he podido comprarme otra casa, de ahí he podido vivir de mi salón y he podido sacar todo lo que tengo. La tele era un suplemento.

¿Te apetece volver a la televisión?

Tengo tres proyectos, que puede ser que salgan en marzo. Nunca me lo había planteado, pero me gusta mucho que se hayan acordado de mí. Creo que esto pasa cuando dejas de lado tu ego, porque yo creo que lo que a mí me ha pasado durante todos estos años es que he tenido un ego muy alto.

Nunca te había escuchado hablar de esto.

Mi ego me ha hecho llegar donde estoy, pero mi ego también me ha llevado a tener mucha ansiedad, tener problemas de estómago, querer abarcarlo todo, por ejemplo, si salía una famosa, quería traerla a la peluquería lo más rápido posible y ahora ya no.

Manuel nos cuenta que durante su paso por *Cámbiame* se quedó sin cejas y barba por el estrés.

"He hecho una criba muy grande en el salón. Decidí quitarme a lo que yo llamo las 'influmierdas'. Venían al salón a aprovecharse de mí y corté por lo sano"

Es terrible.

He hecho una criba muy grande en el salón. Decidí quitarme a lo que yo llamo las 'influmierdas'. Tenía la sensación de que solo venían al salón a aprovecharse de mí y corté por lo sano.

¿Cómo reaccionaron?

Muchas me han dejado de hablar, pero me he dado cuenta de que las que realmente eran mis amigas y las que querían venir a la peluquería siguen viniendo. Decidí valorarme. Yo no sé decir a nadie que no. Yo tuve una famosa, muy famosa que vivía enfrente de mi peluquería, hablo de la época de cuando no había peluquería en *Sálvame* por el covid, y yo la peinaba todos los días y la maquillábamos en el salón para entrevistas, cenas, fiestas... Incluso venía a la peluquería para lavarse el pelo.

¿Y qué pasó?

Pues ella encontró a otro que iba a su casa y desapareció de mi vida. Ni las gracias me dio, pero te digo una cosa, de casta le viene al galgo. He sufrido muchas de esas. He sentido que me ha estrujado, me ha exprimido. A mí y a mi equipo. Yo no comía porque ella venía a la peluquería. Pero todo eso ya ha cambiado.

Te conozco desde hace tiempo y nunca te había visto tan dolido.

Es que a día de hoy es incapaz ni de preguntarme cómo estoy. Todo esto fue condicionante para que no me volviera a suceder nunca más.

¿A quienes consideras tus amigas entre las famosas que acuden a tu salón?

Una de ellas es Carlota Corredera. Confió en mí desde el primer momento. Belén Esteban también se ha convertido en una de mis mejores amigas, Valldeperas, Lidia Lozano...

Iván Reboso

Fotos: Joan Crisol.

Las Campanadas más competitivas

La noche se convirtió en un auténtico duelo entre la pública y Antena 3, que eligió un año más a Cristina Pedroche como protagonista de su retransmisión

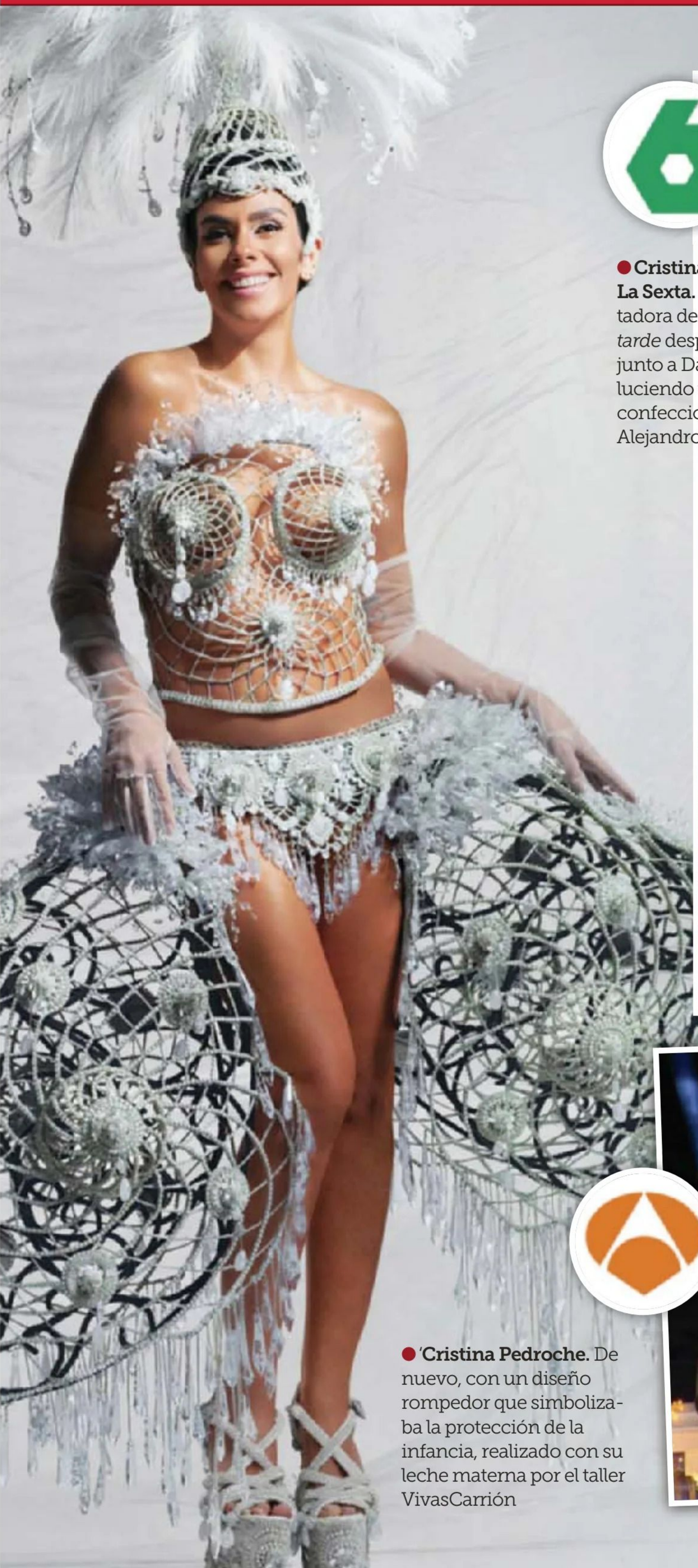
Un año más, como cantaba Ana Torroja en Mecano, las principales cadenas de televisión se vistieron de gala y sacaron toda su artillería para la retransmisión de las tradicionales Campanadas de la suerte.
Primeras figuras, gran despliegue técnico y todo tipo de gags para generar espectáculo y conseguir llevarse el gato al agua en lo que a audiencias se refiere.
Aunque lo cierto es que, un año más, la cosa se convirtió en un duelo entre TVE y Antena 3. Pedroche y Chicote o Broncano y Lalachus.
Un duelo que, contra todo pronóstico, perdió la de Vallecas, que llevaba tres años consecutivos alzándose con la victoria sobre la cadena pública.

TVE recuperó el liderazgo con Lalachus y Broncano, anotando un gran 41,9% de share

RTVE consiguió despuntar y liderar las retransmisiones con un gran 41,9% de share y 7.148.000 espectadores, seguida de Atresmedia con un 34,9% de share y 5.994.000 espectadores y, por último, Mediaset, que anotó un 4,5% y casi 800.000 espectadores de media.

Lalachus. Brilló con un diseño de lentejuelas con escote 'bardot' de la diseñadora ponferradina Silvia Fernández. Uno de los más aplaudidos de la noche.

Posando junto a su jefe y compañero en la retransmisión, David Broncano.



● **Cristina Pardo, en La Sexta.** La presentadora de *Más vale tarde* despidió el año junto a Dani Mateo, luciendo un vestido confeccionado por Alejandro de Miguel.

