

iHOLA!

NÚM. 4.214 • 30 ABRIL AL 7 MAYO 2025

EL MUNDO ENTERO DESPIDE AL PAPA FRANCISCO

**CUMBRE DE REYES, EN UN MULTITUDINARIO
Y ESPECTACULAR FUNERAL**



**LUCÍA VILLALÓN,
EL CORAJE DE UNA MADRE**
**TESTIMONIO DE VALENTÍA, ANTE LOS
PROBLEMAS DE SALUD DE SUS HIJOS**

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:



**LA INFANTA
SOFÍA AL
CUMPLIR
18 AÑOS
PRIMER POSADO
EN SOLITARIO Y
CELEBRACIÓN
EN GALES**



BIOCERAMIC
MOONSWATCH
COLLECTION

MISSION ON EARTH *POLAR LIGHT*



Ω
OMEGA
X
swatch® 

Solo disponible en las tiendas Swatch seleccionadas

BIOCERAMIC
MOONSWATCH
COLLECTION

MISSION ON EARTH LAVA



Ω
OMEGA
X
swatch® 

Solo disponible en las tiendas Swatch seleccionadas

Una de las dinastías del vino más reconocidas de Francia

NICOLAS Y MIREN DE LORGERIL NOS ABREN LAS PUERTAS DE SU MAJESTUOSO «CHÂTEAU» DEL SIGLO XVII, CONOCIDO COMO «EL VERSALLES DE LANGUEDOC»

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:



Sobre estas líneas, Nicolas y Miren de Lorgieril, propietarios del imponente Château Pennautier, junto a su hijo Henri y su mujer, Marie Camille, futuros herederos de esta joya arquitectónica del siglo XVII, situada en la región francesa de Languedoc-Rosellón. A la izquierda, abajo, otra imagen de la familia, tomando un tentempié en el jardín de más de 30 hectáreas. A la derecha, una vista aérea del majestuoso edificio, que tiene una apariencia muy versallesca, con una fachada de 100 metros



La histórica propiedad se remonta a doce generaciones de la misma familia, está considerada una joya arquitectónica y es famosa por sus jardines y viñedos

NICOLAS de Lorgeril pertenece a una de las dinastías vinícolas más antiguas y reconocidas de Francia. Junto a su esposa, Miren; su hijo Henri, y la mujer de este, Marie Camille de Lorgeril, nos recibe en Château Pennautier, conocido como el «Versalles de Languedoc». Situado en la región francesa de Languedoc-Rosellón, el castillo, una joya arquitectónica del siglo XVII, ha pertenecido desde su construcción a la familia Lorgeril, que, generación tras generación, ha trabajado incansablemente para preservarlo y restaurarlo.

Château de Pennautier fue erigido en 1620 por Bernard de Reich de Pennautier, tesorero de los Estados del Languedoc, un personaje que muy pronto formó parte de la historia. El 14 de julio de 1622, el joven Rey Luis XIII fue recibido en Pennautier, donde dejó como regalo su mobiliario de viaje: una cama con dosel y seis sillas cubiertas con magníficas tapicerías de lana y seda. Este mobiliario, raro en la época y excepcionalmente conservado, está clasificado como Monumento Histórico.

(SIGUE)





«Entre 2007 y 2009, restauramos completamente el castillo. ¡Tres años de trabajo para 3.000 metros cuadrados de superficie! Era una “belleza dormida”, una casa familiar que necesitaba acoger más vida y acompañar nuestra labor de viticultores»

La decoración interior del «château» es impresionante. Las estancias están adornadas con frescos elaborados, molduras doradas y muebles antiguos que evocan la opulencia de épocas pasadas. Cada habitación cuenta con detalles únicos que narran historias familiares y reflejan el buen gusto de sus propietarios, que han trabajado incansablemente para preservar y restaurar este patrimonio arquitectónico



Pierre Louis de Reich de Pennautier, hijo de Bernard y, desde 1670, recaudador general del Clero de Francia, encargó a Louis Le Vau, arquitecto del palacio de Versalles, la construcción de dos grandes alas adicionales a cada lado de la fachada. El castillo adoptó su apariencia versallesca, con una fachada de 100 metros, orientada al sur. Más tarde, André Le Nôtre, paisajista de Versalles, diseñó

el jardín francés de más de 30 hectáreas del «château». Ya en esa época, los vinos del castillo eran muy conocidos y se servían en la mesa de los oficiales del Rey. Cultivado y erudito, Pierre Louis era amigo de Molière, que fue otro de los ilustres huéspedes del «château», donde ofreció una de sus comedias.

Entre 1835 y 1850, Rodolphe de Beynaguet de Pennautier emprendió

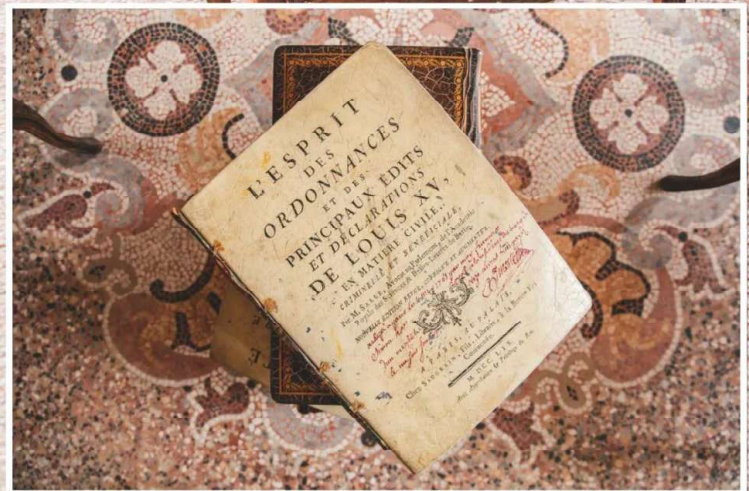
la tercera fase de obras del castillo y lo amplió aún más, al cerrar el patio central con grandes salones de gala. En 1919, Paule de Pennautier, tras su matrimonio con el conde Christian de Lorgieril, inició una renovación que llevó a la supresión del ala noreste, dañada por un incendio. Pero si el exterior del castillo es majestuoso, la decoración interior no es menos impresionante. Los frescos de sus pare-

des y techos, las molduras doradas y los muebles antiguos evocan la opulencia de épocas pasadas.

—La restauración que su marido y usted han realizado en el castillo es espectacular.

—Entre 2007 y 2009, restauramos completamente el castillo. ¡Tres años de trabajo para 3.000 metros cuadrados de superficie! El castillo era una

(SIGUE)



«Nuestra zona favorita es el gran salón Choiseul, en la planta baja. Abierto a la gran terraza y al parque, es un lugar maravilloso en verano para disfrutar de la vista, y en invierno, para leer junto al fuego»



En la imagen, una panorámica del salón Choiseul, el favorito de la familia. Nuestro anfitrión, que asumió la responsabilidad del dominio a los 25 años, tiene entre su magnífica colección de obras una edición original de 1759 de «El espíritu de las ordenanzas y las principales ediciones y declaraciones de Luis XV sobre las donaciones y los testamentos en materia civil» (izquierda). En la página anterior, arriba, una alacena decorada con una elegante vajilla. Debajo, Nicolas posando con su hijo ante la fabulosa chimenea de la estancia

«belleza dormida», una casa familiar que necesitaba acoger más vida y acompañar nuestra labor de viticultores, que es una actividad de compartir y de intercambio. Queríamos restaurar sin desfigurar, conservar el alma excepcional de una casa privada, pero abierta al siglo XXI.

—Y lo consiguieron. ¿Cuál es su parte favorita del castillo y dónde pasan más tiempo?

—El gran salón Choiseul, en la planta baja. Abierto a la gran terraza y al

parque, es un lugar maravilloso en verano para disfrutar de la vista al parque, al sol y a la fresca noche. También es una habitación ideal para recibir o leer junto al fuego, en invierno, compartiendo una botella de uno de nuestros vinos. Es una habitación que, aunque grandiosa, sabe ser íntima. Los cuadros de la familia del duque de Choiseul, que son maravillas artísticas e históricas, son compañeros maravillosos.

—¿Alguna anécdota especial de este lugar tan magnífico?

—Una visita memorable fue la del Rey Luis XIII, en 1622.

—Son una familia unida. Este castillo ¿es su residencia habitual? Estará acostumbrada a recibir muchos invitados en él...

—Sí, vivimos aquí durante todo el año. Recibimos a muchos, ya que es un lugar ideal para acoger. También recibimos a muchos invitados alrededor de nuestros vinos, que son conocidos y distribuidos mundialmente. Además, recibimos a muchos amigos

y familiares, ya que ambos provenimos de familias numerosas.

—Hablemos de sus vinos, tan renombrados e históricamente ligados a su familia desde hace doce generaciones.

—La «maison» ofrece una amplia colección de vinos finos y elegantes que expresan, con fidelidad, toda la diversidad de los terruños y las variedades de uva del Languedoc. Los vinos provienen de nuestros

(SIGUE)

«Nicolas siempre pensó que se encargaría de esta casa. Su padre, Alain de Lorgeril, falleció cuando tenía doce años; él asumió la responsabilidad del dominio a los 25», nos cuenta Miren



En el interior del castillo, hay una hermosa colección de cuadros italianos, adquiridos, en 1784, por Jacques de Pennautier durante su «Gran Tour» en Italia; un conjunto muy bonito que ilustra la excelencia del arte italiano en el siglo XVIII. «Lo que me hace feliz es que la belleza del lugar y de los objetos aporte felicidad a nuestros invitados», nos cuenta Miren de Lorgeril (sobre estas líneas), que ha conseguido conservar el alma excepcional de una casa privada, pero abierta al siglo XXI

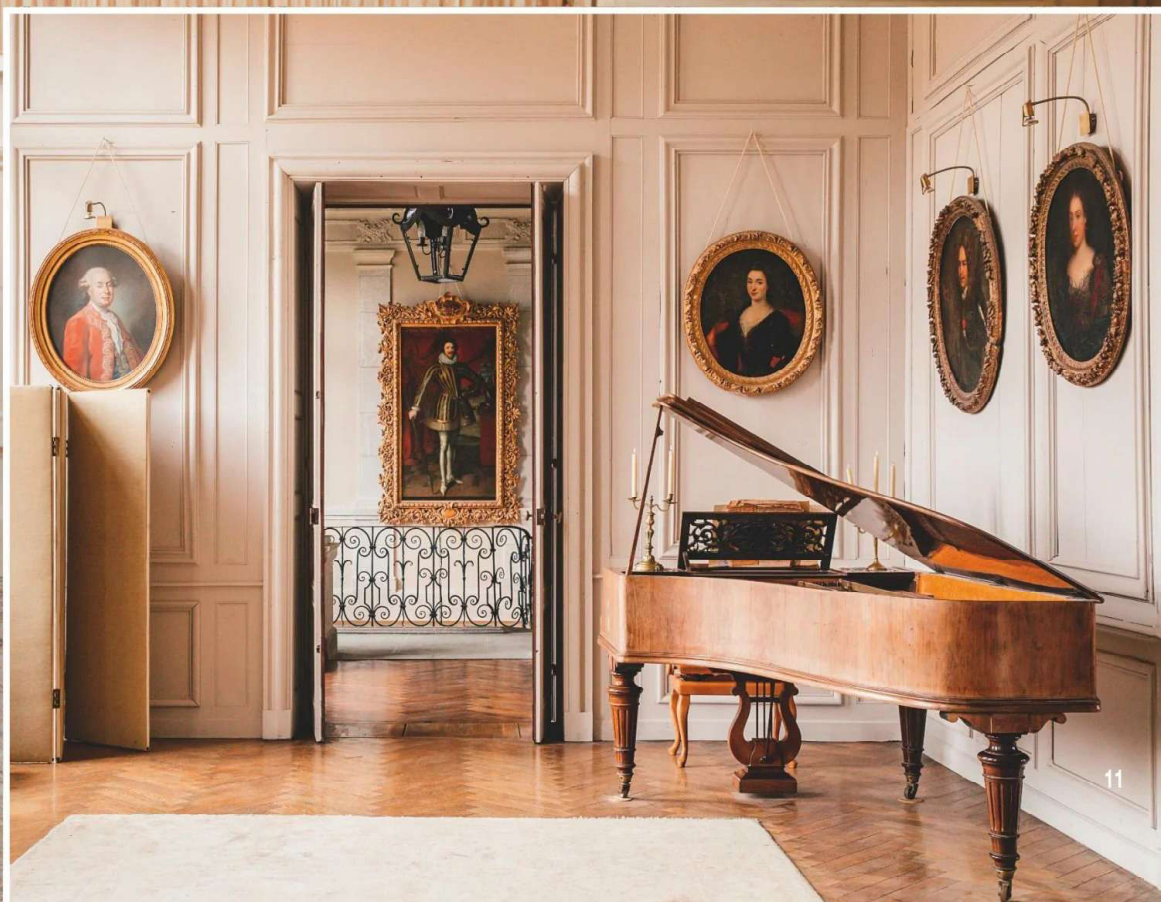


seis dominios familiares y de asociaciones duraderas con un pequeño grupo de viticultores amigos, que comparten la misma búsqueda de la excelencia. El Château de Pennautier es nuestro lugar de origen histórico y punto de equilibrio. Desde 1620, el viñedo es emblemático de la AOP Cabardès. Ya servidos, en 1701, en la mesa de los oficiales del Rey, los vinos inscriben su excelencia en nuestra historia. También somos propietarios de otros dominios en la región, adquiridos y construidos, poco a poco, para descubrir y hacer descubrir la belleza y la diversidad de los terruños del Languedoc.

—El castillo y sus tierras pertenecen a su familia desde hace 400 años. Este importante legado ¿le preocupa? ¿Qué proyectos tiene a mediano y largo plazo?

—Tenemos la suerte de que nuestro hijo Henri y su esposa Marie Camille están listos para involucrarse en esta aventura. Ambos ya tienen grandes experiencias profesionales, han formado su familia y se comprometen a este proyecto con seriedad y entusiasmo. Es un proyecto muy hermoso, el más hermoso que una familia pueda tener. Tomará algunos años, pero

(SIGUE)



El 14 de julio de 1622, el Rey Luis XIII fue recibido en Pennautier, donde dejó como regalo su mobiliario de viaje: una cama con dosel y seis sillas, que están clasificadas como Monumento Histórico



es una perspectiva magnífica para nuestra historia.

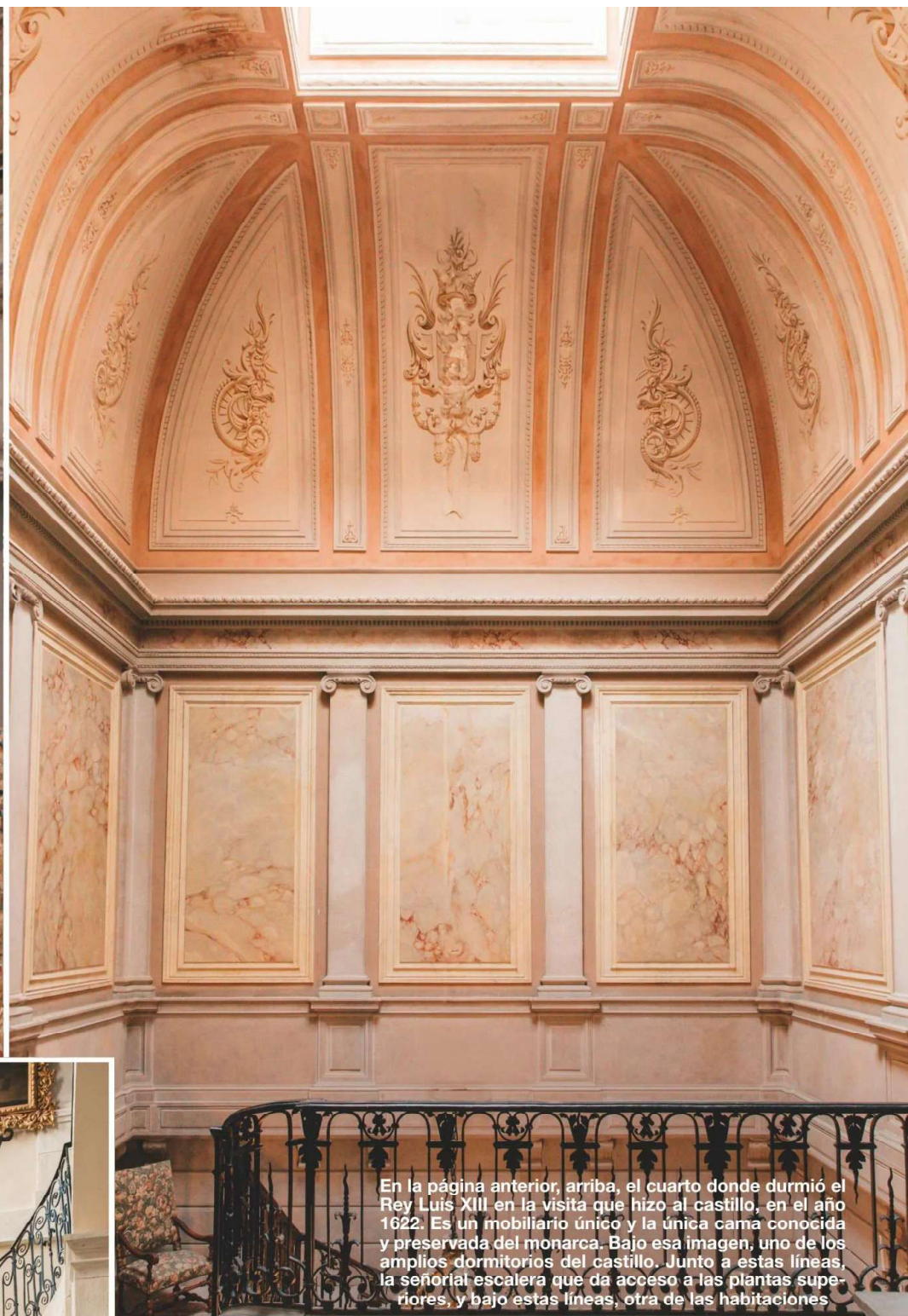
—**Los jardines son espectaculares. ¿Puede hablarnos de ellos?**

—El parque se extiende 30 hectáreas; está clasificado como «Jardín Notable», un sello de excelencia francés. Se divide entre una parte, cercana al castillo, diseñada en el siglo XVII «a la francesa», con una geometría clásica, por el gran jardinero Le Nôtre, el mismo que diseñó los jardines del palacio de Versalles. El resto del parque fue diseñado en el siglo XIX «a la inglesa» y ofrece amplias caminatas junto al río, o bajo la sombra de los árboles centenarios, y es también en parte un viñedo.

—**¿Cómo fue su infancia y la de su marido? ¿Qué anhelaban ser de pequeños?**

—Nicolas siempre pensó que se encargaría de esta casa. Su padre, Alain de Lorgèril, falleció cuando tenía doce años; fue entonces su madre, Françoise, quien continuó el camino, sola con sus dos hijos

(SIGUE)



El parque, de 30 hectáreas, se divide en una parte, cerca del castillo, diseñada «a la francesa» por el gran jardinero Le Nôtre, creador de los jardines de Versalles, y el resto «a la inglesa»

pequeños. Nicolas asumió la responsabilidad del dominio a los 25 años. Yo nací en Versalles (¿un presagio?), me veía como diplomática en el fin del mundo... pero el vino me dio la oportunidad de recorrer el mundo de otra manera, para dar a conocer el viñedo en los cuatro rincones del planeta.

—¿Cuáles son sus sueños?

—Que Pennautier sea una casa de alegría, esperanza y belleza. Que nuestros hijos y nietos puedan continuar esta hermosa obra durante mucho tiempo.

—¿Qué es lo que le hace feliz?

—Que la casa viva en la alegría y el entusiasmo, que la belleza del lugar y de los objetos aporte felicidad a nuestros invitados, visitantes y a los que degustan los vinos.

—¿Cuál es el mejor consejo que ha recibido?

—Más que un consejo, es una cita que nos ha guiado durante los últimos 30 años y que nos sigue guiando cada día para vivir el presente, preparar el futuro y magnificar el pasado: «La tradición no es la adoración de las cenizas, sino la transmisión de la llama viva» (Gustave Mahler).

Producción y texto: CRISTINA LORA ALARCÓN

Fotos: PALOMA ROJAS MARCOS, ALBERT Y FERNANDA NAVARRO PEDROSA para COUCHE STUDIO

«La tradición no es la adoración de las cenizas, sino la transmisión de la llama viva». Es una cita que nos ha guiado durante los últimos 30 años y que nos sigue guiando», dice nuestra anfitriona, que posa con su marido, en otra de las estancias, ante la hermosa colección de cuadros del siglo XVIII que perteneció al duque de Choiseul, ministro del Rey Luis XV y gran coleccionista. Los terrenos del castillo, que está cargado de historia, incluyen una capilla familiar (abajo), que ha sido un lugar de oración para generaciones de habitantes del lugar





MARCIANO
by
GUESS

GUESS.EU

La hija del presidente de Estados Unidos, Donald Trump, mostró su destreza sobre la tabla y su buena forma física, en un divertido día en la playa con sus hijos

El cuerpo de Ivanka Trump, a sus 43 años, no es pura genética. La empresaria es una apasionada de los deportes acuáticos y de la hípica. En la imagen, sobre la tabla con la que surféó las olas en las paradisíacas playas de Santa Teresa, y abajo, luciendo su espectacular figura. Su conexión con la naturaleza no se limitó al océano. En su tiempo libre, también se dejó cautivar por la belleza del entorno, montando a caballo con su hija, Arabella (en el centro), y sus hijos, Joseph y Theodore, junto a quien aparece abajo, a la derecha

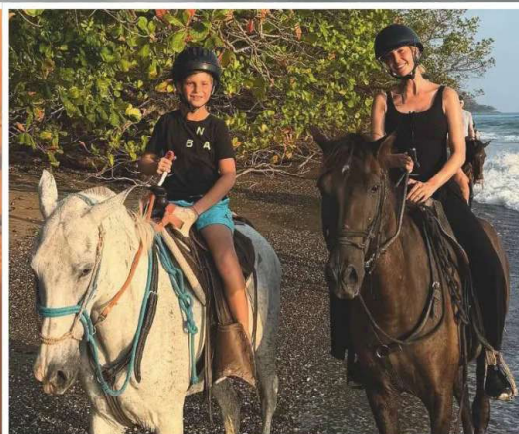


IVANKA TRUMP UNA SORPRENDENTE SURFERA, EN COSTA RICA

IVANKA Trump ha mostrado su lado más aventurero y natural en sus recientes vacaciones familiares en Costa Rica, donde no solo sorprendió con su destreza sobre las olas, sino también con su amor por la hípica. En las paradisíacas playas de Santa Teresa, la hija del presidente de Estados Unidos, Donald Trump, demostró su pasión por el surf, surcando las olas con una gracia que solo los años de práctica pueden proporcionar. Luciendo un bikini negro que realzaba su bronceado, Ivanka se entregó al mar mientras disfrutaba de una experiencia única en familia, acompañada por su esposo, Jared Kushner, y sus hijos, Arabella, Joseph y Theodore. Pero su conexión con la naturaleza no se limitó al océano. En su tiempo li-

bre, también se dejó cautivar por la belleza del entorno montando a caballo a través de los paisajes tropicales. La hípica, uno de sus deportes favoritos, le acompaña desde joven y le permite experimentar la conexión con los animales y la naturaleza de una forma única.

Conocida por su dedicación al bienestar físico y mental, Ivanka no solo se entrega al surf y la equitación, sino que también es una ferviente practicante de deportes como el «jiu-jitsu» y la halterofilia. A través de estos deportes, ha logrado mantener un equilibrio perfecto entre su vida profesional y personal, buscando siempre momentos de calma y reflexión en medio de su agitada vida pública.



sisley
PARIS

BAUME-en-EAU
à la
Rose Noire



Toda la potencia de una rosa extraordinaria en una textura sorprendente:
confortable como un bálsamo, sedosa como un aceite, ligera como el agua.
Repulpada en profundidad, la piel está radiante.

 SisleyParisSpain
 @sisleyparisofficial
Descúbralo en **sisley.es**



BLAKE LIVELY Y RYAN REYNOLDS UNA PAREJA DESLUMBRANTE, EN MEDIO DE LA TORMENTA

La actriz, que ha denunciado por acoso sexual a Justin Baldoni, rindió homenaje a su madre en una gala de premios

Blake Lively, espectacular con un vestido rosa fresa de Zuhair Murad, y Ryan Reynolds, un matrimonio estilo «Old Hollywood» en la Gala Time100, en la que la protagonista de «Gossip girl» fue reconocida como personaje del año. En su discurso de agradecimiento, dedicó unas emotivas palabras a su madre, Willie Elain McAlpin (con la que aparece arriba), de la que desveló que sufrió una agresión que casi le cuesta la vida

EN pleno revuelo mediático por su enfrentamiento judicial con Justin Baldoni, el matrimonio formado por Blake Lively y Ryan Reynolds reapareció sonriente y deslumbrante en una noche de premios. La actriz fue una de las galardonadas como personaje del año de la Gala Time100, celebrada en el Jazz at Lincoln Center, de Nueva York.

Como se recordará, Blake, guapísima con un vestido rosa fresa de Zuhair Murad e impresionantes esmeraldas, ha denunciado por acoso sexual y laboral a Justin Baldoni, director y coprotagonista de «Romper el círculo», y, en su gran noche, rindió homenaje a su madre, Willie Elain McAlpin, con un emotivo discurso en el que desveló que sobrevivió a un intento de agresión por parte de un compañero de trabajo que casi le cuesta la vida: «Mi madre nunca obtuvo justicia de un conocido del trabajo que intentó quitarle la vida cuando era madre de tres niños pequeños, años antes de que yo naciera. Ella siempre ha dicho que su corazón late hoy gracias a la historia que escuchó de otra mujer en circunstancias similares, que hablaba por la radio mientras mi madre conducía un día de vuelta a casa».

«La mujer compartió dolorosa y gráficamente cómo escapó y, debido a escuchar a esa mujer hablar de su experiencia, en lugar de cerrarse en el miedo y la vergüenza injusta, mi madre está viva hoy», añadió Lively.

Fotos: GETTY IMAGES



Siente la libertad.

Disfruta una conducción llena de confort, deportividad y tecnología con la **amplia gama de Mercedes-Benz: Clase A, Clase B, GLA y CLA Coupé.** Acércate a tu concesionario y **descubre nuestras ofertas.**



Mercedes-Benz

Consumo combustible en ciclo mixto gama mostrada: 0-1,2 l/100 km; emisiones de CO₂: 0-28 g/km.



Helen Lindes y Rudy Fernández posan para ¡HOLA! en su gran reaparición juntos tras haber sido padres por tercera vez; al lado, Garbiñe Muguruza con su marido, Arthur Borges, que se casaron el pasado octubre, en Marbella, y abajo, Luis Figo



ENTRAMOS EN LA GALA DE LOS LAUREUS, LOS OSCAR DEL DEPORTE EMOCIÓN, REAPARICIONES Y SORPRESAS

Las anécdotas y detalles de la 25ª edición de los premios más esperados por los deportistas, que volvió a reunir a estrellas y leyendas



NO era la primera vez que Madrid se convertía en la capital del deporte. Ya lo fue el año pasado, cuando acogió —por primera vez en su historia— los Premios Laureus World Sports, conocidos como «los Oscar de los deportistas», y, el pasado lunes 21 de abril, volvió a serlo. La alfombra roja volvió a desplegarse ante el palacio de Cibeles, sede del Ayuntamiento madrileño, en el vigésimo quinto aniversario de estos prestigiosos galardones.

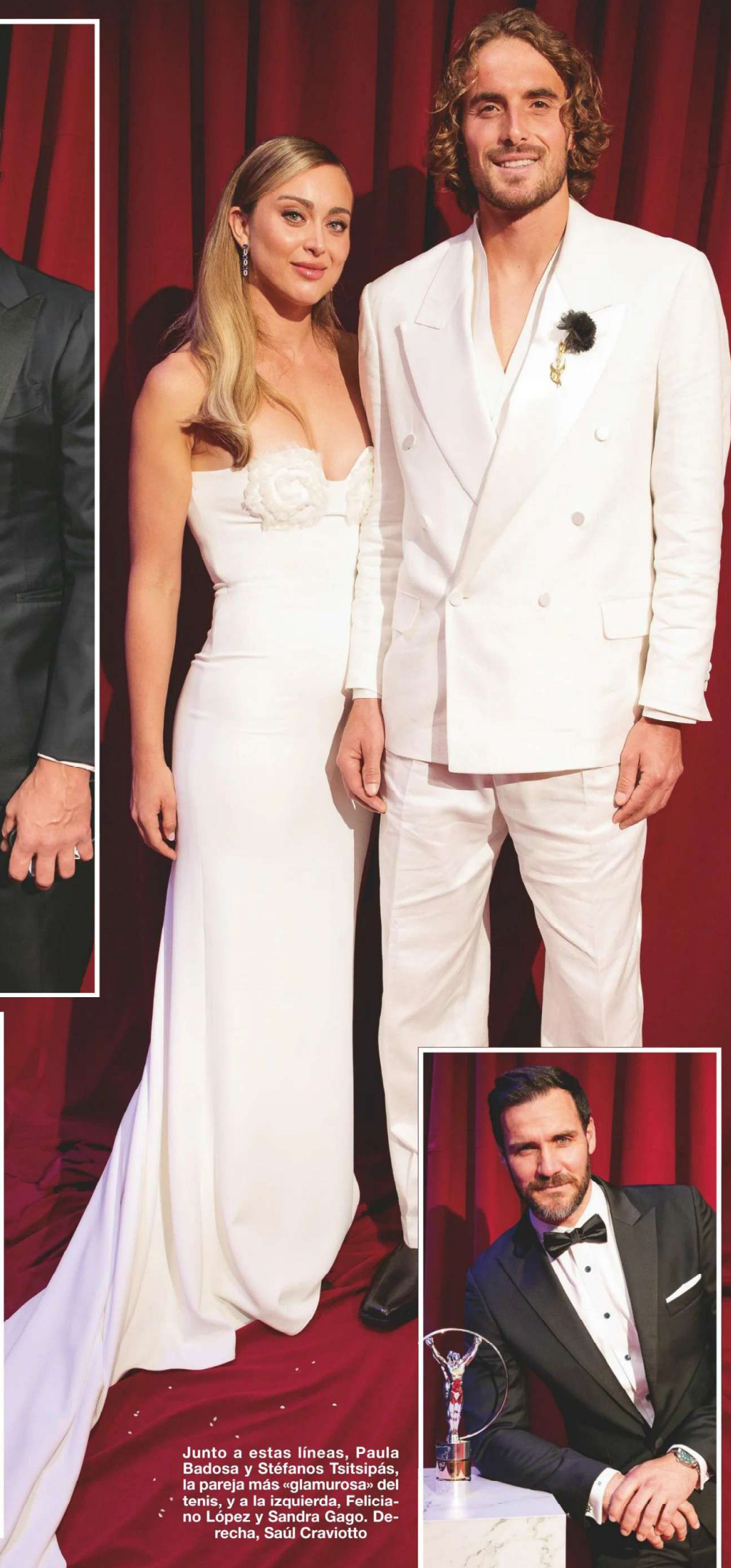
Había mucho que celebrar, pero el fallecimiento del Papa Francisco —aquel mismo día— entristeció a muchos de los allí reunidos. En especial, al ex-tenista Boris Becker, quien confesaba a ¡HOLA! que «me quedé en “shock” cuando me enteré». De hecho, estuvo sopesando no asistir a la cita, pero, finalmente, decidió hacerlo, acompañado de su mujer, Lilian de Carvalho, porque, como nos explicó, pese al dolor, «tenemos que continuar».

Quien tampoco quiso faltar fue Luis Figo, que nos decía que «lo mejor de mi vida» son sus tres hijas —Daniela, Martina y Stella— y fue el encargado de entregar el premio al Mejor Regreso o Reaparición del Año, que recayó en la gimnasta Rebeca Andrade.

SIMONE BILES Y REBECA ANDRADE, RIVALES Y AMIGAS

Rebeca nos contaba que nunca antes había estado en estos premios, en los que tuvo la oportunidad

(SIGUE)



Junto a estas líneas, Paula Badosa y Stéfanos Tsitsipás, la pareja más «glamurosa» del tenis, y a la izquierda, Feliciano López y Sandra Gago. Derecha, Saúl Craviotto





Rafa Nadal se coronó como Icono Deportivo y asistió con su mujer, Mery Perelló, que aparecía por primera vez en público tras conocerse su segundo embarazo

de encontrarse con Simone Biles —una de las más esperadas de la noche—, su gran «rival» —en los pasados Juegos Olímpicos de París le arrebató el oro en suelo—, pero, ante todo, su amiga. «Es muy importante poder mostrar un deporte justo, limpio... Alguien tiene que ganar, pero eso no supone desear el mal al otro», nos comentaba sobre su sorprendente amistad.

