

LECTURAS

LECTURAS.COM



**POR
PILAR EYRE**

**JORDI
GONZÁLEZ
SUPERA
UNA GRAVE
ENFERMEDAD**

**"He estado a
punto de morir"**



**LOS HIJOS DE
SHAKIRA Y PIQUÉ
GRABAN UNA
CANCIÓN**



**LA DOBLE VIDA
DE SU PADRE**

El drama de Vicky

**José Luis Martín Berrocal
mantuvo dos familias hasta
que ella cumplió 21 años**

**EL PEOR AÑO DE
MASSIEL**

**Lucha contra
un cáncer, sufre un
brutal accidente y
pierde a su hermano**



PVP: Península 2,70 € • Canarias 2,80 €
0 38 1 7
8 428018 000026

MORELLATO

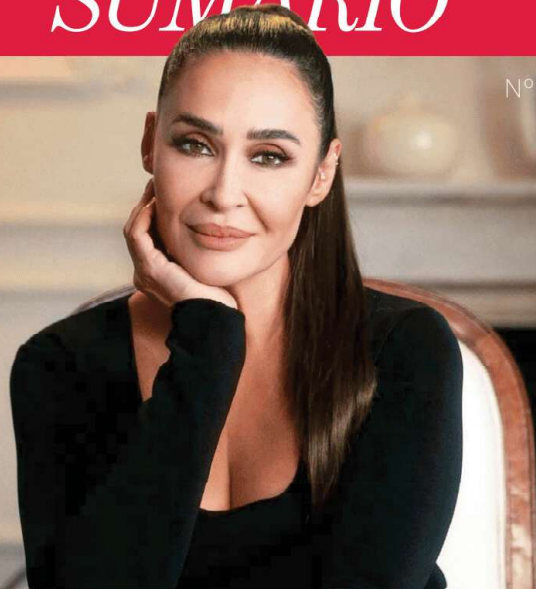
VENEZIA 1930

Distribuido por Geresca Tel. (34) 93 419 58 88



COLECCIÓN GIOLA

GIULIA SALEMI



14
LA DRAMÁTICA HISTORIA DE LAS BERROCAL
El padre de Vicky tenía una doble vida, con dos familias paralelas, una en Madrid y otra en Huelva.

4. Nuria Roca, a solas con Vicky Martín Berrocal
"Creo en la pareja abierta pero en mi vida tengo normas y reglas", dice.

10 a 12. Siete días

32. Carolina Yuste
"Massiel no tenía pelos en la lengua", declara la actriz.

36. Eugenia Silva despide a su suegro
Muere Alfonso de Borbón, primo de Juan Carlos I.

40. Kate Middleton
La estrella de la familia real británica en los actos por el Día de la Victoria.

42. Richard Gere y Alejandra Silva
Todos los detalles de su mansión en Madrid.

44. Los hijos de Shakira debutan
Milan y Sasha lanzan su primera canción.

46. Andrés Velencoso
Escapada a Ibiza con su nuevo amor, Mar Canadell.

48. El hijo de Eugenio
"Estoy en servicios sociales, a veces no tengo ni para comer", explica desesperado.

50. Feria de Abril
Los famosos toman Sevilla con sus looks flamencos.

56. El nuevo Papa
Así es León XIV.

58. El diario de Jorge

60. Jesús Vázquez
"He pasado un año muy malo", nos confiesa.

62. La hora negra. Por Mayka Navarro
Ana Julia Quezada, sexo, engaños y amenazas desde la cárcel.

72 a 76. Actualidad

78. Nuestras series

94. Pasatiempos

97. Horóscopo



66
ROSALÍA, UNA ESTATUA ANDANTE EN LA GALA MET
La cantante deslumbra con un vestido de Olivier Rousteing para Balmain.



20
JORDI GONZÁLEZ ROMPE SU SILENCIO TRAS 5 MESES
"He estado a punto de morir", desvela el presentador a Pilar Eyre.



34
LETIZIA
Habla de su afición por la lectura y por la radio.

LECTURAS Práctica

80. Salud 4 claves para reducir la tensión arterial.

82. Nutrición Trucos contra el picoteo nocturno.

88. Cocina Gratinados doraditos y cremosos.



VICKY M. BERROCAL
A SOLAS... CON NURIA ROCA

“Creo en la pareja abierta, pero en mi vida tengo normas y reglas”

La presentadora revela a Vicky Martín Berrocal los secretos para llevar 27 años junto a Juan del Val y aclara de una vez por todas los malentendidos sobre su relación

**Dos estrellas
de la tele
en su mejor
momento**



Nuria Roca triunfa en los fines de semana de LaSexta con 'La Roca', mientras que Vicky está a punto de estrenar su docuserie. Las dos mujeres comparten el secreto de su éxito en esta charla.

A close-up portrait of Nuria Roca, a woman with long, wavy brown hair, smiling warmly at the camera. She is wearing a light-colored, possibly white, jacket. The background is softly blurred, showing green foliage.

Tras algunas experiencias trabajando en el canal autonómico valenciano, Nuria saltó a la fama a nivel nacional en 'Waku-Waku', concurso dirigido por Chicho Ibáñez Serrador. Desde entonces no ha abandonado la primera línea.

Presentadora, actriz, escritora con cinco libros publicados... Nuria Roca es polifacética y archifamosa, pero aún guarda muchos secretos. La valenciana ha compartido algunos de ellos en una charla de mujer a mujer con Vicky Martín Berrocal en los sofás de 'A solas con...', de Podium Podcast. Una conversación sobre la fama, la tele y su relación –siempre en el centro de todas las miradas– con Juan del Val.

► **¿Qué es el éxito para ti?**

–Para mí, el éxito tiene que ver con la tranquilidad. Con estar tranquila tanto profesionalmente como personalmente. Eso sucede muy pocas veces. Porque cuando no estás intranquila por una cosa lo estás por la otra. Mucha gente cree que estoy siempre bien, porque proyecto una imagen muy positiva. No es cierto. Tengo momentos malos y regulares, pero los guardo para mí. No me gusta llorarle a nadie.

► **¿Qué te ha llevado a pasarlo mal?**

–Muchas cosas. Una enfermedad de alguien querido, por ejemplo. Mi hermana pasó un cáncer de pecho muy fastidiado. Eso me hizo darme cuenta de dónde estaba lo importante.

► **¿Qué opinas de la mujer en la tele?**

–A grandes rasgos, las mujeres en la tele hemos mejorado mucho. En la tele, a mí, en ocasiones, no se me ha escuchado como una voz autorizada, sino como un muñeco, porque en la tele a menudo eres un muñeco. No solo en la tele, en todos los medios. Yo a ve-

“La monotonía y la pereza se pueden apoderar de una relación. Hay que estar alerta”

“A mí, a veces, en la tele, no se me ha escuchado como una voz autorizada, sino como un muñeco, porque en la tele eres un muñeco”

“Yo le digo a Juan: ‘Ve tú a la reunión, porque lo que dices tú vale más que lo que digo yo frente al resto de tíos’”

El machismo en el mundo de la tele obliga a algunas mujeres a exagerar su personalidad para ponerse a la altura de los equipos masculinos. Nuria reniega de eso: “Yo digo las cosas a mi modo, no tengo que decirlas de manera varonil para que se validen mis sugerencias. Y eso me ha pasado”.

Confesiones tras cumplir los 50

A sus 53 años, Nuria confiesa a Vicky que la pelea de la menopausia está presente ya en su cabeza. “Estamos ahí, batallando con ello”, dice. Aunque su deseo era prepararse para este momento, confiesa que le ha pillado con el pie cambiado. “El cuerpo cambia a marchas forzadas”, admite.



“Cuando estaba buenísima tenía inseguridades terribles. Y sigo teniéndolas”

ces le digo a Juan: “Ve tú a la reunión, porque lo que dices tú vale tres veces más que lo que digo yo frente al resto de tíos”. Eso lo tengo comprobado. Me da mucha rabia, pero a veces tienes que adoptar una forma mucho más agresiva para que se te tenga en cuenta. No me gusta. Yo digo las cosas a mi modo, no tengo que decirlas de manera varonil para que se validen mis sugerencias. Y eso me ha pasado.

►¿La menopausia es ya tu compañera?

-He tenido calores. Este verano tuve unos calores tremendos que no sabía de dónde venían. Pensaba que era del verano, pero no. Estamos ahí, batallando con ello. He tenido que comprarme una talla más de sujetador. Yo, que he sido plana toda la vida... Ahora tengo las tetas de cuando estaba embarazada. El cuerpo cambia a marchas forzadas. Llevo ya unos años pensando que esto me tiene que pillar bien. Debería pillarme

en un momento de alimentarme bien, pero no lo hago, soy un puñetero desastre, estoy a dieta todas las semanas. Debería haber adquirido una rutina de ejercicios, pero no lo he hecho. Voy a llegar tarde como a muchas otras cosas en mi vida.

►¿No has aprendido a cuidarte?

-No, para mí es una puñetera obligación. Lo único que he conseguido es salir a andar. Yo el deporte no lo disfruto nada. Me gustan los juegos. Jugar al tenis, por ejemplo. Pero el deporte en sí, no. Si me pudiera tomar una pastilla para perder calorías y tonificarme, lo haría.

►¿Qué piensas al mirarte al espejo?

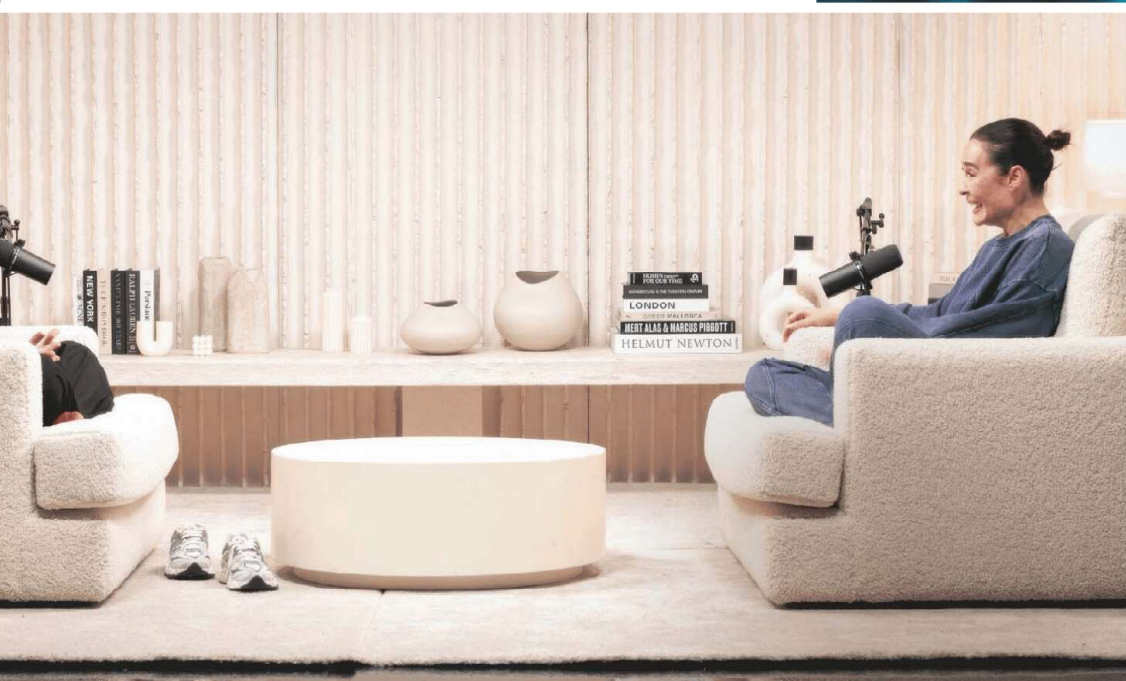
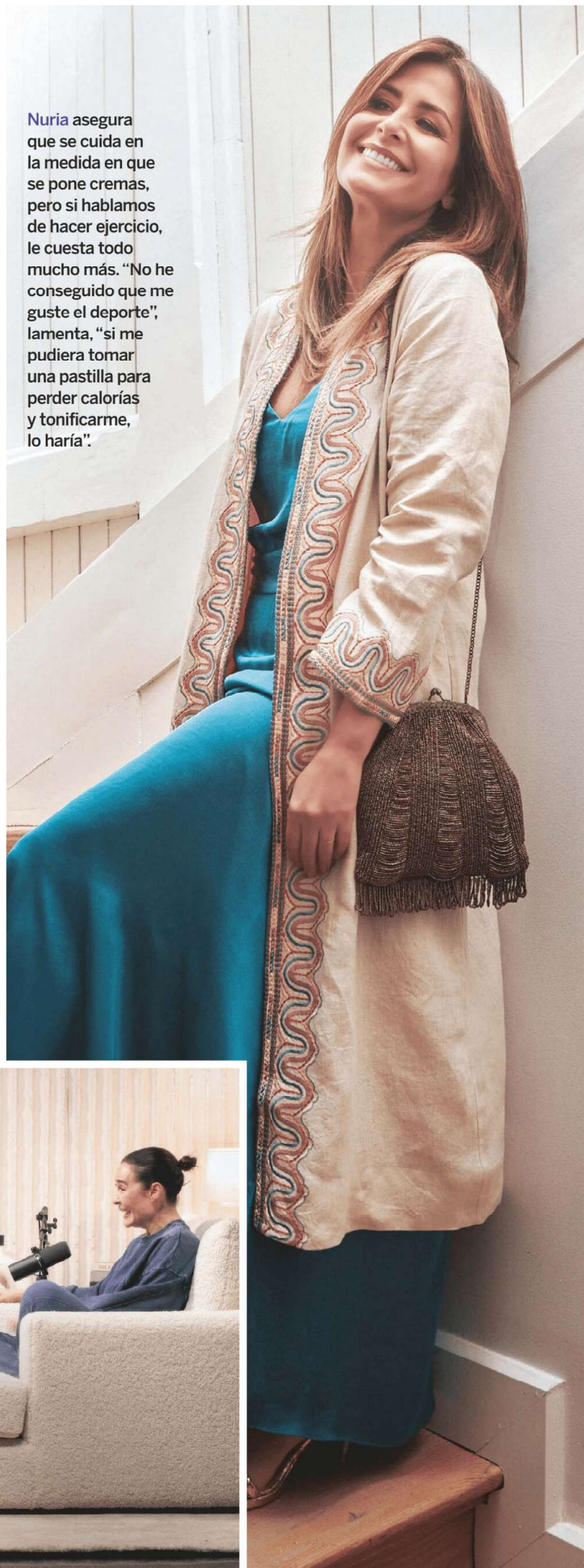
-Cuando veo imágenes antiguas pienso: “Joder, con lo bien que estaba...”. Yo ahora intento aceptarme como estoy ahora, pero cuando estaba buenísima tenía unas inseguridades terribles.

►¿Por qué somos tan inseguras?

-No lo sé. Con los años te acep-

“He tenido calores [de la menopausia]. Y he aumentado de talla de sujetador”

Nuria asegura que se cuida en la medida en que se pone cremas, pero si hablamos de hacer ejercicio, le cuesta todo mucho más. “No he conseguido que me guste el deporte”, lamenta, “si me pudiera tomar una pastilla para perder calorías y tonificarme, lo haría”.





“Si tú tienes una relación en la que estás satisfecho y estás contento, ¿quieres salir de esa relación? Yo, no. Pero no sé lo que puede pasar la semana que viene”, reflexiona Nuria.

tas más, pero yo sigo teniendo muchas inseguridades. Sigo disimulando. Sé lo que me queda bien, lo que tengo que potenciar y lo que no. En las redes me dicen: “Nunca llevas minifalda”. Piensa un

“Con Juan tengo el mismo carácter de provisionalidad desde hace 27 años”

poco: “¿Crees que si pudiera llevar minifalda no la llevaría? Pues claro, pero no tengo las piernas para llevar minifalda”. No vas lanzando a los cuatro vientos tus inseguridades, pero claro que las tengo.

►¿Cómo se mantiene una relación 27 años?

-Hemos crecido a la par. Para mí la admiración y el gustarse son pilares fundamentales en una relación. A mí Juan me gusta. Si pienso en irme a ce-

“A mí Juan aún me gusta. Si pienso en irme a cenar, me apetece irme a cenar con él”

nar, me apetece irme a cenar con él.

►¿Qué hay de verdad en eso de que sois una pareja abierta?

-Yo entiendo una relación abierta porque no está cerrada. Ninguna relación está cerrada. Es decir, tú tienes el compromiso que tú quieres adquirir con tu pareja. Las parejas se cruzan, las personas se cruzan. Tú no te enamoras más o menos, te enamoras antes o después, dependiendo de quién se cruza en tu camino. Si tú tienes una relación en la que estás satisfecho y estás contento, ¿quieres salir de esa relación? Yo, no. Pero no sé lo que puede pasar la semana que viene. Jamás lo he sabido. Ese carácter de provisionalidad que he tenido desde la primera semana que he estado con Juan lo sigo teniendo 27 años después. Y el día que a mí se me cruce alguien, o a Juan se le cruce alguien, o simplemente no quiera estar conmigo, diré: “Qué suerte he tenido de haber estado con él”. ¿Una relación abierta? Es que las relaciones no son cerradas. La tienes más o menos abierta dependiendo de lo que tú quieras. Ahora, otra cosa es que yo explique públicamente, que no lo he hecho jamás, qué hago o dejo de hacer en mi relación.

►Me gusta que lo aclares.
-El problema viene por querer cambiar a las personas. Las personas no se cambian, evolucionan. A mejor o a peor. Y luego está el tema de la infidelidad. Si mi pareja me es infiel, pues ya veré yo qué hago. No te puedo decir si le voy a dejar o no le voy a dejar. Ya veré

lo que hago. A lo mejor con 20 años te digo: “Ni de broma”. Y a lo mejor con 53 te digo: “Pues tampoco”. ¡No lo sé! Tienes que ver en qué etapa vital estás, si te compensa o no... Ahora, pretender que mi pareja la única persona a la que ve y que le gusta sea yo, es de ser una hipócrita conmigo misma. Además, no me gustaría. Yo quiero que a mi pareja le guste todo el mundo. Y a mí me gusta gustar a todo el mundo.

►¿Por qué se ha hecho tan grande este tema?

-Tiene que ver con el clickbait. Da igual que te lo explique aquí. La frase es que crees en la pareja abierta. Claro que creo en la pareja abierta, creo en lo que a la gente le dé la gana creer y montarse su vida. Ahora, yo para mi vida, tengo mis normas y mis reglas. ¿Pero tú te imaginas que yo le dijera a la gente lo que tiene que hacer?

“No perdonaría la deslealtad. Si las cosas suceden y no lo cuentas es una deslealtad”

►Entender la pareja como una construcción no cerrada te ayuda a trabajar la relación.

-Te mantiene alerta. La monotonía, la pereza... todo se va apoderando de la pareja. Tienes que hacer un ejercicio de voluntad.

►¿Qué no perdonarías?

-La deslealtad. Tú puedes hablarlo todo. Yo puedo tener una conversación con mi pareja y decirle: “Si te pasa algo o a mí me pasa algo... Es bueno que seamos conscientes de que las cosas pueden suceder”. Pero no hablar eso y que luego las cosas sucedan y no contarlas es una deslealtad.

La conversación completa en youtube.com/@PodiumPodcast

A portrait of a woman with long, wavy brown hair, smiling at the camera. She is wearing a dark blue or black long-sleeved top. Her hands are resting on her lap, and she is wearing a gold watch and a ring. The background is a soft-focus indoor setting with green plants.

Nuria y Juan del Val se casaron en el año 2000 y tienen juntos tres hijos de 22, 19 y 15 años. Además de ser pareja, trabajan juntos en 'La Roca' y en las tertulias de 'El Hormiguero'.

“Si mi pareja me es infiel, pues ya veré yo qué hago. No te puedo decir si le voy a dejar o no le voy a dejar. Depende de en qué etapa vital estés”

“Sería una hipócrita si pretendiera ser la única mujer que le gusta a mi pareja”

Siete días

CONTEST
2025



Lara Álvarez (38) ha fichado por RTVE para presentar el concurso 'La conexión'



La presentadora de 'Mañaneros 360º', Adela González (52), es otra de las que quiso despedir a Melody.

En el inicio de su primer ensayo en Suiza, Melody (34) lució un vestido negro con silueta estructurada diseñado por Gustavo Adolfo Tarí, que reinterpreta la tradicional bata de cola andaluza.





Arturo Valls (50) se ha puesto al frente de 'That's My Jam', la gran apuesta musical de La 1.



Raquel Sánchez Silva (52), presentadora de 'Maestros de la costura', no se perdió la fiesta de primavera de RTVE.



Paula Vázquez (50), presentadora de 'Bake Off: famosos al horno' y de 'Benidorm Fest 2025', estaba espectacular con un vestido plateado de escote imposible.