● **'Cristina Pedroche.** De nuevo, con un diseño rompedor que simbolizaba la protección de la infancia, realizado con su leche materna por el taller VivasCarrión

● **Ángeles Blanco, en Telecinco desde Canarias.** Vistió un vestido de novia y un dos piezas plata, ambos de la firma de moda canaria Marco&María.

● **Blanca Romero, en Telecinco.** Fue su gran entrada en el universo Mediaset. La hizo junto a Ion Aramendi, vistiendo un diseño de Salafranca Atelier.

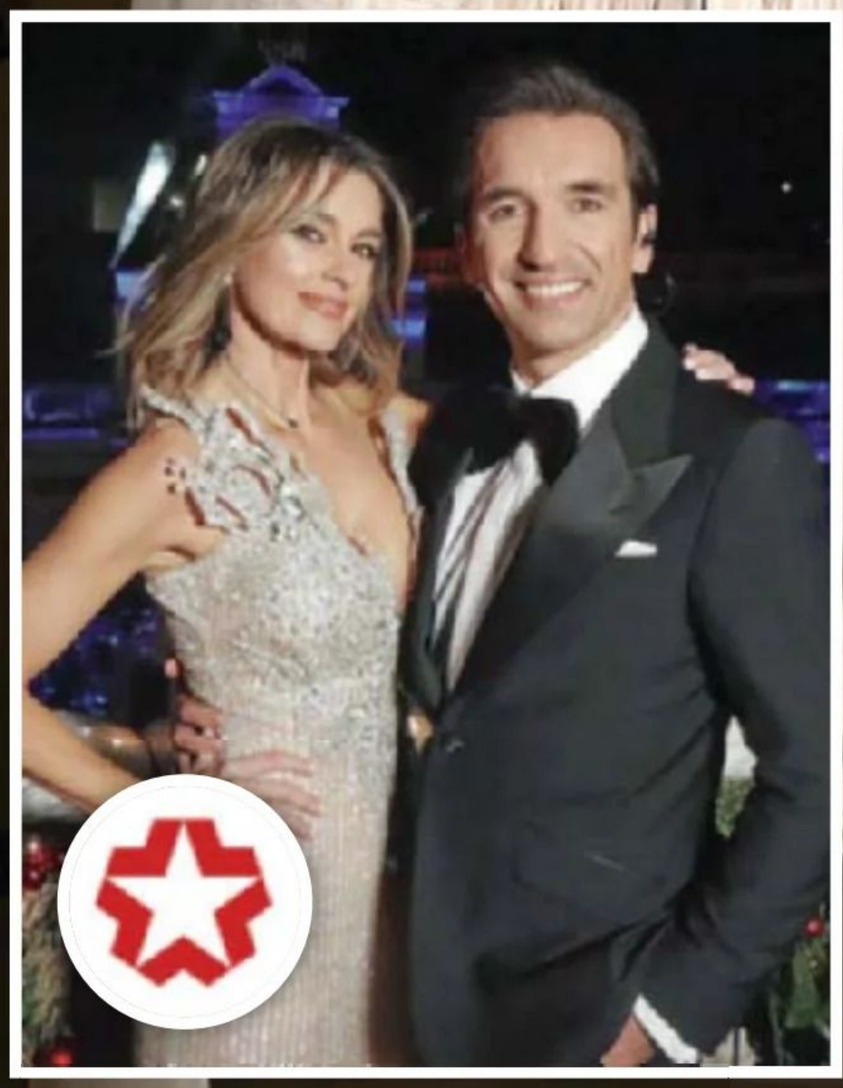
● **Leire Martínez, en EITB.** Tras su polémica salida de La Oreja de Van Gogh, la vasca brilló con un vestido de estilo rockero de la diseñadora donostiarra Yolanda Torres.

● **Nia, en TVE para Canarias.** En su tercer año al frente de la retransmisión, la cantante se decantó por la diseñadora Lia Stublla, con un vestido largo negro de silueta sirena.

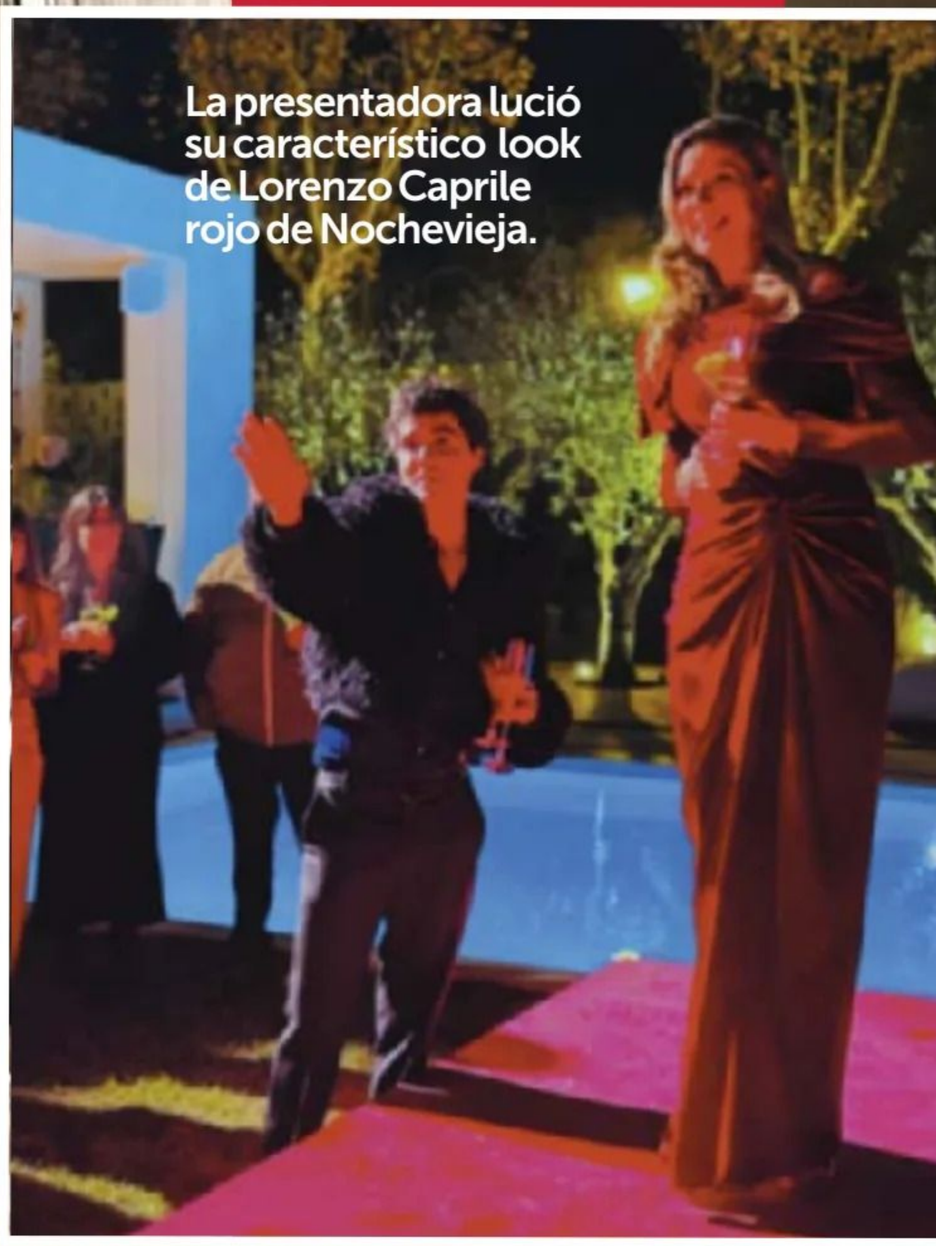
● **Laura Escanes en TV3.** Lució un espectacular vestido de novia diseñado por las diseñadoras de Yolancris, con inspiración mediterránea.

Los Javis y Anne Igartiburu

● Los directores celebraron una gran fiesta de Nochevieja con amigos como Rosalía, Jenesi o Anne Igartiburu, que hizo una particular retransmisión de las Campanadas.