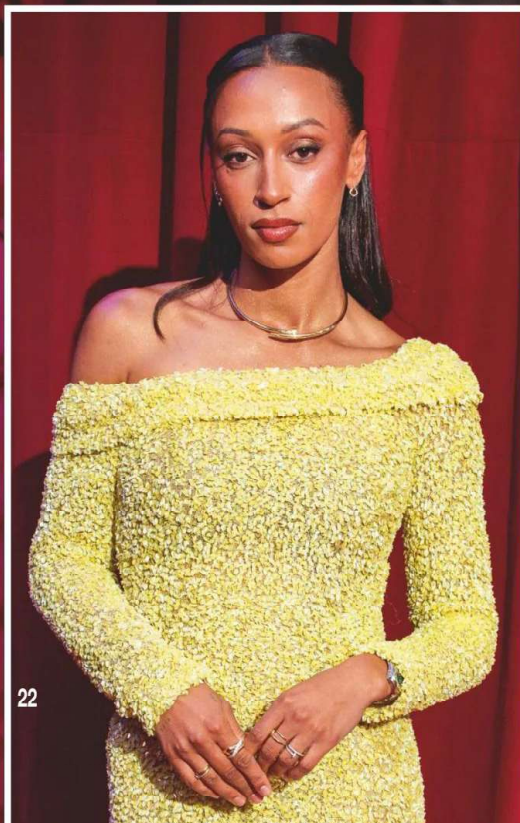
La gimnasta estadounidense —la más laureada de la historia, con nada menos que once medallas olímpicas y otras 30 en campeonatos internacionales— era, como decíamos, una de las grandes protagonistas de la noche —Paula Badosa o Garbiñe Muguruza nos desvelaban que les hacía mucha ilusión encontrarse con ella— y consiguió el premio a Mejor Deportista en la categoría femenina de este 2025.

RAFA, LA SORPRESA DE LA NOCHE

Ya lo anticipaba la alpinista Lindsey Vonn al principio de la gala. Es una auténtica leyenda y, aunque este año no figuraba en la lista de nominados —en la pasada edición, la fundación que lleva su nombre recibió el galardón Sports for Good—, a él le esperaba el gran premio de la noche: el de Icono Deportivo.

Casi dos décadas después de conseguir el Laureus a Mejor Deportista Revelación —más otros tres que recibiría después—, Rafa Nadal se subía al escenario para recoger su premio —solo otorgado antes, en 2022, a Valentino Rossi—, ante un entregadísimo público —que no paraba de aplaudir— y la reverencia de Simone Biles, que le reconocía como uno de los mejores de todos los tiempos.

Destacaba que, «gracias al deporte, he vivido cosas que jamás hubiera podido imaginar», y hacía una mención especial a su equipo y su familia, porque, sin ellos, «nada de esto hubiera sido posible».





Sobre estas líneas, Boris Becker y su mujer, Lilian de Carvalho, y a la izquierda, Ona Carbo-nell, embarazada de su tercer hijo, con su pareja, Pablo Ibáñez. Abajo, a la izquierda, Rafa Nadal con su mujer, Mery Perelló, que espera su segundo hijo, y en la siguiente imagen, po-sando con su «sucesor», Carlos Alcaraz. En la otra página, arriba, los actores Miguel Ángel Muñoz y Miguel Ángel Silvestre. Debajo, de izquierda a derecha: la atleta Ana Peleteiro, la pi-loto Cristina Gutiérrez y la exgimnasta Nadia Comaneci

Allí estaban viéndole, con orgullo, una vez más, Sus padres, Sebastián y Ana María; su hermana, Maribel, y su mujer, Mery Perelló, en la que era su primera aparición pública desde que se supo que estaba esperando su segundo hijo con Rafa.

No tuvo suerte, sin embargo, Carlos Alcaraz, al que muchas veces se ha tildado como su «sucesor», que finalmente, no pudo llevarse el galardón de Mejor Deportista en la categoría masculina a casa. Se lo «arrebató» el atleta sueco Mondo Duplantis, que asistió con su novia, Desiré Inglander.

LA PRIMERA ALFOMBRA ROJA DE LA PAREJA MÁS GLAMUROSA DEL TENIS

Vestidos de blanco y derrochando «glamour» aparecieron Paula Badosa y Stéfanos Tsitsipás. La pareja más elegante de la pista posaba en la que era su primera alfombra roja juntos: «Nos hacía mucha ilusión compartir este momento», nos señalaba Paula. Algo que también confirmaba el tenista griego, que, con una gran sonrisa, nos decía que «es un privilegio estar aquí con ella».

(SIGUE)





ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



La gimnasta estadounidense Simone Biles y el atleta Mondo Duplantis fueron los grandes protagonistas, consiguiendo el premio a Mejor Deportista femenina y masculino

Otra estrella del tenis —aunque ya lejos de la cancha, puesto que anunció su retirada hace un año— que brilló con luz propia fue Garbiñe Muguruza. Seis meses después de su boda con Arthur Borges, nos revelaba que ahora lleva una vida muy tranquila: «Estoy disfrutando de la familia, de mi marido, haciendo vida cotidiana y viajes, que ahora puedo».

El que también tuvo la oportunidad de reencontrarse con antiguos compañeros fue Feliciano López, que acudió con Sandra Gago, y nos aclaraban que, por el momento, no entra en sus planes aumentar la familia. «Tenemos bastante con dos (Darío y Marco)», añadía Feliciano.

LA REPARACIÓN DE HELEN LINDES Y RUDY FERNÁNDEZ TRAS SER PADRES DE NUEVO

Helen Lindes y Rudy Fernández volvieron a posar juntos tras dar la bienvenida a su tercer hijo, la pequeña Anaís —el pasado enero—. «Es muy buena, muy dormilona, come superbién...», nos revelaba la mode-

lo, mientras que Rudy le dedicaba unas preciosas palabras: «Para mí, Helen ha sido una pieza muy importante, sobre todo, en los momentos más difíciles».

Lamine Yamal, ganador del Premio Revelación, y el ciclista Tom Pidcock, que obtuvo el de Deportista de Acción del Año, no pudieron estar presentes en una gala en la que el Real Madrid C.F. se llevó el Laureus a Equipo del Año; Kick4Life F.C. —Fútbol por igualdad de género— el de Sport for Good Award; el surfista Kelly Slater, el premio a la trayectoria, y Jiang Yuyan, el de Deportista con Discapacidad del Año —al que también estaba nominada Teresa Perales—.

Una noche, sin duda, emocionante, en la que se reunieron los mejores entre los mejores. Algunos, todavía en activo, como el tenista Novak Djokovic o la atleta Ana Peleteiro. Otros, como Nadia Comaneci, ya «retirados». Pero todos unidos por una misma pasión: el deporte.

Texto: ANA CAAVEIRO
Fotos: FERNANDO JUNCO



Arriba, de izquierda a derecha: la gimnasta Simone Biles, ganadora del premio a Mejor Deportista del Año femenina; el tenista Novak Djokovic, y la también gimnasta Rebeca Andrade, premio al Mejor Regreso o Reparación del Año. Sobre estas líneas, de izquierda a derecha: Simoneta Gómez Acebo, que el año pasado también asistió a la gala; el atleta Mondo Duplantis, ganador del premio a Mejor Deportista del Año masculino; Rafa Nadal, recogiendo su galardón como Icono Deportivo, y el surfista Aritz Aranburu con la modelo Almodena Fernández



DECORA

NUEVA COLECCIÓN DE MUEBLES, DECORACIÓN
Y VIDA AL AIRE LIBRE 2025

El Corte Inglés
HOME

Unas fotografías únicas, para su mayoría de edad

SOFÍA DE BORBÓN CUMPLE 18 AÑOS: PRIMER POSADO EN SOLITARIO Y CELEBRACIÓN EN GALES

Las imágenes fueron realizadas en el palacio de la Zarzuela durante las vacaciones de Semana Santa, que pasó con los Reyes, en Madrid

La hija pequeña de Felipe VI y doña Letizia está de exámenes finales y disfrutó de su aniversario, el 29 de abril, con sus compañeros de colegio en Gran Bretaña



ES la gran semana de la hija pequeña de los Reyes. La infanta Sofía cumple 18 años y su protagonismo crece estos días a golpe de titulares. Sus aniversarios (29 de abril) siempre han sido privados, pero este no es uno más —llega a la mayoría de edad— y lo ha celebrado con un posado muy especial.

Casa Real ha distribuido cinco imágenes en las que aparece con rostro sereno, dulce y sonriente. No en vano, tiene fama de dicharachera y simpática. «Sofía vive la vida y tiene una alegría contagiosa», así nos la describe una persona cercana a la familia.

Las fotografías fueron realizadas durante las vacaciones de Semana Santa, en el palacio de la Zarzuela, y nos recuerdan, por la composición de la escena, el banco y el verde de la naturaleza de fondo, al posado que protagonizaron los Reyes con motivo de su 20 aniversario de boda. Fue en mayo de 2024, en otro día soleado de primavera, y sus hijas tuvieron un papel estelar.

LA LLEGADA A LA VIDA ADULTA HA SIDO DIFERENTE

Cuando la princesa Leonor cumplió los 18, juró la Constitución en el Congreso de los Diputados y fue la protagonista de dos celebraciones más por su condición de heredera al trono, pero para Sofía la llegada a la vida adulta ha sido diferente. Por un lado, la fecha no ha caído bien. El 29 cayó en martes. Y por otro, es el momento de los exámenes finales y está completamente centrada en sus estudios. No solo eso: ese mismo día, Felipe VI y doña Letizia tenían marcado en su agenda un viaje a Jaén para presidir el acto conmemorativo del 1.200 aniversario de su capitalidad, aunque finalmente, a última hora del lunes, suspendieron la visita. En cuanto a la princesa Leonor, estaba embarcada en «Elcano», en algún punto del Pacífico, navegando hacia Panamá. Pero a su regreso, cuando vuelvan a reunirse todos, ya habrá tiempo para celebrarlo en la Zarzuela con su familia y sus amigos.

UNA CHICA DE SU TIEMPO

En este primer posado en solitario, Sofía muestra una imagen más madura —ha cambiado desde la última vez que la vimos, en

(SIGUE)



Los Reyes tenían un acto en Jaén, que finalmente suspendieron tras el histórico apagón, y la princesa Leonor estaba embarcada en «Elcano», en algún punto del Pacífico navegando hacia Panamá

Este cumpleaños de la infanta Sofía no ha sido uno más: ha llegado a la mayoría de edad y lo ha celebrado con un posado muy especial. Las imágenes fueron realizadas en Zarzuela y nos recuerdan, por la composición de la escena, el banco y el verde de la naturaleza de fondo, al posado que protagonizaron los Reyes con motivo de su 20 aniversario de boda



Está a punto de acabar segundo de Bachillerato Internacional y el próximo 24 de mayo tendrá lugar su graduación en el UWC Atlantic College

diciembre—, con su melena más rubia y desfilada y un discreto maquillaje que pone el énfasis en las pestañas y en los labios.

Es una infanta, pero una chica de su tiempo, y también se ve en el conjunto que ha elegido para ponerse ante la cámara. Prescindiendo de chaqueta, para restar formalidad, eligió un pantalón azul marino y una camisa celeste, que llevó remangada.

Sofía pasó el día con sus compañeros en el internado de Gales entre clases, libros y seguro que alguna pequeña celebración, además de recibir muchas llamadas de sus seres queridos. La de los Reyes, después de que el lunes España sufriera el peor apagón de la historia, pudo recibirla en cualquier momento no lectivo, pero más difícil lo tuvo la princesa Leonor. Hay wifi a bordo del buque escuela «Juan Sebastián Elcano», pero la conectividad no siempre es buena y tuvo que conectarse a un teléfono satelital para poder felicitar a su querida hermana.

NUNCA HAN ESTADO TANTO TIEMPO SIN VERSE

Después de hacerlo todo juntas, tuvieron que aprender a estar la una sin la otra cuando Leonor se fue a Reino Unido, a estudiar al mismo centro, en 2021, y en el curso de este 2025 también han tenido que vivir un extra importante. Nunca han estado tanto tiempo sin verse. Se despidieron en Navidad y no habrá reencuentro —salvo sorpresas— hasta que la princesa Leonor regrese a España, a principios de junio, para seguir con su formación en la Armada.

La hija pequeña de los Reyes está a punto de acabar segundo de Bachillerato Internacional. Llegó a Gales en septiembre de 2023 y el próximo 24 de mayo tendrá lugar su graduación en el UWC Atlantic College. La acompañará Reina y está en duda la presencia del Rey, ya que la celebración coincide con la ceremonia de toma de posesión del nuevo Presidente de Ecuador. Y lo que es seguro también es que su hermana no podrá estar a su lado. Ese mismo día, «Elcano» partirá desde Puerto Rico tras una escala de cinco días, aunque, si tiene el permiso, podrá seguir la ceremonia a través de «streaming».

SU PROPIO CAMINO

La educación que ha tenido la infanta ha sido un calco de la que ha recibido la futura Reina, pero ha llegado el momento de empezar a hacer su propio camino. Ha crecido rodeada de amor y sin diferencias con su hermana, pero toca empezar otra etapa marcando diferencias con la princesa de Asturias. Y su futuro ya está en

Como avanzó ¡HOLA! y confirmó Casa Real, la infanta Sofía ha decidido no recibir formación militar y empezar estudios universitarios el próximo curso

marcha. Como avanzamos en ¡HOLA! hace algunas semanas y confirmó, después, la Casa Real, la infanta ha decidido no recibir formación militar. Sopesó recibir un curso de piloto de helicópteros en la Academia de Aviación del Ejército de Tierra, pero finalmente ha optado por empezar una carrera universitaria. Sabemos que ha aplicado en varias extranjeras, pero su destino final sigue siendo una incógnita. Hasta que la Casa del Rey informe de ello no sabremos si se queda en España o se va a estudiar fuera.

No hay duda de que habrá tenido más libertad a la hora de elegir qué carrera quiere hacer, pero tampoco de que los estudios que va a realizar estarán en consonancia con poder servir mejor a la institución. Es la segunda, pero tiene una posición única y su papel en la Monarquía será muy importante en el futuro. De acuerdo con las normas adoptadas por Felipe VI, no podrá tener un trabajo remunerado y su papel será representar a la Corona de por vida.

UNA ALEGRÍA Y UN GRAN ACONTECIMIENTO

Cumplir 18 años es una alegría y un gran acontecimiento en la vida de cualquier joven —más libertad, sacarse el carné de conducir...—, pero, en el caso de una infanta de España, es una edad que también marca tener que asumir más responsabilidades. De momento, ya lanzó su agenda oficial en diciembre, presidiendo la entrega de los Premios Objetivo Patrimonio. Concurso de Fotografía Infanta Sofía, en la galería de las Colecciones Reales. Sofía en primer plano, abrazando en solitario la vida real. Y se espera que en los próximos meses aumente un poco más su protagonismo. También que nos vaya dando otras pistas sobre sus inquietudes e intereses. Hasta el momento, sabemos que es una deportista nata —los ha practicado casi todos, también los minoritarios—, que le apasiona toda la música, el cine de ciencia ficción, que se le dan muy bien los idiomas —es políglota— y que le encantan la moda, los animales, la naturaleza y la cocina.

No hay duda de que el mayor cambio para Sofía está a la vuelta de la esquina. Con la figura de Leonor más consolidada como heredera al trono, la infanta está a punto de iniciar una nueva y gran etapa. A lo largo de los próximos meses, podrá demostrar que está preparada para afrontar su papel y ser otro activo para la Corona, que, a su vez, podrá medir el alcance de su figura.

Texto: P. R.

Fotos: CASA DE S. M. EL REY



En este primer posado en solitario, Sofía muestra una imagen más madura, con su melena más rubia y desfilada y un discreto maquillaje. En las fotografías aparece con el rostro dulce, sereno y sonriente, y se muestra como una chica de su tiempo, con un conjunto de pantalón azul marino y camisa celeste, prescindiendo de una chaqueta para restar formalidad

SARAH FERGUSON Y SUS HIJAS, LAS PRINCESAS BEATRIZ Y EUGENIA, UNIDAS EN LA LUCHA CONTRA EL CÁNCER

«Lo sentí como una sentencia de muerte», dice la duquesa de York al recordar su primer diagnóstico

EN una jornada marcada por la emoción y la solidaridad, Sarah Ferguson, duquesa de York, ha protagonizado una significativa aparición pública junto a sus hijas, las princesas Beatriz y Eugenia. Las tres se han volcado con una causa que les toca muy de cerca: el apoyo a niños, adolescentes y adultos jóvenes que se enfrentan al duro diagnóstico del cáncer.

Con motivo del 20º aniversario de la unidad T12 del hospital University College London —un espacio dedicado a jóvenes de entre 13 y 19 años, inaugurado por la propia Fergie en 2005—, madre e hijas se han dejado ver más unidas y comprometidas que nunca. La cita fue el pasado 23 de abril, cuando acudieron para presentar la nueva campaña de la Fundación Teenage Cancer Trust, de la que son madrinas honorarias, bajo el nombre de #AndYoungPeople. La visita no solo tuvo un valor institucional, sino también personal. Sarah Ferguson, de 65 años, se ha enfrentado en carne propia a dos duros diagnósticos en menos de un año: un cáncer de mama, que la llevó a una mastectomía en 2023, y un melanoma maligno, en enero de 2024. «Lo sentí como una sentencia de muerte, una bomba en mi vida», admitió la duquesa en una entrevista concedida a «The Times» sobre su experiencia con la enfermedad. «Tenía 63 años cuando me diagnosticaron cáncer por primera vez, y el cáncer a cualquier edad es traumático. Pero, como adultos, tenemos la madurez y la experiencia vital que nos ayudan a defendernos y afrontar los desafíos. Podemos buscar ayuda si la necesitamos y, lo más importante, lamentablemente, nuestras voces suelen tomarse más en serio».

Por su parte, durante la visita, la princesa Eugenia, de 35 años, no ocultó su admiración por el equipo médico y de apoyo de la unidad. «Son auténticos héroes», aseguró. Y su hermana, la princesa Beatriz, de 36, recordó un momento muy especial: «Mi madre me trajo a este mismo hospital el día de mi 18 cumpleaños. Fue una experiencia que me marcó para siempre».

Fotos: CORDON PRESS

Sobre estas líneas, Sarah Ferguson con sus hijas, Beatriz y Eugenia, madrinas honorarias de la Fundación Teenage Cancer Trust. Las tres visitaron la unidad T12 del hospital University College London, donde la menor de las dos hijas de la duquesa de York recibió un ramo de flores de uno de los jóvenes pacientes y recorrieron las instalaciones con el personal sanitario



Recarlo



BOUTIQUE MILANO - via San Pietro all'Orto, 26

LUCÍA VILLALÓN

EL CORAJE DE UNA MADRE

Posa por primera vez con sus dos hijos, con motivo del Día de la Madre, y nos da su testimonio de entereza, fuerza y valentía ante los problemas de salud de los pequeños

«Lucas es para comérselo, es muy gracioso. Le miro y pienso cómo es posible que no esté cien por cien bien»

LUCÍA Villalón no pierde de vista a sus hijos, Diego y Lucas, de casi tres años y siete meses, respectivamente. Ambos ríen cada vez que su madre los mira de frente y les hace cualquier carantoña. Parecen estar en el séptimo cielo de la felicidad, y lo están, solo que la vida les dio a la periodista deportiva y a su marido, el futbolista Gonzalo Melero, un bofetón del derecho y otro del revés. A pesar de la tormenta, siguen en pie, unidos y cómplices, enfrentando los problemas de salud de sus hijos. Ni Lucía ni Gonzalo se permiten tomar el tren de la desesperanza. A los pocos días de nacer Diego, su hijo mayor, le diagnosticaron gastrosquisis, una malformación de la pared abdominal. De recién nacido, tuvo que pasar por el quirófano. Por fortuna, todo salió bien. Poco después, Gonzalo y Lucía anunciaban emocionados que estaban esperando su segundo hijo. Aunque en su fuero interno se decían que ya nada podía salir mal, el sexto sentido hizo que Lucía pasara un embarazo entre temores, que se vieron confirmados con un diagnóstico médico prenatal: el bebé presentaba un riñón multiquístico y un ureteroceles. No quedaba más remedio que seguir luchando juntos. Con el mensaje «otro superhéroe de los nuestros en el mundo», la atractiva periodista dio la bienvenida a Lucas.

—Lucía, antes de nada, ¿qué tal está Lucas? Tuviste que llevarlo a urgencias hace tan solo unos días...

—Sí, porque existe la posibilidad de que se trate de una infección de orina y cada vez que tiene fiebre hay que ir a urgencias para descartarlo, ya que eso le podría afectar al riñón. Y tiene fiebre cada dos por tres, porque es algo muy común en los bebés y, además, Diego está en la guardería y le pega todo. Era simplemente un catarro, pero no me voy a arriesgar a que se pueda complicar ni lo más mínimo.

—Más tranquila entonces, aunque entiendo que, como madre, debes vivir en un continuo estado de alerta.

—Estar en estado de alerta permanente desde el momento en que te quedas embarazada, pero, evidentemente, teniendo en cuenta los problemitas que tenemos, siempre estoy preocupada.

—¿Cómo gestionas esos momentos de incertidumbre?

—Soy una persona que necesita tener todo bajo control. En la vida es imposible, y con niños, menos. Desde que nos dijeron, durante el embarazo, que el niño venía con problemas de riñón, lo peor para mí ha sido la incertidumbre.

—Ahora mismo, ¿cómo está Lucas y qué pasos debéis seguir?

—El niño tiene una enfermedad muy grave, tiene insuficiencia renal crónica. Un riñón no le funciona absolutamente nada y hace poco me dijeron que el otro está al 48 o 50 por ciento de su funcionamiento. Tiene la creatinina alta y pérdida de proteínas, pero para lo que necesita ahora mismo, poco a poco, está bien. Aunque debemos estar muy pendientes y controlarlo permanentemente, porque las cosas se pueden torcer y los síntomas no se manifiestan de manera evidente.

EN LA ÚLTIMA REVISIÓN

—¿Qué os han comentado los médicos sobre su evolución?

—Que al llegar a la pubertad empieza a haber más problemas, porque comienzan los cambios hormonales y el cuerpo demanda más trabajo a los riñones, aunque los dos primeros años de vida son muy importantes. Por eso tiene controles muy periódicos. A medida que se complique, tendríamos que plantear la posibilidad de diálisis y de trasplante.

—¿Pero ya os han dicho seguro que tendrá que ser así?

—Como tienen que estar muy pendientes de la evolución, tampoco te dicen con exactitud cuáles son los pasos a seguir, no se quieren adelantar a los acontecimientos. En la última revisión, hace un par de semanas, yo, que soy muy controladora y necesito información, igual que me pasó con Diego en su momento, hablé con la nefróloga y le dije: «No quiero que me hables de mi hijo en concreto, vamos a poner un ejemplo general: ¿cuántos niños con el problema de mi hijo has trasplantado?».

—Pero si los médicos no te habían adelantado nada, ¿qué te llevó a preguntar tan directamente?

—Desde que compartí la situación de Lucas en redes sociales, han contactado conmigo muchísimas personas tanto trasplantadas de riñón como padres con hijos con el mismo problema y me di cuenta de

(SIGUE)



«Un riñón no le funciona y hace poco me dijeron que el otro está al 48 o 50 por ciento. En la última revisión, le pregunté a la nefróloga: “¿Cuántos niños con su problema has trasplantado?”. Y me respondió: “Cien por cien”. Se me cayó el mundo encima»



«Somos una familia muy feliz y unida. No cambio lo que tengo por nada. Me encantaría que mis hijos no hubiesen tenido problemas o que Lucas no vaya a sufrir en un futuro, evidentemente, pero tengo dos niños maravillosos que me dan la vida y a los que no puedo querer más», nos dice Lucía Villalón, que posa con sus hijos, Diego, de casi tres años, y Lucas, de siete meses



«Perdimos un bebé en el tercer mes de embarazo; después, vino Diego con la gastrosquisis, y ahora, Lucas con sus problemas de riñón. Yo pensaba: “Soy yo, hago algo mal”»

que todos me decían que en algún momento los habían trasplantado. Tenía la mosca detrás de la oreja y por eso se lo pregunté a la doctora. Mi marido es muy diferente a mí en ese aspecto. Él dice que va día a día y que no quiere preocupaciones hasta que lleguen de verdad. Yo soy todo lo contrario. Aprovecho para dar las gracias al hospital La Paz, porque no puede ser más maravilloso y la gente que trabaja ahí no puede ser más espectacular.

—¿Y cuál fue la respuesta?

—Me contestó: «Lucía, cien por cien». Casi me muero. No sé, al final tienes como la esperanza... y una vida con un trasplante no es una vida normal. Y lo que quieres para tus hijos es que tengan una vida lo más normal posible y sin problemas.

—No me extraña que se te cayera el mundo encima.

—Sí, se me cayó el mundo encima, miraba a Lucas y pensaba: «Hasta que te trasplanten, tendrás que hacer diálisis. Es una maravilla que exista, porque puedes vivir hasta que encuentren un riñón para ti, pero es una vida muy sacrificada». Y más adelante, la vida de una persona trasplantada es muy complicada: estás medicado de por vida y no te colocan en riñón en su sitio original, donde están muy protegidos, sino delante y en una zona mucho más expuesta a que se pueda dañar... A los 15 años, aproximadamente, hay que volver a trasplantar a la persona y hay un riesgo de rechazo muy alto... Aunque existe diálisis, no te mueres mientras esperas un órgano. No sé, al final, tratas de ver los lados positivos de esta situación. Podría haber sido peor, efectivamente.

—¿Cómo se lo tomó tu marido, Gonzalo?

—Mi marido y yo gestionamos las cosas de una manera muy diferente, tenemos un carácter muy distinto. Doy gracias a Dios por ello, porque nos viene a los dos genial, sobre todo a mí. Gonzalo no pudo venir al médico, con el fútbol está muy atado, pero, cuando me puse a contarle todo, en mitad de la conversación me dijo que para, que no quería saber absolutamente nada más. «Lucía, a ti te viene bien tener la información, a mí no —me dijo—. Yo veo a mi niño y está bien. Sé que se pueden complicar las cosas, bueno, pues cuando sea así lo gestionaré de otra manera. A mí todo esto solo me provoca estar peor». Y tiene toda la razón. Pasó lo mismo con Diego. Nos informamos de todo,

(SIGUE)



«Diego pasó lo que pasó, pero le operaron y no ha vuelto a tener ningún problema. Como todo fue tan bien con Diego, nos ha hecho relajarnos un poco y afrontar el tema de Lucas de otra manera»

«No me considero madre coraje, porque no creo que esté haciendo nada extraordinario... Cualquier madre o padre daría la vida por sus hijos y se desviviría por ellos, igual que estoy haciendo yo», asegura la periodista deportiva, casada con el futbolista Gonzalo Melero





pero yo me hice un máster en sistema digestivo y en gastrosquisis. Sin embargo, Gonzalo dijo: «No quiero ver ni una foto más en internet».

—Evidentemente, no se sabe lo que va a ocurrir. ¿Podría suceder, no sé si llamarlo un milagro, y que las cosas fueran bien y no tuviera que terminar en un trasplante?

—Efectivamente. Con Diego nos pasó. Nos contaron que, cuando los intestinos están expuestos al líquido amniótico, se dañan muchísimo. Existía la posibilidad de que el mismo hueco por donde salían no creciera con el cuerpo, se quedara pequeño y los estrangulara hasta necrosarse... Había un montón de posibilidades tremendas. Y, sin embargo, en nuestro caso fue fenomenal. Fuimos a una nutricionista fantástica que se llama Itziar González, hice una dieta antiinflamatoria y los intestinos de Diego estaban perfectos al nacer y la operación salió increíble. Íbamos a estar dos meses y medio en la UCI y en el hospital ingresados y al final fueron 17 o 18 días. Fue milagroso.

—Y ahora Diego va camino de los tres años, ¿qué tal está?

—Pasó lo que pasó, pero le operaron y el niño no ha vuelto a tener ningún problema. Tiene revisión dentro de 15 días también, pero no tuvo ninguna secuela ni ha tenido ningún problema. Como todo fue tan bien con Diego, nos ha hecho relajarnos un poco, por decirlo así, y afrontar el tema de Lucas de otra manera.

«SOY YO, HAGO ALGO MAL»

—Pero con todo lo que vivisteis con Diego, el «shock» inicial de la noticia de que Lucas tenía problemas renales debió ser tremendo. ¿Cómo pudisteis asumir esa noticia?

—Nosotros perdimos un bebé en el tercer mes de embarazo; después, vino Diego con la gastrosquisis, y ahora, Lucas con sus problemas de riñón, entonces, estábamos muy afectados. Yo pensaba: «Soy yo, hago algo mal», y le decía mi ginecóloga que podía tener estrés, ansiedad, algo genético... Nos hemos hecho muchas pruebas, la última nos la hicieron a todos, y nos han dicho que no hay absolutamente nada genético y que no tiene nada que ver con Gonzalo ni conmigo ni con que seamos incompatibles.

—Habiendo vivido lo que vivisteis con Diego, irías con miedo a las revisiones.

—Era evidente que el segundo embarazo no iba a ser tranquilo. Todo el mundo me decía que lo disfrutara, y para mí era imposible. Como vivíamos con ese miedo de lo que nos había sucedido, íbamos al médico pensando: «A ver cuándo nos pega el guantazo». Él nos decía: «Que no os va a pasar nada, es imposible, ya habéis llenado el cupo de problemas», y, de repente, cuando detectaron el riñón multiquistico de Lucas, su frase fue: «Lucía, no sé qué decirte, porque me parece algo increíble».

—Dices que llegaste a pensar que hacías algo mal...

—Sí. Tratas de buscar explicaciones: qué ha podido pasar, qué he podido hacer mal, qué me pasa...

—¿Operaron a Lucas recién nacido, como a su hermano, Diego?

—Sí, a los 20 días. Además del riñón multiquistico, Lucas tenía un uretrocele, un problema de los uréteres cuando se conectan con la vejiga. La operación fue para corregir eso y parece que ha ido bastante bien.

—Es un bebé precioso, muy sonriente y muy fuerte, ¡si ya se sostiene de pie con siete meses!

—Es para comérselo. Yo estoy enamorada. Tiene un aire a Diego, aunque todo el mundo se parte de la risa porque, en realidad, rubio y con los ojos azules, parece hijo de mi hermana María. De hecho, él se parece a sus primos. Es muy gracioso. Le miro y pienso cómo es posible que no esté cien por cien bien.

—Has pasado muchas pruebas de salud, tú misma lo has vivido cuando tuviste los neumotórax. ¿Cómo han cambiado tu perspectiva de la vida todas estas circunstancias?

—Para empezar, daría todo lo que tengo por que lo que les ha pasado a mis hijos me hubiese pasado a mí y no a ellos. Da una pena horrible vivirlo como madre o padre y no poder hacer nada. Y, por otro lado, no nos damos cuenta de lo que es una madre hasta que lo somos. No sabemos valorarlo. Yo me di cuenta cuando me puse enferma y vi a mi madre remover Roma con Santiago para ayudarme. Agradezco infinitamente a mi madre cada minuto de su vida que ha dado por nosotros.

—Ahora que hablamos de madres, vuestras familias estarán siendo una gran ayuda para vosotros.

—Sí, han sido increíbles. Mi madre sufre por partida doble, por sus nietos y por su hija, porque me ha visto hundidísima. Mis padres son un apoyo, mis hermanos, mis cuñados, primos, amigos y mis suegros están para todo... Son maravillosos. Cuando veo a mis hijos con mis padres o con mis suegros, me parece lo más maravilloso de este mundo. Los abuelos deberían ser eternos.

«GONZALO ES MI ZONA SEGURA»

—Contabas que Gonzalo y tú tenéis dos maneras muy diferentes de afrontar las cosas, ¿cómo os apoyáis mutuamente?

—La figura del padre es absolutamente fundamental, igual que agradezco a mi madre, también a mi padre, por supuesto. Gonzalo se desvía por los niños, por la familia, y es un auténtico padrastro. Para mí, tener al lado a una persona con el carácter y la personalidad de Gonzalo es como si me hubiera tocado la lotería. Soy muy visceral, bastante dramática, todo me afecta muchísimo, estoy preocupada por absolutamente todo 24 horas. Él es mucho más tranquilo, más calmado, gestiona todo con más frialdad en ese aspecto y nos complementamos fenomenal. Viviendo estas circunstancias que nos han tocado, para mí, Gonzalo es mi zona segura. Para mí, es una bendición de Dios.