MELODY SE DESPIDE Y PONE RUMBO A EUROVISIÓN RODEADA DE FAMOSOS "ME VOY A BASILEA CON MUCHO AMOR"

Melody, que representará a nuestro país en Eurovisión 2025 el próximo 17 de mayo con el tema 'Esa diva', ha puesto ya rumbo a Basilea (Suiza). Y lo ha hecho por todo lo grande. Arropada por los principales protagonistas de los programas estrella de RTVE, la cantante ha vivido una des-

pedida inolvidable en el Teatro Barceló de Madrid. "Me voy a Basilea con mucho amor. Con una actitud fuerte. Tenemos mucho arte", ha dicho Melody. Lara Álvarez, Paula Vázquez, Raquel Sánchez Silva y Arturo Valls, entre muchos otros, estuvieron ahí para decirle adiós y desearle suerte.

Siete

Clas

Sara Carbonero (41) e Isabel Jiménez (43) se conocieron en 2011 y en 2015 decidieron emprender con su firma de ropa, de la que ahora han celebrado su décimo aniversario.

UNIDAS EN UN MOMENTO DIFÍCIL SARA CARBONERO E ISABEL JIMÉNEZ HACEN PINA

Dos semanas después de conocerse que Isabel Jiménez se había separado de su marido y padre de sus dos hijos, la periodista acudió a la celebración de los diez años de la firma de ropa que tiene con su inseparable amiga Sara Carbonero. Durante el evento, la comunicadora, que tuvo una relación de 16 años con Álex Cruz, quiso dar normalidad a su nueva situación: "Estoy tranquila, sin más". Fue su compañera de aventura empresaria

—y gran apoyo personal— quien intervino para romper una lanza en su favor: "Es una mujer superfuerte, superluchadora, afrontando las cosas que vienen. Está centrada, está tranquila y ya está". Isabel fue un gran apoyo para Sara durante su cáncer. "Nosotras vivimos absolutamente todo, todo es todo: lo bueno, lo malo, lo regular, como propio lo suyo y al revés. Siempre ahí la una para la otra, pase lo que pase", dijo Sara.



SU MÁNAGER SE ENAMORÓ DE ELLA

Karol G desvela que casi dejó la música a los 16 años

La cantante colombiana Karol G (34) se ha confesado sobre el episodio por el que casi abandona la música. La intérprete de 'Si antes te hubiera conocido' señala en su documental de Netflix que su mánager le dijo que estaba sintiendo algo por ella. "Yo tenía 16 años y él tenía 45 o 50 años", matiza, así como que él le apuntó que, si no le correspondía, su carrera "no iba a funcionar". Un episodio revelador sobre cómo "en las grandes industrias, las mujeres tienen que soportar cosas horribles".



LLOYD'S

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

SOLO EN

El Corte Inglés

Rocío Crusset

A close-up portrait of Vicky Berrocal, a woman with long dark hair pulled back, resting her chin on her hand. She is looking directly at the camera with a slight smile. The background is softly blurred, showing what appears to be an indoor setting with warm lighting.

El padre de Vicky
tenía una familia
en Madrid, con
tres hijos, y otra
no oficial en
Huelva, de la
que nacieron ella
y su hermana

No fue hasta
1994 cuando
José Luis Martín
Berrocal se mudó
a Huelva con la
madre de Vicky y
dejó a su familia
de Madrid

SU PADRE TENÍA DOS FAMILIAS

La dramática historia de las Berrocal

La docuserie que sigue las andanzas
de Vicky y su familia ahonda en la doble vida
de su padre, José Luis Martín Berrocal.
“Nos marcó a fuego a todas”, reconoce Vicky

Vicky Martín Berrocal (52) es el gran motor de 'Las Berrocal', docuserie que recoge sus aventuras familiares, al más puro estilo Kardashian, y que se estrena el 20 de mayo en Movistar+.



La estatua del padre acompaña a las Berrocal

José Luis Martín Berrocal hizo tallar varias estatuas para que Vicky, Rocío y su madre lo tuvieran siempre presente. De una manera o de otra, nos marcó a fuego a todas", admite Vicky.

La docuserie 'Las Berrocal' está protagonizada por Vicky Martín Berrocal, su hermana Rocío, su madre Victoria y su hija Alba, pero hay un quinto personaje que las observa desde cada esquina como una presencia fantasmal: su padre, José Luis Martín Berrocal. Antes de fallecer en 2008, el empresario hizo tallar varias esculturas de sí mismo, que hoy descansan en las casas de su viuda y sus hijas, acechándolas con su recuerdo. Todas hablan bien de José Luis, pero todas reconocen también estar condicionadas, de algún

modo, por su pecado original, pues durante años José Luis Martín Berrocal tuvo dos familias paralelas.

UNA VIDA RUTILANTE

"Menudo era mi padre. La historia de mi familia no la puedes entender si no sabes cómo era él. De una manera o de otra, nos marcó a fuego a todas", reconoce Vicky en el documental. ¿Y quién era José Luis Martín Berrocal? Un culo inquieto. Dirigió dos líneas de autobuses con las que hizo una fortuna, pero también fue ganadero, presidente de clubes de fútbol, pro-

pietario de la plaza de toros de Las Ventas y promotor de boxeo. Estar involucrado en mil y una batallas y viajes le facilitó mantener una doble vida. "Mi padre vivía dos historias paralelas. Una en Huelva y otra en Madrid", reconoce Vicky. En

"Cuando mi madre se entera de que mi padre tenía una familia ya era tarde: estaba enamorada hasta las trancas", reconoce Vicky



Para Victoria Martín Serrano, José Luis Berrocal fue su primer hombre. Antes de conocerle ni siquiera le había dado un beso a ningún miembro del sexo opuesto.

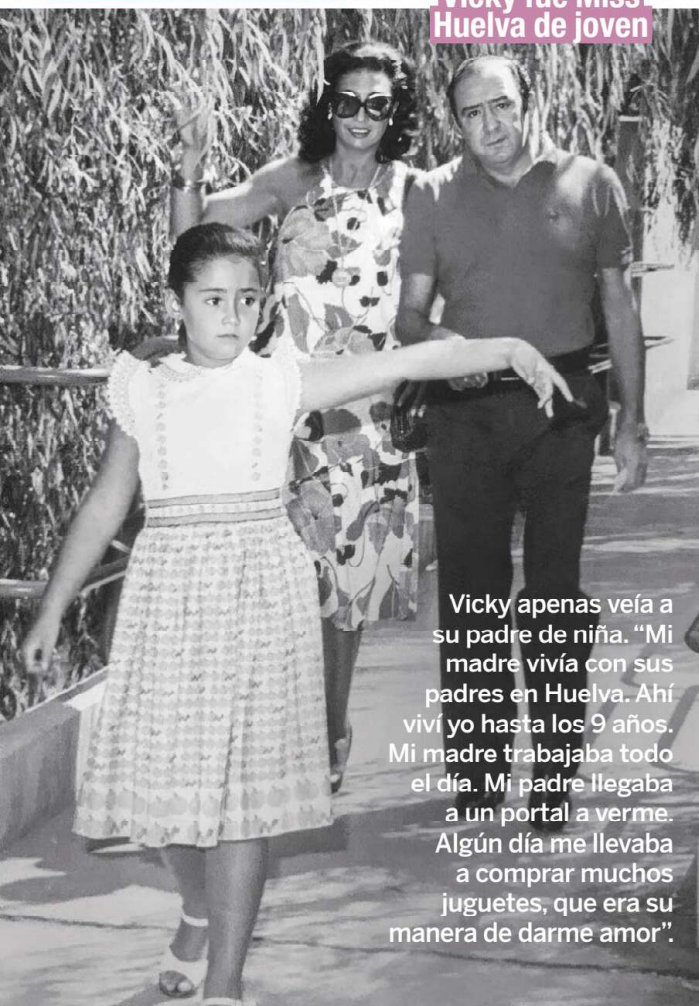
La madre de Vicky fue Miss Huelva de joven

Victoria vivió sola el embarazo de Vicky, ocultándoselo a sus padres. José Luis tardó una semana en conocer al bebé

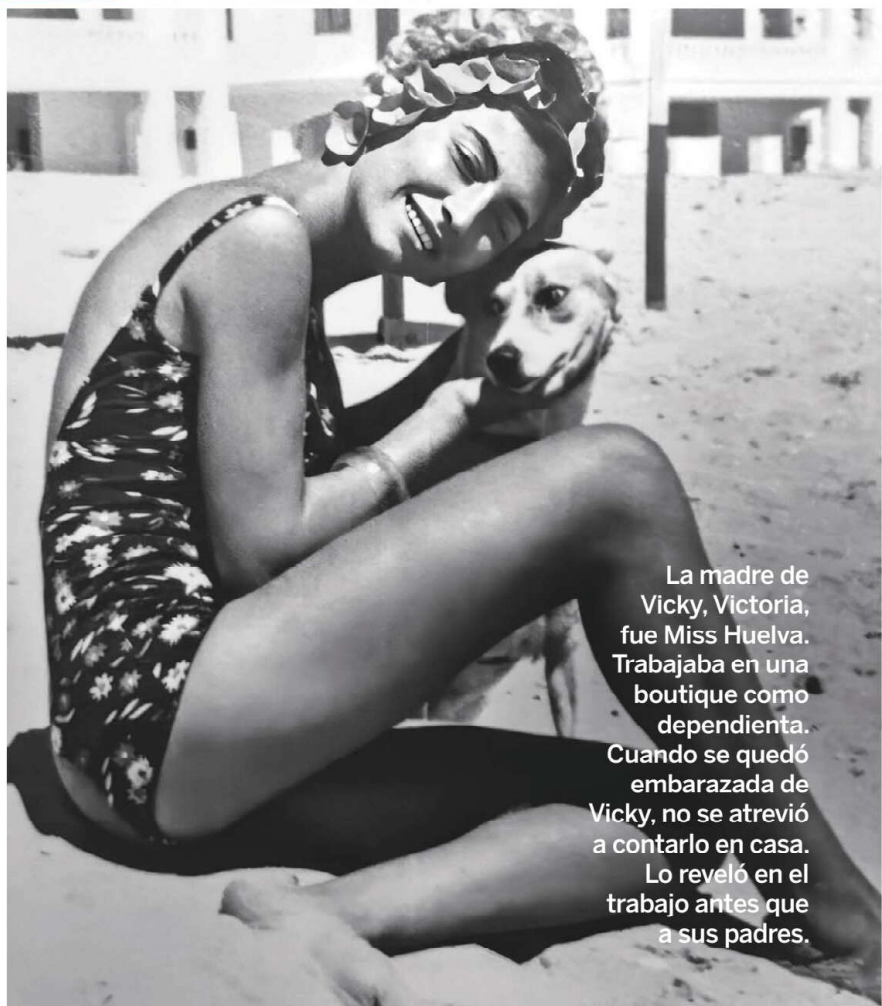
la capital vivía con su pareja oficial, Marisa del Molino, con la que tuvo tres hijos, y en el sur se encaprichó de la madre de Vicky, una joven que acababa de ganar Miss Huelva y trabajaba en una boutique. Los tres hijos madrileños de José Luis se criaron como una familia adinerada en La Moraleja. Las Berrocal, como hijas de una dependienta en Huelva que vivía con sus padres en un ático. José Luis, eso sí, les pagó los estudios a sus hijas.

SE DESTAPA LA MENTIRA

José Luis no fue honesto con Victoria. "Él jugó su juego. Su verdad, contada de inicio, podría



Vicky apenas veía a su padre de niña. "Mi madre vivía con sus padres en Huelva. Ahí viví yo hasta los 9 años. Mi madre trabajaba todo el día. Mi padre llegaba a un portal a verme. Algún día me llevaba a comprar muchos juguetes, que era su manera de darme amor".



La madre de Vicky, Victoria, fue Miss Huelva. Trabajaba en una boutique como dependienta. Cuando se quedó embarazada de Vicky, no se atrevió a contarlo en casa. Lo reveló en el trabajo antes que a sus padres.

haberle dejado sin historia de amor, y entendió que era mejor esconderlo", dice Vicky. Su madre se enteró de que tenía otra familia por boca de la mujer de un amigo común. Cuando quiso confrontar a José Luis, él le dio evasivas. "¿Tú no me tienes que contar una cosa?", le preguntó. "Sí, otro día". "Otro día, no: ahora". Todo salió a la luz. "Cuando mi madre se enteró de que mi padre tenía una familia ya era muy difícil apartarlo porque estaba enamorada hasta las trancas", admite Vicky. Y entonces la cosa se complicó aún más.

UN EMBARAZO EN SOLEDAD

Así cuenta Victoria el momento en que Vicky fue concebida. "Loca de amor por él, hacemos el amor en el coche. Él siempre se quitaba, pero ese día no se quitó. Porque no le dio la gana. Le digo: 'Lo que has hecho está mal. Dios es muy justo y no me voy a quedar embarazada'. Y me contestó: 'Dios es muy justo y te vas a quedar embarazada'. Efectivamente, se quedó. Victoria pasó sola y en secreto su embarazo, disimulando su barriga, pues tenía miedo de contárselo a sus padres. Solo cuando estaba a punto de salir de cuentas, se vio obligada a contarle en el trabajo (que no en casa). A su madre le dijo que se iba con una prima a Sevilla, cuando en realidad se había ido sola a una pensión de la capital andaluza. "De madrugada, el del hostel me llamó un taxi y me fui a dar a luz al hospital Virgen del Rocío de Sevilla. Y allí parí". José Luis no conoció a su hija hasta una semana después de venir al mundo.

DOS MUJERES Y UN CARRO

Vicky apenas veía a su padre, que se pasaba por casa de Pascuas a Ramos. Nueve años después, llegaría al mundo su her-

Rocío Martín Berrocal (43) cuenta que, cuando su padre llegaba a Huelva, ponían la casa impoluta y le servían los mejores platos. Su madre, Victoria (78), se hacía mandar ramos de flores para que José Luis se pensara que tenía pretendientes, persuadiéndolo para demorar su regreso a Madrid.

"Mi madre se mandaba flores a sí misma para poner celoso a mi padre y hacer que se quedara en casa", cuenta Rocío

Cuando José Luis se mudó al fin a Huelva, a Rocío la mandaron a vivir con los guardeses de la finca: "Me sentía abandonada"





Pese a su dramática historia familiar, Vicky defiende a su padre, a quien siempre estuvo muy unida. “Era mi persona favorita, la más importante de mi vida. Admiraba su forma de pensar, de vivir, de soñar, de ser libre”, reivindica.

Coincidieron en el funeral con sus hermanos

José Luis Martín Berrocal falleció en 2008 de un derrame cerebral a los 76 años

mana Rocío y la situación no cambiaría. Pese a esta inconstancia, cada vez que José Luis aparecía, la casa se paralizaba. Todo tenía que estar impecable: le ponían de comer lo mejor que había y las niñas se vestían de gala. “Yo lo pasaba mal, la verdad”, confiesa Rocío. Su madre tenía una filosofía distinta: “Me daba lo mismo porque cuando llegaba se me llenaba el vacío que había tenido antes. Yo me mentalicé y dije: ‘En este carro vamos dos familias. La que quiera, que se baje. Yo no me voy a bajar’”. Para retener a José Luis, Victoria usaba todo tipo de estrategias. “Mi madre se mandaba flores a sí misma para poner celoso a mi padre. Ella se montaba su propia película para que la otra persona se quedara o tuviera celos”, cuenta Rocío.

EL TRAUMA DE ROCÍO

En 1994, Victoria logró que José Luis dejara a su familia de Madrid y se estabilizara junto a ella en Huelva. Pero él seguía con su vida rutilante —en ese momento, como promotor de boxeo—, así que mientras Vicky estudiaba en Suiza, dejaron a Rocío, que tenía entonces 13 años, viviendo en una casa vecina, con los guardeses de la finca, que la acogieron como una hija más en su clan. “Mi padre viajaba mucho y mi madre lo acompañaba. Yo me quedé a vivir con las personas que cuidaban la finca y sus cuatro hijos. Me sentía abandonada. Mi hermana estaba en Suiza. Mi madre amaba a mi padre”, se lamenta Rocío. La herida familiar ha traspasado generaciones hasta llegar a Alba Díaz, hija de Vicky. “No fue fácil entender la historia de mi abuelo. Incluso he tratado su historia en terapia antes que la mía. Quiero entender esto, necesito verle el sentido”, desvela la influencer. **L**

Por A.F. Couceiro. Fotos: Movistar+/Agencias/Redes.



En el entierro de su padre, las Berrocal coincidieron con sus tres hermanastros, con los que, aseguran, mantienen buena relación. En la foto, Vicky y Rocío consuelan a su madre mientras a la derecha vemos a su hermano, José Luis Martín del Molino.

THE CULTURE OF BEAUTY

¡BELLEZA SEGURA!

Cuidado y protección de la piel y del cabello para antes, durante y después de la exposición solar.

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS



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

“He pasado mucho miedo. Pasé momentos muy críticos, creyeron que no lo contaba”

“Los médicos me dijeron que había salido adelante porque estaba delgado y porque mi edad biológica es la mitad de los años que tengo”, dice Jordi

Jordi González presenta 'D Corazón' junto a Anne Igartiburu los fines de semana en TVE, pero lleva cinco meses desaparecido por un grave problema de salud que ahora ha hecho público, y del que ya se encuentra a punto de la recuperación total.



JORDI GONZÁLEZ ROMPE
SU SILENCIO TRAS CINCO MESES

“He estado a punto de morir”

El presentador enfermó de una neumonía bilateral en Colombia durante las vacaciones navideñas.

Su estado se agravó por una complicación renal y pasó allí dos meses en la UCI



‘La Palmera’,
el origen de
una amistad

Una imagen del programa ‘La Palmera’ de TVE que se emitía las tardes de lunes a jueves entre 1987 y 1990, presentado por Jordi González. Pilar era una de las colaboradoras habituales del formato.

No es por maldad

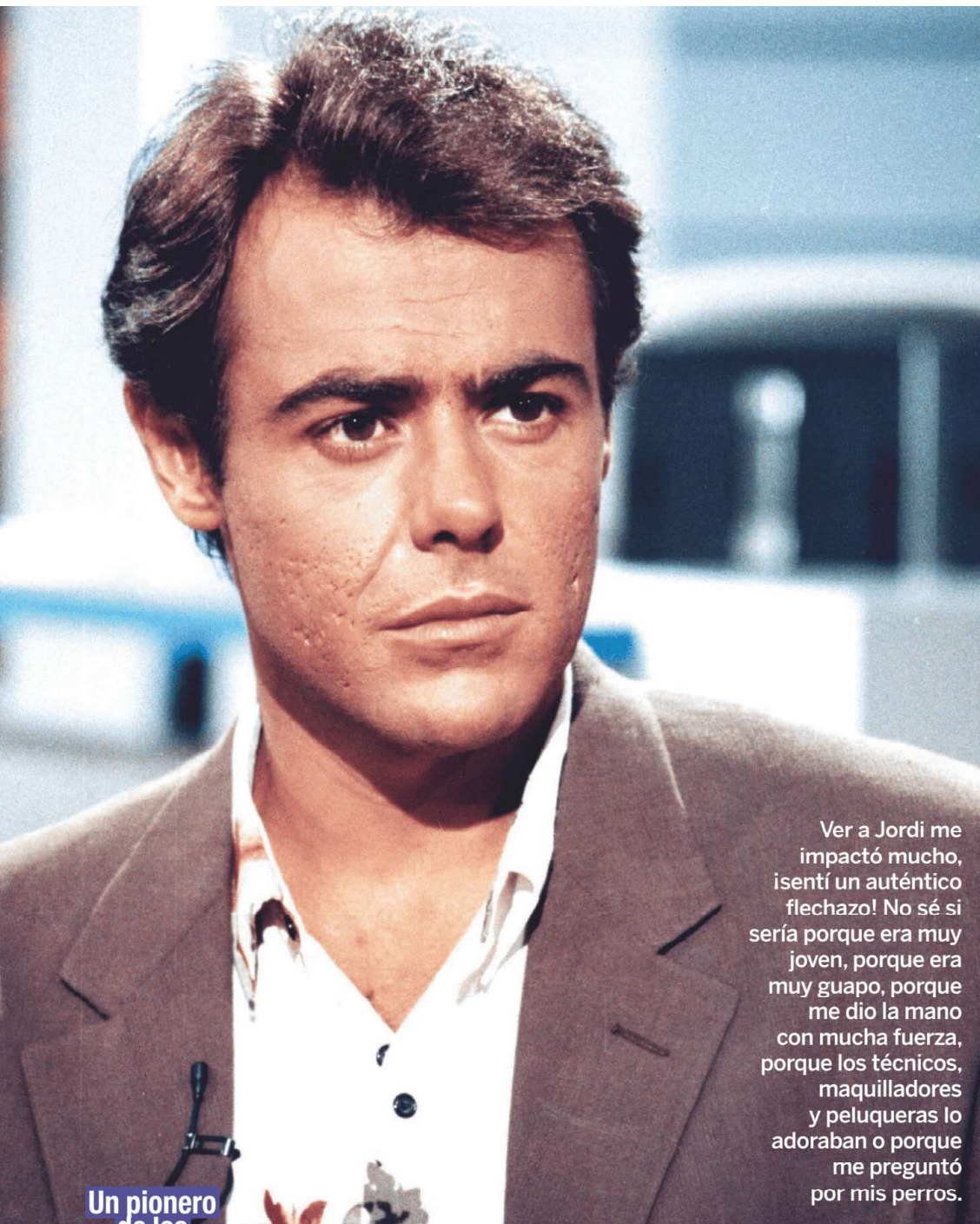


por Pilar Eyre

La voz de Jordi González, grave y varonil, tiene un punto irónico marca de la casa, “Pilar del alma mía, esa foto de tu WhatsApp ¿es de tu hijo adolescente?”, y ambos rompemos a reír y yo ya sé que todo va a ir bien en esta conversación y en su vida. Es una broma privada porque durante muchos años, cuando a Jordi le fallaba algún invitado en televisión, me hacía sentar a mí como testimonio y me presentaba, “Pilar, como madre de un hijo adolescente...” y aquí venía cualquier tema, faranduleo, drogas, política... **Yo ponía expresión de preocupación máxima y pontificaba un rato, aunque mi hijo en esa época a lo mejor ya tenía treinta años.** Después de la risa me pongo seria y le pregunto cómo está. Me confiesa con cierto temblor en el tono, ól, que es la serenidad personificada, “he pasado mucho miedo”.