● **Mónica Martínez y Miguel Lago, en Telemadrid.** La presentadora lució un diseño de Rubén Hernández. Un vestido joya, de color nude, con corte ajustado y escote asimétrico.



La presentadora lució su característico look de Lorenzo Caprile rojo de Nochevieja.

‘Gran Hermano Dúo’ abre de nuevo sus puertas

● La casa más famosa de la televisión ha vuelto a abrir sus puertas a otra remesa de 16 rostros conocidos. Nuevos concursantes que tienen historias en común y que formas dúos o tríos por su presente o por su pasado. Ana Hermina Illas y Aurah Ruiz por sus conflictos después de la anterior edición de Supervivientes; Óscar Landa y Maica Benedicto por su reciente amistad dinamitada en Gran Hermano 19; Manuel Cortés, Marieta y Sergio Aguilera por el triángulo amoroso que formaron tras el paso de la alicantina por La isla de las tentaciones; Álex Ghita y Frigenti por el supuesto tonteo que el entrenaddor tuvo con Miguel, que provocó su ruptura con Adara Molinero; José María Almoguera y Jeimy Báez, porque ambos

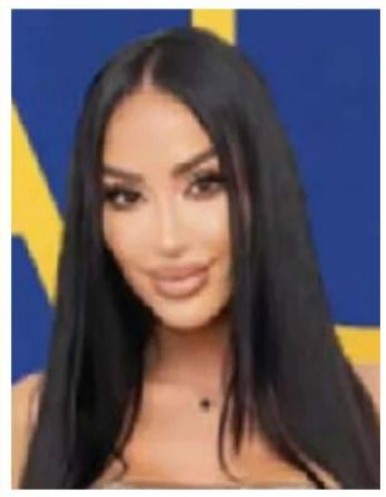
‘Gran Hermano Dúo’ servirá de puente hasta la próxima edición de ‘Supervivientes’, que llegará en marzo a Telecinco

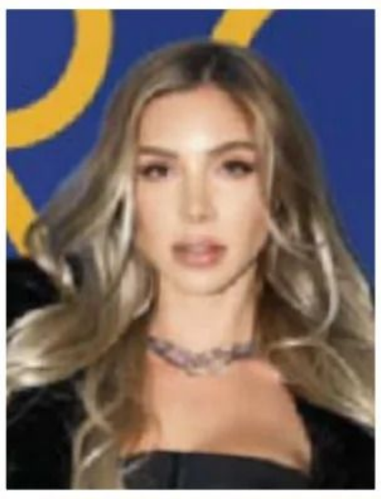
tienen lejanía con Alejandra Rubio y Carlo Costanzia, el ex de Jeimy; Dani Santos y María Sánchez por su paso por Gran Hermano 12+1 y Romina Malaspina, Vanessa y Javier por los celos de la segunda con su marido. ¿Cómo acabará esta explosiva convivencia? ¿Ya tenéis a vuestro favorito?

Ana Herminia, pareja de Ángel Cristo

Óscar Landa, de ‘GH19’

Álex Ghita, ex de Adara Molinero


Aurah Ruiz, mujer de Jesé Rodríguez


Romina Malaspina, de ‘SV’

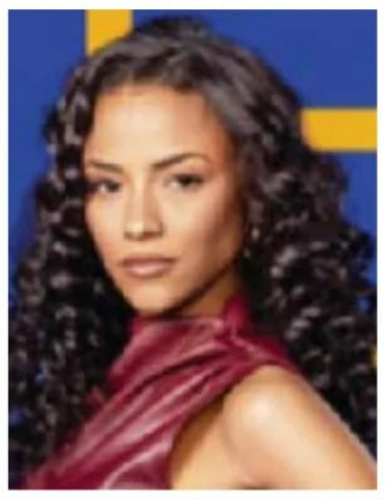
Javier Mouzo, de ‘GH19’

Vanessa Bouza, de ‘GH19’

Manuel Cortés, hijo de Raquel Bollo

Sergio Aguilera, ex de Marieta

Marieta Díaz, novia de Suso Álvarez


Jeimy Báez, ex de Carlo Costanzia

Miguel Frigenti, periodista

Maica Benedicto, de ‘GH 19’

José María Almoguera

Dani Santos, de ‘GH 12+1’

María Sanchez, de ‘GH 12+1’

María Escario se jubila tras 40 años en TVE

● "Necesito vivir despacio para hacer otras cosas y que lo cotidiano sea lo importante en mi vida". Con esa frase, María Escario ha cerrado cuatro décadas dedicadas al periodismo en una última entrevista concedida a la Cadena Ser.
La periodista, que ha estado siempre ligada a RTVE, también ha querido hacer repaso de su trayectoria. Y ha desvelado, entre otras cosas, cómo fue realmente su salida del Telediario: "Si yo hubiera sido hombre, un poco sumiso, que no discute, ni crea problemas, no hubiera dejado de ser presentadora. Nunca me he callado. Después de veinte años, el director de informativos, que tenía todo el derecho a quitarme, no tuvo ni el gesto de mirarme a la cara para decírmelo".

La familia de Mota se cuela en su Nochevieja

● José Mota se ha convertido en todo un estandarte de la Nochevieja en las casas españolas año tras año. El humorista y sus programas inundan de risas millones de hogares españoles y, en esta ocasión, el suyo ha saltado a la pequeña pantalla: sus hijas y su mujer hicieron un cameo en su especial.

FLASHES

VUELVE 'HAY UNA COSA QUE TE QUIERO DECIR'

● El mítico espacio de testimonios, sorpresas y reencuentros regresa a la parrilla de Telecinco en la noche de los sábados.

'NEXT LEVEL CHEF' SE ESTRENA CONTRA SONSOLES

● El nuevo talent culinario de Mediaset se enfrentará a Sonsoles Ónega en la noche de los jueves, que regresa con una nueva edición de *Lo tenemos que hablar.*

'HONOR', LA NUEVA SERIE DE ANTENA 3 EN LA NOCHE DE LOS JUEVES

● La ficción, que ya se estrenó en la plataforma del grupo, aterriza en abierto contra 'Gran Hermano Dúo'

'La Promesa' suma un nuevo personaje a su reparto

Isabel Serrano interpreta a Leocadia en 'La Promesa'

● La serie diaria de las tardes de Televisión Española suma a Leocadia a su reparto. Interpretada por la actriz Isabel Serrano, Leocadia llega a la ficción para revolucionar a Cruz. Su aterrizaje hará que tiemblen los cimientos de *La Promesa*. Además, esta amiga del pasado de Cruz aprovechará su estancia para indagar, no solo sobre Jana y su boda, sino también para acercarse a Curro y La Marquesa. Sin duda, un nuevo giro de guión para seguir manteniendo a una audiencia que ha convertido a la serie en líder.

Los Mozos de Arousa hablan de sus NO Campanadas

Raúl, Borjamina y Bruno cerraron su etapa en Mediaset el pasado 20 de noviembre.

● Los exconcursantes de *Reacción en cadena* iban a ser en un principio las grandes estrellas de las Campanadas en Telecinco, pero todo se truncó a una semana del anuncio oficial.

"Cuando nos cuentan las condiciones, ya habíamos perdido. Nos ofrecieron 3.000 euros, que nos informamos y se cobra mucho más. Llegamos a un acuerdo, la cadena aceptó una cifra intermedia y el mismo día que grabamos el especial de la final nos dijeron que no", explicaron en Land Rober, en la televisión gallega..