—¿Has aprendido a combatir el miedo o es algo incontrolable y te asaltan nuevos cada día?

—Con los niños, al final, tienes miedo de todo, es inevitable. Pero no había experimentado el miedo propio y, va a sonar muy tético, pero ahora tengo miedo a mi muerte. Me da miedo faltarles a mis hijos.

—¿Te permites momentos de vulnerabilidad?

—Sí, me los permito porque lo necesito. Hay momentos en los que me digo a mí misma: «Tienes que ser fuerte, controlate, gestiona esto como puedas y tira para adelante porque no queda otra». Tampoco estoy haciendo nada extraordinario, sino lo que haría cualquier madre o padre del mundo por sus hijos. Pero cuando me he tenido que derrum-

bar, me he derrumbado; cuando he tenido que llorar como una magdalena, lo he hecho y lo sigo haciendo. Intento que no me vean los niños, delante de ellos no te puedes permitir ni un segundo de flaqueza, pero claro que lo hay. Me voy a mi habitación y lloro lo que tenga que llorar. Creo que es muy sano desahogarse.

—¿Te has sentido a veces sobrepasada por la situación?

—Sí, sin ninguna duda. Algunos días, Gonzalo se llevaba a Diego al parque y me quedaba sola con Lucas, le miraba y me ponía a llorar desesperada. Necesitas tiempo para asimilar y gestionar todo, nadie tiene un problema y lo soluciona como por arte de magia. Me considero una persona fuerte, pero también soy vulnerable y tengo mis momentos.

—¿Qué te da fuerzas cada mañana?

—Me levanto con muchas ganas de verlos. Llega Diego, se mete en nuestra cama. También está «Paco», nuestro perro. Cojo a Lucas, me meto a la cama y al rato veo a Diego abrazándolo. Eso me encanta.

—Porque hay dificultades, pero también muchos momentos familiares felices...

—Por supuesto. Ahora hablamos de los problemas que estamos teniendo, pero somos una familia muy feliz y unida. No cambio lo que tengo por nada; me encantaría que mis hijos no hubiesen tenido problemas o que Lucas no vaya a sufrir en un futuro, evidentemente, pero tengo dos niños maravillosos que me dan la vida y a los que no puedo querer más. ¿Tenemos problemas? Sí, pero que podrían ser mucho peor, también. Damos gracias a Dios todos los días por lo que tenemos.

—¿Diego es un buen hermanito mayor?

—Sí, es precioso ver el amor que le tiene a Lucas... Le da unos abrazos... Lo quiere muchísimo. Aquí el más celoso es nuestro perro «Paco», el primero que llegó a casa. Cuando Gonzalo y yo éramos novios y nos besábamos nos ladraba (ríe).

«EL SUEÑO DE MI VIDA ERA SER MADRE»

—Si pudieras hablarle a la Lucía de hace unos años, ¿qué le dirías sobre lo que estaba por venir?

—Yo creo que es mejor no decirle nada a la Lucía de hace unos años —ríe—. La conclusión es que somos muy felices. El sueño de mi vida era ser madre, tener una familia, un marido y unos niños como los que tengo. No me puedo quejar.

—De todas formas, esto que se habla de madre coraje es real.

—Todas somos madre coraje, igual que todos los padres son padres coraje. Una vez que tienes hijos, te cambia la vida. No me considero madre coraje porque no creo que esté haciendo nada extraordinario. Cualquier madre o padre daría la vida por sus hijos y se desviviría por ellos, igual que estoy haciendo yo.

—¿Cuál ha sido o está siendo para ti la gran enseñanza de la maternidad? ¿Qué has aprendido como madre?

—A relativizar, pensar en qué es lo realmente primordial en la vida, a valorar y dedicar tiempo a

(SIGUE)



«Hay momentos en los que me digo: “Tienes que ser fuerte, contrólate y tira para adelante”. Tampoco estoy haciendo nada extraordinario. Pero cuando me he tenido que derrumbar, me he derrumbado; cuando he tenido que llorar, lo he hecho y lo sigo haciendo»

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



«Rezamos todos los días para que sucedan cosas maravillosas, que seguro pasarán. Gracias a Dios, vivimos en un país referente a nivel mundial en temas de trasplantes y estamos en unas manos increíbles. No nos queda otra cosa que ser positivos», dice Lucía, que posa con sus hijos en el «resort» Macenas, de Mojácar

«Tener al lado a una persona con el carácter de Gonzalo es como si me hubiera tocado la lotería. Él es mucho más tranquilo, más calmado y, en estas circunstancias que nos han tocado, para mí es mi zona segura»

las personas y las cosas que verdaderamente importan. Es cierto que esto también lo da la madurez, no solo la maternidad... A la Lucía de hace unos años le diría eso, que espabile y se centre en las cosas y las personas que realmente son importantes.

—Imagino que en los próximos meses, Lucas, si las cosas siguen yendo bien, continuará su rutina. ¿Tiene alguna medicación?

—Tiene antibiótico permanentemente para intentar evitar las infecciones de orina, que se lo van cambiando cada cierto tiempo. Ahora estamos empezando a darle comida sólida. Para el riñón, la alimentación es importantísima. Más adelante, tendremos que llevar una dieta adecuada.

—Has llorado mucho... Con los días, ¿has conseguido de alguna manera ir asimilando lo que te han dicho?

—Llevo un par de semanas más tranquila. Es verdad que me llevé un bofetón bastante serio cuando hablé con los médicos de manera más real y directa, pero bueno, conseguí la información que quería y ahora dices: «Venga, acéptalo, gestionalo como quieras o como puedas y empieza a funcionar, a vivir con ello y a normalizarlo poco a poco, a hacer que no sea algo extraordinario», porque este es nuestro día a día y ya está.

—¿Y eso fue cuando compartiste el video con tus seguidores contando qué ocurría?

—Subí el video y a la semana, más o menos, durante la revisión médica, me enteré. Me derrumbé, pero hablando con gente, con mi marido, con nuestras familias, viendo a los niños que están bien... poco a poco aprendes a sobrellevarlo. Y con ayuda psicológica, por supuesto; la salud mental me parece fundamental y hablar con mi psicóloga me ha servido de mucho.

AYUDAR A OTROS

—La medicina avanza a pasos agigantados, nunca se sabe. Hay que ir día a día.

—Efectivamente, y rezamos todos los días para que sucedan cosas maravillosas, que seguro pasarán. Gracias a Dios, vivimos en un país referente a nivel mundial en temas de trasplantes y estamos en unas manos increíbles. No nos queda otra cosa que ser positivos al final.

—Decidiste compartir tus sentimientos y experiencia en redes.

—Me gusta pensar que he podido ayudar a otros con lo que nosotros hemos pasado y, por otro lado, también está la parte que repercute en mí. Me viene muy bien hablar las cosas y dar normalidad a mi situación.

—A pesar de todas las preocupaciones, siempre has sido una persona muy positiva. ¿Cómo logras mantener el equilibrio entre tu vida personal y la laboral?

—Estoy con un permiso un par de meses, precisamente, porque, al final, ha sido muy duro y hay que tener mil ojos con Lucas. Gracias a Dios, tengo un trabajo estupendo, con un jefe y unos compañeros maravillosos que entienden mi situación y me han apoyado muchísimo en Movistar. Está acabando ahora la temporada de fútbol, pero para la siguiente estaré ya a tope.

—¿Cuáles son los mayores sueños que tienes para tus niños?

—Para mis niños, evidentemente, quiero que tengan salud y que sean lo más felices posible, y ese es mi trabajo y mi principal objetivo en la vida: hacer que mis hijos sean felices.

Texto: MARTA GORDILLO

Fotos: VALERO RIOJA

Estilismo: CRISTINA REYES

Producción: MARIETA TORRES

Agradecimientos: MACENAS

«La maternidad me ha enseñado a relativizar, pensar en qué es lo realmente primordial en la vida, a valorar y dedicar tiempo a las personas y las cosas que verdaderamente importan», asegura Lucía





LOLA CASADEMUNT

SINCE 1981



DARE TO SHINE



Después de desmentir
¡HOLA! la ruptura

GERARD PIQUÉ Y CLARA CHÍA REAPARECEN JUNTOS, AJENOS A LOS RUMORES

Su entorno nos desliza
que, después de tres años
de noviazgo, ambos es-
tán «cansados de bulos»

ES todo mentira». De esta forma tan categórica, el entorno de Gerard Piqué y Clara Chía desmentía, el jueves 24, a ¡HOLA! las informaciones que ese mismo día habían asegurado en el programa «Vamos a ver», donde la periodista Adriana Dorronsoro apuntaba también: «Me hablan de terceras personas, pero todavía no está muy claro. Aunque sabéis que se ha hablado de crisis en los últimos meses». Poco después de publicar nosotros que el futbolista y su novia seguían juntos, ambos reaparecían mientras accedían a un garaje del centro de Barcelona.

Los dos eran fotografiados en el todoterreno negro que conducía Gerard, que lucía una cazadora de cuero oscura. Clara, con abrigo negro, jersey blanco y resguardada detrás de sus gafas de sol, esbozaba una tímida sonrisa desde el asiento del copiloto del vehículo. Aunque los reporteros les preguntaban directamente por las últimas noticias, ninguno de ellos quiso bajar las ventanillas del vehículo para pronunciarse. Sin embargo, la imagen era lo suficientemente esclarecedora: ni hay ruptura ni crisis en la pareja.

TRES AÑOS DE AMOR Y ESPECULACIONES

¡HOLA! ha podido confirmar que todo sigue igual que siempre entre Piqué y Clara Chía, aunque su entorno nos desliza que los dos están «cansados de los bulos» que circulan en torno a su relación. No hay que olvidar que, cada cierto tiempo, surgen informaciones falsas que ponen en duda la continuidad de su noviazgo.

Hace tres años que surgieron las primeras informaciones sobre su historia de amor, cuando Gerard todavía estaba oficialmente en pareja con Shakira, con la que anunció su separación en junio de 2022. Desde entonces, se viene hablando de crisis e, incluso, de ruptura entre el futbolista y su novia. Algunas fuentes insisten en que su relación se habría visto afectada por las largas temporadas que Piqué pasa en Miami con sus dos hijos, Milan y Sasha, quienes se mudaron a Estados Unidos con Shakira hace exactamente dos años.

Fotos: EUROPA PRESS / RAM PRESS

Sobre estas líneas, Gerard Piqué y Clara Chía, cuya historia de amor salió a la luz en primavera de 2022. Abajo, el futbolista y su novia, horas después de que se anunciara su supuesta ruptura en televisión, información que ¡HOLA! pudo desmentir en primicia



HALLÖWEEN MY WISH



THE NEW FRAGRANCE

Tras los rumores que señalaban que el exjugador había abandonado el domicilio conyugal

LUIS FIGO Y HELENE SVEDIN

LA IMAGEN QUE DESMIENTE SU SEPARACIÓN

Con sombrero de paja y gafas de sol, en las que se refleja la mano del exfutbolista tomando la instantánea

Gracias al reflejo de las gafas de sol, vemos que Luis Figo, además de futbolista, es fotógrafo en sus ratos libres. El jugador y su mujer, Helene Svedin, han pasado el fin de semana en Mallorca. ¿Esa era la noticia? Efectivamente, sí, porque no tendría la mayor trascendencia de no ser porque el selfi desmiente serios rumores de separación. Abajo derecha, el matrimonio con sus tres hijas

SE conocieron en 1996, en un espectáculo de Joaquín Cortés, en Barcelona; se casaron en 2001; han tenido tres hijas: Daniela, de 25 años; Martina, de 22, y Stella, de 20... En resumidas cuentas, que Helene Svedin y Luis Figo llevan juntos casi 30 años. Toda una hazaña en los tiempos que corren y que, quizás por la extrañeza y esa máxima del periodismo que dice que vende más una noticia negativa que una positiva —o que la felicidad fotografía tan mal como la lluvia en el cine—, nos empeñamos en distanciarlos, enfadarlos, separarlos y todas las variantes de una ruptura. Pero la modelo sueca y el futbolista no están de ninguna de esas maneras. Tendrán sus cosas, como todos los matrimonios, pero ¿que están juntos? es un hecho. Este domingo reaparecían juntos en Palma de Mallorca. Y no, no se trataba ni de una alfombra roja ni de una entrega de premios ni tampoco de un compromiso publicitario con el que, por aquello de las relaciones contractuales, estuvieran obligados a parecer una pareja feliz —sin serlo—. Y todo porque, días atrás, el que fuera gran estrella del Real Madrid y del F.C. Barcelona fue noticia después de que circulara la información de que había abandonado el domicilio familiar, un rumor que subió de tono cuando el exjugador luso acudió solo, el pasado lunes 21, a los Premios Laureus World Sports Award sin su mujer y haciendo referencia a sus hijas como «lo mejor de mi vida». Pero... nada que ver. Así lo indica una instantánea tomada durante un viaje de pareja, que ambos compartían en sus perfiles de redes sociales. Posan sonrientes, con gafas de sol, actitud cómplice, guapos y felices. O sea, enamorados, con «look» primaveral y sombreros. Detrás, un paisaje mediterráneo, agreste, pero suave, templado y azul. Porque el amor es así, un camino a veces difícil, pero con un horizonte placentero. Acompañando la foto, ni una palabra. Puede que no haya nada más que decir. Solo unos emoticonos sonrientes, una manera tan sencilla como rotunda de negar que vayan a tomar rumbos separados.

Fotos: CRISTINA LÓPEZ

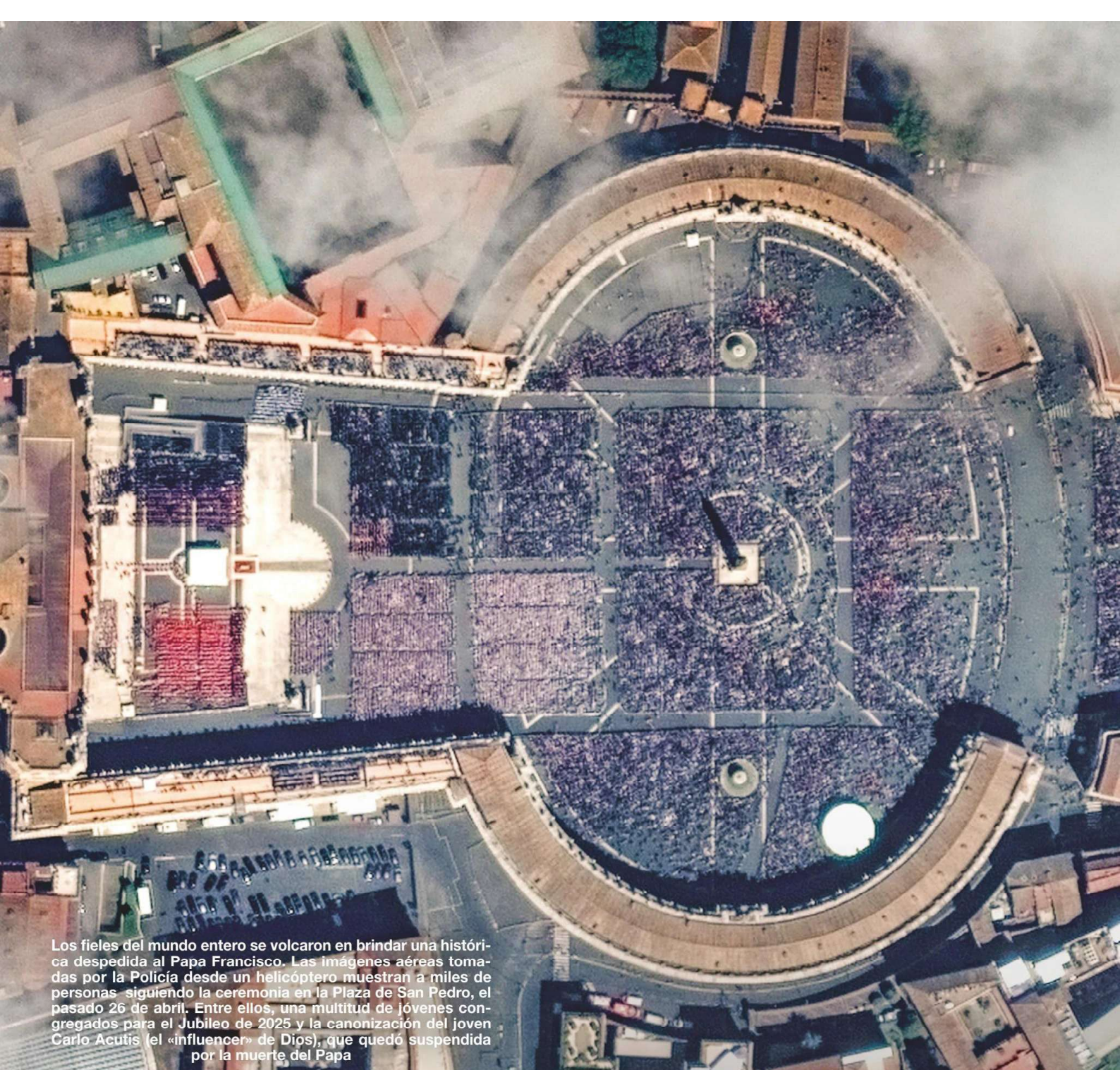


ARIANA GRANDE IN SWAROVSKI IDYLLIA

swarovski.com



SWAROVSKI



Los fieles del mundo entero se volcaron en brindar una histórica despedida al Papa Francisco. Las imágenes aéreas tomadas por la Policía desde un helicóptero muestran a miles de personas siguiendo la ceremonia en la Plaza de San Pedro, el pasado 26 de abril. Entre ellos, una multitud de jóvenes congregados para el Jubileo de 2025 y la canonización del joven Carlo Acutis (el «influencer» de Dios), que quedó suspendida por la muerte del Papa



**EL MUNDO
ENTERO
DESPIDE
AL PAPA
FRANCISCO
CUMBRE DE REYES
EN UN EMOTIVO Y
MULTITUDINARIO
FUNERAL**

El Papa dejó las indicaciones para su entierro: «El sepulcro debe estar en la tierra y ser sencillo, sin ninguna decoración particular y con la única inscripción, “Franciscus”». Además, lleva su cruz pectoral



SÍMBOLOS DE LA REFORMA PARA SU DESPEDIDA

El ritual «Ordo exsequiarum Romani Pontificis» es el que regula las exequias del Papa difunto. La última edición de este documento fue aprobada por el propio pontífice, el 29 de abril de 2024, y publicada el noviembre del mismo año. Francisco ordenó un nuevo rito funerario porque quería «simplificar los funerales papales» y que se le recordara no como el romano pontífice, sino como «un pastor y un discípulo de Cristo»: «Papa», «obispo de Roma» y «pastor», en lugar de «Summi Pontificis». Los cambios incluyeron, entre otros, la reducción del número de ataúdes, de tres hechos de ciprés, plomo y roble a uno. El suyo, en concreto, era de madera revestido de zinc. También pidió eliminar el velatorio privado, yacer sin su báculo y sin catafalco y no ser enterrado en la basílica de San Pedro

ROMA en el corazón de la humanidad. Otro capítulo para la historia, con la plaza de San Pedro como centro espiritual del mundo, en el funeral por el Papa Francisco. Líderes mundiales y jefes de Estado y de Gobierno viajaron desde todos los rincones del planeta para rendirle homenaje en la «Missa poenitentialis». Presidentes y Reyes mezclados en las primeras filas durante sus exequias, en una inesperada «cumbre» de la diplomacia arropada por las delegaciones estatales en la soleada mañana del 26 de abril. Todos juntos ante la basílica vaticana, protagonizando momentos inéditos y con los Reyes de España en primera fila, viviendo la emocionante despedida de un padre que fue un faro para la humanidad (como dijo Felipe VI).

EL ÚLTIMO ADIÓS DE LOS REYES DE ESPAÑA

De riguroso luto, don Felipe y doña Letizia le rindieron tributo en la basílica de San Pedro y, después, encabezando la delegación que representó a España, llegaron a la plaza antes del inicio del solemne acto. La diplomacia vaticana rige en francés y los puestos fueron asignados siguiendo el orden alfabético, sin prioridad de cargos. De ahí que junto a los Reyes de España no se sentaran los soberanos católicos, sino el Presidente de Estonia, Alar Karis; el de Ecuador, Daniel Noboa, y el matrimonio Trump (Donald y Melania).

(SIGUE)



De riguroso luto, don Felipe y doña Letizia le rindieron tributo en la basílica de San Pedro, encabezando la delegación que representó a España



Antes de la misa funeral, la delegación española, encabezada por los Reyes, dio el último adiós al pontífice. Derecha, visiblemente emocionado, Felipe VI santiguándose ante el féretro cerrado de Su Santidad. La noche anterior, el cardenal camarlengo Kevin Farrell presidió el ritual del cierre del ataúd, tras la colocación solemne de un velo blanco sobre el rostro de Francisco, que pidió llevar sus zapatos de siempre: negros, gastados y hechos en Argentina

En medio de la tempestad por su política arancelaria, el Presidente norteamericano fue el centro de todas las miradas. A su lado, Melania Trump —con la mantilla que ya usó en la visita a Francisco en 2017—, contrastando con el traje azul y la corbata brillante de su marido frente al riguroso luto de los dignatarios y acompañantes. Incluido el Presidente de Ucrania, que rompió con su uniforme de guerra y apareció vestido de civil por primera vez.

UNA PUERTA A LA PAZ

El funeral fue una mezcla de tradición religiosa, muestra de los cambios realizados por el pontífice, y de diplomacia. Cuando el ruido de la guerra sigue tan presente en el mundo, llegaron los primeros susurros de paz junto a su féretro: Trump y Zelenski cara a cara, «confesándose» en la basílica, después del enfrentamiento en el despacho oval, en febrero. No se recuerda ninguna otra reunión de este alcance y, además, según la Casa Blan-

ca, para una «conversación muy productiva» de quince minutos. El «milagro final» de Francisco. Un Papa sin fronteras que tuvo un impacto enorme en las monarquías católicas y no católicas, como se vio en la alta representación que acudió a su despedida. Los Reyes Felipe y Matilde de los belgas; Mary de Dinamarca; los príncipes Alberto y Charlene de Mónaco; los grandes duques de Luxemburgo; los Reyes Carlos Gustavo y Silvia de Suecia; Abdalá y Rania de Jordania —una de las soberanas más cercanas al Papa, aun siendo musulmana—; el príncipe de Gales; los príncipes Haakon y Mette-Marit de Noruega; la princesa María Carolina de Liechtenstein; el príncipe Muly Hassan de Marruecos; Khaled bin Mohamed bin Zayed Al Nahyan, príncipe heredero de Abu Dabi; el Rey Letsie III, de Lesoto... Además de Pedro de Borbón-Dos Sicilias, duque de Calabria, y su esposa, la princesa Sofía, que acudieron con seis de sus siete hijos a los tres escenarios de duelo —basílica,

plaza y Santa María— para rezar por el Papa; Aimone de Saboya y su esposa, Olga de Grecia; Manuel Filiberto de Saboya, y el duque de Castro.

PRIMERA ESTACIÓN Y PRIMERAS IMÁGENES

Con los cambios ordenados por el propio Francisco, la constatación de su muerte se hizo en la capilla privada de Casa de Santa Marta, el que fue su hogar durante doce años, y no en su apartamento, como sucedía anteriormente. Pero antes, tras las primeras oraciones, el cardenal camarlengo Kevin Farrell ungió su frente con los santos óleos, siguió con el ritual, llamándolo tres veces por su nombre de Bautismo, Jorge Mario, y proclamando, al no haber respuesta: «Vere, Papa mortuus est» («Verdaderamente, el Papa ha muerto»). Momento en el que se hizo oficial la sede vacante («silla vacía») y quedó el gobierno de la Iglesia en manos del Colegio Cardenalicio. A continuación, se dispuso lo necesario para la conservación del

cuerpo, que también dejó organizado. Se cree que se usó una técnica de conservación llamada tanatopraxia —no quería ser embalsamado— para retrasar el proceso de descomposición del cuerpo.

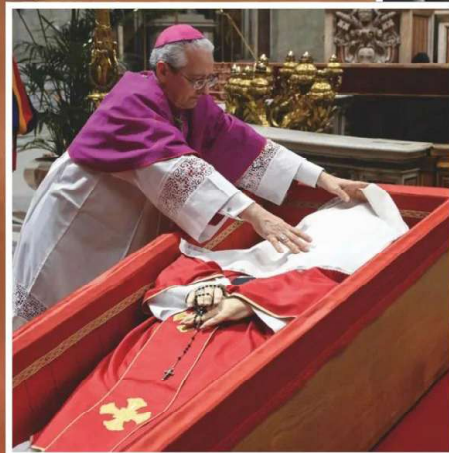
Remarcando el fin del pontificado, el cardenal Farrell se ocupó de destruir con un martillo de plomo el anillo del «Pescador», grabado con la imagen de San Pedro, que llevó Francisco como su sucesor, y el sello de plomo con el que autentificaba las cartas apostólicas. Mientras, tras cerrarse la mitad de la Puerta Santa, que volverá abrir ya el nuevo Papa, repicaban las campanas de toda Roma.

Horas después, el lunes por la noche, se abrió la capilla ardiente para sus familiares, colaboradores y empleados del Vaticano. Y el martes por la mañana se difundieron las primeras imágenes de Francisco en el ataúd. Con rostro sereno, la sotana blanca con la que abandonó sus aposentos y los ornamentos pontificales con los

(SIGUE)



Los Reyes llegaron a Roma el viernes y se alojaron en la embajada de España. La Reina Letizia, como señala el protocolo, acudió de riguroso luto, con mantilla de encaje, pero sin peineta. En cuanto a las joyas, optó por una muy discreta, pero de un gran significado histórico: el broche de pasar de la Reina Victoria Eugenia con dos perlas, una de «la Chata» y la otra, de la Reina María Cristina



El príncipe Guillermo acudió solo, conversó con los Reyes de España y, como heredero al trono, representó a su padre, el Rey Carlos III, en un funeral internacional por primera vez



que fue vestido posteriormente: la casulla roja, que simboliza el amor, la compasión y la sangre derramada de Cristo; el palio con las cruces bordadas en negro con el broche dorado, que representa los clavos de Jesucristo, y la mitra blanca con un ribete dorado, que representa la dignidad, la santidad y la autoridad papal.

En sus manos, un rosario; en el dedo anular de su mano derecha, el anillo de plata que llevó desde que fue nombrado obispo de Buenos Aires... Y a sus pies, sus zapatos usados y ramos de rosas blancas, su flor preferida, símbolo de su devoción a santa Teresita de Lisieux.

SEGUNDA ESTACIÓN: DE SANTA MARTA A LA BASÍLICA

El miércoles 23 de abril, a las 9:00 horas, el féretro del Papa Francisco fue trasladado desde la residencia papal de Casa de Santa Marta a la basílica vaticana en una procesión guiada por el cardenal camarlengo Kevin Farrell junto a 80 cardenales. Veinte mil personas saludaron el paso del ataúd a hombros de los sediciarios pontificios, mientras avanzaban acompañados de ocho guardias suizos por la plaza de Santa Marta y entraban, una hora después, a la de San Pedro por el Arco de las Campanas. En un momento para la historia, se vio al cortejo atravesando la Puerta Santa y recorrer la nave hasta el altar de la confesión, donde fue colocado el féretro, cerca de la tumba de San Pedro.

MONEDAS, VELO SOBRE EL ROSTRO Y CIERRE DE ATAÚD

El viernes 25 de abril, a las 20:00 horas, después de tres días en los que 250.000 fieles le dieron el último adiós, haciendo colas de cinco horas, tuvo lugar el rito de clausura del féretro, presidido por el camarlengo de la Santa Iglesia Romana. El maestro de las celebraciones litúrgicas papales, monseñor Diego Ravelli, leyó el «rogitum», con el que se recordó su vida en la tierra, sus obras y hechos más relevantes. Siguiendo la norma, el documento fue lacrado y colocado en el ataúd mientras se escuchó el «Cántico de Zacarías». Después, Ravelli puso en el ataúd una bolsa con monedas acuñadas durante el pontificado, medallas de plata y bronce —que simbolizan los años de servicio— y cubrió su rostro con un velo blanco de seda. Finalmente, tras el sellado, se colocó la tapa de zinc, con la cruz, el escudo y la placa

(SIGUE)

En este funeral, las normas protocolarias exigían que las autoridades se sentaran por riguroso orden alfabético en francés, el idioma diplomático. Los puestos de Felipe VI y doña Letizia estuvieron junto al de los Presidentes de Estados Unidos, Estonia y Ecuador. Bajo estas líneas, los Reyes de España saludan a Donald y Melania Trump. Abajo, de izquierda a derecha: el encuentro de los soberanos españoles con Guillermo de Inglaterra; el saludo entre los Reyes de España y Bélgica, y el reencuentro de doña Letizia con Emmanuel Macron. Junto a estas líneas, izquierda, vista aérea de la plaza de San Pedro. Entre los cardenales, identificables por el característico color rojo de sus túnicas (el color del luto papal), se encontraría el sucesor de Francisco





LA ÚLTIMA NOCHE DEL PAPA

Francisco salió del hospital el 23 de marzo, tras una hospitalización de 38 días, y apareció en público por última vez el domingo 20 de abril, en la plaza de San Pedro, para dar la última bendición «Urbi et Orbi». Descansó por la tarde y cenó tranquilamente en Casa de Santa Marta. Estaba sereno y agradecido. Hacia las cinco de la madrugada, aparecieron los primeros síntomas de malestar, según «Vatican News». «No sufrió, todo sucedió rápidamente», dicen quienes estuvieron a su lado. Entre ellos, su enfermero y hombre de confianza, Massimiliano Strappetti; tres sacerdotes, Fabio Salerno, Daniel Pellizzon y Juan Cruz Villalón; las monjas vicencianas que dirigen el edificio, y el médico Alfieri, que lo atendió durante sus hospitalizaciones y fue llamado de urgencia. «Tenía los ojos abiertos, noté que no tenía problemas respiratorios y luego intenté llamarlo, pero no contestó. No respondía a los estímulos, ni siquiera a los dolorosos. No había nada más que hacer. Estaba en coma». Falleció a las 7:35 del 21 de abril, en paz y sin dolor. Previamente había hecho saber que deseaba «morir en casa». Le había pedido al señor una última bendición, y se cumplió: «Como tú sabes, no soy muy valiente cuando se trata de dolor físico... Así que, por favor, no me hagas sufrir demasiado», «No tiene sentido negarlo, la muerte da miedo, pero una vez que cruzas el umbral, hay una fiesta». Con estas palabras, Francisco cerró la Audiencia General en agosto de 2022: «Prestemos atención, queridos ancianos y ancianitas. Él nos espera; solo un paso y luego la fiesta»



Sobre estas líneas, Felipe y Matilde. El estilismo de la monarca belga fue muy comentado: lució la misma gargantilla de perlas que había llevado al funeral de Juan Pablo II y gafas de sol. Derecha, los príncipes Haakon y Mette-Marit de Noruega. En la otra página, Alberto y Charlene de Mónaco, quien llevó un bolso de Prada. Abajo izquierda, la Reina Silvia, esposa de Carlos XVI Gustavo. Junto a esta imagen, el príncipe Guillermo de Inglaterra, que acudió solo, en representación de los Windsor



con su nombre, la duración de su vida y de su papado, y la de madera, que también lleva la cruz y el escudo.

HISTÓRICA MISA EXEQUIAL

Impresionante el silencio en la plaza de San Pedro, abarrotada de peregrinos, solo roto por el tañido de las campanas de la basílica repicando a difunto. El reloj marcaba las diez de la mañana... El ataúd de Francisco salió de la basílica a hombros de los 14 sediciarios para dar inicio al funeral en la plaza de San Pedro. En procesión, los cardenales y su familia pontificia y laica. Entre ellos, su sobrino Mauro, que consiguió viajar a Roma —la agencia de viajes argentina Corima Tours, le regaló dos pasajes— para darle el último adiós en representación de toda la familia, que esperaba su visita para el próximo noviembre. Especialmente su hermana María Elena, que no lo volvió a ver desde que fue elegido Papa, aunque hablaban todos los domingos.

Los ojos del mundo, posados en el féretro, que fue colocado frente al altar en el atrio de la basílica mirando a los fieles y junto a un cirio pascual encendido, símbolo de la resurrección. Se escuchó entonces un enorme aplauso, seguido de nuevo de un silencio absoluto cuando se colocó el libro del Evangelio abierto sobre el féretro del Papa. Simboliza el paso a la

eternidad y llamó mucho la atención cómo el viento jugaba con las hojas.