FIEBRE COLOMBIANA

Porque Jordi González ha estado a punto de morir. “He tenido una neumonía bilateral, esa enfermedad de la que se mueren los papas”. Estaba en Colombia de vacaciones navideñas y de repente se puso a toser, a llorar, le subió la fiebre... Como cada vez estaba



**Un pionero
de los
magazines**

Ver a Jordi me impactó mucho, isentí un auténtico flechazo! No sé si sería porque era muy joven, porque era muy guapo, porque me dio la mano con mucha fuerza, porque los técnicos, maquilladores y peluqueras lo adoraban o porque me preguntó por mis perros.

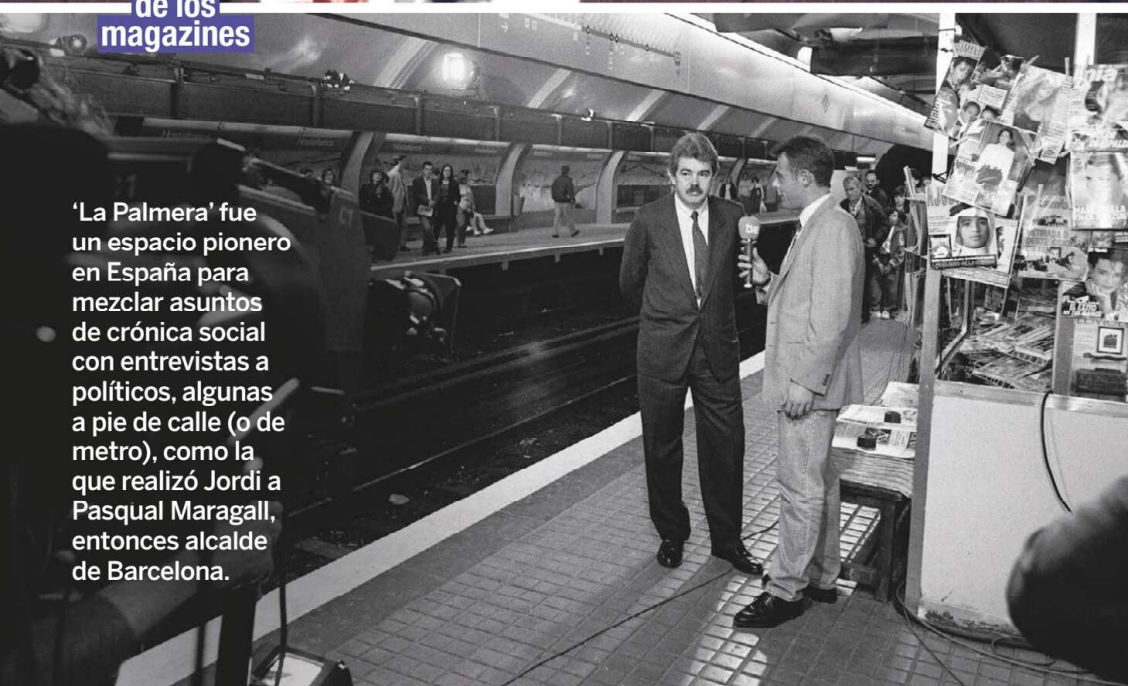
Está llevando a cabo una dura rehabilitación con un fisio. Tantos meses de cama le han pasado factura

Según el neumólogo, su recuperación pulmonar ha sido completa

peor, lo tuvieron que llevar al hospital, donde estuvo ingresado dos meses en la UCI, entre la vida y la muerte, con su estado agravado por una complicación renal. **En Medellín cambió de hospital y hasta finales de marzo los médicos no lo autorizaron a volar de regreso a España**, donde ha estado ingresado unas semanas, aunque ahora ya está en su casa. Lo ha salvado su fortaleza, "pasé momentos muy críticos, creyeron que no lo contaba, pero los médicos me dijeron que había salido adelante porque estaba delgado y porque mi edad biológica es la mitad de los años que tengo, ¡yo también soy una especie de eterno adolescente!". Me río, "es que 'La Palmera' nos hizo inmortales".

SEDUCTOR Y DISCRETO

Porque en ese programa, a finales de los 80, conocí a Jordi González. Él ya era famoso porque había presentado un concurso muy sencillo en Radio Barcelona que, con su elegancia despegada pero hipnótica, convirtió en un programa de éxito. Y de ahí, era inevitable, pasó a televisión con un magazine llamado 'La Palmera' (nadie supo nunca el porqué de este nombre). Su director, Xavier Gassió, me llamó un



'La Palmera' fue un espacio pionero en España para mezclar asuntos de crónica social con entrevistas a políticos, algunas a pie de calle (o de metro), como la que realizó Jordi a Pasqual Maragall, entonces alcalde de Barcelona.

día pare entrevistarme. Mi hijo acababa de nacer, yo tenía sobrepeso y fui con aquella horrible moda ochentera de grandes hombreras y pelo de color rojo rabioso. Ver a Jordi me impactó mucho, ¡sentí un auténtico flechazo! No sé si sería porque era muy joven, porque era muy guapo, porque me dio la mano con mucha fuerza, porque los técnicos, maquilladores y peluqueros lo adoraban o porque me preguntó por mis perros.

Con los nervios del novato se me cayó una lentilla y nos pusimos los dos a huronear por el suelo y como solo encontrábamos porquerías –un condón usado, por ejemplo– nos tuvimos que sentar de la risa y esa risa nos hizo amigos para siempre. ¡Qué digo amigos! ¡Nos hizo hermanos! Luego nos fuimos a comer, vino también nuestro añorado Hilario López Millán y Jordi todo lo escuchaba con interés, era cálido, afectuoso, era de verdad ¡era auténtico! Y podías confiar en él a muerte porque era muy discreto, para lo suyo y para los demás, tanto que, años después, en el programa ‘Vitamina N’, un día me dijo “el viernes no hay programa porque se casa mi hermano”. Yo le respondí, “qué gracia, se casa el mismo día que el productor”, y me contestó, “es que el productor es mi hermano”. ¡Y llevábamos dos años trabajando juntos!

PLATÓS A CERO GRADOS

Desde ese primer día en ‘La Palmera’, Jordi me llamó para todos los programas en los que tenía mando. ¡Cómo echo a faltar aquellos constipados descomunales que he cogido a su lado porque exige siempre que los platos estén a cero grados! Hubo programas serios en los que hablábamos de la Transición con un nieto de Fran-



Jordi se gasta su dinero en libros y viajes, aunque en una época coleccionaba relojes de cierta marca

“De repente dejaron de gustarme, opté por no atesorar cosas y me desprendí de muchas posesiones materiales”, me ha confesado



Un
enamorado
de sus
perras

Durante esta recuperación, Jordi está rodeado de amigos y de sus tres perras, Ginebra, Lola y Antonia. Se le nota exultante por volver a la tele.

Su enorme éxito hizo que surgieran ciertas rivalidades con otras estrellas, como con María Teresa Campos

El día de la boda de Belén Esteban, María Teresa le giró la cara cuando iba a besarla. “No me di cuenta, le tengo gran admiración”, dijo



“Estoy al noventa por ciento, ya falta muy poco, tengo muchas ganas de trabajar”, dice Jordi

coincidió con la muerte de su madre, una herida que nunca ha acabado de cerrarse.

CONTANDO LOS DÍAS

Todos los equipos con los que ha trabajado hablan bien de él, ha sido inspiración de muchos presentadores más jóvenes, como Jorge Javier Vázquez, pero su enorme éxito hizo que sugieran ciertas rivalidades con otras estrellas de la cadena, como con María Teresa Campos, por ejemplo, que el día de la boda de Belén Esteban le giró la cara cuando iba a besarla. Pero Jordi no habla mal de nadie, no sabes si por bondad o porque en el fondo casi todo le importa un pito, y me dijo cuando quise que me cotilleara, “no me di cuenta, le tengo gran admiración”.

Hace unos años le tuvieron que operar de urgencia por un desprendimiento de retina, pero salió adelante por su enorme fuerza de voluntad y porque es muy disciplinado. Lo sigue siendo, está llevando a cabo una dura rehabilitación con un fisioterapeuta porque tantos meses de cama le han pasado factura, y el neumólogo le ha dicho que su recuperación pulmonar ha sido completa. Está rodeado de amigos y de sus tres perras, Ginebra, Lola y Antonia, hablo con él y lo noto exultante, “estoy al noventa por ciento, ya falta muy poco, tengo muchas ganas de trabajar”. Vuelve pronto, amigo, la televisión está huérfana sin ti... y nosotros también. ¡Tenemos hambre de Jordi!

Síguela en www.lecturas.com

Jordi y María Teresa en el plató de ‘GH: Revolution’ en 2017. En su momento María Teresa fue anunciada a bombo y platillo como fichaje para los debates, que presentaba Jordi. Era su reaparición tras el fin de ‘Qué tiempo tan feliz’. Solo duró un programa, porque ella no se sentía cómoda de colaboradora y prefería presentar.

co como invitado, que se negó a sentarse con Jimmy Giménez Arnau, y si la cosa no llegó a mayores fue por la mano izquierda de Jordi. **O programas noctívagos y locos, entrevistando de madrugada al vidente de las verduras haciendo rituales esotéricos.** Sin alardes, sin darse importancia, se fue convirtiendo en el mejor comunicador de España. Todo lo hace fácil y creíble, aún me acuerdo del programa sobre aparecidos que hizo con Anne Germain y gracias a él y la seriedad de obispo con que tocaba el tema nos creímos que aquella buena señora era médium y hablaba con los muertos. Culto sin pedantería, se gasta su dinero en libros y viajes, en una época coleccionaba relojes de cierta marca, “pero de repente dejaron de gustarme, opté por no atesorar cosas y me desprendí de muchas posesiones materiales”. Creo que ese momento



**Nuestros
valores
no están
en venta.**

**Nuestros
productos y
servicios, sí.**

Compra lo tuyo.
Defiende lo nuestro.



**“Sobreviví
a la quimio
pero un día,
saliendo del
fisio, un chico
me atropelló
y eso ya me
fastidió
del todo”**

**“Tuvieron que
hacerme una
operación de
cuatro horas
en la cara,
yo era un
monstruo”**

**Massiel (77)
lidia con
problemas de
salud desde
hace años.
En 2012 le
detectaron una
degeneración
macular que le
afectó mucho a
la vista.**



EL PEOR AÑO DE MASSIEL

Lucha contra un cáncer, sufre un accidente y pierde a su hermano

La cantante ha padecido en secreto un cáncer de pulmón, la misma enfermedad que se llevó la vida de su único hermano. En noviembre, la artista sufrió un gravísimo atropello



La cantante el día de su primera boda, con el cirujano Luis Recatero, flanqueada por sus padres y su hermano Emilio. Tanto su padre como su hermano fallecieron por un cáncer de pulmón.

Massiel pasa por el momento más complicado de su vida. Tras enfrentarse en secreto a un cáncer de pulmón por el que tuvo que pasar por quirófano y por el que necesitó quimioterapia, Massiel lidia además con la tristeza y el duelo por la pérdida de su único hermano, Emilio Santa-maría, que falleció a los 71 años el pasado mes de junio víctima de la misma enfermedad que ha complicado su vida y que también se llevó a sus padres hace unos años. Massiel, de actualidad por la serie 'La canción' que recrea su victoria en Eurovisión en 1968, visitó el plató de 'Y ahora Sonsoles' para hablar de esta difícil etapa y allí desveló: "No le llegué a contar que tenía cáncer porque él se estaba muriendo".

DOS AÑOS DE PESADILLA

La pesadilla de Massiel empezó hace algo más de dos años, cuando a su hermano le detectaron un cáncer de pulmón inoperable. La mítica intérprete del 'La, la la' no podía llegar a imaginar que ella misma recibiría un diagnóstico parecido poco después, aunque en su caso el cáncer sí se podía operar. La muerte de Emilio en julio de 2024 fue un golpe irreparable. Era su hermano pequeño, y a lo largo de varias décadas ejerció de mánager de su carrera y siempre fue su confidente. A Massiel se la vio rota de dolor y muy desmejorada a su llegada al tanatorio. En aquel momento, nadie sabía que dos meses antes le habían extirpado un trozo de pulmón y estaba en

"No llegué a contarle a mi hermano que yo tenía cáncer porque se estaba muriendo"

Massiel acudió muy afectada a la despedida de su hermano Emilio del brazo de su único hijo, Aitor Zayas, que le ha dado dos nietos. Hacía dos meses que la habían operado en secreto de un cáncer de pulmón.

A la cantante tuvieron que extirparle una parte de un pulmón por el cáncer, y luego necesitó quimioterapia

“La quimio te deja hecha una mierda, ahí empieza un calvario”, reconoce

tratamiento. Sin dar muchos detalles sobre los problemas de salud que sufría, reconoció a los medios que estaban siendo tiempos muy difíciles: “Ha sido un año y medio muy duro, con muchas consecuencias para mi salud”. Tras esta aparición forzosa, Massiel se volvió a recluir.

LA REVELACIÓN MÁS DIFÍCIL

Fue en febrero de este año cuando la artista sacó fuerzas finalmente para compartir su durísima experiencia. En ‘¡De Viernes!’ reveló que le habían diagnosticado un cáncer de pulmón que había requerido una importante intervención quirúrgica. El 5 de abril de 2024 le extirparon una parte del órgano y, después, tuvo que empezar con la quimioterapia. “La quimio es lo peor, porque te deja hecha una mierda, y ahí empieza un calvario”, confesaba. Sus palabras en aquel programa fueron desgarradoras: “Estoy viva de milagro, porque me han pasado muchas cosas y sobrevivir ha sido una batalla jodida”.

MÁS PROBLEMAS DE SALUD

Por si esto fuera poco, cuando ya debía iniciar el camino de su recuperación, Massiel sufrió un grave accidente de tráfico que lo complicó todo. Así se lo explicó a Sonsoles: “Sobreviví a la quimio pero el 21 de noviembre, saliendo del fisio y yendo a la iglesia a poner unas velas, salió un chico marcha atrás en dirección prohibida y me atropelló. Y eso ya es lo que me jodió viva. No me vio, cosa que no entiendo”. El accidente le dejó secuelas, especialmente en la cara: “Tuvieron que hacerme una operación de cuatro horas [de cara]. Yo era un monstruo, me rompió la nariz, me



Un merecido
homenaje en
Madrid

Massiel, a la que conocieron como 'la tanqueta de Leganitos', reapareció hace unos días para recoger la Medalla del Dos de Mayo de Madrid.

“Estoy viva de milagro, sobrevivir ha sido una batalla jodida”, confesó

rompió un diente...”. Los retos por sus problemas de salud se remontan bien atrás en el tiempo. En 2001 se precipitó por una ventana de su casa de Segovia, en la caída se rompió una costilla, necesitó 30 puntos de sutura en la cabeza y acabó una temporada en silla de ruedas. Poco después, se hizo daño en un ojo en otro accidente doméstico del que nunca dio detalles. En 2012 le detectaron una degeneración macular que le ha afectado gravemente a la vista. Y aunque se lo toma con humor al decir “soy la tuerca más famosa después de la princesa de Éboli”, lo cierto es que su entorno reconoce que hay días que son muy duros para ella. **■**

Por E.Cebrián Fotos: Agencias/Archivo.



Massiel se casó en dos ocasiones, con Luis Recatero, en 1969, y con el presentador Pablo Lizcano, en México en 1985. En medio, tuvo la relación con el padre de su hijo, Carlos Zayas.

CAROLINA YUSTE INTERPRETA A MASSIEL
EN LA SERIE 'LA CANCIÓN'

“Massiel no tenía pelos en la lengua, se atrevía con todo”

La actriz nos habla de la serie que cuenta cómo se fraguó el triunfo de la cantante en Eurovisión con su mítico 'La la la'

Después de alzarse con su segundo Goya por interpretar a una policía encubierta en 'La infiltrada', Carolina Yuste se lanza a otro proyecto de altos vuelos: interpretar a Massiel. La actriz, que ya nos habló de este proyecto durante el encuentro de nominados a los Goya, es la protagonista de la serie de Movistar+ 'La canción', que repasa la participación de la artista en Eurovisión.

► **¿Qué ha significado para ti interpretar a Massiel?**

-Mucha alegría, son estas cosas que te llegan en la profesión y son como un regalito. He mirado todos los videos que había de ella de la época. Hay algunos que me los sé de memoria. Aunque nunca ha sido la idea hacer una superimitación de Massiel, porque nos parecemos como un huevo a una castaña.

► **¿Ha cambiado la imagen que tenías de Massiel?**

-Ella tenía un poderío que no se podía soportar. Para la época que era, no tenía pelos en la lengua, se atrevía a todo, era superreivindicativa, estaba siempre ahí en un lugar muy, muy poderoso. Me gusta Massiel

► **¿Te sientes identificada con ella en ese poderío?**



“No pretendo hacer una superimitación”

Carolina recreando el momento en el que Massiel ganó Eurovisión con 'La la la' y el famoso vestido de Courrèges. “No buscamos hacer una superimitación. Massiel y yo nos parecemos como un huevo a una castaña” asegura

“Enfrentarse y hablar como habló ella en medio de una dictadura... No me puedo comparar en eso ni de coña”

“Sé que Massiel está en un momento delicado, le mando mucho amor y mucha ternura”

Carolina Yuste (33) cuenta con dos premios Goya en su haber, a mejor actriz de reparto por 'Carmen y Lola' y mejor actriz por 'La infiltrada'.

-No lo sé. Ella son palabras mayores, enfrentarse y hablar como habló en medio de un régimen y de una dictadura y tener tan claro lo que quería y lo que no quería y decirlo... No me puedo comparar en eso ni de coña.

► **¿Habéis mantenido algún tipo de contacto?**

-No, sé que está contenta. También está en un momento delicado ahora, por lo que le mando mucho amor, mucha luz, muchos cuidados y mucha ternura.

► **¿Qué relación tienes con Eurovisión?**

-A mí me gusta, me va por años. Más pequeña lo veía siempre, recuerdo ver a Rosa.

► **¿Qué te parece Melody?**

-Es la mejor, me parece fantástica. Tiene un poderío tremendo. Tiene energía luminosa y buena. Le deseo lo mejor.

► **¿Cantabas antes de la serie?**

-Últimamente he tenido la suerte de que me han mandado proyectos en los que he tenido que cantar. Cantar desde el personaje como que me relaja porque siento que no tengo que estar muy expuesta y me lo paso muy bien.

► **¿Pensabas que a los 33 años ibas a tener ya dos Goyas?**

-Cuando tú, con 15 años estás en Badajoz y decides irte a estudiar interpretación a Madrid, no sabes el recorrido. Yo soy muy cabezota y tenía mucho deseo, pero nunca sabes donde vas a ir a parar.

► **¿Cómo haces para que no se te vaya la cabeza?**

-Lo mejor que he hecho en mi vida es estar muy bien rodeada de gente. Tener un sitio donde volver y sentirte en casa es importantísimo para estar aquí y, luego, saber escuchar y mirar al mundo.

► **¿Qué sueños te quedan por cumplir?**

-Imagino que muchos. Me

apetece mucho estar más tiempo con mi familia.