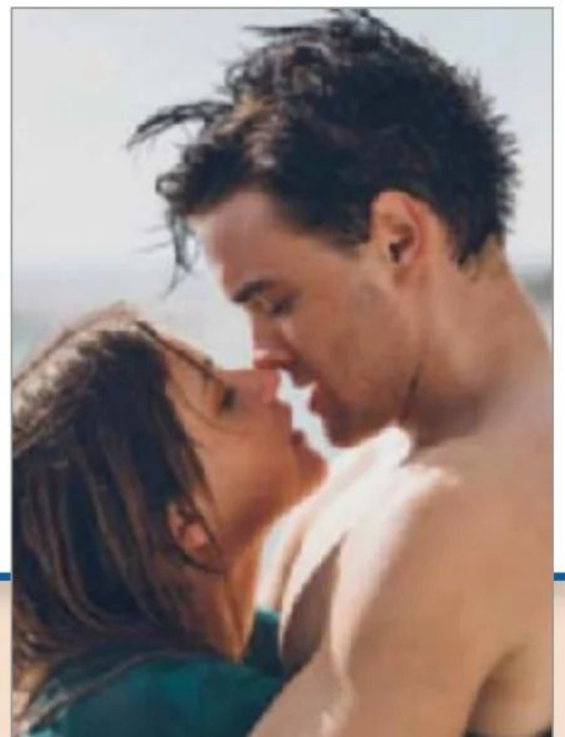
PELÍCULA

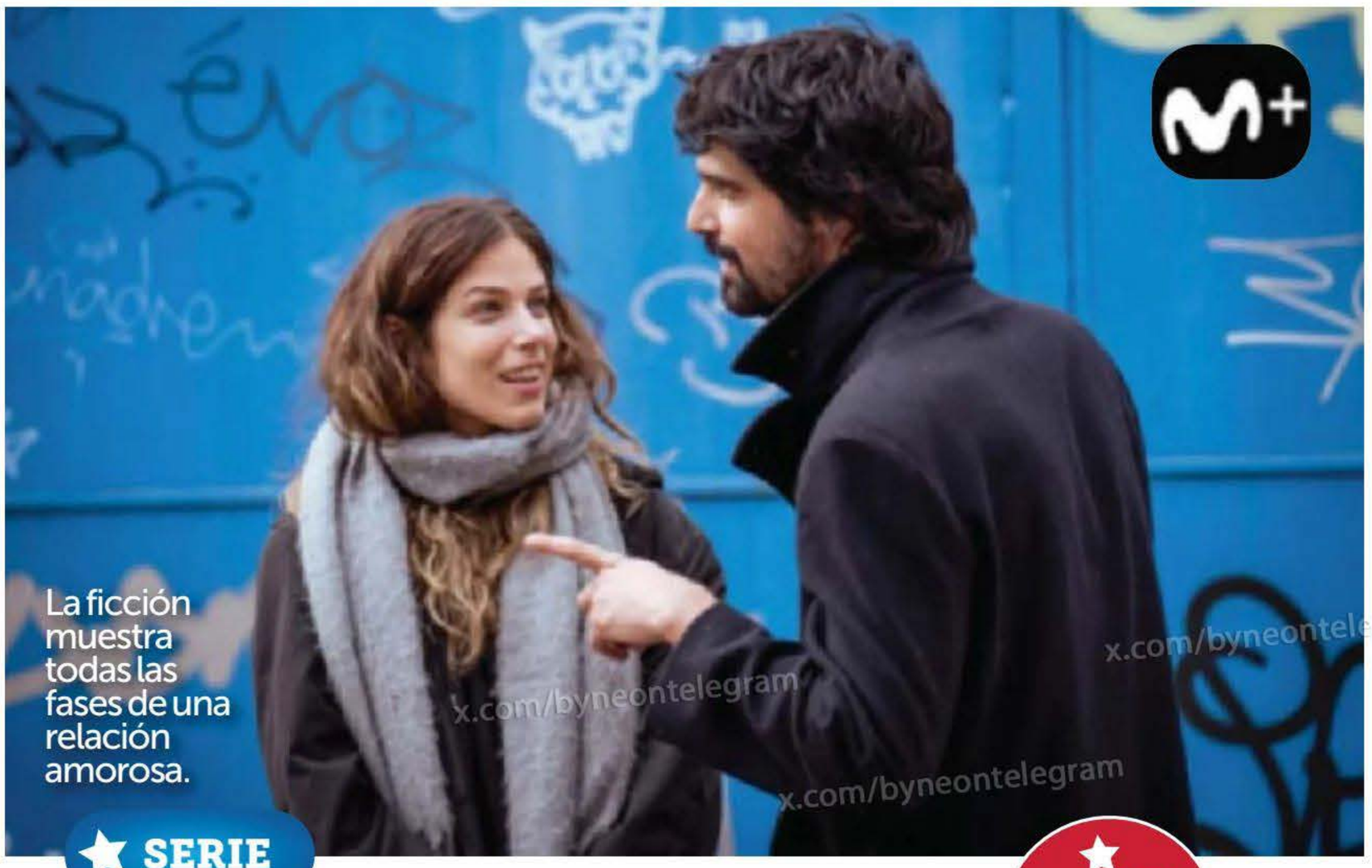
Culpa Tuya,

la nueva trilogía de películas románticas que te volverá a atrapar

Plataforma: Prime Vídeo
Int: Nicole Wallace, Gabriel Guevara, Marta Hazas, Iván Sánchez, Victor Varona, Eva Ruiz, Goya Toledo y Álex Béjar

● En cada una de las generaciones hay una saga de películas románticas que las marcan para siempre: *50 Sombras de Grey, Crepúsculo, Tres metros sobre el cielo*... Existen numerosos ejemplos que se repiten una y otra vez, pero muy pocos nacionales. La saga *Culpables,* de la escritora argentina Mercedes Ron, ha inspirado a la trilogía que ya se puede ver casi al completo en Prime Video España y que tiene todos los visos de convertirse en la saga que marcará a esta generación. La trama se sucede en Marbella y continúa la historia de Noah (Nicole Wallace) y Nick (Gabriel Guevara) que ya se presentó en la primera parte -*Culpa Mía*-, y que fue todo un éxito a nivel internacional. En esta ocasión, los protagonistas ya tienen la mayoría de edad y tendrán que enfrentarse a numerosos retos que ponen a prueba su relación. El cóctel perfecto de peligro, amor, desenfreno y drama que no te puedes perder. Y la antesala de *Culpa Nuestra*, que llegará a la plataforma en 2026.





La ficción muestra todas las fases de una relación amorosa.

SERIE

'Los Años Nuevos': el triunfo del amor real

¡NUESTRA SERIE FAVORITA!

Plataforma: Movistar Plus+
Int: Iria del Río, Francesco Carril, Ana Labordeta, Vladimir Perrin y Pablo Gómez-Pando

● 10 capítulos y 10 años resumidos en los últimos 10 días de Año Nuevo. La idea parece rocambolesca, pero el simbolismo de cada 1 de enero -ese día en el que todo termina y empieza- nos lleva muy lejos en esta serie dirigida por Sorogoyen y protagonizada por Iría del Río y Francesco Carril. Ambos actores soportan de manera sublime el peso de *Los Años nuevos*, donde dan vida a una pareja que se conoce durante la Nochevieja de 2014 y que durante 10 años vive una relación llena de idas y venidas. Rodada de manera que el espectador sienta que vive al lado de los protagonistas, esta serie destaca por la crudeza y realismo con los que analiza las relaciones de pareja. En el inicio, en pleno enamoramiento, los planos son cortos, solo para ellos, porque para Óscar y Ana no existe un mundo más allá de ellos y sus sábanas. A partir del capítulo cinco, los planos se abren, quizá porque, como en la evolución de su relación, el mundo ya empieza a importar.

Los años nuevos es la historia de Óscar y Ana pero también podría ser la tuya. En sus miradas, en sus discusiones y en sus reflexiones podemos reconocer los episodios de nuestra propia vida. El 1 de enero de 2025, 10 años después de conocerse, la serie se despide del espectador. Sin embargo, el espectador no puede despedirse de la serie. Precisamente este mismo 1 de enero muchos se preguntaban: ¿Qué estarán haciendo hoy Óscar y Ana? La prueba de que esta serie ha llegado para marcar a quienes la vean.