UN PAPA ENTRE EL PUEBLO

Presidió la ceremonia Giovanni Battista Re, el cardenal decano de 91 años, quien pronunció la homilía centrada en el legado de Francisco. Y fueron muy aplaudidos algunos de los pasajes, en los que evocó su compromiso por la paz y sus visitas a Lampedusa y Lesbos en favor de los migrantes, refugiados y desplazados. También sus palabras sobre la fraternidad, la necesidad de comprender que nadie se salva solo y sobre la Iglesia como hospital de campaña. «Fue un Papa entre el pueblo, con el corazón abierto a todos. Solía concluir sus discursos y encuentros diciendo: “No se olviden de rezar por mí”. Querido Papa Francisco, te pedimos ahora que reces por nosotros y que, desde el cielo, bendigas a la Iglesia, bendigas a Roma, bendigas al mundo entero, como hiciste el domingo pasado desde el balcón de esta basílica, en un abrazo final con todo el pueblo de Dios, pero también, idealmente, con la humanidad, que busca la verdad con corazón sincero y mantiene en alto la antorcha de la esperanza». La esperanza, una de las palabras preferidas de Francisco.

(SIGUE)





La ceremonia comenzó pasados unos minutos de las diez del pasado sábado 26 de abril. Ofició la misa Giovanni Battista Re, el cardenal decano. Doña Letizia, como Matilde de Bélgica y Rania de Jordania, optó por protegerse del sol con unas gafas oscuras. En esta ocasión, la Reina recicló el vestido con el que acudió al funeral de Fernando Gómez-Acebo. Bajo estas líneas, el príncipe Hugo de Windisch-Graetz, esposo de Sofía de Habsburgo. Junto a él, Pedro de Borbón-Dos Sicilias, duque de Calabria



DOÑA LETIZIA, UNA REINA DE NEGRO

El histórico privilegio que permite a las Reinas católicas vestir de blanco ante el santo padre no incluye este protocolo para unas exequias. En el funeral de un Papa, los jefes de Estado, consortes, presidentes y autoridades deben acudir de negro a la ceremonia, y todos cumplieron con el protocolo a excepción de Trump y el príncipe de Gales, que vistieron de azul, aunque, en el caso de Guillermo, llevando corbata negra.

Al igual que en su primera visita al Vaticano, cuando, después de su boda, fueron recibidos y (bendecidos) por San Juan Pablo II, el 28 de junio de 2004, o cuando asistieron a la misa inaugural del papado de Francisco, el 19 de marzo de 2013, doña Letizia vistió de luto riguroso y llevó mantilla española (sin peineta). Asimismo, aunque no le gustan, usó medias negras, zapato cerrado y, como joyas, el broche de pasar de la Reina Victoria Eugenia con dos perlas: una de «la Chata» y otra de la Reina María Cristina. Doña Letizia solo vistió de blanco —tradición que enraiza en el agradecimiento del Papa a los Reyes durante la Reforma Protestante— cuando se presentó como Reina junto a Felipe VI. Fue el 30 de junio de 2014. Junto a las Reinas de España, pueden hacer uso de este privilegio las Reinas Matilde y Paola de los belgas, la gran duquesa María Teresa de Luxemburgo y la princesa Charlene de Mónaco



ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



Melania Trump, que cumplía 55 años ese mismo día, llevó mantilla, un traje cruzado negro, zapatos con tacones de aguja altísimos y guantes de encaje

ORACIÓN UNIVERSAL

Continuó la liturgia con la oración universal, que incluyó seis intenciones leídas en seis idiomas. Y, después de la consagración y la comunión de los fieles, tuvo lugar la recomendación final («Comendatio»), la despedida («Valendictio») y la letanía de los santos, presidida por el cardenal Baldo Reina, vicario general de la diócesis de Roma, así como la «súplica de las Iglesias orientales», con representantes de las Iglesias orientales católicas, según la liturgia bizantina, en griego y árabe.

La ceremonia culminó con la interpretación del «In Paradisum», una antifona gregoriana que evoca el tránsito del alma hacia la vida eterna; la aspersión del agua bendita rociada sobre el féretro, y las bocanadas de incienso. Después, el coro de la Capilla Sixtina, con más de 1.500 años de historia, cantó el «Magnificat», de Bach. Las campanas repicaron tres veces y los sediarios pontificios volvieron a llevar el féretro a hombros al interior de la basílica, donde fue recibido por dos filas de cardenales. Y de ahí al patio interior del Vaticano, a la pequeña plaza de Casa de Santa Marta, que

(SIGUE)



La Reina Mary de Dinamarca y Melania Trump protagonizaron un encuentro incómodo. Cabe recordar la tensión actual entre Estados Unidos y Dinamarca por Groenlandia. Rania de Jordania se despidió de Francisco muy emocionada. Eran muy cercanos. Bajo estas líneas, el duque de Castro junto a Manuel Filiberto de Saboya







eligió hogar, para ser llevado a Santa María la Mayor en su viejo papamóvil. En vida, renunció a la limusina papal, y en la muerte, quiso llegar a su última morada en un «pick-up» con la matrícula roja «SCV 1» del Vaticano.

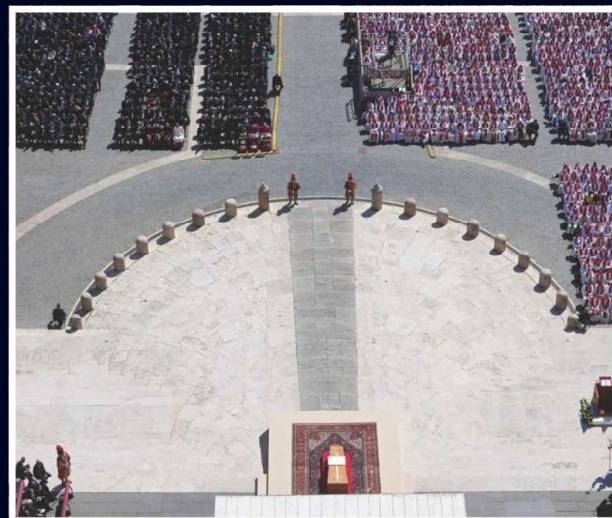
El coche, modificado para la traslación, abandonó el Vaticano a través de la puerta del Peregrino y atravesó el corazón de Roma pasando por lugares muy emblemáticos y algunos de los símbolos de los emperadores de la antigua Roma, entre ellos, el Coliseo. Desde hacía tres siglos, ningún soberano pontífice había atravesado la ciudad para ser enterrado en Santa María la Mayor.

TERCERA ESTACIÓN: COMO EL QUERÍA

En la tercera estación, el Papa fallecido es sepultado. Desde principios del siglo XX, todos los pontífices han sido enterrados en las grutas bajo la basílica de San Pedro. Francisco es el octavo enterrado en la basílica de Santa María la Mayor y su tumba está junto a la de Honorio III, el Papa que confirmó a San Francisco la regla de su orden, en 1223, y le dio su bendición.

(SIGUE)

El sencillo féretro de Francisco, realizado en madera y zinc, salió de la basílica de San Pedro a hombros de 14 sediarios que lo situaron frente al altar, en el atrio del templo. La misa funeral reunió a 220 cardenales, casi 750 obispos y arzobispos y 4.000 sacerdotes, que vestían túnicas blancas y estolas rojas. Impresionó el silencio con el que los peregrinos llegados de todo el mundo recibieron al cortejo fúnebre. Lo rompió el tañido de las campanas repicando a difuntos. Sobre el féretro se colocó abierto el Evangelio. Los Reyes de España, en primera fila, siguieron atentamente la ceremonia





... Y llegó el último viaje, aquel que llevaría el ataúd de Francisco al lugar que él había elegido como su última morada: la basílica de Santa María la Mayor. Entre ambos templos hay una distancia de seis kilómetros. El féretro se trasladó en el viejo papamóvil, que permitía a los peregrinos que abarrotaban la ciudad verlo mientras circulaba «a paso solemne». El cortejo fúnebre siguió en buena parte el trazado de la antigua Via Papalis. Derecha, con el Coliseo a las espaldas del cortejo fúnebre



El decano del Colegio Cardenalicio, Giovanni Battista Re, reza ante el féretro durante el funeral del Papa Francisco en la plaza de San Pedro (arriba), donde se pudo apreciar la grandeza de su ceremonial milenario. El Papa también fue despedido por una representación de su familia. Algunos de ellos viajaron expresamente desde Argentina y otros desde el Piemonte y de Liguria, tierra de sus abuelos

El primer viaje fuera del Vaticano fue a Lampedusa y el último, a menos de seis kilómetros de los límites de la ciudad-estado. En su testamento, divulgado el 21 de abril, Francisco dejó instrucciones para su entierro: «Pido que mis restos mortales descansen esperando el día de la resurrección en la basílica papal de Santa María la Mayor». «Pido que se prepare mi sepulcro en el nicho de la nave lateral entre la capilla Paulina (Capilla de la Salus Populi Romani) y la capilla Sforza de la citada basílica papal. El sepulcro debe estar en la tierra, sencillo, sin decoración particular y con la única inscripción: «Franciscus»». Hecha de mármol de Liguria, en recuerdo a los orígenes de su

familia, porque quería descansar en la piedra de sus abuelos, también tiene una reproducción de su cruz pectoral. El Papa fue despedido en su recorrido por 150.000 personas y una interminable ronda de aplausos. Eran las 12:56 cuando el papamóvil llegó a la basílica, donde fue recibido con repique de campanas y 40 personas de colectivos vulnerables. «Cómo quisiera una Iglesia pobre y para los pobres», dijo Francisco horas después de su elección. Tras las oraciones, los sellados y ser rociado el ataúd con agua bendita, en la bóveda, sonó el himno «Regina Coeli» y el féretro fue colocado en el sepulcro cumpliéndose su deseo.

(SIGUE)

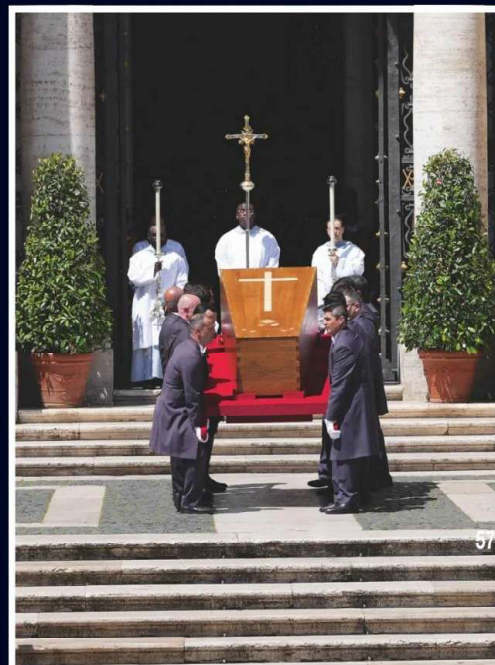
CIFRAS EXTRAORDINARIAS

- Asistieron 50 jefes de Estado y de Gobierno, diez soberanos reinantes y 164 delegaciones estatales
- La misa funeral reunió a 220 cardenales, casi 750 obispos y arzobispos y 4.000 sacerdotes
- Francisco fue despedido por más de 700.000 personas; 250.000 desfilaron ante su féretro; 250.000 llegaron a la basílica de madrugada y siguieron la ceremonia a través de pantallas, y 150 lo acompañaron en el recorrido. Al día siguiente, domingo, su tumba fue visitada por 20.000 fieles y también oraron por él en la basílica más de 110 cardenales
- La ceremonia fue seguida por cientos de millones de telespectadores y hubo 4.000 periodistas acreditados. Se construyó andamio de cuatro pisos frente a la basílica de San Pedro
- Más de 10.000 personas participaron en las labores de seguridad, atención médica y logística para atender a los fieles y ofrecer un escenario de seguridad. Un desafío sin precedentes que llevó al blindaje de Roma
- El Vaticano reveló que, antes de su muerte, Francisco realizó una donación personal de 200.000 euros —sus últimas posesiones—, para financiar proyectos en una cárcel





De los más poderosos a los más pobres, el Papa fue despedido por más de 400.000 personas entre lágrimas y aplausos, y catorce señores pontificios llevaron el féretro desde la basílica hasta la plaza de San Pedro





Este fue el deseo del Papa Francisco y así se cumplió: «Pido que se prepare mi sepulcro en el nicho de la nave lateral entre la capilla Paulina (Capilla de la Salus Populi Romani) y la capilla Sforza de la citada basílica papal. El sepulcro debe estar en la tierra, sencillo, sin decoración particular y con la única inscripción: "Franciscus"». Abajo, los Reyes de España ante el último adiós. Debajo, los Reyes en la embajada de España, donde se fotografiaron con la delegación española



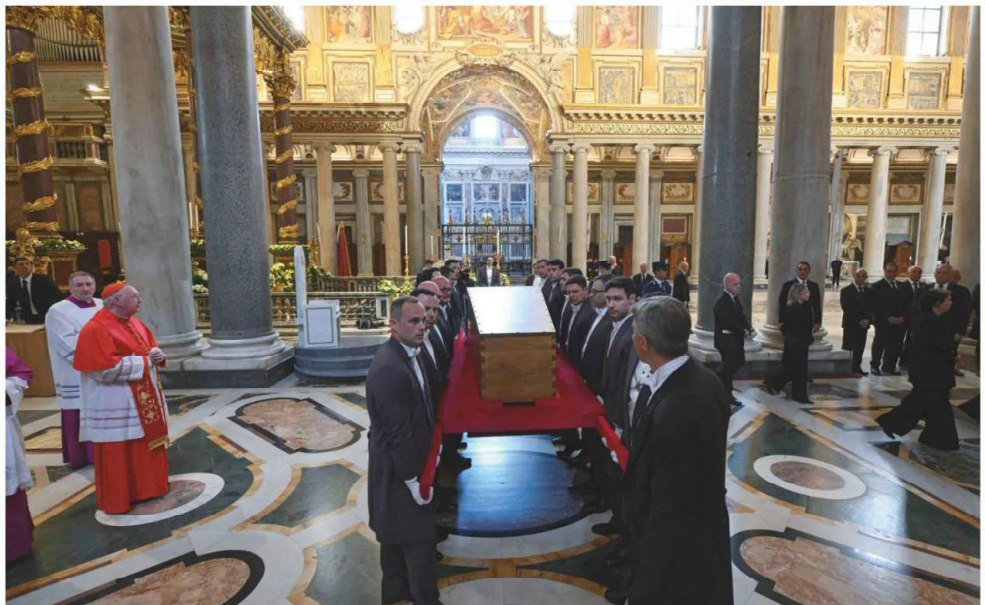
**CONEXIÓN HISTÓRICA
CON LOS REYES DE ESPAÑA**

Francisco es el primer Papa en más de 120 años enterrado fuera de San Pedro. Hasta 23 pontífices descansan en las Grutas Vaticanas, pero él eligió Santa María la Mayor, una de las cuatro basílicas papales que hay en Roma. Sus orígenes se remontan al siglo IV y tiene un vínculo histórico con los Reyes de España. Los mosaicos de las paredes y el artesanado del techo están elaborados con oro extraído de América por la Corona española. Se afirma que fue enviado por Isabel la Católica a Alejandro VI, el «Papa Borgia» español. Y es famosa también por sus reliquias, entre las que destacan los cinco maderos fechados científicamente en el período del nacimiento de Jesucristo, que se guardan en un relicario donado por Margarita de Austria, esposa de Felipe III. Asimismo, Felipe IV fue uno

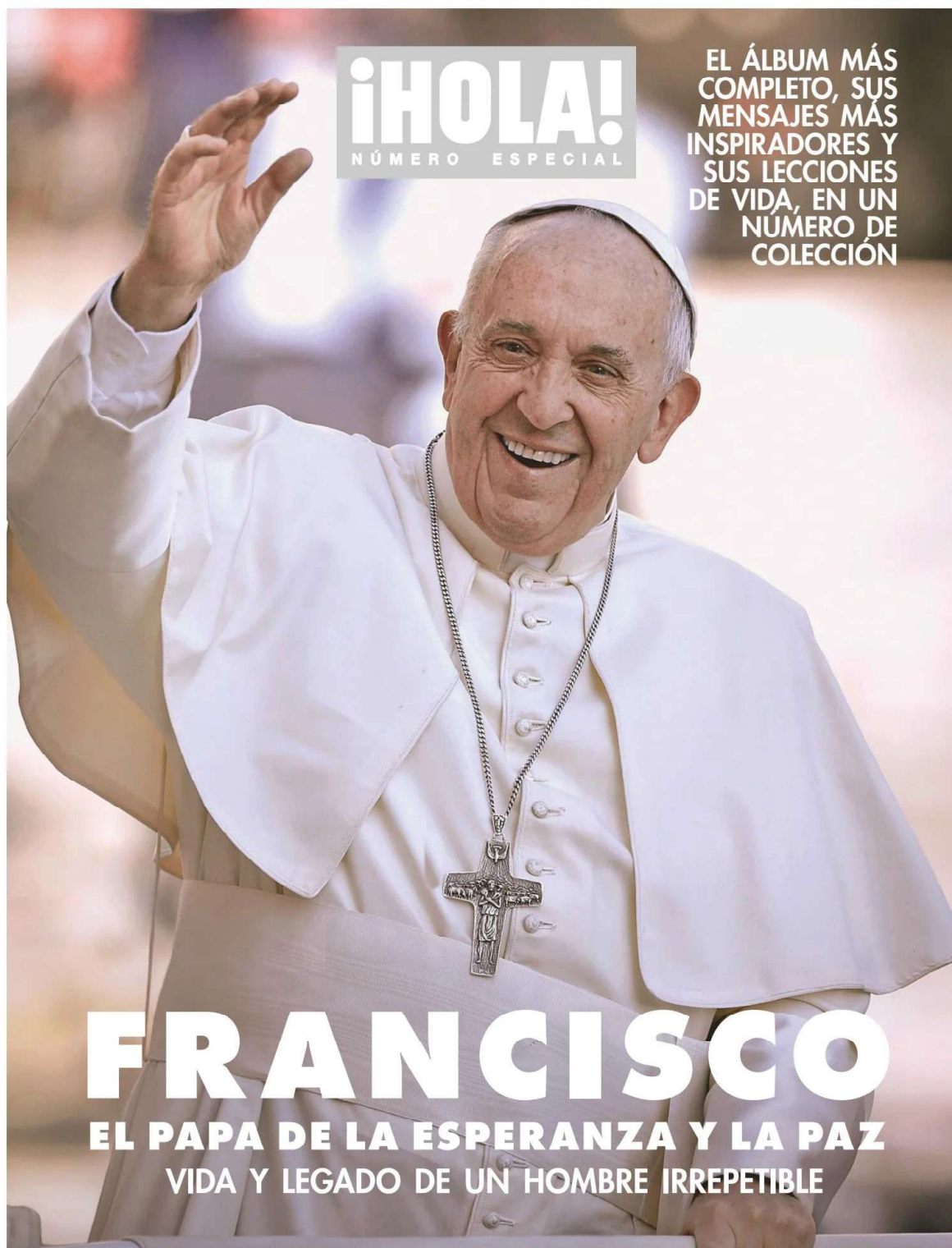
de sus principales benefactores. En 1647, firmó un acuerdo con el Papa Inocencio X, quien le concedió el patrocinio en Santa María la Mayor a lo largo de los siglos. Desde el siglo XVII, los soberanos españoles fueron reconocidos como protocatónigos honorarios. Este privilegio se renovó con el Concordato de 1953 y el Rey Juan Carlos lo reclamó en 1977. Allí celebró también su primera misa, en 1538, san Ignacio de Loyola, el español fundador de la Compañía de Jesús.

Ahora, sus restos descansan para la eternidad donde él quería. En la cima de la colina Esquilina, una zona céntrica multicultural. Otro mensaje póstumo. Y otra forma de volver al barrio de las Flores, donde creció en una familia de emigrantes, entre gente que atravesó el océano en busca de una vida mejor.

Texto: PILAR RUBINES
Fotos: CASA DE SU MAJESTAD EL REY / AGENCIAS



RETRATO DE UN HOMBRE IRREPETIBLE



iHOLA!
NÚMERO ESPECIAL

EL ÁLBUM MÁS
COMPLETO, SUS
MENSAJES MÁS
INSPIRADORES Y
SUS LECCIONES
DE VIDA, EN UN
NÚMERO DE
COLECCIÓN

FRANCISCO

EL PAPA DE LA ESPERANZA Y LA PAZ
VIDA Y LEGADO DE UN HOMBRE IRREPETIBLE

UN NÚMERO EXTRAORDINARIO DE COLECCIÓN



PÍDELO EN TU QUIOSCO

También podrás conseguirlo en la tienda ¡HOLA! suscripciones.hola.com
o llamando al teléfono 917 811 800

Asistieron a la presentación de un libro sobre el padre del torero

CASILDA YBARRA Y MIGUEL BÁEZ, «LITRI»

AMOR, ORGULLO Y FAMILIA, CAMINO DE SU TERCER ANIVERSARIO DE BODA

DISCRETA, elegante y siempre en su propio compás, Casilda Ybarra volvió a demostrar por qué está considerada uno de los grandes referentes del estilo «boho» en nuestro país. La experta en arte, casada con el torero Miguel Báez, «Litri», hizo una de sus contadas apariciones públicas para acompañar a su marido en un acto muy especial: la presentación del libro «Litri. Grande del toreo», dedicado a la memoria de su suegro, Miguel Báez Espuny, leyenda indiscutible de la tauromaquia, fallecido en 2022. El evento tuvo lugar en la sede de la Fundación Cajasol, en pleno corazón de Sevilla, ciudad donde vive la pareja, que celebrará su tercer aniversario de boda el próximo 14 de mayo. A la cita acudieron también los padres de Casilda, Antonio Ybarra Lloset y Casilda de Fontcuberta y Alonso Martínez, así como su hermano mayor, Antonio, mostrando una vez más la unión que caracteriza a esta familia sevillana de profundas raíces.

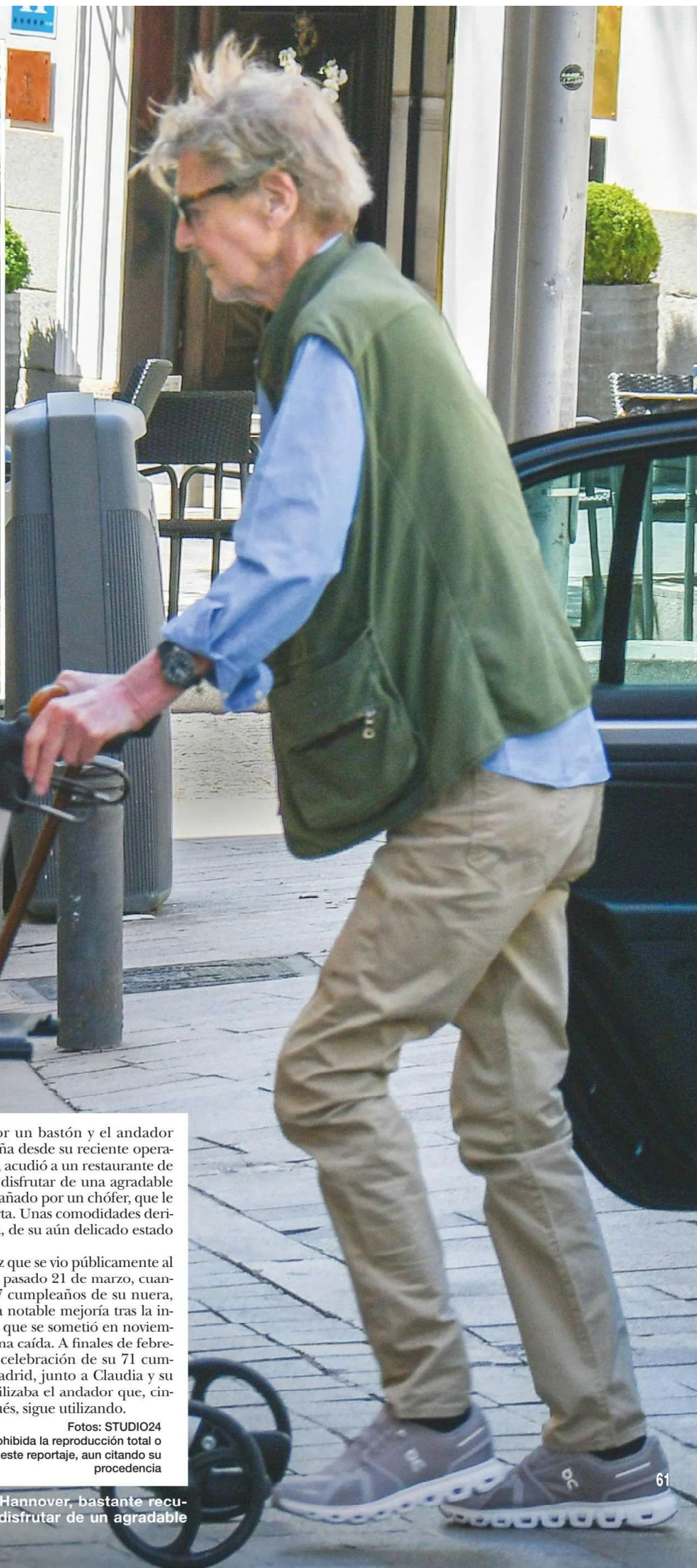
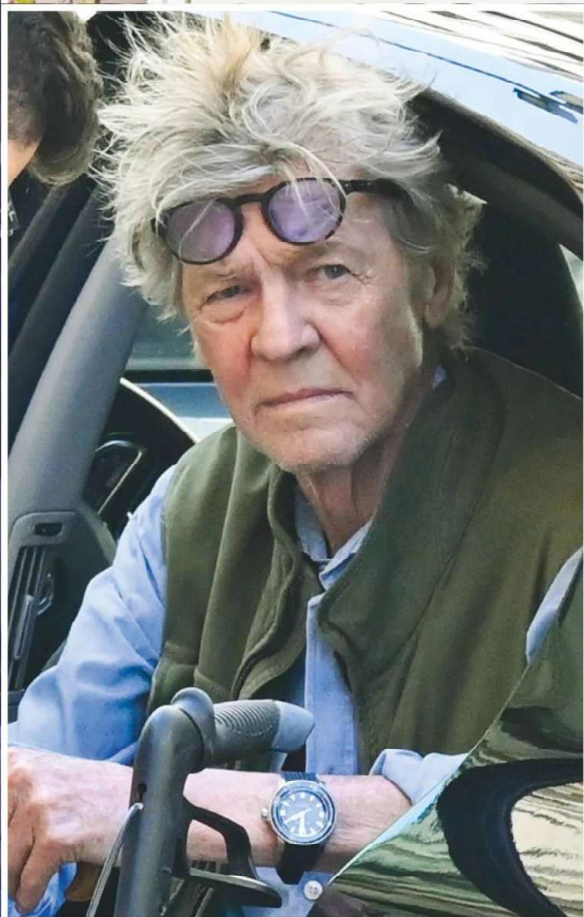
Casilda brilló sin estridencias, fiel a esa elegancia sin artificios que ha hecho de ella una figura de culto para quienes admiran la moda con sello personal. Su presencia, cálida y serena, arropó en todo momento a Miguel, que se mostró visiblemente emocionado al recordar a su padre, «el mejor espejo» en el que —dijo— pudo mirarse. La obra, firmada por el periodista y escritor Alejandro Márquez, ofrece un recorrido íntegro por la carrera taurina de Báez Espuny, un homenaje sentido y necesario a una figura irreplicable del toreo. Pero también ha servido como testimonio del respeto y la admiración con la que la nueva generación de los Báez mantiene vivo ese legado.

Fotos: LAGENCIA / GTRES



Discreta y elegante, Casilda Ybarra volvió a demostrar por qué está considerada uno de los grandes referentes del estilo «boho» en nuestro país. A la izquierda, con sus padres, Antonio Ybarra y Casilda de Fontcuberta. A la derecha, Miguel Báez, «Litri», posando con el libro dedicado a su padre, leyenda indiscutible del torero, fallecido en 2022





EXCLUSIVA
PRIMERAS
IMÁGENES DE
ERNST DE
HANNOVER:
RECUPERA SU VIDA Y
SUS SALIDAS TRAS SU
INGRESO EN LA UCI

TRAS el susto que le obligó a estar ingresado más de dos semanas en la clínica Ruber Internacional, de Madrid, Ernst de Hannover ha reaparecido en la capital bastante recuperado. Fue el pasado 3 de abril cuando ingresó por una dolencia crónica, tal y como confirmó la propia Claudia Stilianopoulos, su pareja, descartando que pudiera estar relacionado con los problemas de cadera que también le llevaron al hospital hace poco tiempo.

Desde el pasado lunes 20 de abril, Hannover está en su casa, donde, rodeado de los suyos (sobre todo de Claudia, su hijo Christian y su nuera Sassa de Osma), se recupera de este contratiempo de salud que le ha hecho perder mucho peso. Visiblemente más delgado, pero sin perder las ganas de retomar su vida tal y como la dejó, fue fotografiado, apenas unos días después de recibir el alta, saliendo de su casa, aprovechando las buenas temperaturas en Madrid.

Ayudado por un bastón y el andador que le acompaña desde su reciente operación de cadera, acudió a un restaurante de la capital para disfrutar de una agradable comida acompañada por un chófer, que le dejó en la puerta. Unas comodidades derivadas, sin duda, de su aún delicado estado de salud.

La última vez que se vio públicamente al príncipe fue el pasado 21 de marzo, cuando asistió al 37 cumpleaños de su nuera, mostrando una notable mejoría tras la intervención a la que se sometió en noviembre debido a una caída. A finales de febrero, durante la celebración de su 71 cumpleaños, en Madrid, junto a Claudia y su familia, aún utilizaba el andador que, cinco meses después, sigue utilizando.

Fotos: STUDIO24

© ¡HOLA! Prohibida la reproducción total o parcial de este reportaje, aun citando su procedencia

Tras abandonar hace unos días el hospital, Ernst de Hannover, bastante recuperado y provisto de su andador, salió de casa para disfrutar de un agradable almuerzo en Madrid

MARTA LOZANO HABLA COMO NUNCA DE SU DEPRESIÓN POSPARTO

«Lo pasé fatal. Básicamente, he tenido una depresión de caballo. Pero reconocerlo y hablar de ello me ha hecho sentirme libre», confiesa a ¡HOLA! al celebrar el primer cumpleaños de su hijo

LOS últimos meses han sido una auténtica montaña rusa para Marta Lozano. Por un lado, la «influencer» ha experimentado una revolución de emociones con la llegada del pequeño Loren, su primer hijo, que tuvo hace justo un año con el empresario y odontólogo Lorenzo Remohi. Es más, Marta no ha tenido problemas en confesar que ha sufrido una depresión posparto «de caballo». Pero también se ha animado con una nueva aventura profesional: ha debutado como diseñadora y ha lanzado una colección de zapatos. «Al principio, tenía mucho miedo al no haberlo hecho nunca. En estos años, me lo habían propuesto muchas veces, pero estoy en un momento muy nuevo», confiesa a ¡HOLA! «Todo ha sido muy fácil porque me han dejado elegir diseños, tejidos... He tenido mucha libertad creativa», añade la «influencer», que ya nos avisa de que no descarta repetir la experiencia: «Ideas tengo muchas».

—Tu hijo acaba de cumplir un año. ¿Cómo te ha cambiado la vida?

—Soy otra persona... Ahora hablo de la antigua Marta y de la nueva. De hecho, cuando me pasa algo y actúo como antes, digo: «Esto lo haría la antigua Marta». Soy otra versión.

—¿Qué has aprendido?

—Que soy capaz de hacer muchas más cosas de lo que creía. Antes me invalidaba muchas veces. Sobre todo, ahora estoy más libre conmigo y con mi entorno. Tampoco juzgo. Supongo que para no ser juzgada, algo a lo que estoy acostumbrada. También disfruto, que antes no tanto.

—¿Cómo está el pequeño Loren? ¿Ya ha empezado a andar?

—Aún no, pero ya se pone de pie.

—¿Y dice sus primeras palabras?

—Solo «papá». Desde hace mes y medio. Ese momento fue muy fuerte. Ahora le digo «mamá», pero nada (ríe). Lorenzo se ríe y me pica: «Dice papá, pero no mamá». En algún momento, lo dirá.

—Hace poco viajaste a Nueva York por trabajo. ¿Cómo te apañas?

—Me he vuelto mucho más selectiva con el trabajo, porque implica viajar. Ahora intento hacer cosas que verdaderamente me llenen.