► **¿Lo echas de menos?**

-Sí, sí. Llevo regular la distancia. Mi prima ha sido mamá, la peque va a hacer un año y me empieza a picar más estar más cerquita de mi gente.

► **Creía que nos ibas a decir que te picaba el gusanillo de la maternidad.**

-Calla, calla. No estoy ahí. Yo ahora como tía muy bien.

► **Dentro de los sueños que te quedan por cumplir está el de interpretar a Isabel Pantoja.**

► **¿Ha habido algún acercamiento?**

-No, no.

► **¿No te impone meterte en su piel?**

-Sería fantástico, si me das una bata de cola soy feliz. ■

Por L. Martín/I. Díaz. Fotos: Getty/Movistar.



Carolina, que nació en Badajoz, tiene siempre muy presente a su familia. “Es importante tener un sitio donde volver”, dice.



A photograph of Queen Letizia of Spain. She is standing in what appears to be a bookstore or library, looking down at a book she is holding in her hands. She has long, dark brown hair and is wearing a blue and white checkered jacket over a black top. In the foreground, there are stacks of books. The background is slightly blurred, showing shelves of books.

REINA LETIZIA

“Me despierto cada día con la radio, no utilizo alarma”

La Reina acudió a comprar libros en unas casetas de Madrid y habló de su pasión por la radio y la literatura

Letizia (52) pidió dinero a uno de sus escoltas para poder adquirir libros en la Cuesta de Moyano. Se llevó entre otros: 'Fábulas fantásticas' de Ambrose Bierce, 'Cartas de un poeta' de Edgar Allan Poe y 'El vendedor de libros viejos' de Stefan Zweig.

A punto de celebrar su primer siglo de vida, la Cuesta de Moyano, el corazón literario de Madrid, contó hace unos días con la presencia de la reina Letizia. Y fue allí, paseando por las casetas de libros que llenan permanentemente la calle, donde una vez más, la Reina hizo gala de esa espontaneidad que siempre la acompaña.

UN PASEO INOLVIDABLE

Mientras ojeaba, compraba y pagaba en efectivo algunos ejemplares, Letizia coincidió con un micrófono de la Cadena Ser Madrid, que este año celebra también sus 100 años de existencia, y se dejó llevar. “Somos muchos los millones

“En el siglo de los algoritmos, las redes y las pantallas celebrar el libro y la radio es una fantasía”

“Así que si alguien me llama viejuna, a lo mejor tiene razón, pero yo siempre con la radio y con el libro”

de españoles que no podemos vivir sin la radio. Además, yo en mi caso, no me despierto ni con alarmas ni con pitidos, yo abro los ojos con las voces de personas muy amables que me cuentan cómo va la vida”, dijo la Reina, confesándose una apasionada de la radio. “Además, en este siglo XXI, del despegue de la inteligencia artificial, de los algoritmos, de las redes, de las pantallas, estar hoy aquí celebrando el libro y la radio, es una fantasía. Así que si alguien me llama viejuna, pues a lo mejor tiene razón, pero yo siempre con la radio y con el libro. Felicidades a todos”, dijo sonriendo. 

Por Silvia Quiroga. Fotos: Agencias/Casa



La Reina eligió una gabardina de cuadros vichy de la firma Mirtó con pantalones negros tobilleros y sandalias de tacón bajo de Sézane.



80 años de la liberación de Mauthausen



UNA VISITA CARGADA DE EMOCIÓN

Los Reyes viajaron el domingo 11 de mayo a Austria para participar en el 80 aniversario de la liberación del campo de concentración de Mauthausen. Una visita marcada por la emoción de los familiares de los más de 7.000 españoles que fueron deportados durante la Segunda Guerra Mundial. Letizia y Felipe, que depositaron una ofrenda floral sobre el cenotafio en honor a todas las víctimas del nazismo, saludaron cariñosamente a los familiares de las víctimas. La Reina llevó en todo momento en su mano el pañuelo azul con la letra 'S' de Spanier, con el que los nazis identificaban a los españoles presos.

Muy
unido al
emérito

Alfonso de
Borbón estaba
muy unido al
rey emérito y
fue invitado a
las bodas de
sus tres hijos.

EL PRIMO SEGUNDO
DEL REY JUAN CARLOS
MURIÓ A LOS 80 AÑOS

Eugenia Silva despide a su suegro, Alfonso de Borbón

Eugenia
Silva (49) a
su llegada al
tanatorio con
su marido,
Alfonso de
Borbón y Yordi,
el primogénito
de Alfonso de
Borbón.

La modelo y su
marido fueron de los primeros
en llegar a la despedida del
aristócrata, figura habitual de
la Marbella de la era dorada



Marisa Yordi, la viuda, llegó de la mano de su hija Alejandra y con uno de sus nietos.



Myriam Lapique acudió con su hermana Cari, de la que no se separa desde la muerte de su marido y su hija Caritina.

Eugenia Silva y su familia política pasan días tristes por el fallecimiento de Alfonso de Borbón, suegro de la top model. El primo segundo del rey Juan Carlos falleció en Madrid a los 80 años y todos sus seres queridos acudieron al tanatorio de la Paz en Tres Cantos para darle el último adiós y arropar, sobre todo, a su viuda, Marisa Yordi, y sus hijos, Alfonso y Alejandra.

UNA PAREJA UNIDA

Eugenia y su marido, Alfonso de Borbón y Yordi, el primogénito del difunto, fueron de los primeros en llegar. Alfonso lo hizo del brazo de su madre y Eugenia en un segundo plano tras ellos. Marisa Yordi se mostraba muy afectada. Ella y Alfonso de Bor-

bón compartieron cinco décadas juntos y formaron una de las parejas más estables y discretas de la aristocracia española desde que se casaron en 1971. En los 80 Marisa fue una primera figura de la jet set, tanto como relaciones públicas de grandes firmas de moda como Loewe —lugar que ahora ocupa su hija Alejandra— como asidua a las fiestas de la edad de oro de Marbella, donde forjó amistades que han seguido a lo largo de toda la vida y que acudieron a arroparla en la despedida de su marido,

“Te vamos a echar mucho de menos, querido Alfonso”, escribió Eugenia Silva en sus redes

Las hermanas Lapique, siempre unidas

Cari Lapique (72), íntima de la viuda de Alfonso de Borbón, se mostró muy abatida.





Amaia Salamanca (39), gran amiga de Eugenia Silva, acudió con su marido, Rosauro Varo, que se mostró muy afectado y estuvo muy atento con Alfonso de Borbón durante el entierro.

Amaia y Rosauro arroparon a la familia



Núria González, viuda de Fernando Fernández Tapias, pertenece al círculo de amigas de Marisa Yordi.



Olivia de Borbón (51), que era sobrina de Alfonso de Borbón, acudió con su marido, Juan Porras.



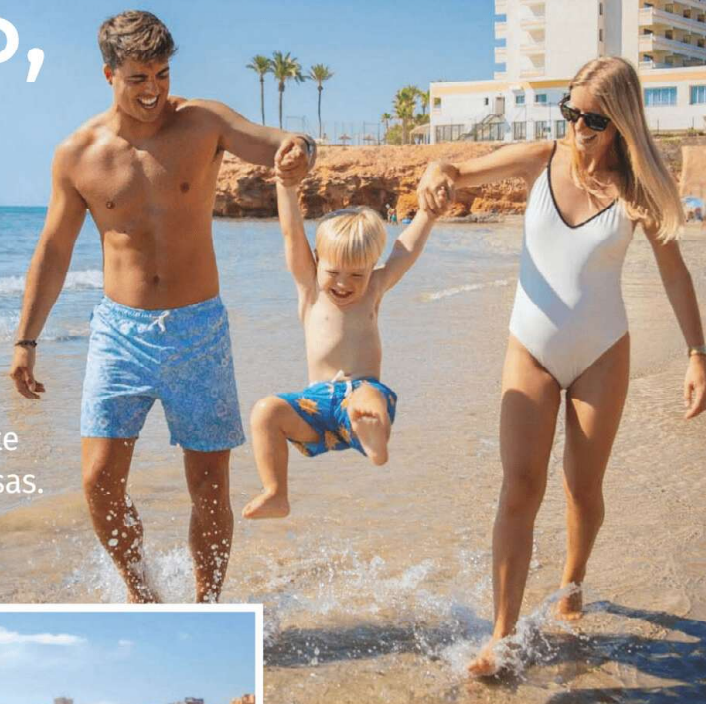
como las hermanas Lapique. Tanto Cari como Myriam, en pleno duelo aún por la muerte de Carlos Goyanes y Caritina, estuvieron con ella y sus hijos. También se pudo ver a Amaia Salamanca y su marido, Rosauro Varo, grandes amigos de Alfonso de Borbón hijo y de Eugenia Silva. Esta última tenía un vínculo especial con su suegro y le dedicó un mensaje tan escueto como emotivo en sus redes que resumía el sentir de toda la familia: "Te vamos a echar mucho de menos querido Alfonso". 

Por E.Cebrián. Fotos: Gtres/Studio24.

HOTELES SERVIGROUP

A TUS PIES, LA COSTA *mediterránea*

Este verano escoge cualquiera de los 18 Hoteles Servigroup y disfruta de las vacaciones que mereces frente a las mejores playas de nuestras costas.



El verano está a la vuelta de la esquina, y en **Hoteles Servigroup** ya ultiman los detalles de una temporada turística que se prevé cargada de importantes novedades. Entre ellas, ¡la inauguración de dos parques acuáticos en sus hoteles!

UNA CADENA HOTELERA LÍDER

De origen alicantino, **Servigroup** es la cadena hotelera más grande de la Comunidad Valenciana y una de las más importantes de España. Sus 19 establecimientos están ubicados frente al mar en las mejores playas de Peñíscola, Alcocéber, Oropesa del Mar y Benicasim, en Castellón; Benidorm, Villajoyosa y Orihuela, en Alicante; La Manga del Mar Menor en Murcia y Mojácar en Almería. ¿Sabías que también cuentan con un hotel en la ciudad colombiana de Manizales?

LA GASTRONOMÍA MARCA LA DIFERENCIA

Hoteles Servigroup cuida cada ingrediente que nutre sus buffets. Y es que reciben a diario las mejores materias primas de proveedores locales e incluso cultivan frutas y verduras en su propia finca, El Clot, muy cerca de Benidorm. Todo ello se traduce en una apuesta segura por la calidad. Y con el estómago feliz, es el momento de disfrutar de sus espectaculares piscinas frente al mar y de un sinfín de propuestas que harán las delicias de pequeños y mayores... ¿Tienes ya plan para este verano?

Más información: www.servigroup.com
Tel. 965 85 59 00

Los expertos en
realeza británica
dicen que Kate
ya se prepara
concienzudamente
para su futuro
como reina
consorte

LA ESTRELLA DE
LOS ACTOS DEL DÍA
DE LA VICTORIA

Kate, más volcada en el trabajo que nunca

La agenda
de la princesa de
Gales acoge cada vez
más actos desde que
anunció que
se había recuperado
del cáncer



La agenda de Kate Middleton echa humo estos días, ya que está siendo la estrella de los actos que conmemoran el 80 aniversario del fin de la Segunda Guerra Mundial y que tienen lugar esta semana en Londres.

REIVINDICA SU LUGAR

Tras el desfile militar que inauguró las conmemoraciones, y en el que solo sus hijos pudieron eclipsarla, Kate entró con paso firme en la abadía de Westminster para asistir



Kate y Guillermo acompañaron a los reyes, Carlos y Camila, en Westminster durante la tradicional misa de acción de gracias, un punto álgido de las conmemoraciones del 80 aniversario del fin de la Segunda Guerra Mundial.

Ofrenda floral a las víctimas

A la salida de la misa, Kate, que llevó un vestido de Alessandra Rich, depositó flores en el monumento a las víctimas de la guerra.



junto a su marido y los Reyes a la tradicional misa de acción de gracias. Sus ausencias del año pasado, provocadas por el cáncer que la obligó a retirarse durante uno meses ya son solo un recuerdo, Kate parece querer volver a la frenética actividad previa a aquel terrible diagnóstico y reivindicar su lugar dentro de la corona británica. Los expertos dicen que se está preparando concienzudamente para su futuro como reina consorte. **L**

Por Estela Cebrián. Fotos: Cordon/Gtres.



Para un concierto al día siguiente, Kate escogió un total look en blanco de la firma Self Portrait.

NOCHE DE CONCIERTO

El broche final a esta semana de conmemoraciones fue un concierto que tuvo lugar en el Horse Guards Parade, un campo de desfile en el centro de Londres. Allí apareció Kate con un vestido que ya había llevado en enero para el Día del Recuerdo del Holocausto y que decoró con un gran lazo negro en el pelo y un collar de perlas de estilo vintage. El próximo 14 de julio tendrá lugar otra gran cita, el desfile Trooping the Colour, que marcará un año de su primera aparición pública tras anunciar que tenía cáncer.

Richard Gere (75) y Alejandra Silva (42) se conocieron en 2014 y se casaron en 2018. Tienen juntos dos hijos de 6 y 5 años. Alejandra tiene un hijo de una relación anterior, que vive con la pareja. Richard tiene **un hijo** de 25 años de su matrimonio con Carey Lowell.

**RICHARD GERE Y
ALEJANDRA SILVA**

Todos los detalles de su mansión en Madrid

La casa está valorada en 11 millones de euros. La pareja, que es propietaria al 50 %, pidió una hipoteca de 6,5 millones, que expirará cuando el actor tenga 95 años

Richard Gere y Alejandra Silva acaban de celebrar su séptimo aniversario de boda. Desde que el otoño pasado se trasladaran a vivir a Madrid con sus dos hijos y el que tiene la gallega de una relación anterior, han copado multitud de titulares en todo el mundo. LECTURAS ha tenido acceso a información exclusiva sobre la mansión en la que viven.

SEPARACIÓN DE BIENES

En febrero de 2024, el actor y la publicista adquirieron una espectacular residencia en La Moraleja (Alcobendas), una de las urbanizaciones más exclusivas y con mayores medidas de seguridad, situada en el norte de Madrid. Hoy podemos confirmar que Gere y Alejandra están casados en régimen de separación de bienes. Además, desvelamos que la pareja compró el lujoso inmueble en el que residen al 50 %, mediante la firma de un crédito hipotecario. Se trata de una gran propiedad de una hectárea en la que hay construida una enorme vivienda unifamiliar de dos plantas con piscina interior y una superficie construida de alrededor de 1.400 m². Levantada en 1994, el matrimonio la reformó durante meses.

QUIEREN UNA CASA EN GALICIA

Disfrutan de una gran privacidad, rodeados de 10.000 m² de jardín en el que cuentan con otra piscina climatizada. Para la compra de esta residencia, tasada para subasta en casi 11 millones de euros, pidieron una hipoteca de 6,5 millones que expirará en 2044, cuando el actor tenga 95 años. Sabemos que este no es el único inmueble que la pareja quiere tener en nuestro país. Han mostrado muchísimo interés por una vivienda en Oleiros (A Coruña), municipio en la que



La casa de Richard y Alejandra tiene 10.000 m² de jardín. Esta es una imagen que la gallega colgó en sus redes el día de su cumpleaños.

La mansión posee dos piscinas, una interior y otra exterior climatizada

suelen veranear y en el que la familia de Alejandra Silva tiene una propiedad.

LAS CUENTAS DE ALEJANDRA

Antes de su traslado a España, Richard y Alejandra vendieron el gran rancho de Connecticut que compartieron alrededor de dos años por 9,6 millones de euros. En 2022, el actor ya se deshizo de la enorme finca en la que protagonizó su romántica boda con la empresaria por 21 millones de euros. Poco se sabe de la vida económica de Alejandra en España. La empresaria es administradora única de Shunyata SL desde 2017, sociedad cuya actividad se centra en la explotación de derechos de imagen. No presenta cuentas desde 2016. La gallega no tiene ningún otro inmueble en España. **4**

Por Martina Ataun. Fotos: Agencias/Redes.



Richard, tocando un instrumento de cuerda en su casa. La vivienda tiene 1.400 m² de superficie.



Alejandra (en la foto, presumiendo de pastel en sus redes) no tiene otro inmueble registrado en España aparte de su casa de La Moraleja.

Shakira (48), junto a sus hijos Milan (12), a la izquierda, y Sasha (10), a la derecha, en la gala de la fundación Let It Beat en Miami, donde los pequeños presentaron su participación en un disco de artistas noveles.

EN UN EVENTO EN MIAMI

Los hijos de Shakira estrenan su primera canción

Milan y Sasha, de 12 y 10 años, presentan 'The One', la canción con la que toman el testigo de su madre

En los últimos tiempos, Shakira había dado varias muestras de que los hijos que tiene con Gerard Piqué —Milan y Sasha, de 12 y 10 años— han heredado su pasión por la música. La cantante había enseñado a sus hijos en sus redes cantando con ella, aparecieron en el videoclip de 'Acróstico' y los ha hecho partícipes de su gira actual al proyectar videos suyos durante sus conciertos. Ahora, los niños han dado un paso más allá y han presentado su trabajo de estreno en una gala en Miami.





La canción se llama 'The One' y está escrita por Milan, que lleva también el ritmo al mando de la batería, mientras que Sasha es quien pone la voz.

PARTICIPAN EN UN DISCO

Los hermanos participarán con este tema en un álbum que recoge canciones de artistas emergentes. "Este año, Milan ha escrito canciones que me arrancaron lágrimas de emoción y Sasha ha dedicado horas al piano, descubriendo su voz", ha dicho Shakira. 

Por A.F. Couceiro. Fotos: Gtres/Redes.

La canción 'The One' ya tiene videoclip

Sasha, el pequeño de los hermanos, es el cantante de la banda que han formado para este debut musical. Milan se ha encargado de componer la canción y toca la batería en el grupo.



Andrés Velencoso (47) y Mar Canadell llevarían casi un año viéndose. La última pareja de Andrés fue la modelo de Victoria's Secret Candice Swanepoel.

LA BAILARINA
MAR CANADELL

Andrés Velencoso, escapada a Ibiza con su nuevo amor

El modelo pasa cada vez más tiempo en la isla donde reside Mar, que es coreógrafa de un conocido espectáculo de la isla

En Antena 3
con 'Eva
y Nicole'

Antena 3 ha estrenado en abierto la serie 'Eva y Nicole', que Andrés protagoniza junto a Belén Rueda e Hiba Abouk.



Andrés no dudó en lanzarse al mar bajo la atenta mirada de la perrita de Mar, que les acompañaba este día.

Entre Tossa de Mar e Ibiza. Así pasa los días Andrés Velencoso. El actor reside en la Costa Brava catalana pero cada vez pasa más tiempo en la isla balear, donde trabaja Mar Canadell, la mujer con la que mantiene una relación especial desde hace casi un año. Mar es bailarina y coreógrafa del conocido espectáculo 'Lío Ibiza'. Es hija de una profesora de danza y quiso seguir sus pasos tras dejar los estudios de Derecho. El actor hizo hace poco una escapada para estar con ella y juntos disfrutaron de una relajada jornada de playa en una de las calas de la isla, allí se pudo ver la increíble forma física del catalán, que sigue siendo uno de los modelos de referencia a nivel internacional. **A**

Por E.C. Fotos: Premier.

Mar es hija de una profesora de danza y, tras dejar los estudios de Derecho, siguió los pasos de su madre en el mundo del baile

Andrés fue pareja de Kylie Minogue durante cinco años y otros dos de Úrsula Corberó. También vivió un romance con Lara Álvarez



Andrés, que sigue siendo uno de los modelos de referencia a nivel internacional, presumió de cuerpo en Ibiza. El modelo reside en Tossa de Mar (Girona).



Gerard es el mayor de los tres hijos de Eugenio. El humorista murió en 2001 de un infarto tras años conviviendo con la depresión y las adicciones. Gerard siguió sus pasos en el mundo del espectáculo homenajeando la figura de su padre, pero las cosas no le han ido bien.

GERARD JOFRE, EL HIJO DEL HUMORISTA EUGENIO

“Estoy en servicios sociales, a veces no tengo ni para comer”

El mayor de los tres hijos del humorista, que murió en 2001, ha tocado fondo y ha sido desahuciado por no pagar el alquiler. “Me debe 19.200 euros”, dice su casera



Veinticuatro años después de la muerte de su padre, el hijo mayor del humorista Eugenio ha tocado fondo. Gerard Jofre, el primero de los dos hijos que Eugenio tuvo con su primera esposa, Conchita Alcaide, está arruinado, apenas tiene para comer y acaba de ser desahuciado de la casa donde vivía, un piso en uno de los barrios más exclusivos de Barcelona por el que tenía que pagar 1.200 euros al mes.