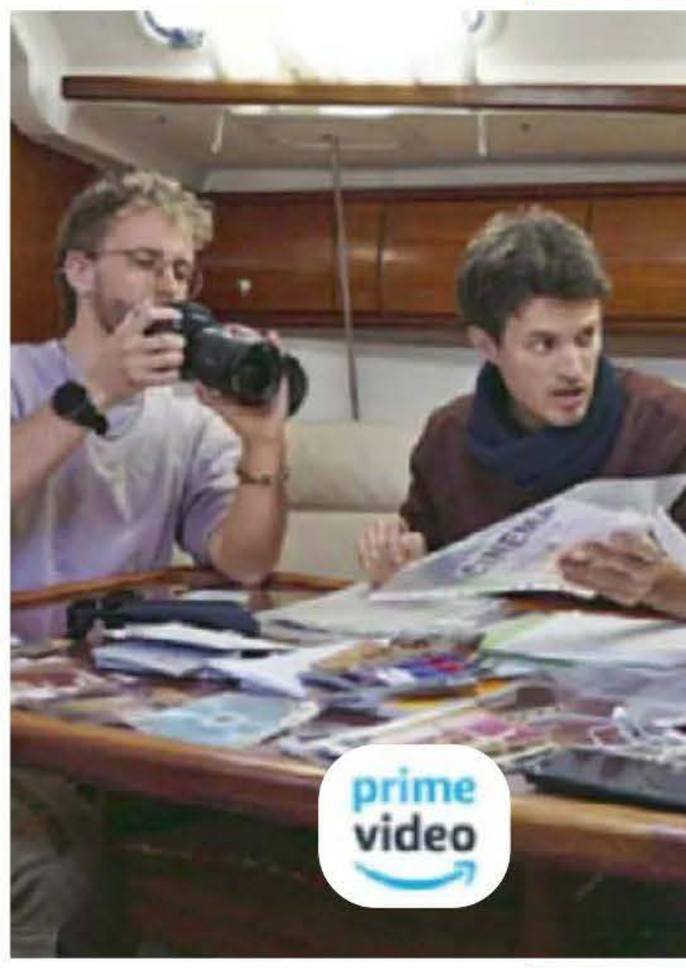
ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O escanea el código QR:

DOCUMENTAL

¿Cómo cazar a un monstruo?

Plataforma: Prime Vídeo

● Ha sido una de las series documentales más aclamadas del 2024. En ella, el streamer Carles Tamayo, que se incorpora este mes a Mediaset como reportero del renovado *Caiga quien Caiga*, retrata al pederasta Lluís Gros Martí. El propio Lluis se puso en contacto con Carles para contarle su vida, pero el reportero decidió reconstruir años y años de abusos a menores en un documental que pone sobre la mesa la impunidad con la que creía actuar Gros.
Tres capítulos trepidantes en los que el delincuente está presente, en primera persona, y que harán que te replantees muchas cosas. *Cómo cazar a un monstruo* es la vuelta de tuerca que le faltaba a este género.



Belén Esteban y su tierna visita a su madre

La colaboradora televisiva ha disfrutado de unos días de lo más entrañables en Benidorm junto a su familia

El buen tiempo ha acompañado a Belén durante su estancia en Benidorm.

PASEOS Y CHARLAS

Madre e hija han aprovechado para ponerse al día y pasear por la ciudad adornada con las luces de Navidad.

AUNQUE le encanta viajar y conocer lugares nuevos, Belén Esteban (51) siempre tiene un sitio al que volver: Benidorm. Allí ha vivido los mejores veranos de su vida junto a su familia y siempre encuentra la paz y la tranquilidad necesaria para reponer fuerzas. Pero, además, desde hace algunos años, en esta localidad alicantina reside su madre, María del Carmen Menéndez, a quien Belén adora y visita muy a menudo.

En esta ocasión, la colaboradora de *Ni que fuéramos Shhh* (Canal Quickie) ha querido dar la bienvenida al nuevo año en Benidorm junto a su madre y hasta allí ha viajado acompañada por su marido, Miguel Marcos.

Entrañable despedida

Los tres han pasado unos días de lo más agradables en los que madre e hija han aprovechado para ponerse al día, pasear por la ciudad adornada con las luces de Navidad, disfrutar del buen tiempo reinante y comer en reconocidos restaurantes de la zona.

Belén visita frecuentemente a su madre, que, desde hace algunos años, reside en Benidorm

Unos días muy felices que, como todo en esta vida, llegaron a su fin, en su caso, con una entrañable estampa en forma de besos y 'te quieros' lanzados por Carmen, desde la ventana de su casa, a su hija, que, emocionada, la miraba desde la calle, a buen seguro, con los ojos llenos de lágrimas. ■

Belén también contó con la compañía de su inseparable marido, Miguel Marcos.

La complicidad y el cariño entre madre e hija es evidente.

"CON AMOR"

Meghan Markle vuelve a la carga desde la cocina

La esposa del príncipe Harry protagoniza una nueva docuserie sobre estilo de vida, donde demuestra sus dotes como anfitriona

NUEVO PROYECTO

La duquesa de Sussex coproduce y protagoniza *Con amor, Meghan*, una docuserie de ocho capítulos de 33 minutos

Meghan, muy orgullosa de su tabla de hummus y crudités.

Fundida en un abrazo con su esposo, el príncipe Harry.

"Espero que os guste el programa tanto como a mí me encantó hacerlo", asegura Meghan en su flamante nueva cuenta de Instagram

LA esposa del príncipe Harry de Inglaterra ya tiene nuevo proyecto en Netflix. Se trata de *Con amor, Meghan*, toda una declaración de intenciones en la que la duquesa de Sussex (43) muestra su refinado y estilo de vida 'sin esfuerzo', ya sea cocinando delicias en los fogones, recolectando frutos del jardín, haciendo ramos de flores o ejerciendo de perfecta anfitriona con sus amigos más íntimos.

Utilizando un símil, se puede decir que el programa ya está plenamente cocinado y listo para consumir. El próximo 15 de enero se estrena en la conocida plataforma estadounidense y gracias a él Meghan Markle vuelve a la palestra después de muchos meses de ausencia mediática.

En solitario

"¡Me emociona mucho compartir esto con vosotros! Espero que os guste el programa tanto como a mí me encantó hacerlo. Estoy más que agradecida por el apoyo y la diversión", dice Meghan en el avance del mismo, compartido en su cuenta de Instagram, que ha inaugurado en Año Nuevo y ha conseguido más de un millón de seguidores en tiempo récord.

En sus ocho capítulos nos encontramos a una Meghan a secas, sin apellido, natural, como de estar por casa. Y en solitario. Esta docuserie es cosa suya; ella es la gran protagonista.

Aunque en el clip promocional se la puede observar en un plano fundida en un bonito abrazo con Harry, es de esperar que el príncipe no aparezca demasiado en la pantalla. Este programa se ha grabado en su mansión californiana de Montecito y sale su jardín, su huerto, su porche y hasta su perro.

Aunque según ha descubierto la prensa británica, la cocina no es la suya, sino que pertenece a la mansión vecina de unos amigos.

Su esposo y sus dos hijos, Archie y Lili Diana, se quedan al margen. A pesar de los comentarios sobre una supuesta crisis del matrimonio, porque durante el año pasado se han mostrado poco juntos en público, parece que en casa sigue reinando la armonía familiar.

Mil habilidades

En este proyecto, Meghan se presenta radiante e impecablemente vestida, fiel a su estilo casual elegante. Demuestra su buena mano para hacer una tarta con fresas, rosquillas glaseadas, focaccia e incluso extrayendo miel directamente de unos paneles de abejas.

Meghan le da a probar sus creaciones a sus mejores amigas. Todas ríen y se lo pasan bien. Entre ellas se ve a la actriz Mindy Kaling, a Delfina Blaquier, esposa del jugador de polo Nacho Figueras, gran amigo de Harry; a la fotógrafa Tracey Robbins y la actriz Abigail Spencer, una de sus compañeras de la serie *Suits*. También se pasan por el set algunos chefs americanos.