—¿Tienes fijado algún límite de días para estar fuera de casa?

—No. También intento no ponerme muchos límites en general, pero cada proyecto lo miramos con lupa. Ya lo hacía antes, pero ahora más.

—También has confesado lo difícil que te ha resultado la maternidad. Es un tema del que muchas mujeres no se atreven a hablar.

—Lo pasé fatal. Básicamente, he tenido una depresión de caballo. Pero reconocerlo y hablar de ello me ha dado mucha paz y me ha hecho sentirme tan libre como ahora. Luego, muchas madres se han sentido identificadas, porque nadie lo habla. Me parecía muy de impostora decir que estaba de otra manera... No podía negar lo evidente.

—¿Cuánto tiempo te duró?

—Desde hace como tres meses estoy muy bien.

—¿Cómo has logrado superarlo?

—Me ha costado muchísimo. Al principio, pensaba que iba a estar mal todo el tiempo. Pero rodearme de mi gente, que siempre ha estado ahí, me ha ayudado mucho. Es muy buena gente, pero no he sido tan consciente hasta ahora. También necesitaba ayuda de verdad, de profesionales. Mi psicóloga ha sido clave en el proceso para estar como estoy ahora. Hoy lo que me preocupa es estar tan bien. Me ralla.

—¿Temes un nuevo bajón?

—Sí, pero tengo las herramientas y puedo afrontarlo de otra manera.

CON GANAS DE UNA «MINIMARUJA»

—¿Te planteas tener otro bebé?

—Sí. Cien por cien.

—¿Este año?

—No lo sé... Los tiempos de Dios no los conocemos. Me encantaría tener una niña, pero lo importante es que venga bien y sano. Es verdad que tengo una sobrina y muero de amor. Es más maruja que yo... Me encantaría tener una niña (ríe).

—¿Cómo estás viviendo la maternidad al tiempo que tu amiga Teresa Andrés Gonzálvo?

—Ella lo ha vivido de forma muy diferente, porque a ella le salvó. Tere venía de una época mala y con la niña le fue superbién todo. A mí, todo lo contrario: me desmontó y me ha vuelto a reconstruir ahora.

—Teresa se ha instalado en Madrid. ¿Te planteas hacer lo mismo?

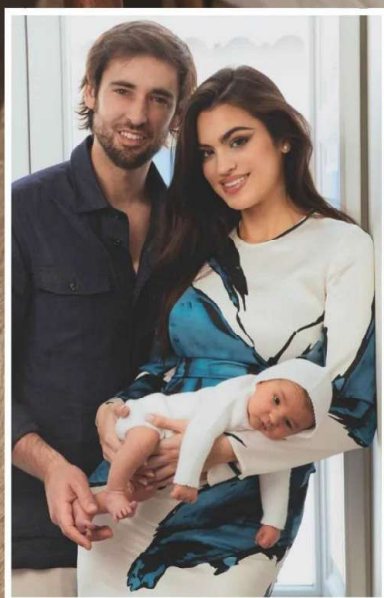
—Si Dios quiere, me quedo en mi Valencia del alma. Soy muy feliz ahí con toda mi gente. Me encanta venir a Madrid, trabajar y volver.

—¿No te han propuesto hacer algo de tele?

—Sí, pero sin mi casa y sin mi cama... no soy capaz.

Texto: ANTONIO DIÉGUEZ
Foto: ALBERT MULLOR

Sobre estas líneas, Marta posando con unos zapatos que forman parte de su primera colección como diseñadora. Abajo, la «influencer», que presentó al pequeño Loren en ¡HOLA! al poco de nacer. Junto a ellos, el marido de Marta y padre del bebé, el empresario y odontólogo Lorenzo Remohi



Presenta su nueva colección
primavera-verano 2025 de Ooto

ANDRÉS VELENCOSO

EL MODELO Y ACTOR QUE DISEÑA PARA SUS COMPAÑEROS DEL CINE

Juana Acosta, Alfonso Bassave e Hiba Abouk acudieron a la cita de deporte y moda

MODELO y actor. O mejor dicho, actor y modelo. O actor modelo. Para rizar el rizo, también, diseñador. O director creativo. De su propia marca, Ooto, de la que, por si le faltaran pocas cosas por hacer, no es que sea solo imagen, sino que también hace las fotos. Con el estilo «vintage» de una Leica analógica que se compró cuando, hace dos décadas, viajaba a Nueva York constantemente y protagonizaba, por ejemplo, una de las campañas publicitarias más rompedoras que se recuerdan. Con Jennifer López a su grupa.

Porque Andrés Velencoso es ya en sí mismo una marca. Y ya no necesita de esas campañas que lo obligaban a dormir entre aeropuertos y hoteles impersonales. «He vuelto a Tossa —nos contaba hace muy poquito—. Después de haberme marchado hace un cuarto de siglo y no querer vivir ahí, me he hecho una casa preciosa y estoy felicísimo». Su nombre es ya sinónimo de talento, de calidad y, obviamente, estéticamente también funciona... Y mucho. Veinticinco años de carrera en lo más alto dan caché y estatus. Acaba de presentar su última colección, primavera-verano 2025 a las orillas del lago de la Casa de Campo, en Villa Verbena, en donde se ha dejado acompañar de otros dos grandes en lo suyo: el deportista Marcus Cooper, con una simbólica llegada en piragua y, Biel Ramon, reconocido como Mejor Coctelero de España, con un cóctel exclusivo en el que los aromas alcohólicos se convertían en notas de estilo, en «country club», en espíritu libre, en hedonismo y Mediterráneo. Precisamente allí, a la orilla del mar y la montaña que lo vio nacer, el gerundense protagoniza y rueda la serie «Regreso a Las Sabinas», el último éxito de Disney+ y la primera serie en «streaming» de la plataforma.

Por eso, a la puesta de largo de la nueva temporada de Ooto asistieron compañeros y amigos con los que ha compartido set de rodaje y alfombras rojas. Fue el caso de las actrices María León, con la que encabezó el reparto de «La lista de los deseos», e Hiba Abouk, con quien rodó «Eva & Nicole», o Alfonso Bassave y Juana Acosta, con quienes ha entregado premios como Los Feroz. Todos, respondiendo a una invitación personalizada del director creativo, que, por controlar, está encima incluso del menú que se sirvió durante la jornada de moda y «way of life».

Sobre estas líneas, una imagen del actor y modelo con uno de los looks de la última colección de Ooto. Abajo, junto al piragüista Marcus Cooper y el barman Biel Ramón. Al lado, Juana Acosta y Alfonso Bassave. Por último, María León e Hiba Abouk con su —otra vez— característica melena castaña



Acompañada por su pareja,
Luis Díaz Núñez

NEREA GARMENDIA NOS PRESENTA A SU PRIMER HIJO, UNAX, EL MEJOR REGALO, A SUS 45 AÑOS

«Traer un bebé al mundo es algo especial, da igual el momento de tu vida en el que lo hagas. Pero, en nuestro caso, está siendo mágico»

«Haber vivido más te da otra perspectiva, te permite priorizar. Ahora, voy a poder dedicarle a nuestro hijo mucho más tiempo del que quizá hubiera podido con 30»

Nerea Garmendia y su pareja, Luis Díaz Núñez, nos presentan por primera vez a su hijo, Unax, que nació el pasado 4 de abril. «Es muy fuerte levantarte cada día —cada toma, cada tres horas— y ver que tienes un ser humano que has creado dentro de tu cuerpo y que te mira. Para él, tú eres su mundo entero», nos cuenta la actriz, que, a la derecha de estas líneas, también posa junto a su perro, «Coco», uno más en familia que han formado



64



NEREA Garmendia, actriz de la mítica serie «Vaya semana» (Netflix), presentadora, creadora de contenido en redes sociales con su parte de cómica y monologuista en teatros, se ha convertido en madre, a los 45 años, junto a su pareja, Luis Díaz Núñez, en un proceso que ha sido el fruto de un largo camino para convertirse en padres. Tres semanas después de dar a luz a su hijo, por fecundación «in vitro», la pareja posa por primera vez para ¡HOLA!, mostrando con orgullo a su bebé, quien llegó al mundo el pasado 4 de abril. Un gran regalo que ha cambiado sus vidas para siempre. En esta entrevista, Nerea y Luis abren su corazón y nos cuentan cómo ha sido todo el proceso, desde los momentos más difíciles hasta la emoción del primer encuentro con su hijo.

Unax, un nombre cargado de significado, representa no solo un nuevo comienzo para los dos, sino también el triunfo del amor, la paciencia y la constancia. Y aunque las primeras semanas de paternidad han sido un torbellino de emociones, para ellos el esfuerzo ha valido la pena. En sus palabras, ser padres ha superado todas las expectativas, y están más felices que nunca con su pequeño, a quien miran con una ternura infinita.

«ESTAMOS EN UNA NUBE»

—Nerea, ¡enhorabuena! ¿Cómo estás viviendo estas primeras semanas?

—Pues la verdad es que estamos que no nos lo creemos. Parece una forma de hablar, pero es muy fuerte levantarte cada día —cada toma, cada tres horas— y ver



LUIS: «Nunca había sido superpaciente. Con Unax, sin embargo, me ha llegado la calma, la paz y la tranquilidad. Me está haciendo muchísimo bien porque con él no tengo prisa»

que tienes un ser humano que has creado dentro de tu cuerpo y que te mira. Para él, tú eres su mundo entero. Estamos en una nube, la verdad.

—**¿Qué significa para ti, en este momento de tu vida, haber traído al mundo a tu hijo?**

—Traer un bebé al mundo es algo especial, da igual el momento de tu vida en el que lo hagas. Pero, en nuestro caso, está siendo especialmente mágico, quizá un poquito más porque Unax ha sido muy buscado, muy deseado y nos ha costado un poquito. Así que lo estamos disfrutando muchísimo. Además, al tener nosotros un poco más de edad de lo que nos hubiese gustado, también estamos viendo el lado positivo. En este caso, la experiencia es un grado. Haber vivido más te da otra perspectiva, te permite priorizar. Yo ahora voy a poder dedicarle a mi hijo mucho más tiempo del que quizá hubiera podido con 30. No ha sido una elección planificada, pero, buscando ese lado positivo, sabemos que podremos darle lo más va-

lioso que tenemos: nuestra dedicación, nuestro amor y todo lo que hemos aprendido en la vida.

—**¿Qué sentiste cuando viste por primera vez la carita de tu bebé y lo pusieron en tus brazos?**

—No pude estar con él todo el tiempo que hubiese querido por la cesárea, pero, en ese momento, todo se paró. Lo vi y era como un muñeco, sin cara de sufrimiento. Parecía tan tranquilo, tan en calma... Eso me dio mucha calma a mí también. No sentí preocupación porque veía que estaba bien, tan rosita, con los labios rojos, con una tranquilidad que me sorprendió. Y pensé: «Ojalá pueda hacer que no sufra mucho en la vida».

—**¿Cómo es? ¿Qué detalles ya te tienen completamente enamorada?**

—Pues mira, hay muchísimos detallitos. Aún tiene tres semanas y es increíble cómo puedes conocer a un bebé que todavía no puede hablar ni expresar sus

(SIGUE)





«Yo sabía ya que iba a ser un gran padre, y lo está demostrando con su increíble dedicación», nos cuenta la también cómica y monologuista de su pareja, Luis. Bajo estas líneas, un primer plano del pequeño, quien, según su madre, «es muy bueno y tiene una personalidad muy muy definida». Página siguiente, una entrañable imagen de Nerea con Unax, un nombre que eligieron de común acuerdo y cuyo significado es «guardián»



emociones como lo hacemos los adultos. Pero sí los expresa a su manera. Por ejemplo, cuando se despierta, parece un dinosaurio, como un velociraptor. Le llamamos «Blue» porque, cuando empieza a gritar y a lloriquear, no llora como un bebé, sino como un dinosaurio pequeño con unos agudos que nos hace mucha gracia. Luego tiene la famosa «hora bruja», de 9 a 11, un par de horas en las que el niño se convierte en un «gremlin» mojado, no hay forma de calmarlo. Bueno, sí hay forma: con un bañito recostado en mi pecho. Ahí es cuando notas que ha estado en tu barriga estos nueve meses. Es una pasada. Es muy bueno y ya tiene una personalidad muy muy definida.

—Como mamá, ¿te has lanzado a hacer cosas que nunca hubieras pensado que harías, como cantar o hacer ruiditos para calmarlo?

—¡Sí, totalmente! Es algo que nunca imaginé, pero que ahora me sale de manera natural. Nunca fui de tener ese instinto por los niños, jamás me consideré «niñera». De hecho, nunca fui de llegar a un sitio y querer cargar a un niño o jugar con él. Pero ahora, con mi hijo, es diferente. Le hablo en euskera, le canto, hago ruiditos... Cosas que jamás pensé qué haría. La verdad es que, aunque me rodean muchas cosas laborales, ahora mi prioridad es disfrutar de mi niño, de mi pareja y hasta de mi perro, «Coco». Lo demás, realmente, me da igual. Lo único que quiero es aprovechar esta etapa al máximo.

LOS PARECIDOS

—Luis, ¿a quién dirías que se parece más vuestro hijo?

—Desde la primera semana, me di cuenta de que se parece mucho a mi hermano Ricardo, sobre todo cuando veo fotos de él de pequeño. Y en mi familia dicen que tiene algo de parecido con mi sobrina, Mayra, cuando era niña. Pero, sinceramente, yo no soy muy bueno para sacar parecidos. No tengo ese don.

—Nerea, Unax es un nombre precioso y poco común, ¿por qué lo habéis elegido, tiene un significado especial?

—Mi chico tenía muy claro que quería que fuera un nombre vasco, y yo, feliz y encantada. Así que, por ahí, fue fácil. Decidimos hacer un listado con los que más nos gustaban y coincidimos en Unax y Ander. El nombre de Unax nos encantó. Significa «guardián», como el pastor de ovejas, y realmente creo que nuestro hijo va a ser un buen líder, un pastor para esta manada.

—¿Cómo estás viendo a Luis en estas primeras semanas como papá?

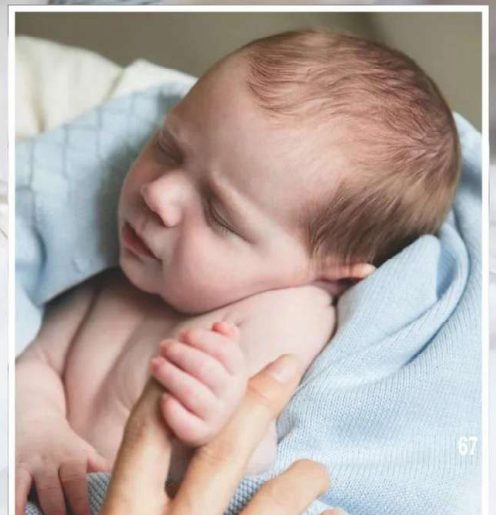
—Yo sabía ya que iba a ser un gran padre y lo está demostrando con su increíble dedicación. Le flipan los niños, con los que tiene una conexión especial y se desvive por ellos. Además, el deseo que él tenía de ser padre era algo que llevaba dentro desde toda la vida.

—¿Se ha implicado en los cuidados del bebé desde el primer día?

—¡Es él quien me ha enseñado a cambiar los pañales! Tiene cuatro hermanos y la pequeña nació cuando él tenía 17 años. Aunque haya pasado mucho tiempo de eso, es como andar en bici, no se olvida. Como yo tuve que estar en

(SIGUE)

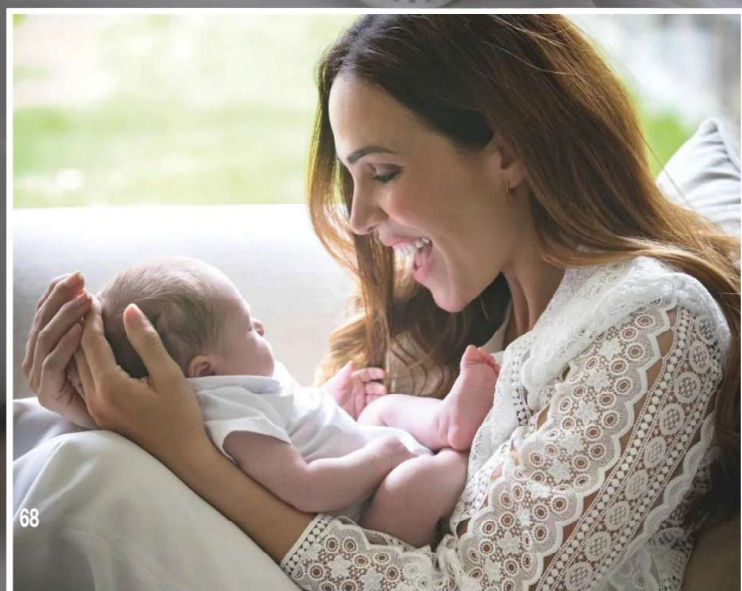
**«Le llamamos
“Blue”, porque,
cuando empieza a
gritar y lloriquear,
no llora como un
bebé, sino como
un dinosaurio pe-
queñito, con unos
agudos que nos ha-
cen mucha gracia»**



«El nombre de Unax nos encantó. Significa “guardián”, como el pastor de ovejas, y realmente creo que nuestro hijo va a ser un buen líder, un pastor para esta manada»



«Nunca fui de tener ese instinto por los niños, jamás me consideré “niñera”. De hecho, nunca fui de llegar a un sitio y querer cargar a un niño o jugar con él. Pero ahora, con mi hijo, es diferente. Le hablo en euskera, le canto, hago ruiditos... Cosas que jamás pensé que haría», confiesa Nerea, que quiere aprovechar esta etapa al máximo



reposo los tres primeros días, se ocupó de todo: de los pañales, de los biberones... Luego, cuando volvimos a casa, me enseñó cómo hacerlo. Mira por donde, tengo un pequeño manual de instrucciones a mi lado.

—Luis, ¿te has descubierto durante estos días algún talento oculto, como cambiar pañales con una mano o cantar nanas improvisadas?

—La verdad es que me manejo superbién. Sostengo siempre al niño con la mano izquierda y puedo hacer todo lo demás con la derecha. Pongo una lavadora o dos cada día, subo a la planta de arriba a por un pañal... Me está siendo muy fácil. Lo que sí he descubierto es la paciencia. Yo, hasta ahora, nunca he sido superpaciente. Si quiero algo, si estoy trabajando en algo, tiene que salir ya. Con Unax me ha llegado la calma, la paz y la tranquilidad. Me está haciendo muchísimo bien porque con él no tengo tanta prisa.

—La llegada de un pequeño, revoluciona cualquier casa. ¿Nerea y tú tenéis algún ritual en pareja que os ayuda a mantener la conexión a pesar del cansancio?

—Generalmente, lo tenemos por la noche, cuando el niño ya se ha tranquilizado. A veces nos ponemos a ver una serie y otras nos quedamos un rato hablando o nos servimos una copita de vino o una cervecita. Ese momento íntimo, aunque sea con el niño cerca, nos ayuda mucho a reconectar. Es importante buscar esos momentos y nos hace sentir muy felices poder seguir teniéndolos. Además, en mi caso, como estará en casa durante casi seis meses antes de volver al trabajo, creo que este tiempo extra nos va a ayudar a superar este período, que puede ser un poco más complicado para nosotros.

Texto: ENRIQUE J. SUERO
Fotos: VICTORIA MUÑOZ
Producción: MARIETA TORRES
Estilismo: LOLA DELGADO



**Nuestros valores
no están en venta.
El aceite de nuestra
cooperativa, sí.**

**Compra lo tuyo.
Defiende lo nuestro.**



- 4 NICOLAS Y MIREN DE LORGERIL** nos abren las puertas de su majestuoso «château» del siglo XVII, conocido como «el Versailles de Languedoc»
- 16 IVANKA TRUMP**, una sorprendente surfera, en Costa Rica
- 18 BLAKE LIVELY Y RYAN REYNOLDS**, una pareja deslumbrante, en medio de la tormenta
- 20** Entramos en la gala de los Laureus, los Oscar del deporte: emoción, reparaciones y sorpresas
- 26 SOFÍA DE BORBÓN** cumple 18 años: primer posado en solitario y celebración en Gales
- 30 SARAH FERGUSON** y sus hijas, las princesas Beatriz y Eugenia, unidas en la lucha contra el cáncer
- 32 LUCÍA VILLALÓN**, el coraje de una madre
- 40 GERARD PIQUÉ Y CLARA CHIA** reaparecen juntos, ajenos a los rumores
- 42 LUIS FIGO Y HELENE SVEDIN**, la imagen que desmiente su separación
- 44** El mundo entero despidió al PAPA FRANCISCO: cumbre de Reyes en un emotivo y multitudinario funeral
- 60 CÓCTEL DE NOTICIAS**
- 64 NEREA GARMENDIA** nos presenta a su primer hijo, Unax, el mejor regalo, a sus 45 años
- 71 AMALIA Y ALEXIA DE HOLANDA** atraen todas las miradas en el día del Rey
- 72 PASATIEMPOS**
- 74 MUNDO SINGULAR**
- 76 EL BUSCADOR DE SERIES**
- 77 GEORGE CLOONEY**, un sorprendente e inesperado jugador de «Softball», en Nueva York
- 78** De la penuria a la cima: las difíciles historias de superación detrás del éxito de las estrellas
- 82** Descubrimos la vida de «princesa» de «CHOUPETTE», gata de Karl Lagerfeld y heredera de su fortuna
- 86 MODA: INÉS DOMEQ**, las claves de su éxito: creatividad, elegancia y estilo
- 92 ESTILO EN LA CALLE**
- 94 LA TENDENCIA DE LA SEMANA**
- 96 BELLEZA**
- 102 BIENESTAR**
- 104 GASTRO**

© iHOLA! Queda prohibido reproducir cualquier trabajo literario o gráfico aparecido en esta revista sin previa autorización de la empresa editora, aun citando su procedencia.4

iHOLA!

www.hola.com

HOLA, S. L.

Fundadores:

Antonio Sánchez Gómez
Mercedes Junco Calderón
Eduardo Sánchez Junco

Presidente:

Eduardo Sánchez Pérez

Vicepresidentes:

Carmen Sánchez Pérez
Mercedes Sánchez Pérez

Secretaria del Consejo:

Carmen Pérez Villota

EDITORIAL

DIRECTOR Eduardo Sánchez Pérez

DIRECTORA DE PUBLICACIONES: Roseta L. del Valle

SUBDIRECTORA: Marta Gordillo

REDACCIÓN:

Pilar Rubines, Silvia Castillo,
Enrique Suero, Cristina Olivar,
Antonio Diéguez, Luis Nemolato,
María Luisa García-Moro, Patricia Izquierdo

EDICIÓN GRÁFICA: Uxua Mena

DIRECTORA HOLA.COM: Mercedes Urrea

SUBDIRECTORAS HOLA.COM: Carmen Martínez, Raquel Sáez

DIRECTOR GENERAL DE NEGOCIO:

Javier Junco Aguado

PUBLICIDAD:

DIRECTORA COMERCIAL: Arancha González

DIRECTORA DE PUBLICIDAD: Eugenia Recio

SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD BARCELONA: Georgina Pares

DEPARTAMENTO DE OPERACIONES:

DIRECTOR OPERACIONES: Juan Pablo Orelle

DIRECTOR DE PRODUCCIÓN Y LOGÍSTICA: Felipe Espinosa

JEFA DE SUSCRIPCIONES Y TRADE MKT: Paula Martín

JEFA DE EXPORTACIÓN Y CRM: Lola Lago

DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO FINANCIERO Y RR.HH.:

DIRECTORA: Cristina Corral

IMPRESIÓN:

Rotocobri, S.A.U. Ronda de Valdecarrizo, 13,
28760-TRES CANTOS, MADRID. Printed in Spain.
Depósito legal: M-15.539-2015.

ATENCIÓN AL CLIENTE Y SUSCRIPTORES

Teléfono: +(34) 917 811 800

Lunes a Viernes de 9 a 20 h

Toda la correspondencia debe dirigirse a HOLA, S. L.

Apartado de Correos N.º 6.082 (28080) MADRID

sugerencias@hola.com

suscripciones@hola.com

iHOLA! (ISSN 0214-3895 USPS #715230) is published weekly by HOLA, S. L. Calle Miguel Ángel, 1. Madrid 28010 SPAIN and distributed by PCI-Postal Center International - 2965 West Corporate Lakes Boulevard - Weston, FL 33331 - Postage paid at Miami, FL and additional mailing offices. Postmaster: Send address changes to: HELLO, INC. 2153 Coral Way Apt 400 - Miami, FL 33145



iHOLA! es embajador honorario de la marca España

Suscríbete a **iHOLA!**



IMAGEN CREADA POR MARINA, LUIS Y EMMANUEL EN EL TALLER FOTOGRÁFICO iHOLA! & CEU 2025

12 meses POR EL PRECIO DE **10^(*)**
CON NUESTRA **oferta especial**

ENTRA A NUESTRA TIENDA EN
suscripciones.hola.com

GRATIS
2 MESES



ACCESO A LAS EDICIONES DIGITALES EN CUALQUIER DISPOSITIVO

SUSCRIPCIÓN ANUAL A LA REVISTA SEMANAL



¿PODEMOS AYUDARTE?

Si necesitas ayuda con la compra o tienes alguna duda llámanos al **+(34) 917 811 800** o escríbenos a **suscripciones@hola.com**

(*) oferta limitada a suscripciones anuales de la modalidad de envío a domicilio + digital, los gastos de envío pueden variar en función del país de destino y dependiendo de la modalidad estándar o la nueva premium express de 24/48 hs.

ESTILO Y MUCHA PERSONALIDAD AMALIA Y ALEXIA DE HOLANDA ATRAEN TODAS LAS MIRADAS EN EL DÍA DEL REY

Máxima quiso tener un gesto con el Papa Francisco, su compatriota, en su «look»

MIENTRAS todas las miradas estaban puestas en la Ciudad del Vaticano, donde miles de fieles y un gran número de representantes de Casas Reales de todo el mundo y autoridades le dieron su último adiós al Papa Francisco, en un funeral histórico, los Reyes de los Países Bajos cumplieron con su agenda establecida celebrando uno de los días grandes de su país: el tradicional Día del Rey. Una fiesta que, cada año, celebra el cumpleaños del monarca y que, en esta ocasión, aunque repleto de actividades animadas y llenas de vida, tuvo su punto de recuerdo al santo padre. Argentino de nacimiento, como la Reina Máxima, el corazón de esta, sin duda, estaba dividido. Escogió un «look» de un color que, aunque no era negro, su tonalidad se acercaba lo máximo posible al luto: un dos piezas azul noche.

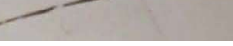
Sus dos hijas mayores, las princesas Amalia y Alexia, que les acompañaron, como manda la tradición, también le robaron el protagonismo a su padre, una vez más. Herederas de la belleza y el estilo de su madre, cada una con su personalidad, cautivaron a sus compatriotas con sus estilismos. Mientras que la heredera al trono sorprendió con un vestido azul cielo firmado por Ralph Lauren, que dejaba sus piernas más a la vista que nunca, su hermana optó por un conjunto moderno y desenfadado. La gran ausente fue la princesa Ariane, la menor de las tres hijas de los Reyes, que se encontraba estudiando para los exámenes finales de su último curso escolar.

Fotos: PHOTONE / GTRES

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:

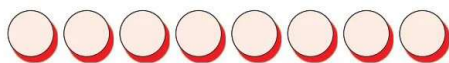


Los Reyes de los Países Bajos disfrutaron a lo grande de esta jornada, en la que sus compatriotas celebran, cada año, el cumpleaños de su soberano. Con la compañía de sus hijas Amalia y Alexia (a la derecha de estas líneas), demostraron que su sentido del humor y la alegría son parte de su día a día, una vez más, y participaron en todas las actividades sin perder la sonrisa



Sopa de letras

Gran archipiélago ubicado en el mar Caribe.



APEA
BIFURCACIÓN
BOTÁNICA
CAMARADERÍA
CAÑA
COMPLEJIDAD
CREAR
CRIPTOLOGÍA
DESCALABRAR
DIVULGADORA
ELECTRÓNICA
EMBARRAR
ESTREPITOSO
FACTURACIÓN
FELINO

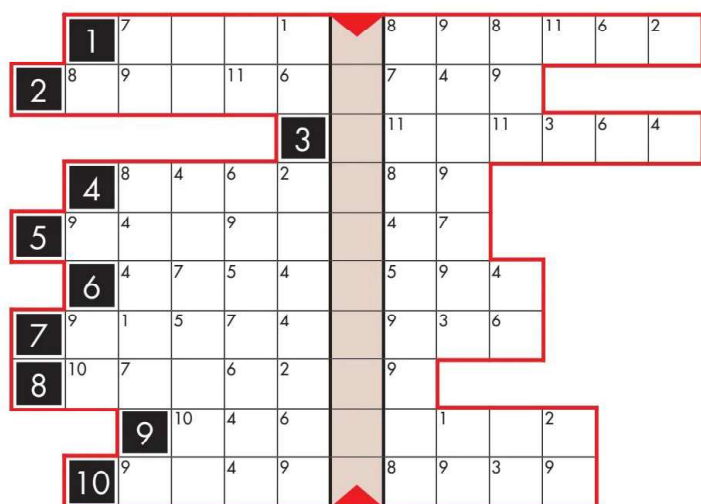
GRAFITI
HEDER
HIPOTECA
IRREVOCABLE
LEÑAZO
LINDA
MATRIARCADO
MULTILINGÜE
NARCISISMO
NEÓN
OPORTO
OPORTUNIDAD
PANSPERMIA
PLACENTERO
PLANIFICADA

PSICOLÓGICO
REALIZACIÓN
REDESCUBRIR
REINCIDENTE
SANDUNGUERO
SEMA
SOTERRAR
TIROIDES
TOMO
TORERA
TRANSMISIÓN
VIOLONCHELO

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

El horizontal

A cada letra le corresponde una cifra en cada casillero. ¡Descubra el enigma!



- Exposición de algo con palabras claras o ejemplos
- Mujer que transporta mercancías en un vehículo
- Que disfruta al máximo de los placeres de la vida
- Narración periodística minuciosa y con estilo literario
- Acto de retirar de la plaza el toro muerto en la lidia
- Dibujar, pintar o fotografiar la figura de una persona
- Discusión o disputa fuertes, apasionadas o violentas
- Planta ornamental originaria de regiones tropicales
- El más poblado de los cinco distritos neoyorquinos
- Puesta en marcha de un motor o de un vehículo

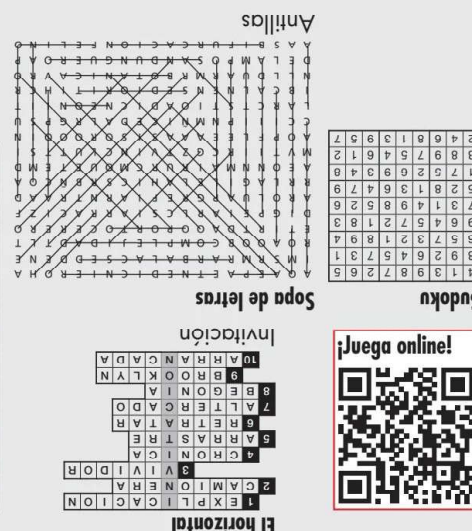
Sudoku

Nivel medio

Deberá completar los casilleros de manera que cada fila, cada columna y cada cuadrado delimitado por líneas gruesas contenga todos los números del 1 al 9, sin omitir ni repetir ninguno. Cada juego solo tiene una solución posible.

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

Soluciones



¡Juega online!