“ME VOY CON DIGNIDAD”

Gerard, que tiene 55 años y ha seguido los pasos de su padre en el mundo del espectáculo, llevaba casi un año y medio sin pagar a su casera, que asegura que le debe ya 19.200 euros. Una deuda que el hijo de Eugenio reconoce, pero que justifica por la precaria situación económica en la que vive desde hace tiempo. “Hacienda y la Seguridad Social me han ido quitando todo lo que he ingresado. Lo poco que he ido teniendo ha sido para poder vivir. Pedí una vulnerabilidad porque me estaban embargando, pero me la denegaron”, contó en ‘Y ahora Sonsoles’. “Estoy en una situación lamentable, muy desagradable, estoy en servicios sociales, a veces no tengo ni para comer. Comes porque tienes gente cerca que te ayuda. No es agradable vivir estas situaciones. Mañana dejaré el piso. No tengo plan B, no sé a dónde voy a ir. Pero me voy con dignidad. No me escondo”, lamentó.

UNA HERENCIA MALDITA

Gerard asegura que su vida empezó a tambalearse hace seis años. El actor se separó de su mujer y el trabajo empezó a fallar. “Hice un documental, firmé un programa con Movistar, pero llegó la pande-

“Comes porque tienes gente cerca que te ayuda. No es agradable vivir estas situaciones”

“Tengo cuadros de mi padre. Si con ellos puedo empezar de cero, bienvenido sea. No quiero compasión”

mia y a los artistas nos dejaron para el final. No he tenido actuaciones. Lo que gané se fue en adelantos, fianzas y deudas con Hacienda”, explicó Gerard, a quien nunca sirvió de mucho la herencia de su padre. “La casa estaba hipotecada. Lo que dejó mi padre fueron problemas”, dice.

ADMIRADOR DE SU PADRE

Desde que su padre murió de un infarto en 2001, Gerard ha intentado que la figura de aquel irreplicable cómico inseparable de su cigarro y su cubata que triunfó en los 80 y los 90 no cayera en el olvido. “Yo he vivido de homenajear su obra, viajando gratis para actuar por pasión”, dice Gerard, que además de espectáculos sobre su padre, ha escrito también varios libros. En uno de ellos se basó el exitoso biopic de David Trueba ‘Sabon aquell’. “Con los libros no se gana dinero”, apunta el actor, que conserva recuerdos muy especiales de su padre. “Tengo cuadros de mi padre que me encantaría exponer. Si con ellos se puede generar algo, empezar de cero, bienvenido sea. No quiero compasión. Solo quiero que se entienda que esto me ha pasado de verdad”, dice. ■

Por S.Quiroga. Fotos: Movistar+/Archivo/Redes.



Eugenio con los dos hijos que tuvo con su primera esposa, Conchita Alcaide, Gerard y Yvens. Tenían 14 y 12 años cuando su madre murió de cáncer.



Eugenio con su primera esposa, Conchita Alcaide, que fue su gran amor. Enviudó en 1980 y años después tuvo otro hijo, Eugenio, con Conchita Ruiz. En 1997 se casó con Isabel Soto.

La firma de Pilar Vera convirtió a Eva González (44) en una flamenca elegante y sencilla. La presentadora está en Antena 3 con una nueva edición de 'La Voz Kids'.

**LAS FAMOSAS SE PONEN
EL TRAJE DE FLAMENCA**

Eva González convierte la Feria de Abril en su pasarela

La modelo disfrutó de la gran semana sevillana mientras su ex, Cayetano Rivera, se despedía de los toros y se conocía su ruptura con María Cerqueira





Eugenia Martínez de Irujo (56), con un look de Rocío Peralta, compartió risas con Simoneta Gómez-Acebo (56).



Nieves Álvarez (51), despampanante con otro vestido de Rocío Peralta.



Lourdes Montes (41), que dio a luz a su tercer hijo con Fran Rivera el 9 de abril, estuvo con Tana (25), la hija de Fran y Eugenia Martínez de Irujo.



Jessica Bueno (34) intentó disfrutar mientras espera que tenga lugar el juicio por la pensión de sus dos hijos con su ex, Jota Peleteiro.



Raquel Revuelta (57) posó orgullosa con su hija, Claudia, que se casará en junio en Zahara de los Atunes.



Gloria Camila (29), que ha vuelto a la tele como colaboradora, fue vestida de amazona por Aurora Gaviño.



Luitingo (34), que rompió con Jessica Bueno en febrero, dice que ahora solo quiere el amor de su familia.

Casi tres millones de personas han pisado a lo largo de una semana el Real para disfrutar de la Feria de Sevilla. Una semana que empezó con el lunes de Pescaíto el pasado 5 de mayo y terminó con el domingo de Feria el día 11.

REENCUENTROS INCÓMODOS

Nadie ha querido perderse la gran semana sevillana, con permiso de las procesiones de Semana Santa, en la que todo el mundo ha disfrutado del jolgorio de las casetas, de los "cacharritos" para los niños en la calle Infierno y del canto y el baile hasta altas horas de la madrugada. Como cada



María del Monte (63) tuvo que disfrutar de la feria sin su esposa, Inmaculada Casal, que tuvo que ser operada de urgencia de apendicitis.



Terelu (59) aprovechó para visitar la feria días antes de anunciar que volverá a viajar a Honduras.



La Feria de Abril ocupa un lugar muy especial en el corazón de Ana Rosa Quintana, ya que fue en una de sus casetas, en 1997, donde conoció a su marido, Juan Muñoz.

año, triunfaron los buñuelos de las gitanas y los rebujitos. Y también como siempre, las famosas se mostraron encantadas de ponerse guapas con el tradicional traje de flamenco. Eva González, Nieves Álvarez y Jessica Bueno convirtieron la arena del Real en su pasarela particular. Eva disfrutaba de la feria ajena a las últimas noticias sobre Cayetano Rivera, que se ha separado de la periodista portuguesa María Cerqueira tras dos años de relación y dijo adiós a los toros este mismo fin de semana. Jessica Bueno, por su parte, ponía al mal tiempo buena cara. Por un lado podía cruzarse con Luitingo,



Los duques de Huéscar, Fernando Fitz-James (34) y Sofía Palazuelo (33), con sus dos hijas.



Emma García (51) estaba entusiasmada con su primera vez en la Feria de Abril. "¿Cómo he tardado tanto?", se preguntaba divertida en sus redes.



Igual que para Ana Rosa, la feria de abril es especial para Máxima de Holanda porque allí conoció a su marido, el entonces príncipe Guillermo.



Joaquín y su esposa, Susana Saborido, felices y tranquilos tras las acusaciones del hermano de ella.



Jeremy Irons (76) disfrutó al máximo de todo lo que ofrece la feria: las casetas, la música y los coches de caballos.

con quien rompió en no muy buenos términos en febrero, y por otro espera el juicio por la pensión de sus hijos con Jota Peleteiro. Otra que sonreía pero con la preocupación en los ojos era María del Monte, que tuvo que acudir sin su esposa, Inmaculada Casal, que tuvo que ser operada de urgencia por una apendicitis.

RECUERDOS ESPECIALES

Emma García debutaba este año en la arena del Real, con su vestido de flamenca de rigor y preguntándose sorprendida: "¿Cómo he tardado tanto?". Quien sí que conocía ya las delicias de la feria es Máxima de Holanda, que volvió al lugar donde conoció hace 27

años al entonces príncipe Guillermo de Holanda y que hoy es su marido. Por eso España ocupa un lugar muy especial en el corazón de la familia real holandesa. Ocurre igual en el caso de Ana Rosa Quintana, que también tiene un vínculo muy especial con la feria, y es que allí, en una de sus casetas, conoció en 1997 a su esposo, Juan Muñoz, a través de unos amigos comunes. Ana Rosa no se viste de flamenca pero lleva la feria y Sevilla por bandera, y allí se quedó todo el fin de semana, hasta que llegó el momento de apagar las luces y decir adiós a otro año lleno de grandes momentos. **■**

Por E. Cebrián. Fotos: Agencias.

PACK EXPRESS NATURHOUSE

Quiero perder
2 Kilos



Por solo 59€

PROGRAMA PARA 2 DÍAS
CON COMIDAS INCLUIDAS



+ REGALO



Con la compra del Pack Express llévate
DE REGALO una crema hidratante reparadora*

**Crema Hidratante Reparadora con Aceite de Coco - Oxyjeune valorada en 19 €
Promoción válida hasta el 30 de junio de 2025*

**CONSULTA TU CENTRO
MÁS CERCANO:**

• LLAMANDO AL TELÉFONO
• O ENTRANDO EN LA WEB

902 15 14 14
naturhouse.es/centros



NATURHOUSE

/naturhousespain

/spain.naturhouse

www.naturhouse.es

MÁS DE 30 AÑOS DE EXPERIENCIA EN LA PÉRDIDA DE PESO

Licenciado en Matemáticas, es aficionado al tenis y al béisbol y habla seis idiomas

“Será un segundo papa Francisco. Quería ser misionero, no quería ser obispo ni cardenal”, dice uno de sus dos hermanos

ROBERT PREVOST

Así es León XIV, el Papa misionero

Nacido en Chicago, tiene 69 años y doble nacionalidad, estadounidense y peruana.

Cercano y afable, fue misionero en el país andino dos décadas.

Un papa muy cercano a las ideas de Francisco



El papa Francisco llamó a Robert Prevost a Roma en 2023 para ponerle al frente de todos los obispos. Ese mismo año le nombró cardenal. Era uno de sus hombres de confianza.

León XIV recuperó la vestimenta tradicional, la muceta, la estola y la cruz dorada, que Francisco no usó en su primera aparición en la plaza San Pedro.

Miles de personas llenaron la plaza San Pedro el 11 de mayo para seguir el primer rezo que León XIV dirigió desde la ventana del Palacio Apostólico del Vaticano.

Cercano al pueblo como su antecesor

Durante los años que vivió en Perú, Prevost se desplazaba a caballo para ir hasta las zonas más alejadas del país.

Un joven misionero que se ganó el cariño de todos

Robert Prevost rodeado de niños en Chiclayo (Perú), donde llegó como misionero con solo 33 años.

A las siete y cuarto de la tarde del jueves 8 de mayo, una hora después de que la fumata blanca provocara un estallido de alegría en la plaza San Pedro del Vaticano, Robert Prevost, el papa León XIV, saludaba desde el balcón principal de la basílica con un discurso cercano al de su antecesor. “Todavía conservamos la voz siempre valiente del papa Francisco”, aseguró.

HIJO DE INMIGRANTES

Nacido en Chicago en el seno de una familia con ascendencia francesa y española por parte de madre, tiene dos hermanos, Louis, militar, y John, que residen en Estados Unidos. “Nací en Estados Unidos, pero mis abuelos eran todos inmigrantes, franceses y españoles”, ha contado. Aficionado al tenis y al béisbol, es

licenciado en Matemáticas y habla inglés, español, italiano, francés, portugués y quechua. De carácter discreto y conciliador, llegó a Perú con 33 años como misionero y en 2014 fue nombrado obispo de Chiclayo. En 2023 Francisco lo llamó a Roma y le dio un cargo destacado como coordinador de todos los obispados. Primer papa estadounidense y muy implicado en la defensa de los derechos de los inmigrantes, León XIV era uno de los cardenales cercanos al anterior pontífice, Francisco. “Será un segundo papa Francisco”, ha dicho su hermano John. Tan solo tres días después de su elección, León XIV rezaba de rodillas frente a la tumba de Francisco en Santa María la Mayor, donde depositó una rosa blanca. 

Por Sílvia Quiroga. Fotos: Agencias/Redes.

El diario de Jorge Javier

“León XIV dejó escrito que lugares como el Ateneu de Sant Roc son los que mejor responden a las exigencias del Evangelio”



No estaría yo tan harto de información papal cuando el sábado me tragué la película “Cónclave”. Me entretuvo, aunque tuve que verla –siesta mediante– en dos partes. En lo relativo a esta movida lo que más me ha gustado e incluso emocionado es saber que **León XIV visitó mi barrio –Sant Roc, en Badalona– allá por el 2017**. Y que dejó escrito que lugares como el Ateneu de Sant Roc “son los que mejor responden a las exigencias del Evangelio”. Escribe Helena López en El Periódico que el agustino Robert Prevost visitó no una, sino dos veces, un barrio “que fue uno de los polígonos construidos para acoger a los damnificados por las riadas del año 1962, para compensar las expropiaciones que se hicieron para construir la autopista y para realojar a los habitantes de las barracas del Somorrostro”. Y sigue explicando Helena Gómez que entidades como el Ateneu Sant Roc son “un referente indiscutible en este enclave de Badalona golpea-

“Me ha emocionado saber que el nuevo Papa visitó mi barrio de Badalona”



Una imagen del barrio de Sant Roc, en el que vivió Jorge Javier sus primeros 25 años.

do por la pobreza, los desahucios y el olvido institucional". A sus pies, León XIV. Por estar al lado de los desfavorecidos y no trapicheando con el poder. Acabo de escribir que me ha hecho ilusión saber que León XIV estuvo en mi barrio, pero no. Ha sido algo más. **Me he sentido más orgulloso todavía de haber pasado mis primeros veinticinco años en un lugar donde viví tantos ejemplos de solidaridad, generosidad y buena vecindad.** San Roque —ahora Sant Roc— era un barrio con muy mala fama. Los que no vivían en él lo consideraban peligroso porque buena parte de los vecinos eran de etnia gitana. Racismo en estado puro. Pero lo cierto es que no existían problemas de convivencia. Ni era un barrio conflictivo. Aunque eran tantos los prejuicios que cuando me preguntaban que donde vivía siempre contestaba que "al lado de los bomberos", porque me daba vergüenza decir que era de San Roque. "Los bomberos" era un parque que inauguró Josep Tarradellas. Lo vi desde mi balcón del octavo tercera. Y recuerdo a la perfección lo que estaba escrito en una escultura que creo recordar que era la imagen de una mujer sosteniendo en su regazo a un bebé: "Duerme tranquila, ciudad. Tus bomberos te velan".

EL HOGAR DERRIBADO

¿Que como era San Roque? Un barrio muy feo. La mayor parte de los edificios fueron contruidos con cemento aluminoso, lo que provocó la aparición de aluminosis. El mío fue derribado hace algunos años. Cada vez que paso por delante me acuerdo de mi padre, que murió en su habitación. Ni rastro de ella queda ya, solo recuerdos en nuestra memo-

"El barrio de Sant Roc era un barrio con muy mala fama y me daba vergüenza decir que era de allí"

ria. Muy buenos, en mi caso. Que casi la práctica totalidad de los vecinos no fueran catalanes contribuyó a que se crearan unos vínculos emocionales muy potentes. **La añoranza por la tierra abandonada sirvió de pegamento a una población que tenía que luchar muy duro para enfrentarse a la supervivencia.** El paro y la heroína causaron estragos. Siempre había un vecino al que poder ayudar o al que acudir para solucionar un problema. Y para compartir alegrías, claro, que también las había. Qué bodas montaban los gitanos, que lanzaban peladillas en vez de arroz a las novias. Y cómo celebraban las verbenas de San Juan, con hogueras grandísimas y música de Camarón. Criarme en un barrio como Sant Roc me ha enseñado que una de las grandes lacras de nuestra sociedad es la desigualdad. Y que las administraciones deberían tener una sensibilidad especial con todas aquellas personas que, por diversas circunstancias, están abocadas a la desesperación si no se les ayuda. Nacer en un determinado lugar no debería condenarte a llevar una vida exenta de esperanza.

SOLTERO OTRA VEZ

Paso el domingo nervioso por culpa del fútbol. Almuerzo tarde fuera de casa y consulto el móvil cada dos por tres para ver cómo va el Barça. Al llegar a casa intento ver el final por la tele pero resulta que el wifi está caído. Así que ten-



"En el plató de 'Supervivientes' me enamoré un poco de Andy Mc Dougall, el ex de Pelayo Díaz"

go que volver al móvil. Qué alegría cuando acaba el partido. Justo entonces vuelve el wifi. Y me pongo los goles del Barça en diferido. Qué placer. Solo veo el fútbol cuando mi equipo gana, soy así de ventajista. **Tras el fútbol, el tercer capítulo de Mariliendre. Me declaro seguidor incondicional de Blanca Martínez, la protagonista. Menuda actriz. Cuánto talento.** Qué ganas tengo de que le vaya bien y le salgan un montón de trabajos para seguir disfrutándola. Entre el almuerzo y Mariliendre **he aprovechado para pensar en Andy Mc Dougall, el ex de Pelayo Díaz. Hablé con él durante las publicidades el pasado jueves en 'Supervivientes' y me enamoré un poco.** Desde el jueves hasta el domingo mi enamoramiento ha pasado por diversas fases. La última: calibrar las probabilidades de que nuestra relación llegue a buen puerto. ¡Ay! No las tengo todas conmigo. Me contó que el fin de semana se iba con unos amigos a Amsterdam y yo arrugué un poco el morro, porque hubiera preferido que se quedara encerrado en su casa pensando en mí.

Pero no. Que se fue a Amsterdam, el tío, sumiéndome en la más absoluta de las zozobras. Luego ya mi imaginación comenzó a dispararse y me visualicé diciéndole que no me gustaban los photocalls y que los sábados me metía a las nueve de la noche en la cama porque me gusta dormirme con la luz del día. Entre una cosa y la otra espí su Instagram y vi demasiada guapura. Total, que me convencí a mí mismo de que era mejor que no iniciáramos nada. **Y así estoy al final del domingo: soltero otra vez. Que no se me olvide decirle la próxima vez que lo vea que "lo siento", pero que no quiero nada con él.** Cuando antes lo sepa, mejor. Así no se crea falsas ilusiones. Antes de dormirme, leo en los Diarios de Rafael Chirbes: "El hombre no tiene tiempo para almacenar ordenadamente todo lo que los tiempos modernos han puesto a su alcance". No tener ningún plan el fin de semana y que no te invada el sentimiento de culpa se ha convertido en un acto revolucionario.

Síguelo en www.lecturas.com

Jesús Vázquez, que cumple 60 años el 9 de noviembre, ha viajado a Italia para rodar 'La noche de los récords', un programa en el que más de un centenar de aspirantes buscan entrar en el Libro Guinness World Records.

JESÚS VÁZQUEZ

“He pasado un año muy malo”

El presentador, que acaba de estrenar 'La noche de los récords', hace balance a punto de celebrar su 60 cumpleaños

Jesús Vázquez ha estrenado 'La noche de los récords', un programa que ha grabado en Italia y en el que más de un centenar de aspirantes tratan de entrar en el mítico Libro Guinness World Records. "Es un programa único en su género", dice ilusionado.

► **¿Qué pensaste cuando te llegó este proyecto?**

-Lo primero que pensé es que, cuando crees que ya lo has presentado todo en la vida, aparece un programa que nunca pensaste que te iba a llegar, que es ver gente haciendo cosas que nadie más en el mundo puede hacer. Y me pareció un desafío hacerlo fuera de España, en Italia, con lo cual me ha gustado trabajar fuera, viajar y visitar sitios que hacía tiempo que no visitaba y mejorar mi italiano.

“Murieron de repente dos amigos míos muy queridos. Me quedé desolado”

► **¿Qué te queda por hacer?**

-Pues no lo sé. Voy a cumplir 60 años [el 9 de noviembre] y quiero empezar a tomarme la vida de otra forma. He peleado mucho por tener una carrera y, de repente, cuando cumples años las cosas importantes van cambiando de sitio. Y ahora el éxito para mí se llama tiempo. Poder tener tiempo para hacer lo que me dé la gana, para no hacer nada o para viajar por el mundo, que es lo que más me gusta hacer con mi marido. O estar en casa.

► **¿Cómo llevas eso de que te vayan a caer 60 años?**

-Ahora empiezo a llevarlo bien, pero me ha costado. Después de cumplir los 59 he pasado un año muy malo. ¡Es que cambio de piso, subimos al sex-

“Voy a cumplir 60 y ya han empezado las goteras, tengo colesterol y otras cosas”

to! Y me parece increíble que vaya a cumplir 60 años.

►Es que no los aparentas.

-Pero los tengo. De hecho, ya han empezado las goteras: en el chequeo de este año ya me ha salido alto el colesterol y otras cosas. Me estoy cuidando mucho. Estoy intentando salir poco, poca fiesta, beber poco, comer bien y entrenar mucho para llegar bien a los 60.