"No estamos a la búsqueda de la perfección, sino de la alegría" y "El amor está en los detalles" son algunas de las frases inspiradoras que Meghan lanza en este adelanto.

Tras su debut, en 2022, con aquella polémica docuserie en la que los duques de Sussex contaban su verdad sobre su vida con los Windsor, la pareja no ha tenido un verdadero bombazo en el terreno audiovisual, pero lo siguen intentando. Un escaparate para presumir de su estilo de vida a la americana, bien lejos de la corte del rey Carlos III. ■

DIVORCIO

Se acabó 'Brangelina': Brad Pitt y Angelina Jolie aparcan su guerra

La antigua pareja dorada de Hollywood ha llegado por fin a un acuerdo de divorcio tras ocho años separados y una batalla encarnizada entre duros cruces de acusaciones

OCHO largos y complicados años después de su ruptura, el que fuera el matrimonio más espectacular de Hollywood llega a su fin de manera legal. Este 30 de diciembre, Brad Pitt (61) y Angelina Jolie (49) firmaban por fin un divorcio que se ha eternizado en los tribunales debido a problemas de todo tipo y una guerra encarnizada entre ambos, en la que sus seis hijos han terminado poniéndose del lado de la actriz.

Se acabó *Brangelina*, la 'marca' con la que el mundo les bautizó entrelazando mágicamente sus nombres, como poniendo un sello a la maravilla que significaba su belleza conjunta. Porque sí, eran bellos, absolutamente bellos. Un sueño de glamour en las alfombras rojas. Pero de perfectos, nada. Su relación, que duró 12 años y solo dos de ellos casados, escondía más sombras que luces y en 2016, para sorpresa del mundo entero, anunciaban su ruptura.

El fin de un sueño

Comenzaron entonces una guerra sin cuartel, pero ahora por fin la pareja ha dado el paso llegando a un ansiado acuerdo de separación con sus respectivos abogados, tal y como ha confirmado el abogado de la actriz, James Simon, aunque sin aportar más detalles.

Durante el litigio han quedado en evidencia, como decíamos, las grietas que escondía su fantástica fachada. Tuvieron un romance de película, pero su final también ha sido digno del mejor culebrón.

"Angelina está exhausta. Estos ocho años se ha dedicado a sanar como familia", asegura el abogado de la actriz

Acusaciones de violencia doméstica de parte de Angelina; contraréplicas de Brad... Y en medio sus hijos, que han crecido entre un fuego cruzado. En estos momentos, el actor no mantiene ninguna relación con Maddox (23), Pax (21), Zahara (19), Shiloh (18) y los mellizos Vivienne y Knox (16). Los cuatro mayores se han quitado ya el apellido Pitt del Jolie-Pitt en los tribunales.

Como detonante de la separación, una fuerte discusión familiar en 2016, a bordo de su avión privado, en la que Pitt, al parecer bajo los efectos del alcohol, dio un golpe a uno de sus hijos y también agredió a su esposa. Ahí Angelina dijo basta y, solo cuatro meses después, la pareja anunció su ruptura.

Este desagradable incidente salió a la luz unos años después a raíz de la filtración de la demanda interpuesta por Angelina Jolie en su día. Brad Pitt contestó a través de un portavoz diciendo que esa historia era "falsa" y que su exesposa añadía datos nuevos cada vez. La guerra se recrudecía a pasos agigantados.

Diferentes caminos

Pese a todo, cada uno ha salido adelante a su manera. Lejos de resentirse su popularidad tras las graves acusaciones de Jolie, la estrella del actor ha seguido brillando en películas de éxito. Incluso en 2020 ganó el Oscar por *Érase una vez en Hollywood*, de Tarantino, y dedicó su discurso a sus hijos "que motivan todo lo que hago".

Además, Brad Pitt sale con la diseñadora de joyas de origen madrileño Inés de Ramón, 30 años más joven, de la que se dice que ha sido un potente motor para impulsar a Brad a aceptar este acuerdo de divorcio.

Angelina Jolie, por su parte, ha seguido un perfil más discreto, ha reducido mucho su trabajo en el cine, centrada en sus causas solidarias, sus hijos y sin que se le conozca una nueva pareja romántica.

Custodia y propiedades

Según el letrado de la artista, "hace más de ocho años Angelina y sus hijos dejaron las propiedades que compartían con el señor Pitt y se han enfocado desde entonces en encontrar la paz y sanar como familia. Angelina está exhausta, pero está aliviada de que esta parte haya terminado al fin".

La custodia de los hijos menores y el reparto de sus bienes, entre ellos el Castillo Miraval, situado en el sur de Francia, donde la numerosa familia estableció su residencia, son los puntos candentes del acuerdo de divorcio.

De hecho, Brad Pitt demandó a su ex en 2022 por haber vendido por su cuenta el viñedo del *château*. Angelina lo calificó de "frívolo". Dicho todo esto, que el divorcio les traiga al fin la deseada paz a sus vidas. ■

Se enamoraron en el rodaje de *Sr. y Sra. Smith*, cuando el actor estaba casado con Jennifer Aniston

En 2014 se casaron en una romántica ceremonia celebrada en su castillo del sur de Francia, rodeados de sus seis hijos. Angelina lució un vestido de Versace con bordados de dibujos de sus hijos

Globos de Oro: la alfombra roja más glamurosa

Todas las estrellas brillaron en una gala donde Demi Moore se emocionó al recibir el primer premio de su carrera

Demi Moore (62), con un vestido de Armani Privé, se llevó el Globo de Oro como mejor actriz en una película de comedia o musical por su papel en *La sustancia*.

Sharon Stone (62), con un vestido de Georges Chakra.

Nicole Kidman (57 vestida de Balenciaga.

Angelina Jolie (49), de Alexander McQueen, fue con su hija Zahara (19).

LA primera alfombra roja de este 2025 se ha desplegado con todo el glamour que se espera en los grandes acontecimientos del Hollywood. Un año más, los Globos de Oro han abierto la temporada de premios con una gala celebrada en el hotel Beverly Hilton de Los Ángeles a la que asistieron más de 1.300 invitados, con la cómica y actriz Nikki Glaser como perfecta maestra de ceremonias.

En esta 82 edición hemos visto desfilar a estrellas clásicas del séptimo arte encabezadas por las siempre elegantes Nicole Kidman, Cate Blanchett, Kate Winslet o Angelina Jolie (acompañada por su hija Zahara) y las 'renacidas' Demi Moore y Pamela Anderson, todas ▶▶▶

Keira Knightley (39), con un look de Chanel.

Sofia Vergara (52), con un vestido de Georges Chakra.

Pamela Anderson (57), de Oscar de la Renta.

Zoe Saldaña (46), de Saint Laurent.

▶▶▶ ellas nominadas por sus magníficas interpretaciones en 2024. Aunque no todas tuvieron la suerte de llevarse el galardón a casa.

Tampoco faltó a la cita Zendaya, convertida en los últimos tiempos en el gran icono de moda, gracias a sus impactantes estilismos creados por Law Roach; las hermanas Dakota y Elle Fanning, Anya Taylor-Joy, Margaret Qualley o Miley Cyrus, como imagen de las nuevas generaciones más arriesgadas.

El pabellón español estuvo representado por Karla Sofía Gascón, nominada a la Mejor Actriz Principal de Comedia o Musical por su papel en la película *Emilia Pérez*. La actriz de Alcobendas (la misma ciudad de nacimiento de Penélope Cruz, la española más universal en Hollywood) no se llevó el premio, que recayó en Demi Moore por su interpretación en *La sustancia*.

Las películas 'Emilia Pérez' y 'The Brutalist' y la serie 'Shogun' fueron las grandes vencedoras

Emocionadísima, Demi reconoció que no se lo esperaba, que era el primer premio que recibía y que hace unos años ya pensaba que su carrera estaba acabada: "Celebro esto como un recordatorio de a dónde pertenezco", afirmó entre los rotundos aplausos de todo el auditorio.