Autodefinido

... ROJO, BAILARINA	CONTIENE 114 CAPÍTULOS	PRIMO DEL CIERVO	DICHO DEL VIENTO, DEBILITARSE	SUSTANCIA RESINOSA	BANDA LIDERADA POR M. STIPE	TORRENTERA	COMPATRIOTA	EXISTEN
COL., APÁTICO		2.ª PERSONA	BESO EN UN CÓMIC		TRECHOS DE CAMINO	PRUEBA	ORDENADOR	
			PARA FELI- CITAR		PERFUME			
MATERIA DERRETIDA QUE SALE DE UN VOLCÁN	BAILE POPU- LAR CUBANO			INTERCAMBIO DE MERCAN- CIAS			SÍMBOLO QUÍMICO DEL ESTAÑO	
	APERITIVO			CERO			AMIGO DE SHERLOCK	
		BACINILLA				TÉRMINO DE CORTESÍA		
ANIMAL DE TIRO		NOMBRE RUÑO DE MUJER				CARRASPEO		
SEMEJANTE A OTRO			... M.ª MATUTE, ESCRITORA		CAPITAL DE CANADÁ			DENOTA PROFESIÓN
		FREGADERO, TINA			SUFIJO DE COMER		COL., ABUELA	
		PRESUMIDO					DESUNIR, CIZAÑAR	
ANTÓNIMO DE DEFENDER	SU NOMBRE		DIRIGIRSE A DÍOS		PARTE, PORCIÓN			
	SUJETAN PAPELES		COSTAS GALLEGAS					
						PRONOMBRE PERSONAL		PEZ DE CUERPO PLANO
LA QUE ESCUCHA		CIUDAD DEL BURJ KHALIFA	SONIDO DEL TELÉFONO			/ GRIEGA		
							METAL DE SÍMBOLO AU	
							QUIERAN	
						BROTA		MADRUGADA
HUESO PÉLVICO						... NOVAK, ACTRIZ		
UNIDAD DE MEMORIA							AHORA MISMO	
							PATA DE DISNEY	
		DERRAMO LÁGRIMAS	FORTUNA			HILO ATADO AL ANZUELO		
DE MENTE AGUDA	PLANTA ACUÁTICA							REPTIL OFIDIO
	SALSA MEXI- CANA		LO ROMPE EL POLLO AL NACER					
						VOLCÁN ITALIANO	ACUDÍA	
SELLAR UNA CARTA CON PASTA ROJA	PRIMA DEL PATO					VIENE DE MOSCÚ	CONDUCTO CONECTADO CON LA VEJIGA	HACER CALCULAR
	PRINCIPAL					... I ANKA, PAÍS		
			EXPRESIÓN RARÁ	VOZ DEL CORDERO	FIANZA		SU APELLIDO	
			JUEGO DE CARTAS	EXCÉNTRICAS			PLATÓ DE TV	
DESCON- CIERTO								TIPO DE CONSO- NANTE QUE ES LA Ñ
CAPÍTULO			PERDER EL EQUILIBRIO					ARÁCNIDO DIMINUTO
		MOLONA			SU CAPITAL ES HANOÍ			
		DOMINIO DE SUECIA			NO EN RUÑO			
ACTO LITÚR- GICO			ROÑA, TIÑA			DISEÑE UN PLANO		
FUGA DE AGUA			CÓD. IATA DE ALICANTE-EL- CHE			LA NBA ESPA- ÑOLA		
				DANZA			ROSTIR	
				INTERJ. PARA ADVERTIR			ENTREGUÉ	
6.ª NOTA		COL., SOSPECHAR UNA COSA				400		ARGOLLA
VOZ DEL CABALLO					ARTICULA- CIONES DE LOS PÍES			



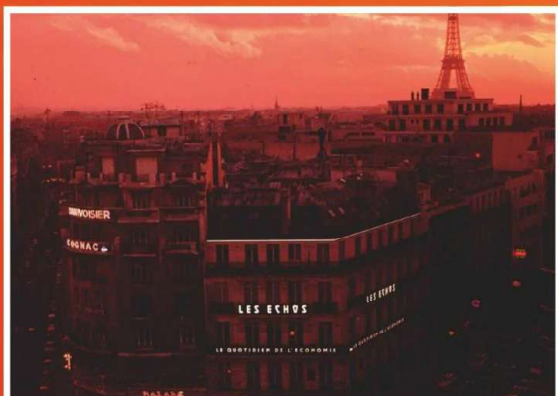
BESTIAS DE LUZ: LAS SILUETAS SALVAJES QUE PINTAN EL CIELO EN LA INDIA

Con un ojo agudo y paciencia infinita, Rahul Sachdev, fotógrafo de vida salvaje, ha creado un portafolio fascinante que combina naturaleza, arte y emoción. Cada imagen es un poema visual, una historia sin palabras que despierta asombro y contemplación. Desde unos búfalos avanzando lentamente por la carretera (arriba), a dos elefantes que se enfrentan en la penumbra del atardecer en una danza de poder y majestuosidad (izquierda), pasando por dos imponentes rinocerontes (abajo izquierda) y una liebre solitaria que se alza, diminuta pero firme, sobre la blancura helada (debajo). Estas imágenes no solo documentan, inspiran. Son una invitación a mirar lo salvaje con nuevos ojos.



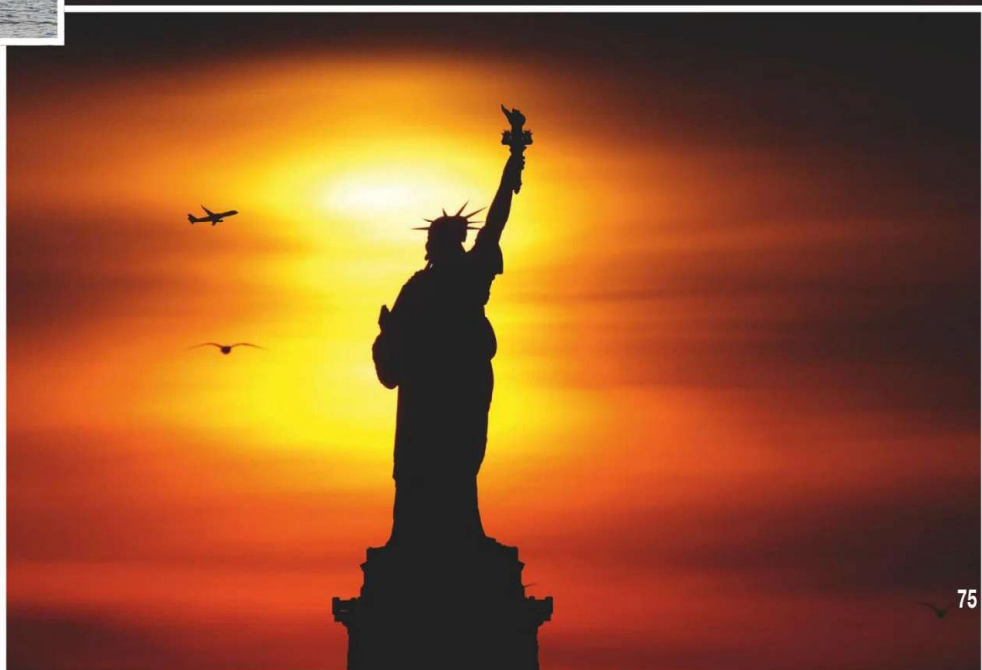


MUNDO SINGULAR



CUANDO EL SOL SE DETIENE: POSTALES DORADAS DEL MUNDO EN SILENCIO

Desde la monumental simetría del Templo del Cielo en Pekín (derecha) hasta la silueta inmortal de la Estatua de la Libertad (junto a estas líneas), el sol parece detenerse por un instante para rendir homenaje a la belleza del mundo. Cada imagen es una joya del tiempo, un segundo suspendido entre la luz y la sombra. En Beijing, el «sol colgante» tiñe de rojo el cielo, alineado con la ciudad; Venecia despierta entre góndolas dormidas, donde los pasos humanos se funden con la niebla rosada del amanecer (arriba); París, en 1960, se baña en un ocaso nostálgico que acaricia la Torre Eiffel (centro); Sídney aguarda el calor del verano con la Ópera como testigo de un amanecer silencioso (sobre estas líneas); y en Nueva York, el sol se eleva como una antorcha ardiente detrás de la Gran Dama Verde. El cielo se convierte en lienzo y el sol, en pincel de fuego. Un regalo para quienes aún saben mirar hacia arriba.



Imprescindibles



ESTRELLA EL MUNDO DEL BALLET CLÁSICO, EN UNA SERIE AL ESTILO DE LA MÍTICA FAMA

A principios de los años 80 –cuando aún había mucho margen para la originalidad–, una serie sobre un grupo de jóvenes candidatos a entrar en una escuela artística revolucionó la televisión española, en aquel momento, de una sola cadena. Todos los chavales y chavalas que entrábamos en la adolescencia no nos perdíamos ni un solo capítulo de las aventuras de Leroy Johnson, Bruno Martelli o Coco, sus bailes, sus clases, sus amoríos, y vibrábamos desde que el famoso tema de Irene Cara (*Fame, I wanna live forever...*) sonaba al empezar la serie –basada en una película de Alan Parker, de dos años antes, en la que aparecían ya alguno de sus actores protagonistas–. Desde entonces, aquel éxito se ha intentado imitar en múltiples ocasiones. Aquí, por ejemplo, vivimos un fervor similar con *Un paso adelante*, una serie que enganchó a millones de espectadores a principios de los 2000 y que dio a conocer a una nueva generación de actores jóvenes.

Esta nueva serie, *Estrella (Étoile)*, está ideada y producida por Amy Sherman-Palladino –que fue bailarina clásica en su infancia– y su marido, Daniel Palladino, creadores de *Las chicas Gilmore* o *La maravillosa señora Maisel*. Recrea un intercambio de sede de dos compañías de ballet clásico, una francesa y una estadounidense, con sus rivalidades, ambiciones, amoríos y números musicales. Las partes artísticas son espectaculares, al igual que la puesta en escena y el vestuario, los diálogos rápidos y el tono, ligero al principio, pero poco a poco va entrando en el drama. No es la gran serie sobre la danza clásica, pero es muy recomendable.

NOS ENCANTA POR... Las escenas de danza y algunos personajes memorables.

TE GUSTARÁ SI TE GUSTAN... *Fama*, *Un paso adelante*, *Las chicas Gilmore*.

► **DÓNDE VERLA:** Prime Video

ESTRENOS DE LA SEMANA



EL LARGO RÍO DE LAS ALMAS Drama

Mickey es una agente de policía de Filadelfia en plena crisis de los opioides. Está preocupada por su hermana Kacey, una adicta que desaparece justo en el momento en que se suceden una serie de asesinatos. Obsesionada por el caso, Mickey comprende que su historia personal podría estar vinculada al caso. Protagonizada por Amanda Seyfried (*Mamma Mia!*, *Los miserables*), en su vuelta a las series tras *The Dropout* (Disney+).

LA VEREMOS PORQUE... La mezcla entre drama familiar y thriller nos encanta.

► **DÓNDE VERLA (30/04):** Movistar+

CARÈME, CHEF DE REYES Drama de época

Narra la emocionante historia del primer cocinero del mundo en convertirse en una estrella, Antonin Carème, desde sus humildes comienzos hasta la cima en la Europa de Napoleón. Aunque su sueño es convertirse en el chef más famoso del mundo, su talento y sus ambiciones atraen la atención del poder, que lo utiliza como espía.

LA VEREMOS PORQUE... Es una serie sobre cocina, intriga y poder.

► **DÓNDE VERLA (30/04):** AppleTV+

LAS CUATRO ESTACIONES Comedia emotiva

Seis viejos amigos se preparan para un tranquilo fin de semana, pero pronto descubren que una de las parejas del grupo está a punto de separarse. La noticia sacude por completo a los tres matrimonios. Protagonizan Tina Fey, Will Forte, Steve Carell y Colman Domingo.

LA VEREMOS PORQUE... La guapísima pareja, Josh Duhamel y Minka Kelly.

► **DÓNDE VERLA (1/05):** Netflix

ESTRELLA INVITADA



NAJWA NIMRI

TREINTA AÑOS DE CARRERA Y EL PAPEL CON EL QUE VUELVE A SORPRENDER

«Si hago balance, lo único que puedo pensar es lo inconsciente que era»

POCAS actrices han demostrado tanta personalidad como Najwa Nimri, que cumple ahora 30 años de carrera de éxitos. Inolvidables sus trabajos en *Los amantes del círculo polar* o *Lucía y el sexo*, con los que logró dos nominaciones al Goya. Ya en tele, arrasó con *Vis a Vis* y *La casa de papel*, ficción que la convirtió en estrella internacional. Ahora, acaba de estrenar la serie *Punto Nemo*, en Prime Video, donde se embarca en una agitada expedición oceanográfica con científicos y militares. Najwa define así su papel: «Violento, silencioso y letal».

—¿Por qué crees que te dan siempre personajes de violenta?

—Bueno, los elijo yo. A veces, me ofrecen cosas más de *buenina*. Pero este personaje tiene un *look* muy guay... Y no hablo (ríe).

—Tus compañeros en *Punto Nemo* dicen que el rodaje ha requerido mucho esfuerzo, por el frío y por las escenas en el mar.

—Yo no me mareaba en el barco, pero la gente lo pasaba muy mal. El rodaje fue muy guay porque descubrí una isla de la que me he enamorado, que es Madeira. De verdad, es uno de los sitios más bonitos que he visto.

—También te habrá gustado coincidir con Alba Flores, tras *Vis a Vis*, *La casa de papel* y *Sagrada familia*.

—No sabía que estaba en el reparto cuando me lo ofrecieron. Me enteré de que estaba Alba, le dije: «¿Te importa que esté la serie? No sabía que estabas tú porque igual no lo hubiera cogido». Coincidir todo el rato con tu colega es guay, pero puede que no en un momento dado. Entiendo que se haga por audiencia, pero somos colegas y nos contamos estas cosas.

—Este año cumples 30 como actriz, ya que *Salto al vacío*, tu primera película, se estrenó en 1995.

—Host... no sabía. Si hago balance, lo único que puedo pensar es en lo inconsciente que era. Nunca he tenido una ambición dirigida, así que nunca pensé que estaba haciendo una carrera. Me daba igual si me iba bien o mal.

—¿Siempre puedes elegir papeles o ha habido épocas de no recibir nada?

—Cuando nadie me llamaba, que he pasado muchos años así, tampoco llamaba para pedirlos.

—¿Cómo se gestiona eso?

—Siempre tengo cosas que hacer.

—Cierto, también eres cantante.

—No, no. Me refiero a amigos, familia, vida, música, novios...

—La casa de papel te ha dado una popularidad brutal a nivel internacional. ¿Cómo lo has vivido?

—Me ha ocurrido lo mismo que cuando tuve el pico de fama con el cine, que fue también muy bestia, pero como más orquestado, más sincronizado por los medios de comunicación.

—Ahora, con todo lo que has pasado, ¿hay algún consejo que te darías?

—Sí, aprende a ahorrar.

—Tienes un hijo –nacido en 2004–.

—¿Te gustaría que se dedicara a lo mismo que tú?

—No, no. Ni de coña. Creo que nadie quiere eso para sus hijos. Es terrible, ¿no? Bueno, Aitana (Sánchez-Gijón) igual sí –sus hijos son artistas–.

—¿Y el tuyo se dedicará a esto?

—No, no. Pero no por mí. No tiene esa cosa como de no importarle hacer el payaso en público. No lo disfruta, es bastante tímido.

Texto: ANTONIO DIÉGUEZ
Foto: GETTY IMAGES

A sus casi 64 años

GEORGE CLOONEY

UN SORPRENDENTE E INESPERADO JUGADOR DE «SOFTBALL», EN NUEVA YORK

GEORGE Clooney, siempre admirado no solo por su talento en la pantalla grande, sino también por su espíritu aventurero y su pasión por el deporte, continúa demostrando que la edad no es más que un número. A sus casi 64 años, que cumplirá el 6 de mayo, el actor no solo ha regresado a Broadway con la adaptación de su famosa película «Buenas noches y buena suerte», sino que ha sorprendido a todos con su inesperada participación en la Broadway Show League, la liga de «softball» (una versión del béisbol) que reúne a las estrellas de los teatros de Nueva York. El pasado jueves 24 de abril, Clooney fue fotografiado en los Huckster Fields, de Central Park, deslumbrando con su energía y destreza en un partido de esta disciplina. Con una gorra blanca y atuendo deportivo, el actor demostró que su amor por el deporte sigue vivo. Cabe destacar que su pasión por el béisbol y el baloncesto no es nueva. De joven, fue un promotor atleta, jugando en la escuela secundaria y hasta presentándose a una prueba de selección para los Cincinnati Reds, de la MLB. Aunque la pelota no lo llevó al estrellato deportivo, sigue manteniendo un vínculo especial con el deporte, participando activamente en eventos.

En medio de su regreso a Broadway, con una obra que lo tiene más entusiasmado que nunca, Clooney también ha sido protagonista de un cambio de imagen que ha dejado a todos sorprendidos. Con su cabello castaño oscuro, un drástico cambio respecto a sus características canas, admite que el cambio le ha dado una ventaja inesperada: poder caminar por las calles de Nueva York sin ser reconocido. «Es una locura», confesó entre risas, aunque, al mismo tiempo, admitió que su mujer, Amal, no es fan del tinte: «Lo detesta. Dice que no me queda bien».

Fotos: GETTY IMAGES / GTRES

George Clooney fue fotografiado en los Huckster Fields, de Central Park, deslumbrando con su energía y destreza a la hora de batear durante su inesperada participación en la Broadway Show League, que reúne a las estrellas de los teatros en la ciudad de los rascacielos





LEONARDO DICAPRIO
se salvó de «naufregar»
en un suburbio de Los Ángeles

Con una fortuna de 300 millones de dólares y un premio Oscar a sus espaldas, nadie se imaginaría que el recordado Jack de «Titanic» hubiese tenido una infancia desafortunada, pero, por desgracia, para DiCaprio, así fue. El mismo ha contado en entrevistas que no nació en la pobreza extrema, pero sí que su madre lo crió en uno de los suburbios más peligrosos de Los Ángeles, rodeado de drogas, crimen y prostitución.

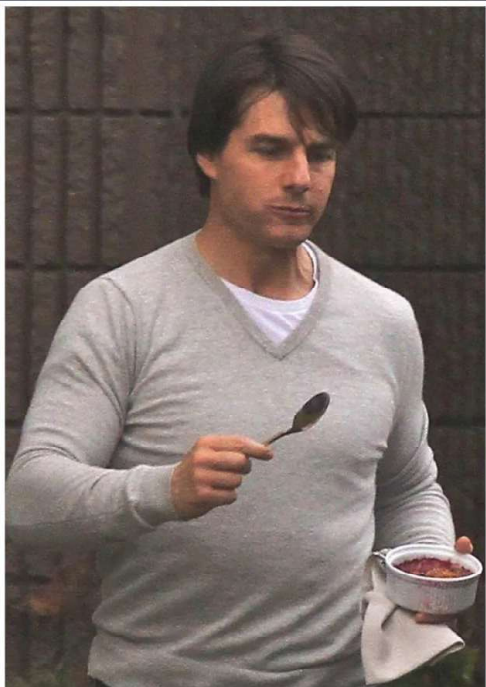
DE LA PENURIA A LA CIMA: LAS DIFÍCILES HISTORIAS DE SUPERACIÓN DETRÁS DEL ÉXITO DE LAS ESTRELLAS

Aunque son iconos internacionales, Jennifer López, Tom Cruise, Demi Moore y Leonardo DiCaprio, entre otros, vivieron dificultades económicas y familiares antes de convertirse en astros

DETRÁS de cada sonrisa deslumbrante que ilumina las pantallas, detrás de cada paseo triunfal por la alfombra roja, se esconde una historia que rara vez se cuenta con honestidad. Las estrellas de Hollywood, iconos globales de «glamour», éxito y fortuna, no nacieron todas bajo el brillo de los focos. Muchas de ellas, antes de convertirse en leyendas, caminaron largos senderos plagados de sacrificios, rechazos y noches de incertidumbre. Hay quienes durmieron en su coche mientras soñaban con ser alguien. Otros sirvieron mesas, limpiaron casas o hicieron cientos de «castings» sin respuesta. En una industria donde el talento no siempre bas-

ta y donde la suerte a menudo se viste de oportunidad, escalar hasta la cima requiere mucho más que belleza o carisma. Se necesita una voluntad férrea, una pasión casi obsesiva y una resistencia inquebrantable al fracaso. Porque en la meca del cine, donde cada estrella parece brillar sin esfuerzo, lo cierto es que muchas de ellas emergieron de la oscuridad. Su brillo no es gratuito: es el resultado de la lucha, del dolor y de la perseverancia. Y es precisamente ese contraste entre las penurias del inicio y el esplendor de la fama lo que hace que sus historias sigan fascinando al mundo entero.

Texto: ENRIQUE J. SUERO



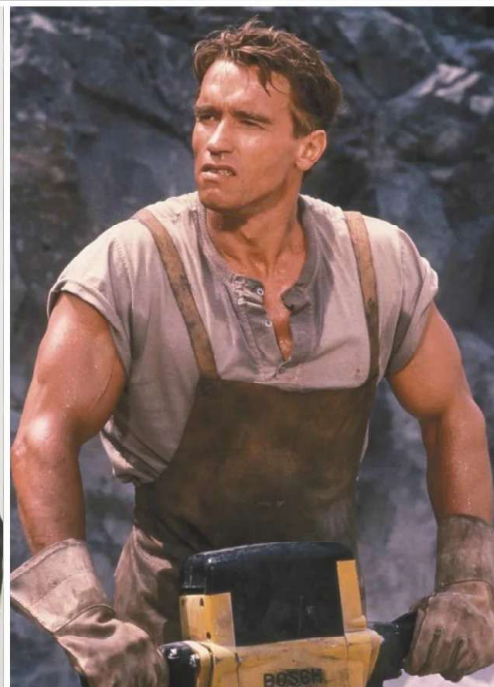
TOM CRUISE
su padre solía pegarle a él y a sus tres hermanas por sus problemas económicos

Aunque el público le conozca siendo multimillonario, el protagonista de «Misión Imposible» no ha sido siempre rico. De hecho, antes de su carrera como actor, tenía una vida muy humilde, rayando con la pobreza. Además, por su frustración debido a las estrecheces económicas, su padre, un electricista que cambiaba de trabajo constantemente, solía pegarle a él y a sus tres hermanas: Lee Ann, Cass y Marian.



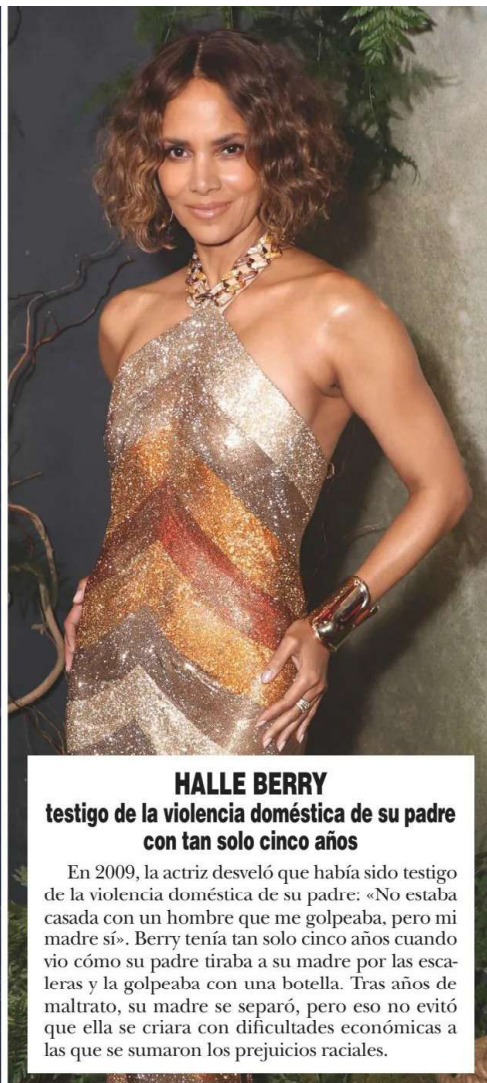
SYLVESTER STALLONE
llegó a tener que vender a su perro por dinero antes de su gran éxito

A lo largo de su vida, Stallone se ha enfrentado muchos desafíos, como la pobreza en sus primeros años. Durante su juventud, vivió momentos difíciles e incluso llegó a tener que vender a su perro por dinero antes de su gran éxito, que le permitió recuperarlo. Sin embargo, su carrera despegó después del estreno de «Rocky», en 1976, que fue un gran éxito y le permitió obtener tanto fama como riqueza. A día de hoy, Stallone sigue siendo una figura influyente en la industria del cine y tiene varios negocios, propiedades y activos que lo colocan muy lejos de la pobreza.



ARNOLD SCHWARZENEGGER
de niño pobre en Austria a estrella de Hollywood y gobernador de California

El protagonista de «Terminator», que presume de tener una fortuna de más de mil millones de dólares, incluso se las vio y deseó para tener alimento en su mesa en su infancia y juventud, debido a las pocas oportunidades de estudio y trabajo en la época. Sin embargo, su dedicación a volverse un icono del fisiculturismo lo llevó a cumplir varios de sus sueños, pasando de ser un niño pobre en Austria a ser gobernador de California.



HALLE BERRY

testigo de la violencia doméstica de su padre con tan solo cinco años

En 2009, la actriz desveló que había sido testigo de la violencia doméstica de su padre: «No estaba casada con un hombre que me golpeaba, pero mi madre sí». Berry tenía tan solo cinco años cuando vio cómo su padre tiraba a su madre por las escaleras y la golpeaba con una botella. Tras años de maltrato, su madre se separó, pero eso no evitó que ella se criara con dificultades económicas a las que se sumaron los prejuicios raciales.



JENNIFER LÓPEZ

tuvo que dormir en la calle a sus 18 años

Jlo destaca por ser una de las artistas más influyentes del mundo. Según se ha publicado, la actriz y cantante posee una fortuna valorada en 400 millones de dólares, con un salario anual de aproximadamente 40 millones. Sin embargo, no siempre gozó de tal estabilidad económica. En una entrevista con «Magazine», la diva del Bronx aseguró que, cuando tenía 18 años, se escapó de casa, puesto que tuvo una fuerte discusión con sus padres, quienes no querían que se dedicara al baile. «No quería ir a la facultad, quería dedicarme a la música. Me distancié de mis padres y tuve que dormir en la calle y en el estudio de danza», comentó la estrella de Hollywood.



DEMI MOORE

una dura infancia marcada por el abuso y el abandono

Demi Moore, una de las actrices más reconocidas de Hollywood, tuvo una infancia marcada por la inestabilidad, el abuso y el abandono. Su padre dejó a la familia incluso antes de que ella naciera. Después, pasó muchos años conviviendo con una madre adicta a las drogas. Además, en 2019, la exmujer de Bruce Willis declaró que fue violada, a los 15 años, por un hombre que afirmó que había pagado a su madre para hacerlo.



SCARLETT JOHANSSON

dependió del Gobierno para subsistir

Scarlett Johansson no vivió exactamente en la pobreza extrema, pero sí ha hablado de haber tenido una infancia con limitaciones económicas. En entrevistas, ha mencionado que su familia atravesó momentos difíciles económicamente. Por ejemplo, contó que su madre tenía que hacer malabares para mantener a sus cuatro hijos y que hubo épocas en las que dependían de la ayuda del Gobierno para poder subsistir, incluyendo cupones de alimentos.





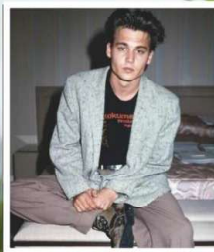
JUSTIN BIEBER
vivió una infancia marcada por la presencia de roedores en su hogar

Justin Bieber vivió una infancia marcada por la pobreza y las dificultades familiares. Criado por su madre soltera, Pattie Mallette, la familia se enfrentó a serias carencias económicas. Según cuenta, su hogar estaba en malas condiciones, con presencia de roedores y sin una cama adecuada para dormir. Además, recuerda que, en su refrigerador, solo había carne para llevar al colegio y macarrones con queso.



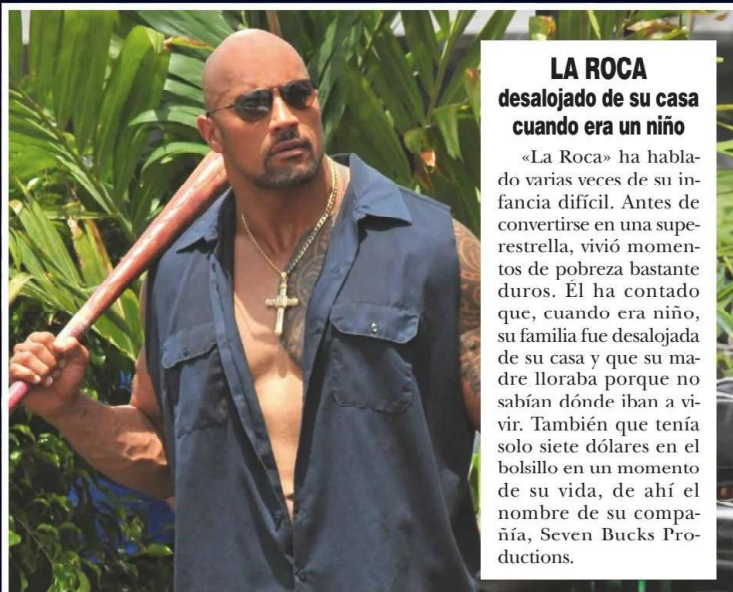
DANIEL CRAIG
durmió en los bancos de un parque

Craig es uno de los actores más icónicos gracias a su papel como James Bond. Sin embargo, sus inicios estuvieron marcados por momentos de extrema dificultad. Mientras se preparaba como actor, tuvo que pasar varias noches durmiendo en los bancos de un parque por la falta de dinero. Además, para no morir de hambre, trabajó como camarero en varios restaurantes de la capital inglesa.



JOHNNY DEPP
sufrió abusos físicos y emocionales por parte de su madre

El protagonista de «Piratas del Caribe» ha hablado en varias entrevistas sobre cómo su infancia fue muy inestable y traumática. Se mudaron más de 20 veces antes de que él cumpliera los 15 años. Además, su madre, Betty Sue Palmer, era una figura complicada en su vida. Él mismo ha dicho que sufrió abusos físicos y emocionales por parte de ella y que, a los 16, dejó la escuela por la música.



LA ROCA
desalojado de su casa cuando era un niño

«La Roca» ha hablado varias veces de su infancia difícil. Antes de convertirse en una superestrella, vivió momentos de pobreza bastante duros. Él ha contado que, cuando era niño, su familia fue desalojada de su casa y que su madre lloraba porque no sabían dónde iban a vivir. También que tenía solo siete dólares en el bolsillo en un momento de su vida, de ahí el nombre de su compañía, Seven Bucks Productions.

CHRIS PRATT
vivió en una furgoneta en Hawái por no poder pagar nada mejor

Chris Pratt se embolsó 12 millones de euros por su trabajo en «Passengers». Pero no le duele recordar que, en sus inicios como actor, lo tuvo muy difícil y que incluso hubo un tiempo en el que vivía en una furgoneta en Hawái porque no se podía permitir pagar nada mejor. El actor de Marvel admite que fueron precisamente aquellos momentos duros los que le permiten no perder hoy la cabeza.





SARAH JESSICA PARKER dependió de la asistencia social

Conocida por su papel icónico Carrie Bradshaw, Sarah Jessica Parker ha hablado sobre cómo fue crecer en una familia con recursos muy limitados. Fue criada en Ohio, en una familia numerosa, y sus padres no tenían mucho dinero. En varias ocasiones, dependieron de la asistencia social y beneficios públicos para subsistir. Parker contó que su familia a veces no podía pagar la electricidad o el teléfono y que sus navidades eran muy modestas. A pesar de esas dificultades, su madre se esforzó mucho por apoyar el talento de sus hijos.



OPRAH WINFREY usaba ropa hecha con sacos de patatas

Oprah Winfrey es una de las mujeres más influyentes y ricas del mundo. Sin embargo, vivió en la pobreza durante su infancia. Nació el 29 de enero de 1954, en Mississippi, en una familia de bajos recursos. Pasó parte de su niñez con su abuela en condiciones muy humildes, en una casa sin agua corriente ni electricidad. Incluso cuenta que usaba ropa hecha con sacos de patatas porque no tenían dinero para comprarle otra. Más tarde, vivió con su madre en Milwaukee, donde enfrentó situaciones aún más difíciles, incluyendo abuso y abandono. A pesar de todo eso, logró salir adelante gracias a su inteligencia, carisma y determinación.



KATE WINSLET llegó a dormir en su propio coche

Antes de convertirse en una estrella de Hollywood, Kate Winslet pasó por momentos difíciles. En su juventud, experimentó estrecheces económicas y, en un momento, incluso llegó a dormir en un coche. La actriz reveló que, en sus primeros años en Londres, mientras trataba de abrirse camino en la actuación, su situación económica era complicada, pero su determinación por lograr su sueño no la detuvo.