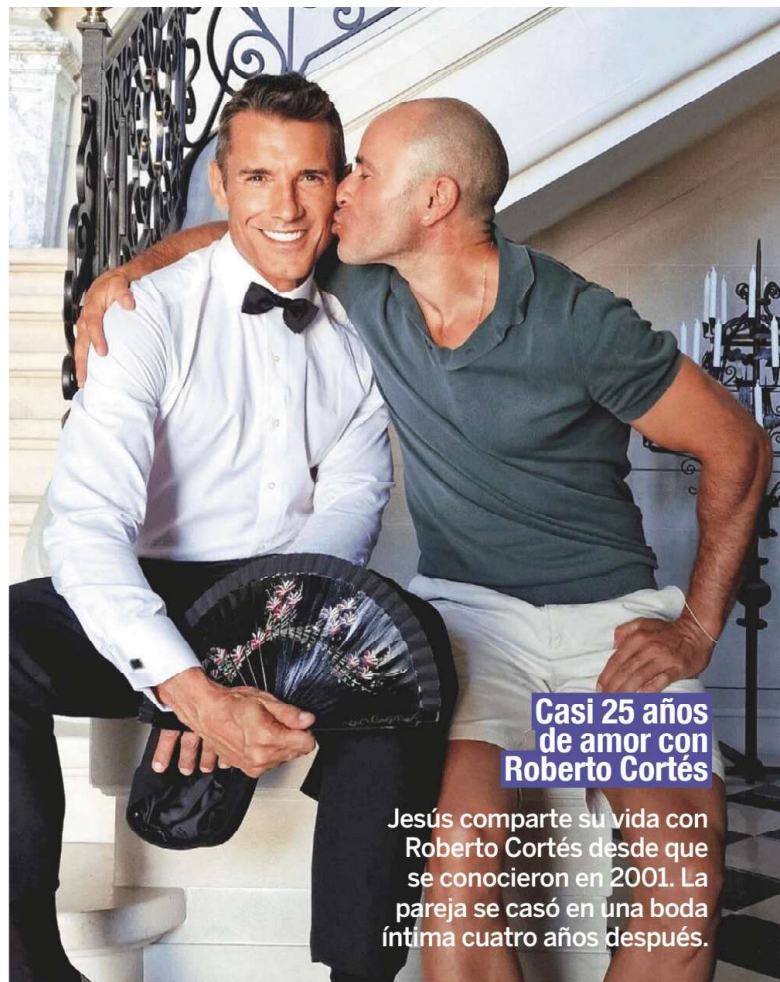
►¿Cómo lo vas a celebrar?

-Me apetece pasarlo con la gente con la que se me ilumine la cara al verlos. Cero compromisos, cero postureo. Solo estará gente a la que quiero.

►Estar en este programa con personas que se superan continuamente, ¿te ha cambiado la forma de ver la vida?

-Yo siempre me he sentido muy identificado con gente que ha tenido hándicaps de pequeños y han decidido luchar. Doy una imagen de chico blanco y parece que nunca he roto un plato, pero me han pasado cosas terribles. En lo que llevamos de año se han muerto dos amigos míos muy queridos, y de repente. La vida sacude fuerte, y yo me he quedado desolado, pero me he dicho: “Nene, hay que seguir adelante”. Este programa no me ha cambiado la mentalidad porque es la mía, la de luchar y luchar. Ahora lo que quiero es vivir y vivir. Luchar ya no tanto. Porque ya he conseguido lo que quería. **L**

Por Laura Martín. Fotos: Pedro Pernía/Redes.



Casi 25 años de amor con Roberto Cortés

Jesús comparte su vida con Roberto Cortés desde que se conocieron en 2001. La pareja se casó en una boda íntima cuatro años después.

PROBADOS Y PREMIADOS POR EL JURADO MÁS EXIGENTE, EL CONSUMIDOR

APROBADO
SABOR
DEL AÑO
Producto probado
por consumidores
2025



saboresyconsumidores



SABOR DEL AÑO España



www.saboresyconsumidores.com

A woman with long dark hair, wearing a blue jacket over a white button-down shirt, is being escorted by police officers. She has her eyes closed and a somber expression. Her hands are cuffed in front of her. The background is slightly blurred, showing other people and what appears to be a public setting.

**LA ASESINA
DEL PEQUEÑO GABRIEL**

Ana Julia Quezada, sexo, engaños y amenazas desde la cárcel

Una tarotista denunció a la Guardia Civil que una presunta novia de Ana Julia, de 27 años, le había revelado detalles de una trama que la asesina había urdido desde prisión y que incluía conseguir un móvil a cambio de favores sexuales a funcionarios

La asesina de Gabriel fue detenida el 11 de marzo de 2018, doce días después de la desaparición del pequeño. Cuando la policía la detuvo, transportaba el cadáver del niño en su coche.

La hora negra



por
Mayka Navarro

La madre de Gabriel denunció hace un año que Ana Julia tenía un móvil en la cárcel con el que se grababa para un presunto documental sobre la muerte de su hijo

“Tengo miedo, no duermo, no vivo. Sé que está enfadada conmigo. Me aterra que tenga capacidad para enviar a alguien para hacerme daño”, dice la madre del niño asesinado

Una asesina manipuladora y fría

Ana Julia asesinó al pequeño Gabriel en 2018. El niño era hijo de su pareja de entonces y fue capaz de tener su cuerpo escondido durante varios días y de mostrarse afectada ante los medios y en la búsqueda.



Ana Julia Quezada fue la primera mujer condenada en España a prisión permanente revisable. En 2018 asesinó al pequeño Gabriel en Almería y fue capaz durante varios días de permanecer junto al padre del niño, que entonces era su pareja, y mostrarse abatida. Su capacidad de manipulación y engaño sobrecogieron a una sociedad que ahora descubre horrorizada la nueva trama protagonizada por una mujer que ha sido capaz de hacer y deshacer a su antojo en la cárcel de Brieva, en Ávila, donde cumple condena.

UNA ALERTA DESESPERADA

Brieva es una prisión pequeña, con apenas 73 presas y más de

un centenar de funcionarios, en su mayoría hombres. Un auténtico polvorín después de conocerse las averiguaciones de la Guardia Civil. Patricia Ramírez, la madre de Gabriel, denunció públicamente hace más de un año que la asesina de su hijo contaba con la ayuda de funcionarios y que había conseguido un teléfono móvil con el que estaba grabando un documental sobre el asesinato de su hijo. La alerta desesperada de la madre forzó a la productora a suspender el proyecto.

EN EL MÓDULO DE RESPETO

En estos días se ha conocido el sumario de la investigación que tutela una jueza con la Guardia Civil. Una investigación que señala concretamente a un funcionario de la prisión, un hombre de unos 60 años, padre de familia y que está de baja médica desde hace más de un año. El trabajador presuntamente facilitó a Ana Julia un teléfono móvil, a cambio de relaciones sexuales. Durante este último año, los guardias civiles han tomado declaración a varias presas del módulo de Ana Julia Quezada, que aseguraron que la mujer mantuvo relaciones sexuales con “al menos tres funcionarios y un trabajador de la cocina”. Una de las internas inte-

Según una interna, Ana Julia se pavoneaba ante las presas de tener “encoñados” a varios funcionarios y de conseguir todo lo que quería

rrogadas contó cómo por las noches oía que “entraban los funcionarios a la celda contigua, donde estaba Ana, para mantener esos encuentros”. La presa aseguró que Ana Julia era ordenanza en el módulo azul de Brieva, el más tranquilo de la prisión, considerado de respeto, y que era “una presa de total confianza de los funcionarios”. De hecho, su comportamiento era calificado siempre como “excelente” en los informes elaborados por la junta de tratamiento de la prisión. En su declaración, esa misma interna aseguró que Ana Julia se pavoneaba ante el resto de las presas de tener “encoñados” a varios funcionarios y a un cocinero de los que, aseguraba, conseguía todo lo que quería.

ANA JULIA. PISCIS. 49 AÑOS

Pero ¿cómo tuvo conocimiento la madre de Gabriel de lo que estaba pasando en el interior de la cárcel? Ella solo contó que los datos le llegaron de varias fuentes, pero coinciden en el tiempo con otra denuncia realizada por una tarotista que en octubre del 2023 empezó a recibir las llamadas de una joven catalana de 23 años, interesada por el futuro de su relación con una mujer a la que identificó como “Ana Julia. Piscis. 49 años”. La joven, que hoy en día sigue viviendo con sus padres, llamó angustiada porque su relación con aquella mujer ma-

yor no iba bien y necesitaba saber si los problemas que tenían se acabarían solucionando. La vidente en un principio no cayó, pero con el tiempo y la sucesión de consultas telefónicas, fue atando cabos hasta identificar a la misteriosa y controladora novia con la asesina de Gabriel. Tanto la echadora de cartas como la joven catalana declararon en la Guardia Civil.

SE GANÓ SU CONFIANZA

A medida que se sucedían las llamadas, la joven fue ganando confianza y desvelando más intimidades sobre su pareja a la tarotista. Hasta que terminó contando que estaba en prisión y se interesó por saber si la acabarían trasladando a una cárcel catalana. También contó que su pareja tenía un teléfono móvil dentro de la cárcel y por eso hablaban con frecuencia y se enviaban imágenes y mensajes. La catalana contó que su novia tenía un proyecto para rodar un documental con el que recibiría 400.000 euros, de los que había solicitado un adelanto a la productora de 20.000. Y explicó a preguntas de su interlocutora, que había funcionarios que alertaban a Ana Julia cuando se realizaban cacheos de la celda. Esos días, otro funcionario sacaba el teléfono de la cárcel y lo guardaba en su propia casa. A la chica también le preocupaban el recorrido de unas fotografías eróticas y sexuales que había enviado a su pareja.

LOS PLANES DE ANA JULIA

La joven explicó que Ana Julia le decía que tenían que casarse para “conseguir permisos” y el traslado a una prisión de Catalunya. Allí, le decía su novia, le sería mucho más fácil salir de la cárcel, y que una vez fuera se la llevaría a vivir a



La presunta novia de Ana Julia contó a la tarotista que esta iba a rodar un documental por el que recibiría 400.000 euros

la República Dominicana. La joven, contó la tarotista, estaba “muy agobiada.” No quería casarse “porque tenía miedo de la reacción de la gente y la de su familia”, pero Ana Julia le insistía para que acudiera al Registro Civil para enterarse de la documentación que necesitaba para contraer matrimonio con una presa y solicitar su traslado a un centro catalán. “La boda tendrá que ser en secreto”, decía la joven.

TRES AÑOS DE RELACIÓN

En su declaración ante la Guardia Civil, la joven explicó que inició una relación de amistad con Ana Julia Quezada en diciembre de 2020, cuan-

do le escribió varias cartas. Pero no fue hasta dos años después que las dos mujeres iniciaron una relación sentimental. Desde entonces, ella viajaba una vez al mes hasta Ávila para tener encuentros íntimos con la presa, los denominados vis a vis. Fue precisamente en uno de esos encuentros, en octubre de 2023, que la joven aceptó la petición de Ana Julia de llevar un teléfono que previamente entregó en un parque a un funcionario de la prisión. La joven habló estos últimos días con la reportera María de Vicente del Programa de Ana Rosa. En una conversación telefónica, la mujer aseguró que se interesó por Ana Julia porque le apasiona la astrología y quería entender por qué asesinó al pequeño Gabriel. La mujer negó que su relación con la presa fuera sentimental o íntima, contradiciendo lo que declaró a la Guardia Civil. De hecho, se mostró muy vulne-



Ana Julia cumple condena en la cárcel de Brieva, una prisión pequeña de Castilla y León con unas 73 presas y un centenar de funcionarios. Aquí cumplió condena también Iñaki Urdangarín.

Fue condenada a prisión permanente revisable



Ana Julia es la primera mujer condenada a prisión permanente revisable en España. Se encuentra en el programa de prevención de suicidios para estar vigilada en todo momento.

nable, incluso dependiente todavía emocionalmente de Ana Julia de la que aseguró que esos encuentros sexuales con funcionarios fueron obligados por los trabajadores del centro. Una tesis que mantiene el abogado de la mujer, Esteban Hernández Thiel, quien denunció que no se les haya permitido personarse como víctima y que las presuntas irregularidades de un funcionario se estén narrando, poniendo el foco sobre su cliente.

MIEDO Y AMENAZAS

El escándalo que ha supuesto conocerse los detalles de lo que estaba pasando dentro de la pequeña prisión de Brieva, no ha motivado, por el momento, ninguna reacción por parte del ministerio del Interior. En la cárcel, Ana Julia Quezada ha sido trasladada a otro módulo y a una celda en la que está acompañada las 24 horas de una reclusa de confianza. Se le ha incluido en el programa de prevención de suicidios. Y no porque haya sospechas de que tenga intención de hacerse daño, sino para que pueda estar en todo momento vigilada y controlada. La madre de Gabriel reapareció esta semana ante los medios de comunicación para denunciar el abandono y la desprotección que siente. Advirtió de que Ana Julia en prisión había verbalizado su menosprecio hacia ella. "Tengo miedo. No duermo. No vivo. Se que está enfadada porque al suspenderse el documental, se quedó sin fuente de ingresos. Me aterra que tenga capacidad para enviar a alguien para hacerme daño. Por eso he puesto la denuncia". La investigación sigue abierta.

Síguela en www.lecturas.com

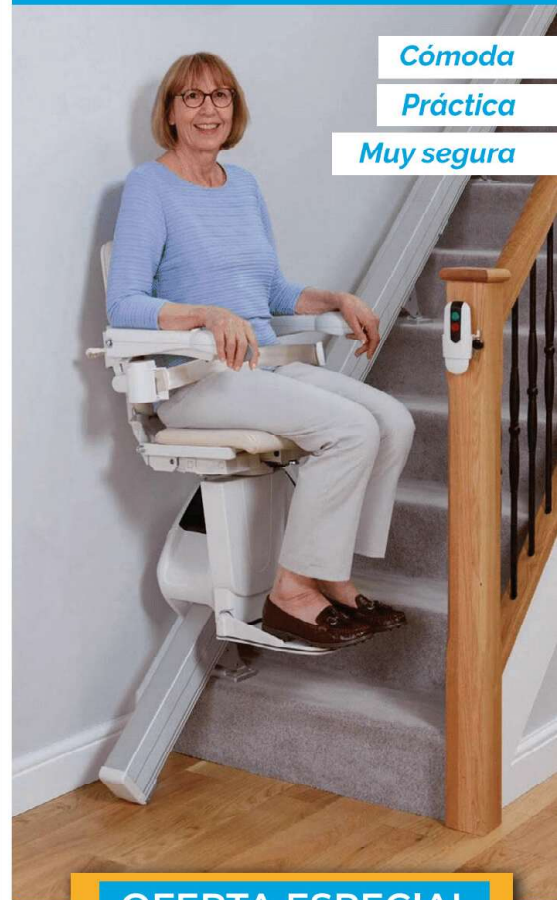
Valida®

Sube las escaleras
¡sin esfuerzo!

Cómoda

Práctica

Muy segura



OFERTA ESPECIAL
APROVECHA ESTE
MES SIN IVA*
(si nos dices "LECTOR")
¡VALIDA te lo pone fácil!

SILLA SALVAESCALERAS

- ✓ Rápida instalación y sin obras
- ✓ Para todo tipo de escaleras
- ✓ Presupuesto sin compromiso

¡Solicita presupuesto!

900 414 000

(Teléfono Gratuito)

*Descuento equivalente al IVA del producto. Promoción no acumulable a otros descuentos y válida hasta el 31 de mayo de 2025.

www.valida.es

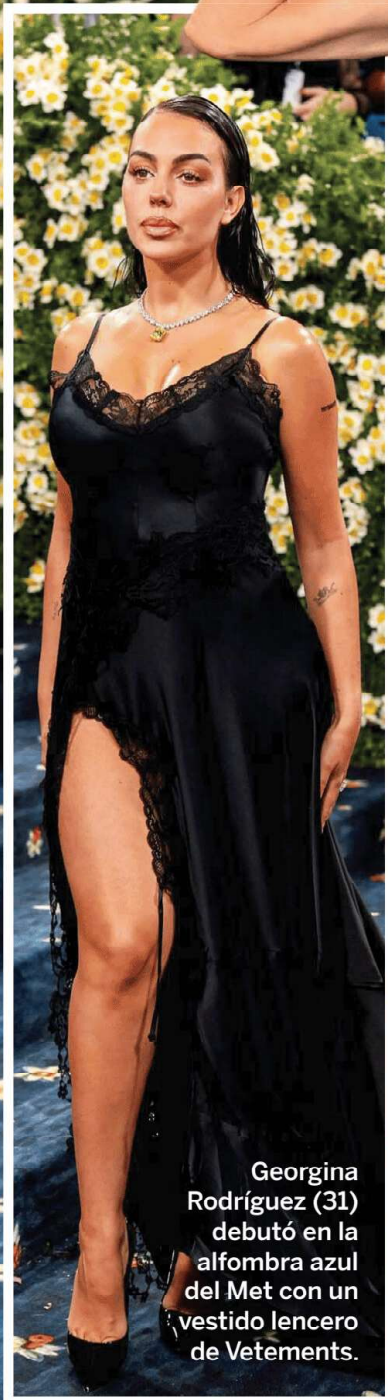
A full-page photograph of Shakira at the Met Gala. She is wearing a long, flowing, light pink gown with a high slit and a large, voluminous train. She has long, wavy blonde hair and is wearing a necklace with a large teardrop pendant and black lace gloves. She is standing in front of a large arrangement of white daisies. The background is dark and out of focus, showing other people and photographers.

Shakira (48) sorprendió con un vestido rosa chicle de princesa de Prabal Gurung. "El próximo año si me invitan voy en minifalda", bromeó la colombiana.

LA GALA DEL MET

Shakira, la Barbie de la gran noche de la moda

La cantante, que se encuentra de gira por EE UU, llegó envuelta en una nube de tela de siete metros que la obligó a viajar en un autobús privado y de pie



Georgina Rodríguez (31) debutó en la alfombra azul del Met con un vestido lencero de Vetements.



Rosalía (32) fue como musa de Balmain, con un vestido con cuerpo rígido que imitaba un maniquí. A la izquierda, Demi Moore (62), con un vestido inspirado en una corbata creado por Thom Browne.



Diana Ross (81) fue la sensación de la noche con su capa de más de cinco metros con los nombres de sus hijos y sus nietos bordados. Fue acompañada de su hija, Tracee Ellis Ross.



Nicole Kidman (57) fue vestida por Balenciaga, y se atrevió con una peluca hiperrealista de estilo 'pixie'.



En una noche en la que la premisa es jugar con la moda y salirse de los esquemas, Shakira jugó más que nadie. La cantante colombiana causó furor a su llegada a las escaleras del Met, donde tuvo lugar la mítica cena de gala que cada año organiza Anna Wintour y que todo el mundo ya conoce como los Oscar de la moda.

LLEGADA EN AUTOBÚS

Este año el tema era el dandismo negro y con él se celebraba la moda masculina y



El vestido de Chrome Hearts de Kim Kardashian (44) era tan rígido que estuvo a punto de caerse de camino a la gala. Lo adornó con diamantes de Moussaieff Jewellers.



Gigi Hadid (30) homenajeó a la legendaria Joséphine Baker con este vestido de Miu Miu, inspirado en un traje muy mítico de la actriz y bailarina.



Zendaya (28) cumplió a rajatabla con el tema de la gala al convertirse en un dandi con su traje blanco de Louis Vuitton que recordaba a los looks de Mick y Bianca Jagger el día de su boda.

la sastrería a medida. En una lluvia de famosas vestidas de traje donde el color negro destacó por encima de todos, la llegada de Shakira, convertida en una nube de algodón rosa con su vestido de Prabal Gurung, causó sensación. La colombiana lo paralizó todo, más cuando unos asistentes empezaron a desplegar en las escaleras más famosas de Nueva York el enorme lazo-cola del traje, de unas dimensiones tan grandes que la cantante tuvo que desplazarse hasta el museo en un autobús, para poder



Madonna (66) también apostó por un traje blanco, en este caso de Tom Ford. Su accesorio favorito de la noche fue un puro habano.



Halle Berry (58) llevó un atrevido diseño con transparencias de LaQuan Smith.



Thom Browne diseñó para Zoe Saldana (46) este look que convertía la clásica chaqueta de traje en vestido.



El piropo de Rosalía a Madonna

La artista catalana le dijo "¡qué guapa!" a la reina del pop al encontrarse.

ir de pie y poder meter toda la tela del vestido. Durante el trayecto, uno de sus estilistas le cosió el vestido. "El próximo año, si me invitan, vendré en minifalda", bromeó la ex de Piqué.

UNA METEDURA DE PATA

Si la llegada de Shakira fue un shock, también lo fue la aparición de Rihanna, del brazo de su pareja, A\$AP Rocky, que este año era uno de los anfitriones, y presumiendo de tercer embarazo. Era la puesta de largo de su barriga, aunque Shakira le chafó un poco la sorpresa porque antes de que la cantante de 'Umbrella' llegara, Shakira desveló a



Miranda Kerr (42) con un vanguardista diseño de Dior. En la cena estuvo con su pareja, el millonario Evan Spiegel.



Pamela Anderson (57) apostó de nuevo por un maquillaje natural y estrenó corte de pelo radical. Su vestido era de Tory Burch.