Aunque Karla Sofía no consiguió el premio, sí subió al escenario para recoger el galardón a *Emilia Pérez* como mejor película. Y lo hizo ▶▶▶

La actriz española llevó un vestido realizado a medida del que afirmó: "Elegí estos colores porque la luz siempre gana sobre la oscuridad"

Karla Sofía Gascón (52), de Saint Laurent.

Kate Winslet (49) eligió un traje de Erdem.

Cate Blanchett (55), con brillos de Louis Vuitton.

Naomi Watts (56) optó pot un vestido de Schiaperelli.

Salma Hayek (58) fue fiel a Gucci.

▶▶▶ con un vestido naranja hecho a medida del que dijo: "He escogido estos colores porque la luz siempre gana".

También la española volvió a ser protagonista cuando Zoe Saldaña recogió el Globo de Oro como mejor actriz de reparto por el mismo filme: "Nadie como tú podría haber interpretado a Emilia Perez, eres única, reina", aseguro refiriéndose a ella.

Película de récords

El narcomusical *Emilia Pérez*, del director francés, Jacques Audiard, rompió el récord de nominaciones en esta edición para una película en la categoría de comedia o musical con 10 candidaturas, superando las 9 de *Barbie* del año pasado. Al final se llevó cuatro estatuillas.

El clasicismo de las veteranas se dio la mano con los looks más audaces de las nuevas generaciones

El otro representante español fue Javier Bardem, un habitual de los premios y las alfombras hollywoodienses reconocido por su trabajo en *Monstruos: La historia de Lyle y Erik Menendez*, como Mejor actor secundario en una serie, miniserie o película para TV. Sin embargo, el marido de Penélope Cruz no acudió a la gala, ni se llevó el galardón, que finalmente recayó en el japonés Tadanobu Asano por *Shogun*.

Los Globos de Oro, con su gala y distendida cena y su glamour desfilando por la alfombra roja, demostraron, una edición más, que son la perfecta antesala de los Premios Oscar que se entregarán el próximo 3 de marzo.

Fotos: Agencias

Dakota Fanning (30), con vestido fluido de Versace.

Su hermana, Elle Fanning (26), de Balmain.

Zendaya (28) volvió a destacar con su vestido de Louis Vuitton.

La actriz llevó un look 'Old Hollywood' con el que homenajeó a la cantante y activista por los derechos civiles de los años 40 y 50 Joyce Bryant conocida como la 'Marilyn negra'

Miley Cyrus (32) llevó un vestido cut-out de Celine.

Tilda Swinton (64), con un conjunto de Chanel.

Jodie Foster (62) apostó por la sobriedad con su Dior.

Isabella Rossellini (72), con vestido bordado y capa.

Glenn Close (77 y su original vestido de Balmain.

María Jiménez: la trágica muerte de su hija que marcó su vida

Con solo 16 años, Rocío, la primogénita de la cantante, falleció en un accidente de coche

Rocío nació en Sevilla en 1968 y la cantante nunca reveló la identidad del padre.

ACCIDENTE MORTAL
El coche en el que viajaba Rocío con dos amigos, que también murieron, quedó partido por la mitad. SEMANA vivió el dolor de María y Pepe Sancho.

"TÚ no puedes estar muerta". Así fue el grito desgarrador que pronunció María Jiménez cuando recibió hace ahora 40 años la noticia más devastadora de su vida.

La cantante nunca pudo olvidar la llamada de teléfono en aquella madrugada del 7 de enero de 1985, que rompió su mundo. Había celebrado el Día de Reyes feliz y tranquila en su casa del madrileño Paseo de la Castellana junto a sus hijos: Rocío, de 16 años, y Alejandro, que estaba a punto de cumplir dos. Pepe Sancho (del que en ese momento estaba separada) también estuvo con ellos pasando la jornada festiva.

A última hora de la tarde el actor y Rocío abandonaron la casa de la artista rumbo a la estación de tren desde donde la joven tenía que viajar a Málaga para incorporarse a las clases en el instituto Calderón, en el que estudiaba interna primero de BUP desde el septiembre anterior. Se despidieron con un abrazo y un beso... Pero la joven no subió al tren. Decidió cambiar sus planes y viajar finalmente

La cantante dormía cuando de madrugada recibió la llamada de la Guardia Civil comunicándole la muerte de su hija

con dos jóvenes amigos sin avisar a su familia.

Por ello, cuando a las tres y cinco de la madrugada María Jiménez, que dormía plácidamente, recibió la llamada de la Guardia Civil de Madridejos comunicándole el accidente mortal de su hija no se lo podía creer. Esa no podía ser su niña, porque estaba convencida de que había viajado en tren como estaba previsto.

Lo primero que hizo María fue llamar a Pepe, que estaba tomando unas copas con el matrimonio formado por el músico Alfonso Santisteban y la periodista Marisa Medina. Inmediatamente los cuatro, junto con el mánager de la artista, Manolo Sánchez, se dirigieron a Madridejos, donde, pasadas las seis de la mañana, llegaron al depósito del cementerio de la ▶▶▶

La cantante, rota de dolor, se abalanzó sobre el féretro en el momento en el que iba a ser introducido en el nicho del cementerio de Boadilla del Monte: "Que no se la lleven", era su grito desgarrador.

▶▶▶ localidad para reconocer el cuerpo de la joven.

De camino a Madridejos pasaron por el mismo punto kilométrico de la carretera donde a las doce y media de la noche se había producido el fatal accidente, y en el que todavía había restos de la tragedia, como una foto del cantante Boy George y un póster del actor Alain Delon, que Rocío había comprado en un reciente viaje a París con Pepe Sancho.

Brutal accidente

El turismo, un Seat 133 en el que Rocío viajaba con dos amigos, se salió de su carril e invadió el lado contrario de la calzada en el momento en el que cruzaba otro vehículo. Al chocar, dio varios giros en los que fue alcanzado por otro coche que lo partió por la mitad. Rocío y sus dos acompañantes murieron en el acto, así como los dos ocupantes del primer coche con el que chocó. Los tres integrantes del tercer vehículo implicado sufrieron heridas de gravedad.

Destrozada por la tragedia, con el rostro desencajado y los ojos hinchados de tanto llorar, María llegó al cementerio y quiso ver a su hija, aunque la convencieron para no hacerlo y finalmente fue Pepe quien reconoció el cadáver: "No me lo puedo creer. Hace unas horas estaba tan llena de vida e ilusionada. Me tomé con ella las uvas de Nochevieja...", musitaba el actor hundido tras verla.

Tras el doloroso trámite regresaron a Madrid, donde tuvo lugar el velatorio.

Allí fueron muchas las escenas de dolor que se vivieron. María Jiménez, sentada en un sofá, agotada, sin dejar de llorar y, la mayor parte del tiempo, sin hablar, con la mirada clavada en el féretro, recibió el pésame de familiares, amigos y muchos compañeros de trabajo.

Con tanta tensión y dolor, María Jiménez y Pepe Sancho acabaron desmayándose en el cementerio ante el féretro de Rocío

"Dejádmela ver, que no se la lleven", gritaba la cantante derrumbada sobre el féretro a la llegada al cementerio de Boadilla del Monte, donde fue enterrada. Allí volvieron a verse unas escenas llenas de dramatismo y dolor por parte de la cantante y también de Pepe Sancho, quienes no pudieron aguantar la tensión y acabaron desmayándose.

La tragedia sumió a María Jiménez en una gran depresión, dejando los escenarios y recluyéndose en casa con su hijo, Alejandro. Sin embargo, cinco meses después, volvió a cantar con la misma fuerza y garra de siempre. Fue en el casino de Montesblancos (Zaragoza), el mismo lugar en el que tenía previsto actuar el 10 de enero si no hubiera sucedido el accidente que le costó la vida a su hija. Así comenzó su actuación: "Buenas noches a todos. Ahora estoy aprendiendo a andar, hasta hace unos días he ido en tacataca... Pero ustedes han venido a oírme cantar. Por favor, vean en mí a la artista que canta y no a la mujer que sufre". Y así siguió, subiéndose al escenario, recuperando una vida que se rompió con aquella llamada de madrugada: "Llorar y desmoronarse habría sido lo más fácil, lo más cómodo. Pero me he puesto una careta. Tendré que ponérmela cada vez que actúe. La careta de la artista que no deje ver a la madre".