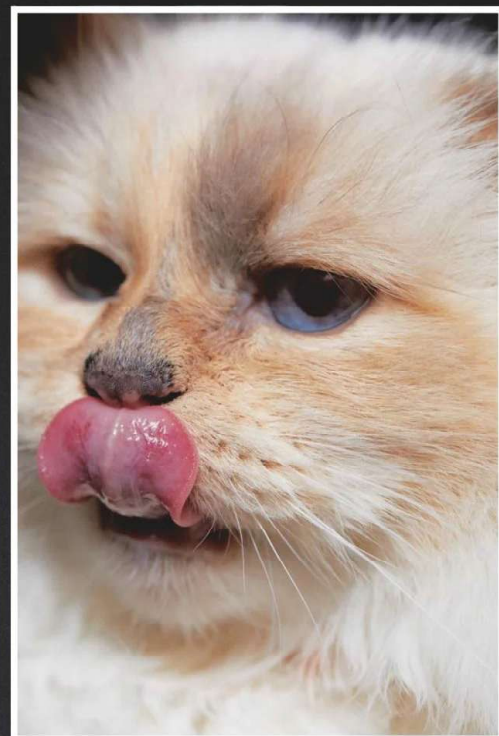
SELENA GOMEZ y su madre recibieron asistencia gubernamental para subsistir

Su madre era una joven de 16 años que luchaba por mantener a su hija como madre soltera, trabajando en múltiples empleos para cubrir las necesidades básicas. Ambas vivieron en barrios humildes y recibieron asistencia gubernamental para subsistir. Selena ha compartido que en varias ocasiones se quedaron sin gasolina en la carretera y tuvieron que pedir dinero para llenar el tanque.



JESSICA ALBA una infancia marcada por el «modo de supervivencia»

Jessica Alba creció en una situación de pobreza y dificultades económicas. En varias entrevistas, ha compartido que su familia vivía de cheque en cheque, sin una red de seguridad financiera. Sus padres trabajaban arduamente, a veces desempeñando hasta tres trabajos cada uno, para poder mantenerse. La actriz ha descrito su infancia como un período en el que vivió «en modo de supervivencia», con la mentalidad de que «el mañana no estaba asegurado».



DESCUBRIMOS LA VIDA DE «PRINCESA» DE «CHOUPEPTE» GATA DE KARL LAGERFELD Y HEREDERA DE SU FORTUNA

El diseñador alemán, fallecido en 2019, dejó a su mascota parte de sus 200 millones de euros

DE ojos azules y perfectamente peinada, «Choupette», la querida gata burmesa de Karl Lagerfeld, vive como una estrella. Heredera de parte de la fortuna de 200 millones de euros del diseñador, ha posado con Naomi Campbell, Gisele Bündchen, Kendall Jenner... Además de tener su propia línea de maquillaje y un libro, cuenta con 265.000 seguidores en Instagram. El verano pasado, «Choupette» celebró su decimotercer cumpleaños frente al palacio de Versalles. «Es una princesa, así que hacernos una foto con ella delante de un castillo nos pareció lo más apropiado», dice Françoise Caçote, la que fuera ama de llaves de Karl y cuidadora de su mascota desde que el maestro de Chanel falleciera, en 2019. «Le regalaron muchos juguetes y un cojín precioso sobre el que le encanta descansar. Y dos cuencos de porcelana preciosos. Y muchísimo amor», añade.

Para la sesión de fotos de ¡HOLA!, nos reunimos con Françoise en el apartamento parisino que comparte con su marido, sus hijos, su gata rescatada «Siana» y, por supuesto, «Choupette». «Somos muy selectivos con las fotos. «Choupette» siempre ha tenido carácter de princesa y con la edad no mejora. Pero, en cuanto vuelve a sus

(SIGUE)



«El señor Lagerfeld solía decir que “Choupette” dormía sobre una pila de ropa de Chanel. Sus hábitos no han cambiado»

Sobre estas líneas, Karl Lagerfeld, que estuvo al frente de Chanel desde 1983 hasta 2019, posa con «Choupette». En la otra página, esta gata tan chic, ya con 13 años, junto a Françoise Caçote, ama de llaves de Karl y cuidadora de «Choupette» desde que falleció el diseñador, en 2019. Kim Kardashian conoció a la gata en 2023 (abajo izquierda), antes de la Gala Met donde el actor Jared Leto se disfrazó de esta celebridad felina (derecha)



«A Karl le gustaba decir que, cuando salía, la gente no le preguntaba “¿cómo estás?”, sino “¿cómo está ‘Choupette’?”»

pequeñas rutinas, todo va bien», dice Françoise.

—¿Cómo describirías a «Choupette»?

—Es una princesa, es la jefa. Es «cuando quiero, como quiero». Si no quiere que la cepillen y se lo digo, gruñe y se va sin dejarse. Así con todo.

—¿Es sociable pese a su carácter?

—Por supuesto. Es un amor. La aceptamos como es y nos adaptamos.

—¿Cuál es su rutina diaria?

—Se levanta con el primero que se despierte, para tomar su desayuno. Luego, le arreglo un poco el pelo. A medida que envejece, le cuesta un poco, pero insisto. Luego, toma otro pequeño desayuno. Después, se sienta en el balcón para observar a los pájaros y vuelve a entrar. Según su humor, puede jugar un momento.

—Con Karl, se fotografió con celebridades. ¿Hubo alguna con la que se llevara especialmente bien?

—Con Laetitia Casta, pues la sesión salió de maravilla. La de Gisele Bündchen también. Con Kendall Jenner, «Choupette» ya era un poco mayor y fue menos fácil. Algunas personas desprenden algo que hace que el animal se sienta más en confianza.

—¿Sigue una dieta especial?

—Le gusta el pollo y en pequeños bocados. Nunca ha hecho dieta, pero siempre ha mantenido su peso.

—Karl solía decir que dormía sobre una pila de ropa de Chanel...

—Le encantaba esconderse en el vestidor y acostarse sobre un montón de ropa, de Chanel u otros. Sus hábitos no han cambiado.

—¿Usas algo que le recuerde a Karl?

—Sí, los mismos cuencos de porcelana china. «Monsieur» decía que tenían el diámetro perfecto para su hocico. Y su pequeño bolso de transporte Louis Vuitton. Cuando viajo con ella, llevo una pequeña maleta Go-yard con dos comederos de plata.

—¿A «Choupette» le gusta viajar?

—Se acostumbró a ir de hotel en hotel con el señor Lagerfeld. Es un placer viajar con «Choupette».

—Ahora tiene nueva compañera...

—Sí, «Siana» es una gatita a la que abandonaron y mi hija la adoptó. Teníamos algo de miedo, ya que «Choupette» nunca había vivido con otro gato, pero era lo que necesitaba. Ya es mayor y la mantiene más en alerta.

—Jared Leto se disfrazó de «Chou-

pette» para la Gala Met 2023, como homenaje a Karl. ¿Qué opinaste?

—Me sentí muy orgullosa. Karl también lo habría estado, porque le gustaba que hablaran de «Choupette». A veces, incluso decía: «La gente habla más de «Choupette» que de mí». Le gustaba decir que, cuando salía, la gente no le preguntaba «¿cómo estás?», sino «¿cómo está «Choupette»?».

—¿Cómo describirías tu trabajo con Karl y «Choupette»?

—Yo era la mamá y el señor Lagerfeld, el papá. No había día que no habláramos de «Choupette». Cuando él estaba de viaje, le enviaba fotos de «Choupette» para tranquilizarle. Y cuando él estaba con ella, me enviaba mensajes de parte de «Choupette»: «Hola, mi Françoise. Karl está trabajando y yo estoy a su lado, haciendo de musa. ¡No sabe hacer otra cosa!».

—¿Cuánto tiempo trabajaste con él?

—Diez años. «Monsieur» era un hombre como los que ya no quedan... Y no habrá otro igual. Tenía un gran corazón. Quizás, no se notaba a primera vista. Antes de trabajar para él, no me parecía simpático. Pero resultó ser encantador y tenía un respeto in-



Françoise nos cuenta que a Karl le gustaba hacerse bocetos con su querida mascota: «Cuando él estaba con «Choupette», me enviaba mensajes de parte de ella: «Hola, mi Françoise. Karl está trabajando, como siempre. Yo estoy a su lado, haciendo de musa. Él dibuja. ¡No sabe hacer otra cosa!»»

creíble por su personal. Su relación con «Choupette» era única. No puedes ser una mala persona si te enamoras de un gato como «Choupette». Adoraba la os gatos, aunque siempre decía que «Choupette» era la más guapa. Era un hombre extraordinario.

—¿Cómo le recuerdas?

—Cada día. ¿Cómo no, teniendo aquí a «Choupette»? El 19 de febrero es mi cumpleaños y, tristemente, es también el día en que murió el señor Lagerfeld. Ahora es un día agri dulce.

—¿Cuidar de «Choupette» es un trabajo de ensueño?

—Claro. Pero también es una enorme responsabilidad. No le confías tu bebé a cualquiera. Soy muy afortunada. Nunca imaginé que viviría lo que viví con el señor Lagerfeld. También que mi marido aceptara la situación. Karl, de repente, me decía: «Pasado mañana, nos vamos a Roma». Yo volvía a casa, hacía la maleta y decía a mi marido: «Cariño, me voy a Roma. No sé por cuánto tiempo». No siempre era fácil, pero tuve muchísima suerte. «Monsieur» era adorable, un encanto.

Texto: ISABELLE DE COURSON
Fotos: HOLLY GIBSON
Estilismo: VALENTINA BISCO

MADRID TE ESPERA: SOL, TERRAZAS Y LOS PLANES MÁS IRRESISTIBLES

LA GUÍA MÁS EXCLUSIVA DE

iHOLA! MADRID

Verano 2025

TOP GASTRO
OYSTER BARS
ROOFTOPS
TERRAZAS
BRUNCH

LA AGENDA SECRETA DE
ELSA PATAKY
NIEVES ÁLVAREZ
MARIO VAQUERIZO
AGATHA RUIZ DE LA PRADA
LOLA LOLITA

SAN ISIDRO
LA GUÍA DEFINITIVA

ESPECIAL ESCAPADAS
BRIHUEGA
LA GRANJA
ALOJAMIENTOS EXCLUSIVOS

GUÍA DE VERANO EN LA CIUDAD

RESTAURANTES | ESPECTÁCULOS | SHOPPING | EXPOSICIONES | SALIR | FESTIVALES

NUEVO NÚMERO YA A LA VENTA



Encontrarás nuestra guía en los quioscos de Madrid. Si quieres conseguirla fuera de Madrid, puedes recibirla en casa al comprarla en nuestra tienda online suscripciones.hola.com o llamando al teléfono 917 811 800

INÉS DOMECC LAS CLAVES DE SU ÉXITO: CREATIVIDAD, ELEGANCIA Y ESTILO

En su nueva iniciativa, la diseñadora jerezana rinde homenaje a la belleza en todas sus formas

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



ME motiva mucho salir de mi zona de confort. Creo que la creatividad se alimenta del cruce entre mundos distintos», confiesa Inés Domecq, que cada temporada nos impacta con sus colecciones de moda y nuevos proyectos. A estas alturas, no necesita carta de presentación. Pero por si alguien ha estado desconectado del mundo en la última década, baste decir que la jerezana está considerada una de las mujeres más elegantes del planeta y, hace cinco años, decidió lanzar su firma de diseño, inspirada en su propio estilo y en sus raíces andaluzas. Desde entonces, Inés ha firmado alianzas con sectores muy diferentes, desde coches a refrescos, siempre con la moda como hilo conductor. Y cada una de sus empresas ha sido todo un éxito. Una vez más, la marquesa de Almenara —por su matrimonio con Javier Martínez de Irujo— vuelve a sorprendernos gracias a su colaboración con un gigante de la cosmética, Estée Lauder. No hay nada que la frene, porque, como ella misma sostiene, «cada proyecto nuevo es una oportunidad para aprender, para crecer, para reinterpretar la marca desde otro ángulo sin perder la esencia». De moda, triunfos y, por supuesto, de belleza, hablamos con Inés.

—Cuéntanos, ¿en qué consiste esta nueva colaboración?

—Es una colaboración muy especial con Estée Lauder, que lleva por nombre «Oda», como un homenaje poético a la belleza en todas sus formas. Hemos unido el universo de IQ con un clásico atemporal como Advanced Night Repair, para crear una experiencia que combina moda y belleza. Como símbolo de esta unión, he diseñado una bolsa exclusiva de IQ Home que refleja los valores y la estética de ambas marcas. Es una pieza funcional, pero con alma, que acompaña a la mujer en todos sus momentos con estilo y sofisticación. Está disponible en exclusiva en El Corte Inglés.

ELEGANCIA SIN ESTRIDENCIAS

—Andalucía, tus raíces, tus paisajes, siempre tienen reflejo en tus colecciones. ¿En esta ocasión también lo está?

—Sí, Andalucía siempre está presente en lo que hago, aunque sea de forma sutil. En este caso, está en la calidez de los tonos, en la elegancia sin estridencias, en la naturalidad de la pieza. Es ese equilibrio entre lo rotundo y lo sencillo que tanto admiro de mi tierra.

—¿A quién le dedicas esa admiración y elogio que expresa una oda?

—A todas esas mujeres que me inspiran cada día. Mujeres auténticas, con estilo propio, que cuidan de sí mismas desde dentro hacia fuera.

(SIGUE)

«Me gusta tener todo bajo control y, a veces, el ritmo de los lanzamientos o los imprevistos me generan tensión. Pero he aprendido a delegar y a confiar; es esencial para mantener el equilibrio»

«Me han pedido mucho que diseñe novias. El mundo nupcial me parece precioso, lleno de emoción y simbolismo, pero por ahora no está en mis planes»

Para Inés (junto a estas líneas, con vestido largo de encaje «beige» con bordado de flores de IQ Collection, sandalias de Aquazura y joyas de Roberto Coin), «la constancia, la coherencia estética y el rodearme de un equipo que cree tanto en la marca como yo» han sido también esenciales para obtener el éxito. A la izquierda, la aristócrata lleva un vestido muy veraniego de Simorra



«Me motiva mucho salir de mi zona de confort. La creatividad se alimenta del cruce entre mundos distintos. Cada proyecto es una forma de aprender»



También a todas las personas que creen en lo que hacen y lo defienden con pasión.

—**¿Qué importancia le das a la belleza en tu día a día?**

—Para mí, la belleza está en los gestos pequeños, en cuidarse, en sentirse bien con una misma. No se trata de seguir estándares, sino de encontrar lo que te funciona. La belleza es también armonía, equilibrio y autenticidad.

—**¿Qué tratamientos te haces?**

—Soy bastante constante con mi rutina de cuidado facial. Advanced Night Repair de Estée Lauder es un básico desde hace años. Me gusta combinar tratamientos en cabina, de vez en cuando, con productos que me aporten hidratación y luminosidad.

—**¿Te gusta maquillarte a diario?**

—Depende del día. A veces solo un toque de corrector, máscara de pestañas y algo de color en los labios. Me

gusta verme natural, pero con buena cara. El maquillaje debe resaltar, no esconder.

INSTINTIVO Y VISCERAL

—**¿Cómo ha evolucionado tu marca desde que nació, hace cinco años, y cómo ha cambiado tu forma de hacer moda?**

—Ha crecido mucho en estos años y, con ella, yo también. Al principio, todo era más instintivo, más visceral.

Ahora hay un equilibrio entre la intuición y la estrategia. Sigo diseñando desde la emoción, pero con una visión más amplia de lo que significa construir una marca sólida.

—**¿Qué la diferencia de otras firmas de moda?**

—Creo que IQ tiene una identidad muy marcada. Apostamos por piezas atemporales, con carácter, pero muy llevables. Diseños pensados para durar, para acompañarte en muchos

«Estoy muy orgullosa de Tana (Rivera Martínez de Irujo) y me encanta su colección, que tiene un toque muy personal y auténtico. Tiene mucho talento»

En una experiencia que combina moda y belleza, Inés (en la imagen, con vestido de Sportmax) posa con la «tote bag» que ha diseñado para Estée Lauder, disponible en exclusiva en El Corte Inglés, de regalo al comprar Advanced Night Repair. A la izquierda, lleva «total look» de IQ Collection y, en ambas fotografías, sandalias de Aquazzura y joyas de Roberto Coin

momentos, que no buscan imponerse, sino realzar la personalidad de quien los lleva.

—¿Cuáles crees que son las claves de tu éxito?

—La constancia, la coherencia estética y el rodearme de un equipo que cree tanto en la marca como yo. Y por supuesto, la conexión con nuestras clientas. Ellas son nuestra mayor inspiración y la razón por la que todo cobra sentido.

—Una curiosidad: ¿sabes coser?

—Sé lo básico (risas), lo justo para entender cómo se construye una prenda desde dentro. Pero tengo la suerte de trabajar con un equipo de patronistas y modistas excepcionales, que hacen posible que las ideas cobren forma.

—¿Y qué crees que es necesario para poder liderar, con éxito, una firma de moda?

—Es imprescindible entender el proceso, respetarlo y, sobre todo, sa-

ber comunicar tu visión al equipo técnico. La moda es un trabajo profundamente colaborativo.

—¿Es tu profesión como la habías imaginado?

—Es mucho más intensa, pero también mucho más gratificante. No imaginaba hasta qué punto te exige estar presente en cada detalle. Pero, al mismo tiempo, es un privilegio poder dedicarme a algo que me apasiona.

—A la hora de gestionar tu firma, ¿qué prima en ti, el lado creativo o el empresarial?

—Ambos son fundamentales. Mi impulso siempre parte de la creatividad, pero he aprendido a valorar mucho el lado empresarial. Una marca no se sostiene solo con buenas ideas, necesita estructura, visión y constancia.

(SIGUE)

«Para mí, la belleza está en los gestos pequeños, en cuidarse, en sentirse bien con una misma. También creo que es armonía, equilibrio y autenticidad»

«¿Coser? Sé lo básico, lo justo para entender cómo se construye una prenda desde dentro. Es imprescindible entender el proceso, respetarlo y saber comunicar tu visión al equipo técnico»

—Pareces una mujer serena. ¿Algo te pone nerviosa o te causa ansiedad?

—Me gusta tener todo bajo control y, a veces, el ritmo de los lanzamientos o los imprevistos logísticos me generan tensión. Pero también he aprendido a delegar y a confiar; es esencial para mantener el equilibrio.

—Ahora, con tu prima Tana, la hija de Eugenia Martínez de Irujo, hay otra diseñadora en la familia. ¿Qué te ha parecido su trabajo?

—Estoy muy orgullosa de Tana y me encanta su colección, que tiene un toque muy personal y auténtico. Tana tiene mucho talento y siempre tiene éxito en todo lo que hace.

«MUCHO POR APRENDER»

—¿Qué consejo, si te lo pidió, le diste cuando decidió abordar este proyecto?

—No me atrevo a dar consejos, soy más de pedirlos, ¡porque me queda mucho por aprender! Pero si tuviera que darle uno, sería que dejara su alma en cada cosa que haga.

—Este año, también has lanzado una colección infantil y una segunda colección con Roberto Diz. ¿Cuál es tu próximo reto?

—Seguir creciendo sin perder la esencia. Me ilusiona explorar nuevas líneas y ampliar la parte internacional de la marca. Pero siempre paso a paso, con coherencia.

—Seguro que ya te habrán propuesto que diseñes novias. ¿Te gustaría lanzarte al diseño nupcial?

—Sí, es algo que me han pedido mucho. El mundo nupcial me parece precioso, lleno de emoción y simbolismo; pero estoy centrada en crecer en el universo IQ de «prêt-à-porter» y hogar. Por ahora, no está en mis planes... ¡Hay grandes profesionales y firmas en este sector a los que admiro muchísimo!

—¿Dónde podemos encontrarte, cuando no estás trabajando?

—Con mi familia. Me recarga estar con los míos, en el campo, en contacto con la naturaleza.

Texto: SILVIA CASTILLO
Producción: INÉS DOMEcq
Fotografía: CHESCO LÓPEZ

«Mi profesión es mucho más intensa de lo que había imaginado, pero también mucho más gratificante. No imaginaba hasta qué punto te exige estar presente en cada detalle», reconoce Inés Domecq, a la que vemos en la imagen con camisa de Sportmax y pantalón vaquero de Zara

TODAS LAS TENDENCIAS
PARA ESTAR A LA ÚLTIMA



ALBA
GALOCHA
DE LAS PASARELAS A
LAS GALERÍAS DE ARTE

BENEDIKTE
THOUSTRUP
EL NUEVO ROSTRO
DEL ESTILO DANÉS

VICKY
MONTANARI
LA 'REINA' DEL
MIX & MATCH

En portada
**CAYETANA
RIVERA**
SALTA AL
RUEDO
DE LA
MODA

CUESTIÓN DE
ACTITUD

En portada, Cayetana Rivera Martínez de Irujo debuta como diseñadora y nos comparte esta nueva experiencia.

YA A LA VENTA

SUSCRÍBETE AQUÍ



Puedes conseguirlo en tu punto de venta habitual, en la tienda ¡HOLA! suscripciones.hola.com o llamando al teléfono 917 811 800

DE MADRES A HIJAS

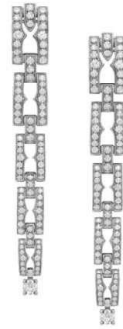
ESTILO EN LOS GENES

La pasión por la moda se hereda y las *celebs* nos lo confirman. **Victoria y Harper Beckham** han hecho de la sofisticación *minimal* su seña de identidad y, mientras, **Cindy Crawford y Kaia Gerber** son el combo perfecto y no dejan de sacar partido a piezas atemporales como el *little black dress*. ¡El buen gusto, si es compartido, vale el doble!



LA MEJOR COMPAÑERA
La pequeña Harper, de 13 años, se ha convertido en la acompañante favorita de su madre, la diseñadora Victoria Beckham.

VICTORIA BECKHAM



Hay quienes tienen el blanco como color de cabecera, como Victoria Beckham y su hija Harper, que deslumbran con un traje sastre y un vestido tipo *slip dress* en este tono... y quienes prefieren apostar por la versatilidad y la atemporalidad del vestido negro. Cindy Crawford y Kaia Gerber saben que el *little black dress* es el fondo de armario más versátil que puede poseer una mujer. Nunca dejan de sacarle partido.

PENDIENTES
de oro blanco y diamantes (23.000 €), de Bvlgari.



BLAZER (779 €) y **PANTALÓN** satinados (395 €), de Max Mara Studio.

ZAPATO
de salón (980 €), de Louis Vuitton.

HARPER BECKHAM



VESTIDO
lencero (990 €), de Victoria Beckham.

COLLAR de oro y perla (c.p.v.), de Tiffany & Co.

PULSERA
de oro (6.700 €), de Cartier.



SANDALIA
de tacón (149 €), de Lodi.

CINDY CRAWFORD

PENDIENTES
de oro blanco
y diamantes
(2.199 €),
de José Luis
Joyerías.

VESTIDO
asimétrico
(490 €), de
Solace London
en Luisaviaroma.

ANILLO
de oro blanco
y diamante
(1.430 €),
de Rabat.

RELOJ de
pulsera bicolor
(12.000 €), de
Omega.

SANDALIA
de tacón
(695 €),
de Aquazzura.

BOLSO
clutch
(305 €),
de Elisabetta
Franchi.



KAIA GERBER

VESTIDO
halter (89,99 €),
de Mango.

PENDIENTES de
oro y diamantes
(1.750 €), de
Messika.

PULSERA
de oro
(1.800 €),
de Tous.

BOLSO
con cadena
(170 €), de
Gianni Chiarini.

ZAPATO
de tacón
bajo
(199 €),
de Mascaró.



PASIÓN COMPARTIDA

Kaia ha seguido los pasos de su madre Cindy, una de las *top* más icónicas de los 90, y ahora es también una de las modelos más cotizadas de la industria.

ESPECIAL DÍA DE LA MADRE

4 ESTILOS PARA ELLA

El primer domingo de mayo celebramos su entrega, cariño y amor incondicional, y qué mejor forma de hacerlo que sorprenderla con un regalo al ritmo de las últimas tendencias. Hay un estilo para cada mamá y, en estas páginas, te ayudamos a recrearlos. Toma nota.

1. ESTILO COOL EN LA OFICINA



GABARDINA impermeable (465 €), de Marina Rinaldi. **BAILARINA** de piel, con correa (850 €), de Giorgio Armani. **CHALECO** de lino (59,99 €), y **PANTALÓN** a juego (79,99 €), de Tintoretto en El Corte Inglés. **PULSERA** de oro blanco con diamantes en dos tallas (c.p.v.), de Recarlo. **BLAZER** con doble cinturón (550 €), y **PANTALÓN** ancho a juego (295 €), de Pinko. **COLGANTE** en oro amarillo ético y diamantes (3.880 €), de Chopard. **ANILLO** de oro rosa y diamantes (10.500 €), de Pomellato. **BOLSO** grande de ante (345 €), de Gianni Chiarini.

2. EN CASA, CÓMODA & A LA ÚLTIMA



CÁRDIGAN con perlas y lentejuelas bordadas (2.990 €), de Ermanno Scervino. **REBECA** con lamé y cordones (228 €), de Falconeri. **NECESER** con motivos *Monogram* y de flores (1.250 €), de Louis Vuitton x Takashi Murakami. **PULSERAS** personalizables (c.p.v.), de Nomination. **CAMISA** de rayas, de popelina de algodón (129 €), y **PANTALÓN** a juego (115 €), de Max & Co. **BACKGAMMON** de madera y piel (8.950 €), de Tiffany & Co. **TOP** de encaje macramé (196 €), y **PANTALÓN** de pernera ancha (274 €), de Twinset. **ANILLO** de oro blanco y diamantes (1.730 €), de Messika.

3. AIRES ROMÁNTICOS



VESTIDO con volantes y estampado floral (219,90 €), de Liu Jo. **BOLSO** de piel con flores de lentejuelas bordadas (2.600 €), de Fendi.



SOMBRERO de paja con cinta (800 €), de Valentino Garavani.



CAMISA de rayas (140 €), de Maria de la Orden. **CONJUNTO** de pulsera (149 €), y pendientes (59 €), de Pandora.



CAMISA con mangas abullonadas (129 €), de Simorra. **ANILLO** de oro rosa con diamantes blancos y marrones (desde 2.340 €), de Damiani. **BAILARINA** de piel trenzada (79,95 €), de Gioseppo.



Con sus hijos mayores sobre los hombros, las influencers María Fernández-Rubies y Martina Jáudenes derrochan complicidad.

4. AVENTURERA TOP



CHAQUETA sahariana (2.500 €), de Roberto Cavalli. **PULSERA** elaborada a mano, en oro amarillo y diamantes (15.700 €), de Messika. **PANTALÓN** verde caqui con detalle de costuras (89,90 €), de Scalpers. **VISERA** con pañuelo (550 €), de Saint Laurent. **SOMBRERO** de rafia calada (145 €), de Weekend Max Mara. **ANILLO** en oro amarillo, engastado con un diamante (2.280 €), de Dinh Van. **CÁMARA** de fotos instantáneas (219 €), de Zara Home. **VESTIDO** con bolsillos (150 €), de Guess. **PENDIENTES** de oro con cuarzo citrino fino (255 €), de José Luis Joyerías.

ESPECIAL DÍA DE LA MADRE LECCIONES DE AMOR Y BELLEZA

Hablamos con la maquilladora Alex Saint, la *influencer* Grace Villarreal y la modelo Katia Gutiérrez-Colomer sobre todo lo que han aprendido de sus madres y por qué regalarles un perfume en su día es la mejor elección.



CLAUDIA Y KATIA G.-COLOMER

Cuidarse a una misma es la mayor muestra de amor que nos podemos dar, y eso es lo que la modelo y su madre nos enseñan en su relación llena de complicidad.

La belleza reside en los pequeños detalles, y así lo reflejan Katia y Claudia, un tándem que transmite belleza y cariño en todas sus versiones, y, aunque Katia confiesa que tienen personalidades muy distintas, hay gestos que es innegable que ha heredado de su madre. La elegancia que nos muestran va más allá de la genética, y reside en los hábitos de belleza que ambas

comparten, por eso la modelo encuentra en el Día de la Madre la oportunidad perfecta para regalarle a Claudia una pequeña muestra de todo lo que ha aprendido de ella en forma de perfume. La elección de la modelo es *Sì*, de Giorgio Armani, una oda a la belleza y a la feminidad en todas sus facetas que no solo es una expresión de amor y admiración, sino también una forma de honrar lo que nos hace únicas.

—Cuando se trata de tu madre y tú, ¿la gente os suele decir que os parecéis?

—Sí, la gente me suele decir que me parezco mucho ella, tanto en apariencia como en la personalidad. Sin embargo, mi forma de ser tiene más en común con la de mi padre. Aunque compartimos rasgos, creo que en carácter soy más como él, mientras que en lo físico y en algunas actitudes sí que me identifico con mi madre.

—¿Hay algún gesto de belleza que hayas heredado de ella?

—Definitivamente. Uno de ellos es su rutina de cuidados: me ha enseñado a ser constante con los productos y a cuidarme desde joven. También creo que he aprendido de ella su gusto por los detalles, como el maquillaje natural, algo que siempre ha sido parte de su rutina diaria.

—¿Por qué regalar un perfume por el Día de la Madre siempre tiene éxito?

—Porque los perfumes tienen un valor emocional único. Pueden evocar recuerdos, sentimientos y momentos especiales. Además, no solo es un regalo práctico: también transmite cariño y afecto de una forma muy especial. El hecho de que cada fragancia es única, como las personas, la convierte en un regalo atemporal y siempre acertado.



Sì, de Giorgio Armani, es una fragancia elegante, voluptuosa e intensa. Un perfume alineado con la exquisitez y la distinción de la casa de Alta Costura. Al entrar en contacto con la piel, invita a disfrutar del néctar de grosella negra y del dulce aroma de la rosa de mayo.

CARMEN Y ALEX SAINT

Una relación que se ha construido a base de buenos recuerdos juntas e inspiración en todos los ámbitos.

Maquilladora, modelo, fotógrafa y actriz: decir que Alex Saint es versátil se queda corto. Y muchas de estas pasiones que ella ha convertido en profesión las ha heredado de su madre Carmen. Si hay algo que la artista destaca de ella es que siempre le ha dado alas para hacer todo en lo que cree. Un valor que Alex Saint también le quiere devolver a Carmen en forma de perfume. Su elección es clara: *Libre* de Yves Saint Laurent Beauty, una fragancia que es un llamamiento a la libertad en todas sus notas.

—Eres una experta en belleza.
¿Heredaste de tu madre esta pasión?

—Sí, totalmente. Cuando yo era pequeña mi madre era modista, y le encantan la moda, la ropa, las *top models*. Teníamos siempre todo lleno de revistas y yo pasaba las tardes después del colegio en su taller y me fascinaba lo que allí ocurría: las mujeres probándose ropa, mi madre creándola, las fotos de inspiración... Un mundo que me maravilló y me marcó.



Libre, de Yves Saint Laurent Beauty, es para las mujeres que se atreven a ser ellas mismas en un mundo lleno de limitaciones. Esta icónica fragancia representa la elegancia discreta con un toque de provocación, de ahí sus notas sutiles de lavanda y flor de naranjo marroquí. En sus notas de fondo, exótica vainilla de Madagascar.



«Mi madre siempre ha sido una persona muy sensible y creativa, y eso lo he sacado de ella»

—¿Qué tres cualidades dirías que destacan en ti y que reflejan lo que has aprendido de tu madre?

—Mi madre siempre ha sido una persona muy sensible y creativa, y eso lo he sacado de ella. También es muy trabajadora y muy decidida a aprender y conseguir lo que quiere. Pero sobre todo me ha enseñado unos valores muy nobles, a ser una buena persona. Creo que es lo más importante en esta vida.

—¿Crees que *Libre* de Yves Saint Laurent Beauty es una fragancia que os puede definir a las dos?

—Sí. Mi madre ha intentado siempre protegerme, pero en los momentos importantes me ha dejado ser libre y vivir lo que me toca en cada instante y a mi manera. En todo caso, me ha acompañado en el vuelo por si necesitaba algo. Siempre estaremos ahí la una para la otra. La familia es lo más importante para mí, y libres todos nos amamos mejor.



IRLENE Y GRACE VILLARREAL

Entrega total, felicidad y admiración son los tres pilares sobre los que madre e hija demuestran su cariño diario.

Criar a tus hijos y sentir que quieres hacerlo como tu madre dice mucho de cuánto la admiras. Esto es lo que le sucede a Grace Villarreal con Irlene, con quien guarda recuerdos muy entrañables y que le hacen sentir lo que es un hogar. La felicidad, la entrega y la admiración son tres de los pilares que la *influencer* ha

podido apreciar más con Irlene como madre, y que ella quiere hacer llegar a sus hijos de la misma forma. Es por esto que Grace elige *La vie est belle L'Elixir*, de Lancôme, como regalo en su gran día. Una fragancia creada por una firma de belleza que siempre ha estado presente en sus recuerdos y que también se vuelve sinónimo de hogar. Este aroma representa la singularidad de

«Me encanta cuidar a mis hijos y pasar tiempo con ellos, al igual que a mi madre, que se dedicó por completo a nosotros»

la mujer y el poder femenino para abrazar la identidad a través de la felicidad. ¿Y hay algo mejor que poder dar esa felicidad a nuestras madres en forma de perfume?