Rihanna aprovechó la noche para presentar su tercer embarazo fruto de su relación con el rapero A\$AP Rocky

El diseño de Marc Jacobs para Rihanna (37) hacía que destacara su figura de premamá. Su pareja, A\$AP Rocky, era uno de los anfitriones de la gala.

los medios: "Tengo muchas ganas de verla, ya he oído las buenas noticias... ¡está embarazada!", y al ver la cara de los periodistas, que no se esperaban el anuncio, se dio cuenta de que había metido la pata y se esfumó escaleras arriba. La gala recaudó treinta millones para el museo Metropolitano de Nueva York, batiendo todo los récords. Anna Wintour decide qué invitados pueden comprar un ticket o bien una mesa. Esto último es lo que hacen las firmas para invitar a sus musas. Un ticket cuesta 65.000 euros y una mesa son 310.000. Este año acudieron unos 600 invitados. 

Por E. Cebrían. Fotos: Agencias.



EXPERTA EN INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Risto presenta a Laia Grassi, su nueva novia

Cuando se cumplen tres meses de su ruptura con la actriz Grecia Castta (30), Risto Mejide (50) vuelve a estar ilusionado. El presentador, que acaba de estrenar temporada de 'Viajando con

Chester', sale con la catalana Laia Grassi (37), directora creativa de publicidad y experta en Inteligencia Artificial. La pareja ha posado por primera vez en los premios Chef of the Year.



SE DESCONOCE LA IDENTIDAD DEL PADRE

Jeimy, la ex de Carlo Costanza, comunica su embarazo por sorpresa

Unos meses después de concursar en 'GH DÚO 3', Jeimy Báez (28) ha anunciado que espera su primer hijo. La exnovia de Carlo Costanza ha difundido una foto-

grafía en la que muestra su tripa de embarazada. Si bien estuvo saliendo con Yulen Pereira, ex de Anabel Pantoja, no ha revelado la identidad del padre del bebé.



TRAS CUATRO AÑOS INTENTÁNDOLO

MARTA PEÑATE Y TONY SPINA ESPERAN SU PRIMER HIJO JUNTOS

"Lo he conseguido". Con esta frase y una imagen de ambos junto a un test de embarazo positivo ha compartido Marta Peñate (34) que ella y Tony Spina (36) esperan su primer hijo en común. Un bebé muy buscado que llega después de cuatro años intentándolo, en los que la exconcurante

de 'Gran Hermano' se sometió a una extirpación de las trompas de falopio y ha pasado por todo tipo de tratamientos. Entre ellos, tres transferencias embrionarias. Pero ha valido la pena y, aunque aún es pronto, tiene claro que "esta felicidad no me la quita nadie".



**JACQUES
Y GABRIELLA**

LOS MELLIZOS DE MÓNACO CELEBRAN LA PRIMERA COMUNIÓN

La iglesia de San Carlos de Mónaco ha sido testigo de la primera comunión de los mellizos del príncipe Alberto (67) y Charlene (47). Jacques y Gabriella, de 10 años de edad, vivieron su gran día luciendo hábitos tradicionales blancos y envueltos en gran discreción. La ceremonia fue privada. El Principado se limitó a difundir fotografías oficiales del encuentro —en las que solo vemos a los niños acompañados de sus padres, sin ningún otro miembro de la familia real monegasca— y evitó convertir el evento en un gran cónclave familiar. Charlene y Alberto posan sonrientes en la fotografía. Poco a poco, sus hijos van ganando papel en los actos oficiales de la monarquía. En especial Jacques, heredero al trono, pues en Mónaco los hombres prevalecen sobre las mujeres en la línea de sucesión.

LA TELE PÚBLICA ANUNCIÓ POR ERROR SU MUERTE

Sonia de Noruega reaparece tras sus graves problemas de salud

Dos semanas después de recibir el alta hospitalaria, Sonia de Noruega (87) ha retomado su agenda oficial. La Reina fue ingresada el pasado abril, tras presentar dificultades para respirar. Una situación sobre la que su hijo, el príncipe Haakon (51), expuso de forma pública que

había “motivos para preocuparse”. A estas alarmantes declaraciones se sumó un anuncio falso de un canal de televisión, donde se señalaba que había fallecido. Es la segunda vez que Sonia es ingresada este año, después de las palpitaciones irregulares que sufrió en enero.



JOSEP MARIA MAINAT

“MIS HIJOS ESTABAN EN LA CAMA CONMIGO CUANDO MI MUJER QUISO MATARME”

El productor habla de la noche en que casi murió y de su espectacular cambio físico

A punto de cumplirse cinco años de la noche en que su exmujer, Angela Dobrowolski, intentó presuntamente quitarle la vida inyectándole insulina, Josep Maria Mainat ha contado en el programa ‘Anatomía de’ algunos detalles de aquel momento. “Como aquella noche Angela iba a quedarse a dormir en la habitación de mi hija, la niña vino a dormir a mi cama y mi hijo también. Si finalmente el asesinato se hubiera consumado, los niños se hubieran despertado y hubieran visto a su padre muerto al lado. Es realmente terrible”, contó

“HE REHECHO MI VIDA”

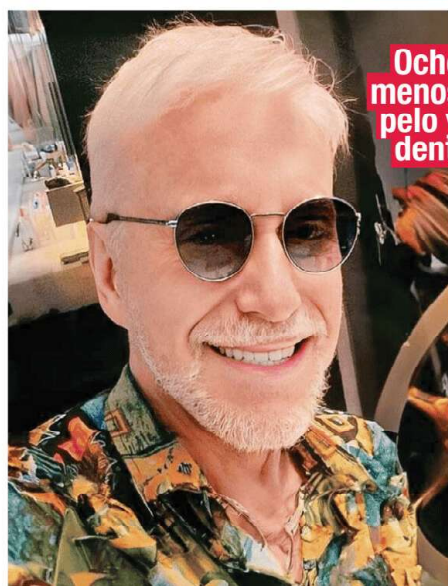
En el último momento, Angela Dobrowolski se echó atrás y llamó a los servicios de emergencia que le salvaron la vida a Mainat. “Los niños se despertaron cuando entraron los enfermeros. Me reanimaron y oí que le podían a mi mujer azúcar. Ella dijo que no había en casa. No podía creerlo. Fue cuando le dije a mi hija que fuera a la cocina y me trajera dos Coca-Colas. Ahí me di cuenta de que mi mujer había intentado matarme”, contó Mainat. En otra entrevista en La Vanguardia asegura que hoy vive pendiente de sus hijos: “Soy un padre soltero de 78 años. Me he quedado con mis hijos y

he rehecho mi vida. Los amo con locura, y estoy muy orgulloso, somos un buen trío. Ellos no se acuerdan demasiado de su madre, pero dicen que quieren verla. Su psicóloga lo está valorando”.

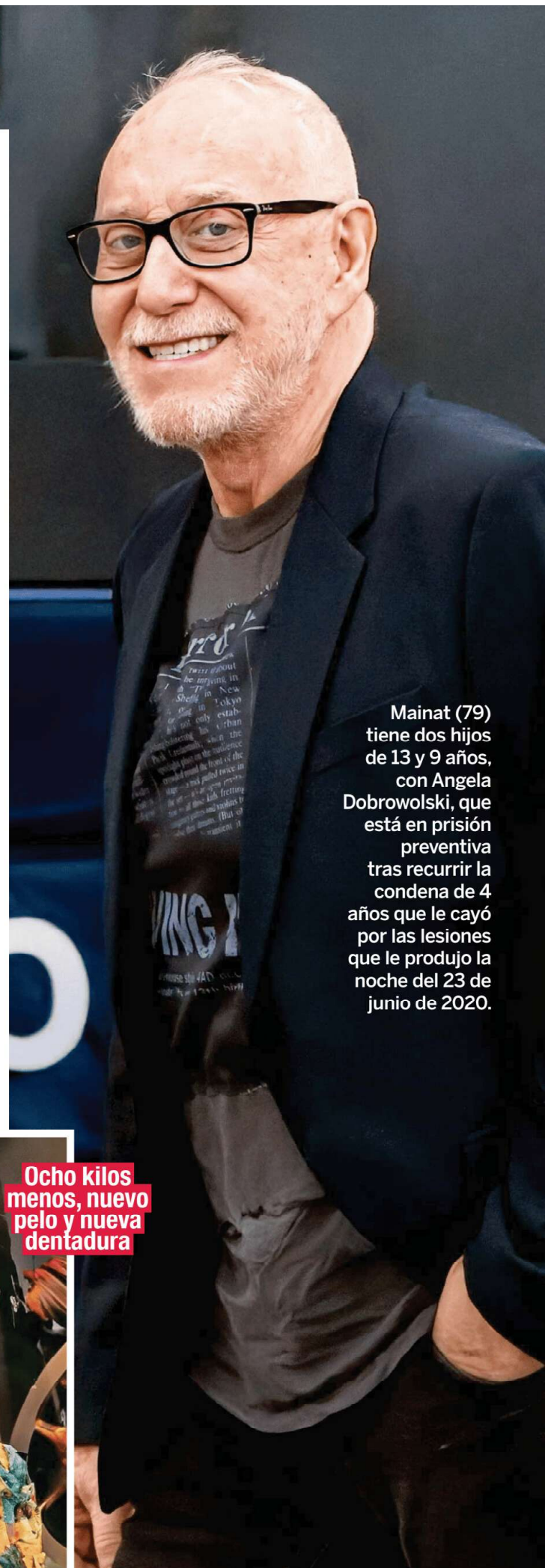
“ME HE PUESTO UNA PRÓTESIS”

Mainat ha hablado también del espectacular cambio físico que ha experimentado. “Me he puesto una prótesis de pelo. No es un implante, es una versión modernizada del peluquín, está pegado. Quiero vivir 120 años como mínimo. No me he hecho liftings ni me pongo bótox, me cuido la piel. Entreno cada día, pero musculación solo tres. Camino, hago cardio, intento tener sexo en la medida de lo posible y retos para el cerebro”, dice Mainat, que se ha adelgazado 8 kilos y se ha arreglado la dentadura. **L**

Fotos: Efe/Redes



Ocho kilos menos, nuevo pelo y nueva dentadura



Mainat (79) tiene dos hijos de 13 y 9 años, con Angela Dobrowolski, que está en prisión preventiva tras recurrir la condena de 4 años que le cayó por las lesiones que le produjo la noche del 23 de junio de 2020.

EDICIÓN ESPECIAL
SABERVIVIR



RELÁJATE COLOREANDO

PAISAJES DE LA NATURALEZA QUE
DESPIERTAN TU CREATIVIDAD



YA EN TU
QUIOSCO

RBA



Tom Cruise (62) con el director de la película, Christopher McQuarrie. Con esta entrega dice adiós por todo lo alto a la saga 'Misión Imposible'.

RODANDO 'MISIÓN IMPOSIBLE 8'

TOM CRUISE PRESUME DE CUERPAZO A LOS 62 AÑOS

Si hay un actor de Hollywood que se entrega al 100 % en sus películas es Tom Cruise, ya que es de los pocos que graban sus propias escenas de acción. El actor, que cumplirá 63 años el próximo 3 de julio, está rodando 'Misión Imposible 8' y las imágenes que se han podido ver del rodaje lo muestran con una forma física impecable. Una de las escenas que se verán en la película ha requerido cuatro meses de preparación.

EL ACTOR Y LA MENOR DE LAS KARDASHIAN

Timothée Chalamet y Kylie Jenner hacen oficial su relación

Hace dos años que iniciaron una relación, pero no ha sido hasta ahora que Timothée Chalamet (29) y Kylie Jenner (27) han posado juntos. La pareja ha elegido Roma, la ciudad del amor, para oficializar su romance en los Premios David Di Donatello. Un gesto que llega en un

momento dulce para ambos. El actor fue nominado este año al Óscar a mejor actor por su papel en 'A complete unknown', donde interpreta a Bob Dylan. Ella, la menor del clan Kardashian y madre de dos niños, sigue triunfando en su faceta de empresaria de cosméticos.



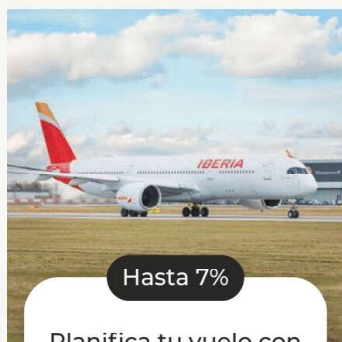
CLUB RBA



NUEVO

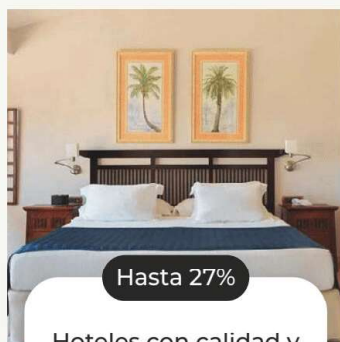
Más de 400 ofertas y descuentos **exclusivos para suscriptores** Lecturas

¿Quieres comenzar a ahorrar? Únete al club



Hasta 7%

Planifica tu vuelo con
tranquilidad



Hasta 27%

Hoteles con calidad y
confort garantizados



20%

Lo mejor para tu hogar
con el mejor descuento



Hasta 18 cts/Litro

Ahorra con un
carburante de calidad



¡Es muy fácil!

Activa ya tu cuenta aquí
www.club.rba.es

'LAS CUATRO ESTACIONES'

LA CRISIS DE MEDIANA EDAD DE TRES PAREJAS

La actriz, guionista y directora Tina Fey, creadora de 'Rockefeller Plaza', regresa con esta miniserie que adapta un clásico de los 80 de Alan Alda y Carol Burnett. 'Las cuatro estaciones' cuenta la historia de tres parejas amigas que tienen por costumbre hacer viajes juntos, uno en cada estación. Cuando uno de los hombres, Nick –al que en la ficción da vida Steve Carell, protagonista de 'The Office'– deja a su mujer por una más joven, a la que incorpora al grupo, las desavenencias no tardan en aflorar. A lo largo de ocho episodios, asistiremos al viaje emocional de estos personajes. **■**

► **Netflix**



Tina Fey (54) escribe, dirige y coprotagoniza 'Las cuatro estaciones'. Ha contado con Steve Carell (62), con el que ya trabajó en la película de 2010 'Noche loca', para el personaje que ejerce de detonante de la trama.

Una nueva relación que es pura dinamita



Colman Domingo (55), a la izquierda, y Marco Calvani (44), a la derecha, son una de las parejas de la serie. Un cambio con respecto a la película de 1981, donde todas las parejas eran heterosexuales.



En la miniserie, Steve Carell deja a su mujer de toda la vida después de celebrar 25 años de casados. Su siguiente pareja es una chica más joven.

LOS MEJORES ESTRENOS DE LA SEMANA



1 SERPIENTES Y ESCALERAS. El creador de 'La casa de las flores' presenta esta comedia con Cecilia Suárez. **Netflix, 14/5**



2 LOS SECRETOS QUE OCULTAMOS. Thriller danés que desentraña una trama de niñas desaparecidas. **Netflix, 15/5**



3 HACIA CERO. Miniserie británica de tres episodios que adapta una de las novelas más famosas de Agatha Christie. **Movistar+, 19/5**

QUINTA TEMPORADA DE 'YOU'

El adiós de nuestro acosador favorito

La serie 'You' llega a su final con esta quinta temporada. En ella, seguimos los distintos laberintos de amor tóxico, acoso y enredos en los que se mete su protagonista, Joe Goldberg (un encantador y al mismo tiempo inquietante Penn Badgley), quien acostumbra a espiar a las mujeres de las que se obsesiona para conquistarlas. En la tanda final, Joe deberá afrontar las consecuencias de todos los asesinatos que ha cometido para seguir construyendo su vida ficticia. **Netflix**



¿Sobrevivirá Joe a su laberinto de mentiras y asesinatos?

UN CAMEO EN LA SEGUNDA TEMPORADA

Terelu Campos sigue explorando su faceta de actriz en 'Atasco' tras debutar en el teatro

Uno de los grandes atractivos de la serie 'Atasco' es comprobar qué cameos aparecen en las tramas autoconclusivas que componen este fresco sobre el disparate humano. Ambientada en un atasco monumental, la serie pone el foco en cada episodio en los distintos enredos que se generan en cada coche. En su segunda temporada, nombres de actores contrastados como Luis Zahera, Adriana Torrebejano o Fernando Tejero se mezclan con los de debutantes –por ejemplo, el expresidente de Cantabria Miguel Ángel Revilla–, o artistas que dan sus primeros pasos en el mundo de la actuación, como Edurne –la cantante viene de

estrenar su primera película, 'El casoplón'– o Terelu Campos, que acaba de efectuar su debut teatral con 'Santa Lola'. La colaboradora siempre ha tenido el gusanillo de ser actriz –lo demostró con su mí-

tico papel de La Script en los programas de su madre– y en 2019 dio el salto con un papel en 'Paquita Salas'. Ahora da un nuevo paso en esta faceta. **L**

►Prime Video



GANAR SALUD

Las 4 claves para reducir la tensión arterial

Además de la medicación, hay una serie de hábitos relacionados con el estilo de vida que son imprescindibles para lograrlo

Los niveles óptimos son 120/80 mmHg. A partir de 140/90 se considera hipertensión y es esencial seguir un tratamiento médico y modificar algunos hábitos. "Pero el problema no es tener hipertensión, sino no saberlo y no tratarla. Cuanto antes se sepa y se trate, menos daño orgánico producirá", advierte Aránzazu Barbero, enfermera de las unidades de prevención vascular del Hospital Clínico San Carlos (Madrid), quien nos da las claves del estilo de vida más adecuado.

1. EVITA EL SOBREPESO...

Es un factor de riesgo. La pérdida de peso está directamente relacionada con la bajada de la tensión a largo plazo.

- **Está demostrado** científicamente que si una persona hipertensa pierde 10 kg, sus ci-

fras de presión arterial van a bajar 20 mm. Esto quiere decir que si está a 150 y pierde 10 kg, se quedará en 130, consiguiendo así lo que ya serían unos valores normales.

2. ...Y EL SEDENTARISMO

La práctica de ejercicio de forma regular también tiene una correlación directa con la presión arterial a largo plazo.

- **Cuando se hace ejercicio** la tensión sube por el esfuerzo y el aumento de la frecuencia cardiaca, pero cuando se deja de hacer, a las dos horas, cardioprotege porque produce un descenso de la presión arterial. De todas formas, a las personas hipertensas no se les recomienda hacer ejercicio intenso hasta no tener unas buenas cifras de presión arterial porque puede provocarles un pico de crisis hipertensiva.

¿Sabes si eres hipertensa?

LO MÁS HABITUAL

es que la hipertensión no dé síntomas. Por eso se recomienda medirla de vez en cuando. "Ahora se detecta mucho en las revisiones médicas de las empresas. Y cada vez más temprano, a los 40 años", explica Aránzazu Barbero, experta en prevención.

NO TRATARLA a tiempo puede dañar, sobre todo, los riñones y el corazón.





ANNE

HATHAWAY (42)

ASÍ SE MIDE EN CASA

En un ambiente tranquilo, sin ruido, siéntate con la espalda bien apoyada en el respaldo, los pies totalmente en el suelo y sin cruzar las piernas. Desabrocha cualquier prenda o complemento (como cinturones) que oprima tu cuerpo. Es importante que en la media hora anterior no hayas comido.

Coloca el brazalete del tensiómetro de brazo unos 2 o 3 centímetros por encima del codo (justo donde flexiona). Mantén el brazo sobre una mesa formando un ángulo de 90° y espera unos 5 minutos antes de proceder a hacer la medición, sin hablar ni tampoco mover el brazo.

Mídela tres veces por la mañana (esperando un minuto entre cada una) y otras tres por la noche. Repítelo 5 o 7 días y anota los registros. Luego enséñaselos a tu médico para que los valore.



• **Caminar** es una buena opción, pero para que resulte efectiva hay que hacerlo a buen ritmo, teniendo en cuenta siempre las posibilidades y condiciones físicas de cada persona. No vale con salir de compras. Hay que caminar a un ritmo en el que cada persona note que va rápido y no parar. Como mínimo se aconseja caminar durante 45 minutos, aunque lo ideal sería una hora.

tidarios de eliminar absolutamente el sodio de la dieta porque es necesario para nuestro organismo. Recomendamos cocinar con poca sal y no añadirle más después".

• **Evita la sal oculta.** Es la que está encubierta en muchos alimentos sin que seamos del todo conscientes de ello. Encurtidos, precocinados, conservas... tienen más sal de la que a veces creemos.

3. REDUCE LA SAL...

El consumo de sal también influye directamente en las cifras de la presión, disminuir su contenido en la dieta las baja. Pero Aránzazu, experta en prevención vascular, matiza que las personas hipertensas pueden cocinar con sal. "No somos par-

4. ...Y EL CONSUMO DE 'ÍNAS'

Cafeínas, nicotinas, teínas... todas las 'ínas' provocan picos de presión arterial elevada, incluso crisis hipertensivas en pacientes hipertensos, hasta media hora después de su ingesta. Ocurre, por ejemplo, si una persona se toma un café o se fuma un cigarrillo. "Pero esto no quiere decir que alguien hipertenso no pueda tomar café. Puede hacerlo si tiene sus cifras bien controladas", apunta la experta.