A María nunca le gustó hablar de esta tragedia. Incluso muchos años después, la cantante seguía sin querer mencionar lo sucedido: "Llegué a darme golpes contra la pared, del dolor tan grande que sentía. Tuve una hija preciosa, pero no me gusta hablar de este tema porque me pongo muy triste. Porque igual que Dios me la dio, me la quitó", aseguró en una entrevista.

La muerte de su hija fue el golpe más duro, en una vida que nunca fue fácil para ella.

María Jiménez se quedó embarazada cuando todavía no había cumplido los 18 años, y nunca quiso ▶▶▶

La cantante, a punto de desvanecerse, tuvo que ser sujetada por Pepe Sancho y varias personas en el cementerio.

El actor tampoco pudo aguantar la presión y terminó desmayándose.

Aunque llevaban cuatro años separados, el actor fue el gran apoyo de la cantante

▶▶▶ revelar la identidad del padre, aunque se rumoreó que era un ganadero de una conocida familia sevillana: "Al padre de mi hija yo no le dije nada, le oculté que me hallaba en estado, y fuimos dejando nuestras relaciones. Ni lo dejé yo, ni me dejó él, simplemente me quité del medio". En el programa *Lazos de sangre,* de TVE, aseguró que llegó a ir a una clínica para interrumpir el embarazo, pero antes de ver al médico sintió "algo", y decidió seguir en solitario.

Madre soltera

Cuando nació Rocío, 9 de septiembre de 1968, fue un momento de felicidad plena, pero también de muchos quebraderos de cabeza por tener que sacar económicamente sola a su pequeña y por la marginalidad que suponía ser madre soltera en la España de aquella época: "Hubo gente que se desentendía de mí al verme y ahora muchos vienen a felicitarme y darme palmaditas en la espalda. Algunos de esos me criticaban entonces por haber sido madre sin estar casada. Yo perdono, pero no olvido", contó en unas memorias en SEMANA años después.

La niña se quedó al cuidado de sus padres en Sevilla,

María y Pepe estuvieron arropados por Rocío Jurado en el funeral de su hija.

Tras la muerte de su hija, María sufrió una gran depresión y estuvo mucho tiempo sin salir de casa. Solo su pequeño Alejandro, que tenía dos años, logró que volviera a tener ganas de vivir.

LA FAMILIA SOÑADA
María Jiménez y Pepe Sancho presentaron a su hijo, Alejandro, nacido el 16 de febrero de 1986, junto a Rocío, feliz con la llegada de su hermano.

Por su trabajo, María tuvo que dejar a su hija con sus padres en Sevilla, hasta que con 12 años volvió con ella a Madrid.

mientras ella no dejaba de trabajar y abrirse camino sobre los escenarios. Fue en 1980, tras su boda con Pepe Sancho, cuando María se llevó a Madrid a su pequeña para vivir juntos los tres en familia. Una decisión que la enfrentó con sus progenitores, quienes no querían perder a la niña que ellos habían criado.

Pepe adoptó y le dio su apellido a Rocío y, aunque cuatro años después él y la cantante se separaron, la relación padre-hija siguió siendo magnífica. Incluso semanas antes del accidente habían disfrutado de un viaje a París.

La tragedia unió a María y Pepe, que se dieron una segunda oportunidad, casándose de nuevo en 1987... Pero esa es otra historia...

Sonia Montero

En 1980, en la boda de María y Pepe, Rocío fue testigo de excepción. Poco después, el actor la adoptó y le dio sus apellidos.

Amaia Romero

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

La cantante navarra terminó el año por todo lo alto con la espectacular presentación en *La Revuelta* de su última canción, *Tengo un pensamiento*, y lo ha empezado cumpliendo años (el 3 de enero llegó a los 26) y felizmente enamorada de Daniel, un músico catalán. Amaia Romero empezó a cantar siendo muy niña y participó en varios programas musicales infantiles, pero fue la edición de 2017 de *Operación Triunfo* la que la lanzó a la fama tras proclamarse ganadora. Junto a su compañero de *OT* y entonces pareja, Alfred García, representó a España en Eurovisión en 2018 quedando en el puesto 23 con *Tu canción*. Pero tras estos meses de intenso trabajo y reconocimiento, la artista decidió tomarse un respiro y dar un nuevo rumbo a su carrera y a su estilo musical. Ahora, sin perder la dulce sonrisa que siempre la acompaña, Amaia empieza 2025 pisando fuerte.

Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es
SEMANA

DIRECTOR: Jorge Borrajo.
REDACTORA JEFE: Marta Bolonio.
REDACCIÓN: Raquel Martínez, Marian Cazorla, Sonia Montero, Olga Pérez, Matilde Molinero e Iván Reboso.
MAQUETACIÓN Y TRATAMIENTO DE IMAGEN: Juan Francisco de Miguel (Jefe de Sección). Guadalupe Escalona (Jefe de Estilo), Raquel Nistal, Pablo Lorenzo y Raquel Muñoz.
DOCUMENTACIÓN: Rocío Moreno y Francisco José de Pablo.
SEMANA.ES: Miguel Curtido (Director Digital), Laura Campos, Gloria López, Adriana Aragón, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Julia Alegre, Diana Torres, Estefanía Fernández, Santiago Merino, Laura Gay y Erika Ferraro (Community Manager).

EDITA: SEMANA, S.L.
REDACCIÓN:
Avda. de Burgos, 16D - 6ºA. 28036 Madrid.
Apartado de Correos 383
Teléfono: 91 547 23 00
E-mail: *redaccion@semana.es*
ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SUSCRIPCIONES: Teléfono: 91 547 23 00
E-mail: *administracion@semana.es*
E-mail: *distribucion@semana.es*
E-mail: *suscripciones@semana.es*
IMPRESIÓN: Rotocobrhi S.A.
Rda. de Valdecarrizo, 13. 28760 Tres Cantos. Madrid
Depósito legal: M. 911-1958. Printed in Spain.
Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

PUBLICIDAD:
RBA PUBLIVENTAS, S.A.
CEO: Enrique Blanc.
Directora general: Ariadna Hernández.
Director de negocio digital: Serafín González.
Madrid, Norte y Andalucía
Directora de oficina: Arantxa Sánchez.
Directora de publicidad: Belén González.
Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.
Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.
Jefa de publicidad: Juncal Utrilla
Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.
C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.
Teléfono: 91 510 66 00
Barcelona y Levante
Directora de oficina: Ana Gea.
Directora de publicidad: Ángela Carpio.
Directora de publicidad:Olga Fernández
Directora de publicidad:Cristina Hombravella
Coordinadora de publicidad:
Ivana Stelmaszewski.
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.
Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la Asociación de Revistas de Información
CONTROL ojd
Asociada a la Federación Internacional de la Presse Periodique (FIPP).

SEMANA TAMBIÉN EN:
www.orbyt.es
www.kioskoymas.com
www.zinio.com

www.semana.es

SEMANA

TE REGALA*

el coleccionable de cocina con lo mejor de nuestra gastronomía

*no está disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL (venta con periódicos)

PRÓXIMA SEMANA FASCÍCULO 50*

GRUPO RETIRO

Viva su jubilación con tranquilidad, gracias a su vivienda

En **Grupo Retiro** te ofrecemos
soluciones inmobiliarias y financieras a tu medida:

- **Hipoteca Inversa**
- **Venta de Nuda Propiedad**
- **Renta Vitalicia Inmobiliaria**
- **Venta Alquiler Garantizado**

+25 años
asesorando

www.GrupoRetiro.com

91 577 42 40