—Cuando ves fotos de tu madre con tu edad, ¿qué es lo primero que piensas?

—En cuánto la admiro, la fuerza y el temple que siempre ha tenido y lo mucho que me quiero parecer a ella. Pienso que era una niña. La veo superjoven, supervallente por empezar una familia y dejar la suya; y poder decidir apostar por la familia, y vivir una aventura como es la vida misionera.

—¿Cuáles son las cualidades que has heredado de tu madre y que te gustaría transmitir a Violetta, Allegra y Luca?

—De mi madre he heredado la calma y tranquilidad para afrontar ciertas situaciones. Creo que ambas somos muy hogareñas, muy de casa, y nos encanta estar tranquilas sin demasiados planes sociales. Me encanta cuidar a mis hijos y pasar tiempo con ellos, al igual que a mi madre, que se dedicó por completo a nosotros.

—¿Por qué ambas confiáis en Lancôme como firma de belleza?

—Lancôme es una marca de toda la vida, en la que creemos por su recorrido y reputación. Sus productos nos dan mucha confianza y han formado siempre parte de nuestro día a día.

Texto: ALBA MONTES



La vie est belle L'Elixir, de Lancôme, es una fragancia radicalmente distinta, femenina y atrevida, contenida en un frasco de silueta elegante cuyas curvas evocan una sonrisa. Una creación floral amaderada con hoja de violeta y la manteca de cacao. Un perfume goloso y envolvente que apetece usar sin parar.

CÓMO PROLONGAR EL AROMA DE FRAGANCIAS ÚNICAS CON EL SELLO DE MAMÁ

Una vaporización en el cuello, en la cara interna de las muñecas, quizás en el escote... Y el deseo de que nos digan: «¡qué bien hueles!», incluso horas después de salir de casa. Porque prolongar el olor de ese perfume icónico, que hará las delicias de toda madre en su día, es uno de los grandes deseos de cualquier amante de las fragancias. ¿Cómo conseguirlo?

Una joya. Cada fragancia es una joya, como el amor de una madre, como ese aroma que siempre nos recuerda a ella y que se antoja como el regalo perfecto para celebrarla, en su gran día, cada año. Toda creación olfativa se compone, como una sinfonía, a base de una serie de notas que aportan un cierto orden y ritmo. De ahí que busquemos alargar su duración y disfrutarla al máximo.

CARÁCTER PROPIO

La fijación de una fragancia depende de su concentración y de su base: gracias a sus notas de fondo, las ambaradas y amaderadas son más duraderas. El tipo de piel también influye: las grasas retienen mejor los aceites, de ahí que hidratarse antes de la aplicación prolongue su aroma.

A CAPAS

La tan de moda técnica del *layering* consiste bien en aplicar dos fragancias a la vez (empezando por la más intensa), o bien vaporizarla tras haber usado productos de su línea de baño perfumada. ¡Ambas garantizan varias horas más de fijación de cualquier perfume!

CUESTIÓN DE INTENSIDAD

Cuando de permanencia sobre la piel se trata, hay un claro ganador entre todos los tipos de fragancia: el perfume o extracto, que contiene de un 25% a un 40% de aceites esenciales. Es decir, de lo que le da su aroma. Pero, la realidad es que no solo es la concentración más cara, sino que tampoco es muy habitual, ya que hoy en día casi todas las fragancias se presentan como *eau de parfum* (conteniendo de un 15% a un 20% de esencia) o, para aquellas más frescas, en forma de *eau de toilette* que, por su parte, llevarán de un 10% a 15% de aceites. STEFANIE MILLA



La top alemana Vanessa Breuer abraza a su hijo Luca en este bello retrato, que nos recuerda que no hay fragancia mejor que el aroma de nuestra madre.

EL FROTAR SE VA A ACABAR

Si este artículo sirve para que una sola persona deje de frotarse las muñecas tras aplicar en ellas una fragancia, puedo asegurar que quien suscribe estas líneas va a ser ¡muy feliz! Lejos a ayudar a que dure más, ese gesto altera (y no precisamente para bien...) el ritmo y orden de evaporación de la fragancia, acelerando la desaparición de las moléculas más volátiles, provocando que dure menos -y huela distinto-. Para vaporizar nuestra fragancia, solo hay que hacer *pssst* y dejar que despliegue su magia.

ALIADOS ESTRATÉGICOS

Un truco para alargar la duración de cualquier fragancia es aplicar un poco de vaselina o crema no perfumada en los puntos donde vaporizemos la fragancia: al hidratar antes la piel, los aceites se fijan mejor y prolongan el aroma. Como argucia extra, ¿qué tal usar el cabello como área de aplicación? Eso sí, mejor de forma puntual, pues al contener alcohol, puede secar el pelo. Algo similar sucede con la ropa: es mejor no perfumar tejidos delicados, pues tanto el alcohol como la esencia pueden mancharlos.

ESCUELA DE BELLEZA

TRUCOS / PASO A PASO / PALABRA DE EXPERTO



GETTY IMAGES

LA VERDAD SOBRE EL SÉRUM

Desmontamos los falsos mitos y errores más frecuentes que rodean a este superhéroe cosmético.

Cuando se conoce, ya nunca se abandona: los sérums completan y complementan cualquier rutina cosmética, aportando uno (o varios) extras que potencian cualquier crema.

TODAS LAS EDADES...

No, ¡no son solo para pieles maduras! Los antioxidantes son hiperrecomendables a cualquier edad, y otros, como los ricos en niacinamida, ayudan a regular la grasa en pieles jóvenes.

...Y TODOS LOS SEXOS

A los hombres les suelen gustar los sérums más que las cremas, por su textura ligera, por lo que si alguna lectora nota que su sérum favorito parece evaporarse y su compañero de vida luce una piel radiante... ¡que no le extrañe que esté dándole a la pipeta!

PASO ADICIONAL

Por excelente que sea su fórmula, todo sérum complementa, sí, pero no sustituye a la crema, ya que no es capaz de atrapar y sellar la hidratación en el interior de la piel.

COMBOS DE DIEZ

¿Quién dijo que no se pueden usar dos o más sérums a la vez? Hay dúos supereficaces, como el de ácido salicílico y niacinamida contra la grasa, o el de vitamina C más ácido hialurónico para iluminar. STEFANIE MILLA

REGLAS DE APLICACIÓN

- El sérum se extiende tras la limpieza, tónico y exfoliante (si es que acaso se usa) y siempre antes de la crema de tratamiento.
- ¿Se puede aplicar en el contorno de los ojos? Si es una fórmula antiimpurezas o con ácidos, es mejor evitarlo, al igual que si tiene activos muy potentes, como puede ser el retinol. Una forma de proteger ese área es aplicar primero la crema para el contorno de los ojos -actuará de barrera- y luego el sérum.
- Se pueden usar dos o incluso más sérums en una misma rutina de *skincare* -por ejemplo, combinando una fórmula antimanchas con otra antioxidante-, aplicando siempre primero el de textura más ligera y dejando pasar un minuto entre cada uno.

PODEROSOS



1. *Time-Filler Intensive XSP* (84,50 €), de Filorga.
2. *Cellular serum Age Perfect Le Duo* (22,95 €), de L'Oréal Paris.
3. *Con 7.300 microcápsulas* antiedad: *Le Sérum Absolu* (95,90 €), de Lierac.
4. *Para pieles 50+*: *Rosage* (58,50 €), de Anne Möller.
5. *Blue Therapy Accelerated* (90 €), de Biotherm.
6. *Tensor: Premier Cru Le Sérum* (89,90 €), de Caudalie.
7. *Concentrado Super Serum 10* (80,90 €), de Nuxe.

**LA EDAD CAMBIA Y LA RUTINA
DE CUIDADOS TAMBIÉN**

NOSOTRAS MEJORAMOS CON LOS AÑOS

EN LA MADUREZ LA MUJER
SE ENFRENTA A MUCHAS
TRANSFORMACIONES QUE TAMBIÉN
AFECTAN A SU PIEL. LA NUEVA
CREMA COLÁGENO EXPERT DÍA, DE
L'ORÉAL PARIS, AYUDA A REVERTIR
ESOS SIGNOS DEL PASO DEL TIEMPO

HASTA hace poco hemos vivido en una sociedad en la que se defendía la idea de que la belleza está exclusivamente relacionada con la juventud y cumplir años se veía como una pérdida de valor. Sin embargo, es una realidad que las mujeres suelen tener más confianza en su belleza después de los 50, ya que no solo se limita a lo físico, sino que se le añaden otros atributos que te otorga la vida, como la seguridad, la autoconfianza o la actitud. También es cierto que, a medida que se cumplen años, la mujer sufre muchos cambios, sobre todo en la menopausia, y eso se refleja en la piel, principalmente en un descenso del colágeno de hasta el 30%, lo que provoca flacidez.

Los activos de colágeno son demasiado grandes para ir más allá de la superficie de la piel. Por eso, para revertir los signos de la pérdida de colágeno, su producción debe ser impulsada desde lo más profundo, desde el interior. **L'Oréal Paris** presenta *Colágeno Expert Día*, un tratamiento que incorpora un nuevo tipo de péptido de colágeno micronizado —1.000 veces más pequeño que un poro— para que penetre más fácilmente en las capas más profundas de la piel. De este modo, estimula la producción del colágeno perdido desde el interior, restaurando su estructura y elasticidad. El resultado es una piel más firme desde la primera aplicación.

**UNA ETAPA EN LA
QUE ESTAR GUAPA
VA MÁS ALLÁ
DEL FÍSICO: TIENE
QUE VER CON
LA SEGURIDAD EN
UNA MISMA**

GILLIAN ANDERSON, 56 AÑOS



Este Día de la Madre, regala este exclusivo cofre, diseñado por el ilustrador Jordi Labanda, que incluye el tratamiento *Colágeno Expert Día* de L'Oréal Paris

UNA FÓRMULA, AHORA MÁS POTENTE QUE NUNCA

«Con el uso regular de esta crema, la piel se siente más fuerte y densa, y los contornos faciales parecen más tonificados. Además, se observa una mejora en la luminosidad y el brillo de la piel, logrando un cutis más saludable y rejuvenecido», señala la Dra. Eguren, dermatóloga

www.loreal-paris.es



CAMINO A LA MATERNIDAD

LA DIETA DE LA FERTILIDAD: CLAVES PARA UN EQUILIBRIO HORMONAL

La combinación de una alimentación antiinflamatoria (como la mediterránea), la actividad física regular y la ingesta de nutrientes esenciales como ácido fólico, vitamina D o zinc, pueden marcar la diferencia creando un entorno favorable para la fertilidad.

Una experta en nutrición nos da las pautas para tener todo a tu favor, tanto antes como durante el embarazo.

Son muchos los factores que afectan a la hora de buscar un embarazo, desde la genética y la edad hasta la alimentación de los progenitores. Este último es, precisamente, un gran condicionante, ya que influye directamente en el equilibrio hormonal, en la calidad de los óvulos y espermatozoides, en la salud del sistema reproductor y en la salud metabólica, clave tanto en el período preconcepcional como durante el embarazo. De la mano de una experta, analizamos las claves para mejorar la fertilidad a través de la alimentación.

Nutrientes esenciales

Ácido fólico, zinc, vitamina B12 o D son algunos de los nutrientes esenciales que actúan directamente sobre la fertilidad. El ácido fólico es imprescindible para la ovulación, así como en la prevención de defectos del tubo neural en el embrión. «Se recomienda iniciar su suplementación desde el momento en que se comienza a buscar el embarazo. Está presente en fuentes naturales ricas en folato como judías verdes, edamames, espinacas, alcachofas y brócoli», explica Alexia Macher, dietista, nutricionista y *trainer* de KO Urban Detox Center (Madrid). Por otro lado, la vitamina B12 es básica en el desarrollo del óvulo y en la receptividad del endometrio, mientras que un déficit puede dificultar la implantación del embrión. En el



Azúcares y alimentos ultraprocesados crean un entorno proinflamatorio que desequilibra el sistema hormonal, afectando a la capacidad reproductiva.

caso de la vitamina D, su deficiencia se ha relacionado con una menor fertilidad y con un mayor riesgo de parto prematuro, por lo que es importante asegurar una exposición solar adecuada y considerar la suplementación en los meses de menor luz. Tampoco hay que olvidarse del zinc: «En mujeres, interviene en la ovulación y el ciclo menstrual; en hombres, es esencial para la maduración espermática y la producción de testosterona. Alimentos como ostras, semillas de calabaza, de cáñamo o tahini son excelentes fuentes», afirma la nutricionista.

Distancia de por medio

Hay alimentos que pueden estar retrasando la llegada del embarazo; son los llamados «saboteadores silenciosos» y tienen mucho que ver con el patrón dietético occidental moderno. Hablamos de ultraprocesados, azúcares añadidos, aditivos, harinas refinadas, refrescos azucarados y comida rápida. La experta explica que este tipo de alimentación crea un entorno proinflamatorio y desequilibra el sistema hormonal, afectando la capacidad reproductiva y la salud a largo plazo, tanto de la madre como del futuro bebé. Otro factor que puede tener un impacto negativo es tener un peso por encima o por debajo del rango saludable, ya que puede alterar el equilibrio hormonal y comprometer la fertilidad. «El exceso de peso se

CONSEJOS DE EXPERTA PARA AUMENTAR LA FERTILIDAD, POR ALEXIA MACHER

EVITA PICOS DE INSULINA

Aunque no existe una dieta milagro, la alimentación es un factor decisivo. Los expertos recomiendan limitar el consumo de harinas refinadas, zumos industriales y productos azucarados, especialmente durante el embarazo, cuando la sensibilidad a la insulina está naturalmente disminuida.

PLANIFICAR Y EQUILIBRAR

Planificar los menús semanales te permitirá mantener una dieta equilibrada y evitar decisiones impulsivas que recurran a ultraprocesados. En tus platos, incluye siempre proteína de calidad (pescado azul, legumbres, huevos), carbohidratos ricos en fibra (avena, quinoa) y grasas saludables (AOVE, semillas, frutos secos).

CONECTA CON LA NATURALEZA

Reserva al menos media hora al día para pasear, correr o andar en bici al aire libre. El contacto con entornos naturales y el ejercicio físico, incluso durante el embarazo, mejoran la salud emocional y física, reduciendo el riesgo de complicaciones y favoreciendo un parto más saludable.



La dietista y nutricionista Alexia Macher.

El ácido fólico, imprescindible para la ovulación, está presente en fuentes naturales ricas en folato como judías verdes, edamames, espinacas, alcachofas y brócoli.



FOTO: GETTY IMAGES

La dieta mediterránea es la más indicada por ser antiinflamatoria y rica en antioxidantes.

asocia con resistencia a la insulina y niveles elevados de estrógenos, lo que puede interferir con la ovulación. En cambio, un peso insuficiente puede causar ciclos menstruales irregulares o incluso amenorrea (ausencia de menstruación), impidiendo la ovulación».

Dieta mediterránea

Es la más recomendada por los expertos y vuelve a serlo a la hora de concebir. Se trata de un

¿SABÍAS QUE...?

- **NUECES DE BRASIL:** Con tan solo 2 o 3 unidades al día de este alimento se cubren los requerimientos diarios de selenio, un mineral con potente acción antioxidante que puede reducir el riesgo de complicaciones hipertensivas del embarazo, como la preeclampsia.
- **COSA DE DOS:** El impacto de la alimentación y el estilo de vida afectan a ambos: en las mujeres, se manifiesta principalmente en el ciclo menstrual, la ovulación y la receptividad endometrial, mientras que en los hombres influye directamente en la calidad, cantidad y movilidad de los espermatozoides.

patrón alimentario rico en frutas, vegetales, legumbres, cereales integrales, frutos secos, pescados azules y aceite de oliva virgen, todos ellos con propiedades antiinflamatorias y antioxidantes. La combinación de una alimentación antiinflamatoria, actividad física regular, buena salud metabólica y manejo del estrés, pueden marcar la diferencia en el camino a la maternidad.

COCINA CON HISTORIAS

LAS RECETAS DE PAULA ORDOVÁS PARA SU PRIMER DÍA DE LA MADRE

La «influencer», que acaba de tener una niña y está a punto de publicar su segundo libro, «La chica de los ojos marrones», comparte dos recetas sanas y deliciosas que incluso una mamá primeriza, con poco tiempo, podrá elaborar en un día tan especial.

«Me veo cocinando esta tarta saludable de chocolate dentro de unos añitos con Manuela y ¡me encanta la idea!»



SUS FAVORITOS

UN PECADO DULCE: El helado de coco.

MEJOR PLAN GASTRO: El tapeo por la Cava Baja de Madrid los domingos. ¡Me recuerda a mi infancia!

RESTAURANTE PREFERIDO:

En Madrid, Haramboure (¡me tiene loca desde hace un año!), y en Marbella, La Milla y sus espetos de sardinas frente al mar.

DOS PLATOS SANOS:

Los «woks» de verduras con cuscús de coliflor y mi lasaña casera de calabacín.

Sin duda, este está siendo el año de Paula Ordovás. Tras completar el pasado los seis grandes maratones -Boston, Londres, Chicago, Berlín, Nueva York y Tokio- y deshacerse de todos los fantasmas de su pasado, a través de la escritura catártica de su segundo libro, que verá la luz el 14 de mayo, decidió emprender una nueva aventura junto a su marido, Eduardo Nieto, y traer un bebé al mundo. Después de 13 años casados, sintieron que este era el momento y, ahora, no podrían estar más felices con la pequeña Manuela, nacida el pasado febrero. «No me podía ni imaginar cómo sería ser madre, pero sin duda es muchísimo mejor de lo que nunca jamás hubiese pensado», dice ella que, a pesar de estar entregada a sus cuidados, ha vuelto a sus rutinas de ejercicio y creación de contenido y recetas saludables para sus miles de seguidores, en tiempo récord. «En realidad, ya nada es igual. Ni siquiera yo soy la misma. Después de todo, nace un bebé pero también una madre y estamos disfrutando ambas de conocernos cada día y de nuestra nueva vida juntas. Mis prioridades ya no son las mismas», continúa. A pesar de ello, no dudó en sacar tiempo para revelarnos, desde su lugar feliz -Casa Manuela, en Marbella-, las recetas con las que celebrará allí mismo su primer Día de la Madre. «Creo que son dos recetas ideales para compartir y disfrutar en familia. Las experiencias alrededor de la mesa, para mí, son fundamentales. Y más aún ahora con Manuela. Adoro disfrutar de una buena comida y sobremesa con la gente que quiero». Aparte, admite, «me veo cocinando esa tarta saludable de chocolate dentro de unos añitos con Manuela y, ¡me encanta la idea!».

Curry de almejas y langostinos

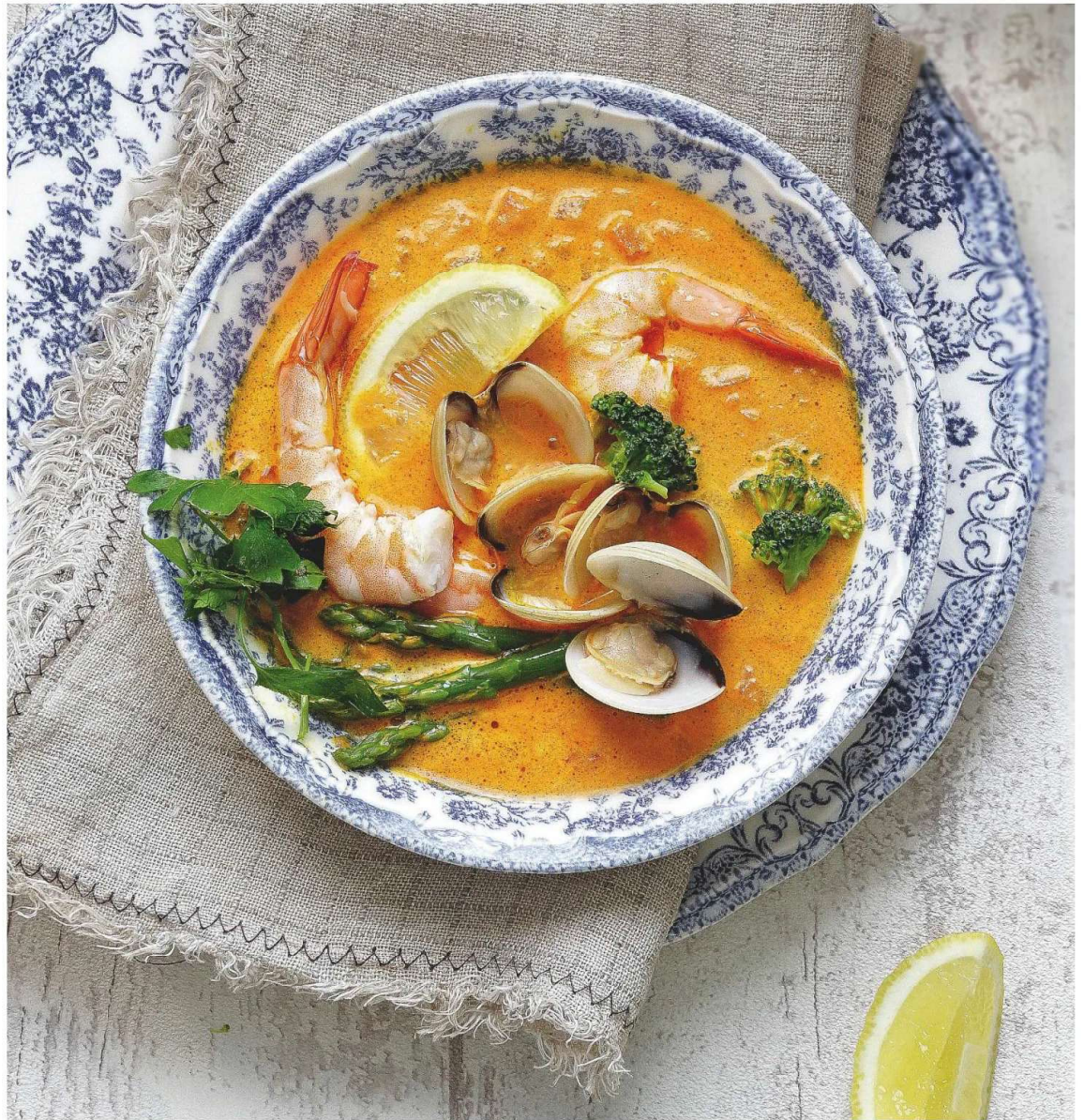
TIEMPO DE PREPARACIÓN: 15 min

INGREDIENTES (para 2 personas):

◆ 250 g almejas ◆ 50 g cebolla
◆ 70 g de pimiento rojo ◆ un
manejo de espárragos verdes
◆ 1 diente de ajo ◆ una cucharada
de AOVE ◆ 1/4 cucharadita comino
en polvo ◆ 1 cucharadita curry
amarillo ◆ 100 g de tomate natural
triturado ◆ 100 g leche de
coco ◆ 1/2 limón exprimido ◆
1 pizca de cayena molida ◆ sal al
gusto ◆ 8 langostinos pelados y
salpimentados

ELABORACIÓN

Pon las almejas en un recipiente con agua y, después, escúrrelas bien. En un robot de cocina, pon la cebolla, el pimiento, el ajo, el AOVE, el comino y el curry y pícalo bien durante 1 minuto. Sofríe durante 5 minutos todo lo anterior. En una cazuela, añade el tomate triturado, la leche de coco y las almejas escurridas y cocina tapado durante 5 minutos, o hasta que comiencen a abrirse las almejas. Añade los langostinos pelados y salpimentados y las puntas de los espárragos y cocina durante 8-10 minutos, sin parar de remover. Vierte en una fuente y ¡sirve al momento! Yo lo emplaté con brócoli, aguacate y perejil, pero es opcional.



Tarta de chocolate y avellanas saludable

TIEMPO DE PREPARACIÓN: 10 min + 4 h mínimo de reposo

INGREDIENTES (para 8/10 raciones):

Para la base: ◆ 25 g harina de almendra ◆ 35 g avellanas crudas ◆ 40 g de virutas de coco ◆ 75 g de dátiles deshuesados e hidratados ◆ 1 cucharada de crema de cacao y avellanas ◆ 1 cucharada de aceite de coco ◆ 1 cucharadita de extracto de vainilla ◆ 1 pizca de sal. **Para el relleno:** ◆ 200 g de anacardos hidratados (mínimo 4 h) ◆ 200 ml de leche de coco ◆ 1/2 cucharadita de miel ◆ 125 g de chocolate negro 95% ◆ 1 cucharada de crema de cacao y avellanas

ELABORACIÓN

Para preparar la base, pon todos los ingredientes en un robot de cocina y bate hasta conseguir textura de arena gruesa mojada. Engrasa el molde con aceite de coco y añade la mezcla. Amasa con las manos hasta que se pegue bien en las paredes del molde. Introdúcelo en la nevera para dejar enfriar la mezcla.

Para el relleno, derrite el chocolate junto con la leche de coco, la miel y la crema de cacao y avellana. Vierte la mezcla sobre la base anterior y vuelve a meter la tarta en la nevera. Deja enfriar mínimo 4 horas (preferiblemente toda la noche). Antes de servir, decora al gusto con frutos secos molidos, frutos rojos o flores comestibles.



TARDE DE JUEGOS

Celebra el Día de la Madre disfrutando, junto a los más pequeños de la casa, de una divertida tarde de juegos, primero al aire libre y luego al calor del hogar, y una merienda casera a base de gofres y un batido de chocolate un tanto especial.

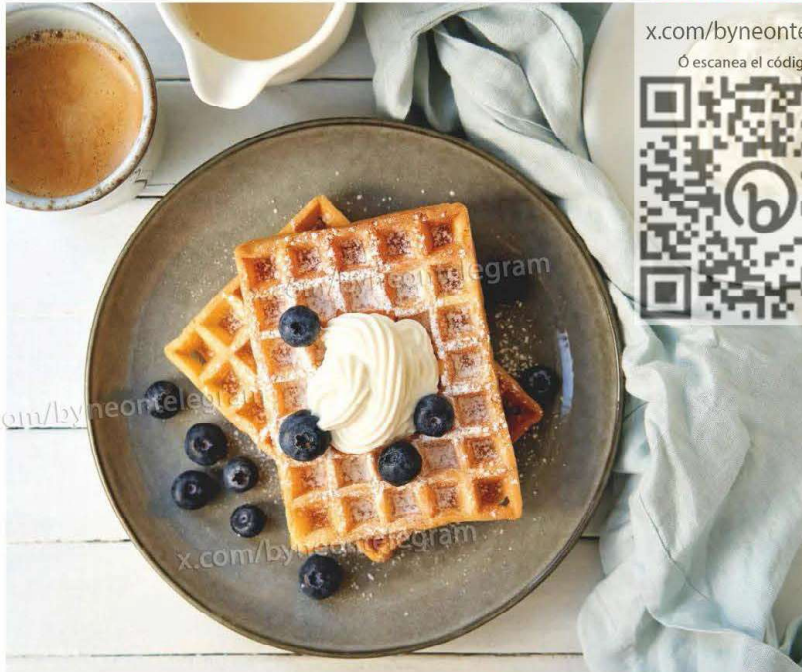
ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:



La prescriptora Chiara Ferragni, paseando con su hija Vittoria Lucia.



FOTOS: ©CHIA FERRAGNI / GETTY IMAGES

► Entre madres anda el juego

Como cada primer domingo de mayo, celebra el Día de la Madre pasándolo en familia. Y si los benjamines de la casa no tienen edad suficiente para preparar una sorpresa, este 4 de mayo recurre a un clásico: una entretenida tarde de juegos y una merienda para golosos. Dejaos caer primero por el parque, aprovechando el buen tiempo primaveral, para corretear y brincar hasta el resuello. Ya en vuestro hogar, entregaos al mundo de las manualidades y los juegos de mesa. Continúa cocinando unos gofres con crema pastelera y un batido de chocolate con crujiente de macadamia. Una vez listos, recobrad fuerzas con este derroche de azúcar mientras veis una película en el sofá. Sin duda, el broche perfecto a una jornada que, año tras año, festeja a las madres del mundo.

GOFRES CASEROS

INGREDIENTES:

- ◆ 2 huevos ◆ 125 g de azúcar ◆ 250 g de harina ◆ 250 ml de leche entera ◆ 20 g de levadura fresca ◆ 100 g de mantequilla ◆ 1 pizca de sal ◆ canela o esencia de vainilla

ELABORACIÓN

En un bol, bate los huevos. Añade el azúcar y la mantequilla previamente derretida. Agrega la esencia de vainilla y mezcla bien. En otro recipiente, calienta un poco la leche, disuelve en ella la levadura fresca e incorpora el resultado al bol anterior. Añade también la harina tamizada y la pizca de sal. A mano o con un robot de cocina, amasa hasta obtener una mezcla homogénea y sin grumos. Deja que repose unos 30 o 40 minutos en un sitio templado. Pasado el tiempo, pincela con aceite o mantequilla la gofrera. Cuando esté caliente, vierte una porción de la masa en cada uno de los huecos (2 o 3 cucharadas) y cierra. Saca los gofres en unos 5 minutos y acompáñalos como más te gusten: con crema pastelera y arándanos, una bola de helado, mermelada, yogur con fruta...

Los indispensables



Para la mejor
Sello Mami.
de Alhaja
(79 €).



Detalles con amor
Ramo de rosas
Honolulu, de
Colvin
(35,99 €
sin jarrón).

Inseparables
Conjunto de dos
mantelitos y
servilletas, de
H&M Home
(17,99 €).

Diversión en la mesa
Pack de
pajitas, de
Zara Home
(12,99 €).



De dos en dos
Gofrera Stone Studio, de
Create (49,95 €).



El toque crujiente
Macadamias
Delicatessen
al cacao, de
Marcos Tonda
(5,90 €).

Plan redondo
Plato Mallorca, de
Casafina by Costa
Nova (14,50 €).

BATIDO DE CHOCOLATE CON SABOR A MACADAMIA

INGREDIENTES

- ◆ 100 g de chocolate con leche en tableta
- ◆ 350 ml de leche ◆ 1 bote de nata montada
- ◆ 4 nueces de macadamia al cacao

ELABORACIÓN

Calienta la leche en un cazo a fuego medio y echa el chocolate troceado, antes de que rompa a hervir. Remueve hasta lograr que se disuelva. Cuando la mezcla de estos dos ingredientes quede bien integrada, retírala y deja que se enfríe en la nevera durante una hora. Saca el batido, sírvelo en un vaso alto y corónalo con nata montada. Por último, espolvorea las nueces de macadamia recubiertas de cacao, previamente machacadas.



EUROVISIÓN COMO NUNCA LO HAS VIVIDO



**¡HOLA! LANZA UN NÚMERO DE COLECCIONISTA CON TODO
LO QUE TIENES QUE SABER PARA VIVIR UN FESTIVAL DE LEYENDA**

YA A LA VENTA

También podrás conseguirlo en la tienda ¡HOLA! suscripciones.hola.com
o llamando al teléfono 917 811 800





CARLOS ALCARAZ, WIMBLEDON



COCO GAUFF,
US OPEN



QINWEN ZHENG,
OPEN DE AUSTRALIA



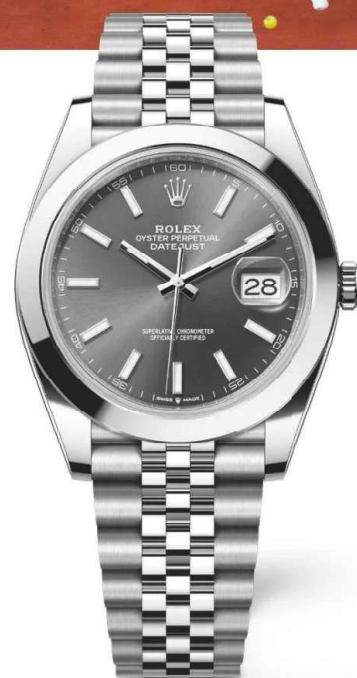
JANNIK SINNER,
OPEN DE AUSTRALIA



IGA ŚWIĄTEK,
ROLAND GARROS

AL SERVICIO DE LA VICTORIA

En el tenis, es primordial respetar a los adversarios. A los que están al otro lado de la red y también al que se lleva dentro. En cada partido, en cada pista, hay que resistir y seguir; reinventar el juego para redefinir las líneas. Porque solo cuando se planta cara a la adversidad se conoce el auténtico valor de la victoria.



OYSTER PERPETUAL DATEJUST 41


ROLEX