Por otro lado, quizá no sepas que también suben la presión el regaliz negro y el alcohol. ■

Por Lluïsa Sanmartín

Es importante conocer los valores de tensión arterial para controlarla a tiempo y prevenir enfermedades

SIN ESFUERZO

Trucos para evitar el picoteo nocturno

Apunta algunas pautas que ayudan a conseguirlo y opciones sanas para cuando no puedas reprimirte

Sentir el deseo irrefrenable de picar al rato de cenar; o despertarse a media noche con hambre. Si te ocurre a menudo, tu peso puede verse seriamente comprometido, por bien que comas el resto del día. Saber qué lo provoca puede ayudarte a evitarlo.

POR QUÉ SUCEDE

Se apuntan diferentes causas:

- **Por cenar demasiado tarde.** Esto hace descender la hormona leptina, que favorece la saciedad; y aumentar la hormona grelina, que promueve el hambre: intenta comer todos los días a horas similares, almuerza no más allá de las 15:00 h y cena antes de las 21:00 h.

Intenta cenar temprano y alimentos ligeros pero saciantes, incluyendo algunos con triptófano

- **Por no dormir bien.** La falta de sueño también aumenta la grelina y disminuye la leptina, además de favorecer la apetencia por alimentos calóricos. Conviene irse a dormir no muy tarde y levantarse temprano, cada día a horas similares para ajustarse a los ritmos internos.

- **Por razones emocionales.** El picoteo nocturno es a menudo una válvula de escape ante el desánimo, el estrés o el aburrimiento. Tenerlo presente puede servirte como revulsivo para no flaquear.

ORGANIZA BIEN LA CENA

Esto también es clave. Intenta que sea saciante sin dejar de ser ligera. Para conseguirlo, incluye la **fibra** de frutas y verduras como ingrediente mayoritario, las **proteínas saludables** del pescado, carnes magras, huevos, humus o queso fresco como acompañamiento; y **grasas buenas**: aceite de oliva, frutos secos, semillas... Los hidratos, mejor evitarlos o tomarlos integrales. Incluye, además,

alimentos ricos en triptófano (ver columna), un aminoácido que promueve la producción de serotonina y melatonina, neurotransmisores que favorecen el bienestar emocional y el sueño. También puedes dividir la cena en dos, dejando el postre (saludable) para un rato más tarde. **1**

Por Carmen L. Santamarta



UN PLAN B SALUDABLE POR SI ACASO

Si no consigues refrenarte, al menos hazlo de la forma más sana posible.

PROTEÍNAS CON TRIPTÓFANO

Te ayudarán a dormir y a aplacar la ansiedad. Puedes tomar queso fresco, mató o requesón con una cucharadita de miel, hummus, atún al natural, unas lonchas de jamón serrano o lomo embuchado de calidad, o frutos secos como las nueces, las almendras o las avellanas. También puedes combinarlos con hortalizas. Si el antojo es de chocolate, toma una onza al 85 % de cacao.

Consultas

MIGUEL ÁNGEL LURUEÑA

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



¿Son fiables las apps que leen las etiquetas para saber si un alimento es bueno?

Con ellas, solo tenemos que apuntar con la cámara del teléfono hacia el código de barras y recibimos una calificación del producto en cuestión, lo que en teoría nos ayuda a entender mejor sus características. El problema de este tipo de aplicaciones es doble. Por un lado, se basan en criterios que no siempre son fiables y que a veces ni siquiera se indican. Así que la puntuación final puede ser un tanto arbitraria o injustificada, además de simplista. Y, por otro lado, nos desempoderan como consumidores, ya que al final basamos nuestra decisión de compra en una calificación otorgada por una aplicación, en lugar de hacer una lectura consciente y crítica del etiquetado, que es lo que idealmente deberíamos tratar de hacer. Es decir, en lugar de utilizar las apps, convendría leer las etiquetas con algo de detenimiento.

¿El aceite de girasol alto oleico puede ser una alternativa al de oliva?

El aceite de girasol alto oleico se obtiene de plantas de girasol seleccionadas para producir semillas con un contenido mucho más alto de ácido oleico (en torno al 80 %) que las convencionales (con un 20-25 %). Así, su proporción de ácido oleico es similar a la del aceite de oliva, y la de ácidos grasos poliinsaturados también. En este sentido es mejor que el aceite de girasol y, además, se comporta bien frente a las altas temperaturas. Pero no puede sustituir al aceite de oliva: este contiene nutrientes interesantes ausentes en cualquier aceite de girasol.



EN SU MEJOR MOMENTO CEREZAS: CONSEJOS PARA ESCOGERLAS Y CONSERVARLAS

En la frutería. Asegúrate de comprar las cerezas maduras porque, una vez recolectadas, ya no siguen madurando como sí ocurre con otras muchas frutas. También es importante que tengan el rabillo intacto, verde y flexible (excepto en el caso de las picotas, menos dulces y algo ácidas, que lo pierden durante la recolección); y no se lo arranques hasta

que las vayas a consumir: de lo contrario, las expone más a la humedad y se estropean antes.

Una vez en casa. A las cerezas no les convienen los cambios bruscos de temperatura. Deben conservarse en la parte alta de la nevera, sin amontonarlas y tapadas con film o con un paño, un máximo de tres días. Antes, retira las piezas que puedan estar dañadas.

Puedes aprovechar la fruta muy madura



EN BIZCOCHOS

Un plátano pasado, un melocotón blando o una manzana oxidada pueden sustituir al azúcar en bizcochos, magdalenas y galletas caseras.



EN COMPOTAS

Sobre todo, de pera y manzana. Trocéalas, cuécelas 10 minutos, añade canela para endulzar y luego tritura.



EN BATIDOS

Fresas, arándanos, mango y piña quedan especialmente bien. Tritúralas con bebida vegetal, leche, yogur o kéfir.



Letizia
(52)

BELLEZA NATURAL

Cómo lucir unas canas bonitas

Te damos las claves para que no te sumen años y puedas llevarlas elegantes, modernas y con mucho brillo

Hace una década, que una mujer decidiese lucir sus canas solía considerarse signo de dejadez; ahora se ve como algo normal que, además, puede resultar elegante y estiloso.

POTÉNCIALAS

Las canas suman años, pero si no quieres ocultarlas, puedes revertir este efecto enfatizándolas, nos cuenta M^a José Llata, presidenta de Intercoiffure España y directora de Peluquería Llata Carrera. El color plateado es muy rompedor, actualiza el cabello y da un toque moderno. Puedes conseguirlo con mechas y reflejos. También es clave el corte de pelo.

PROTÉGELAS DEL CALOR

Utiliza protector térmico si empleas herramientas de calor, pero no abuses de ellas. Mejor deja secar el cabello al aire.

'Cool Silver',
8,90 €. L'Oréal Paris



'Pure Light',
30.50 €. I.C.O.N.

'glam+ colour',
44 €. La Biosthetique



Los productos neutralizan los reflejos amarillentos y aportan brillo.

•**Greyblending.** Es una técnica de coloración que mezcla las canas con el color de cabello natural usando mechas, balayage o babylights, muy finitas. La solución perfecta para integrar las canas.

•**El corte** también te ayudará a embellecer tu cabello blanco. Según los expertos, el bob, atemporal y fácil de mantener, es perfecto para resaltarlo. Si tu pelo es muy largo, mejor opta por un peinado ligero y ondulado. Y si es corto, pide un boyish, corte con estética masculina, muy sofisticado y moderno.

CUIDADOS IMPRESCINDIBLES

Dejarse las canas no significa renunciar a los cuidados capilares, al contrario. El cabello blanco es hipersensible. Al no tener melanina, su pigmento natural, es rígido y seco, indisciplinado, y no resiste bien la agresión de los rayos UV, por lo que puede volverse amarillento.

•**Usa champús** y acondicionadores a base de pigmentos azules para neutralizar estos reflejos poco favorecedores.

•**Y matizadores.** Realzan el color gris de las canas y también combaten los reflejos proporcionando un gris platino luminoso y elegante. 

Por Lluïsa Sanmartín



'Niacinamide
[pro] Complex'.
22,95 €. LaCabine

NIACINAMIDA

El ingrediente estrella para reducir las manchas

Conocida como **vitamina B3**, este activo del que tanto se habla difumina todo tipo de manchas oscuras: las producidas por el sol, la edad y el acné. Y en todos los tonos de piel. Además, mejora la barrera cutánea y potencia la luminosidad natural de la epidermis, dejándola uniforme y radiante.

En cosmética, su uso se ha popularizado mucho porque debido a su bajo peso molecular penetra fácilmente en la piel. Se puede aplicar a diario, tanto de día como de noche.

CON MUCHO 'SILLAGE' Qué perfume elegir para dejar estela a tu paso

Los perfumes con mayor 'sillage' (palabra francesa que significa 'estela' y que hace referencia al rastro olfativo que deja una fragancia cuando alguien la lleva puesta) suelen combinar notas que dan frescura y otras que aseguran que la fragancia se quede más tiempo en el ambiente.

Las notas cítricas (bergamota, limón o mandarina) dejan una estela inicial que se percibe al instante, pero se evaporan rápido. Las florales (iris, violeta o ylang-ylang) dan más intensidad a la fragancia, pero sin ser muy pesadas. Y las amaderadas (sándalo, cedro o vetiver) son más persistentes.

TRUCO

A más concentración de aceites esenciales, mayor rastro deja tras de sí un aroma.



LOS TRUCOS DE LA EXPERTA



MERY MAKE-UP
Maquilladora y experta en belleza

Para que el corrector quede bien

El secreto está en difuminar el corrector con la base de maquillaje. Después de aplicar el corrector, coge la brocha e integra todo bien para difuminar cualquier línea o corte entre los dos productos. Conseguirás un acabado perfecto.

Aplicar de forma más fácil el eyeliner

Si te cuesta hacer el delineado, en lugar de intentar dibujar la línea de una vez, haz pequeños trazos y únelos después. Una cinta adhesiva de maquillaje para eyeliner (se fija y se usa como guía) también te facilitará su aplicación.

Labios más duraderos

Antes de aplicar tu barra de labios, perfila y relleña los labios con un lápiz del mismo tono. Definirás mejor la forma, evitarás que el labial se salga y el color durará mucho más tiempo.



Sydney Sweeney
(27)

EL SECADO PERFECTO

Consigue una melena con volumen

Rocía primero sobre el cabello húmedo un spray moldeador. Contiene ingredientes voluminizadores, como el panthenol, que ayudan a levantar las raíces y a dar más cuerpo a la fibra capilar.

Seca el pelo mechón por mechón. Divide la melena en tres secciones y seca los mechones de uno en uno desde la raíz hasta las puntas. Empieza por el central y luego da forma a los dos laterales.

Usa un cepillo redondo con un diámetro adaptado al acabado que busques: unas ondas suaves o más marcadas. Para terminar, inclina la cabeza hacia adelante, cepilla y rocía un poco de laca.

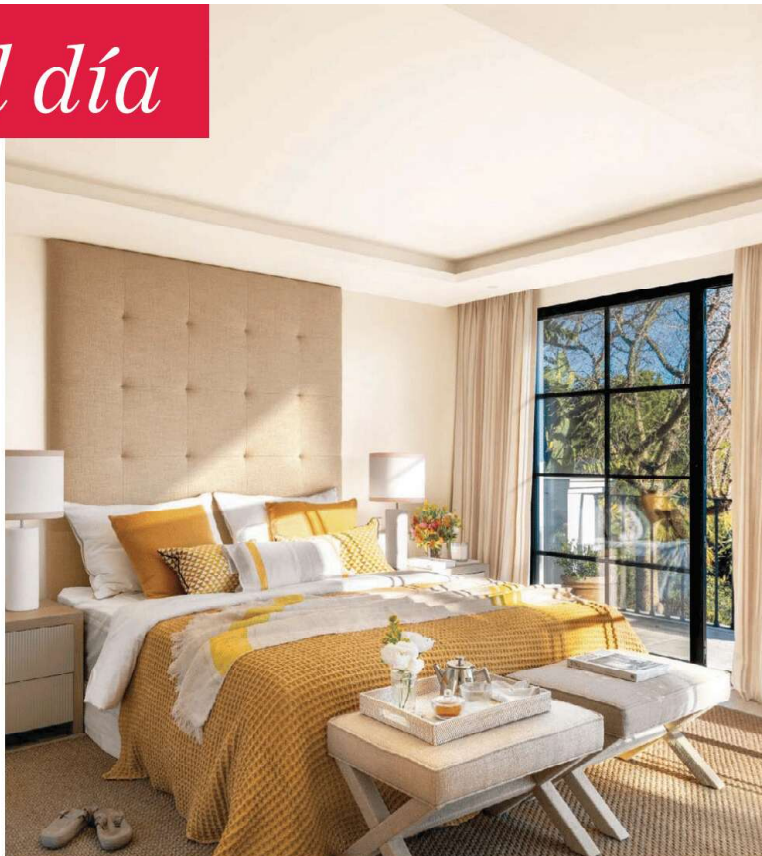
Casa al día

CUÁNDO USARLOS

Los sustitutos más seguros al papel de aluminio

El aluminio (del papel 'de plata' o bien de algunas bandejas) puede entrar en los alimentos porque se desprende del papel cuando está en contacto con el ácido, por ejemplo, del limón o la salsa de tomate. Por eso hay que evitar ese contacto.

- **El papel de cera** de abeja, los recipientes de cristal o las bandejas de acero inoxidable constituyen alternativas mucho más seguras cuando se trata de envolver o almacenar alimentos ácidos.



DISTRIBUCIÓN

Dormitorio: dónde poner la cama para favorecer el descanso

La ubicación de la cama es lo más importante en un dormitorio ya que es el elemento central y el que ocupa mayor espacio. Según el feng shui, filosofía que se basa en lograr que los lugares que habitamos nos influyan positivamente, nunca debería colocarse en la misma pared de la puerta de entrada: tener control visual de ella desde la cama para ver quién entra proporciona una sen-

sación de seguridad y protección que favorece el descanso.

Lo habitual es colocarla en el centro de la pared más larga: así se aprovecha mejor el espacio y queda hueco a ambos lados para poner las mesitas de noche. Mejor en una pared contigua a la puerta, de manera que la veas desde la cama, pero no en línea recta. Puerta y cama deberían estar lo más alejadas posible.



AMBIENTE SECO

El mejor sitio para guardar y conservar el pan

En una panera o bolsa de papel o tela. Si lo guardas en bolsas de plástico, puede permanecer más tiempo blando, pero con la corteza correosa. Sin embargo, los panes blandos (de molde y hamburguesa) guárdalos en una bolsa de plástico cerrada: conservan mejor su humedad y ternura; en la nevera no, que se endurecen.

SIN INSECTICIDAS

Elimina las mosquitas que aparecen en la cocina

Se conocen como moscas de la humedad y aparecen sobre todo en la cocina porque se multiplican en ambientes húmedos, con agua estancada o si hay algún residuo orgánico.

- **Para evitarlas**, el primer paso es mantener limpio el desagüe y el sifón. Un desagüe obstruido o sucio puede atraerlas rápidamente.

- **Para acabar con ellas** de forma rápida, puedes aspirarlas. Es muy fácil porque no son buenas voladoras. También puedes colocar en un bol agua, vinagre, azúcar y una gota de jabón.

CREA TUS LOOKS DE PLAYA DE GANCHILLO CON CREATIVA

En la revista Creativa encontrarás las ideas más prácticas, fáciles y bonitas de crochet para el verano. Preciosos bolsos; capazos, cestas y conjuntos de palma decorados con ganchillo; alpargatas cómodas y originales; esterres o toallas con puntillas; y creativos pendientes de moda. Con gráficos y explicaciones paso a paso. ¡Ya en tu quiosco por solo 4 euros!





ESTÁN MUY DE MODA

IDEAS PARA DAR ESTILO A UNA VITRINA ACRISTALADA

Funcionan tanto en ambientes clásicos como modernos y en cualquier espacio



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

Se están convirtiendo en un nuevo objeto de deseo en la decoración, sobre todo las vitrinas antiguas recuperadas, que quedan bien en el salón, la cocina, el baño...

1. Cuáles son las que más se llevan. Están en alza sobre todo las decapadas en roble claro o cualquier otra madera mate clara.

2. Cómo 'vestirlas' por dentro. Una buena forma de darles personalidad es empapelar su fondo, o bien pintarlo con colores suaves, por ejemplo en tonos azu-

les o verdes. Y quedará más armoniosa si todos los elementos de su interior (vajillas, cristalerías...) son en tonos neutros o, como mínimo, apagados. También es importante el orden visual. Si la pones, por ejemplo, en la cocina, no la lles con botes de marcas distintas: pasa estos a envases opacos con un punto decorativo.

3. Mejor, iluminadas. Si colocas un foco orientable a unos 20 cm de distancia (nunca justo encima), iluminando hacia la parte frontal de la vitrina, conseguirás darle mayor protagonismo. Que sea de luz cálida.

Es nuevo

POLAROID EYEWEAR DEPORTE, ESTILO Y DIVERSIÓN

Polaroid Eyewear, marca líder en gafas y patrocinador oficial del Mutua Madrid Open y de la ATP, reunió en una cancha de tenis habilitada en la Torre Picasso de Madrid al embajador de la marca de gafas polarizadas y ópticas, el tenista profesional Lorenzo Musetti y a la reconocida actriz Paula Echevarría. Una experiencia única donde el deporte, el estilo y la diversión se unieron de la mano de Polaroid Eyewear.

www.polaroideyewear.com



COVAP

BÍFIDUS

Bebida láctea funcional única en el mercado con 10 000 millones de postbióticos por vaso. Mejora la salud intestinal y metabólica.

www.covap.es



FESTIVAL THE YOGA GALLERY

Este festival innovador celebrará su cuarta edición en Menorca (isla de Llausa) del 5 al 7 de junio. Y la segunda edición en Lleida (La Seu Vella) del 19 al 21 de junio. theyoga.gallery/es



SINTRA: LA BARBACOA ELÉCTRICA DE UFESA

Es la opción perfecta para preparar carnes jugosas, verduras al punto y todo lo que quieras en cualquier lugar: jardín, terraza, balcón, incluso en el interior de casa. www.ufesa.es

BACALAO DE ISLANDIA MEJOR RECETA

La Escuela CETT Barcelona ha conseguido el galardón de la cuarta edición del CECBI (Concurso Escuelas de Cocina de Bacalao de Islandia) con una exquisita receta elaborada con Bacalao de Islandia, reconocida como la mejor de España. <https://bacalao.deislandia.es>



UN PLUS DE SABOR

Gratinados doraditos y cremosos

El gratinado vuelve cualquier plato más gustoso y le aporta un apetecible contraste de texturas. Compruébalo con estas cinco propuestas



GRATÉN DE PUERROS

II 4 🕒 1 h 10 min

- 1 kg de patatas, 3 puerros
- 50 g de mantequilla
- 150 g de queso rallado
- 100 g de taquitos de jamón o beicon
- 250 g de crema agria o 'crème fraîche'
- Tomillo, cilantro, menta
- Sal, pimienta blanca

Limpia los puerros, lávalos y pícalos menudos. Póchalos en una sartén con la mitad de la mantequilla 20 minutos, hasta que estén bien tiernos. Pela, lava y corta las patatas en rodajas finas. Unta con mantequilla un molde refractario.

Haz el pastel. Pon una capa de patatas, salpimienta y reparte 1 cucharada del puerro, 1 de taquitos de jamón y 1 de queso rallado. Repite el proceso hasta terminar las patatas. Cubre con queso y reparte la mantequilla restante troceada.

Tapa con papel de horno y hornea 40 minutos a 180°. Destapa y deja gratinar unos minutos. Mientras, lava y pica un poco de tomillo, menta y cilantro, mézclalos con la crema agria y salpimienta. Sirve el pastel con esta salsa.

HUEVOS RELLENOS DE GAMBITAS

II 4 1 h

- 8 huevos
- 1 cebolla pequeña
- 250 g de gambitas peladas
- 50 g de mantequilla
- 500 ml de leche
- 40 g de harina
- 100 g de queso rallado
- Sal, pimienta

Cuece los huevos en agua salada 10 minutos y refréscalos. Pélalos, córtalos por la mitad a lo largo, retira las yemas y desmenúzalas.

Lava, seca y pica las gambitas. Salpiméntalas, saltéalas en aceite y mézclalas con las yemas. Rellena los huevos y ponlos en una bandeja de horno.

Pela y lava la cebolla. Rállala y póchala en la mantequilla durante unos 10 minutos, hasta que quede tierna y transparente. Agrega la harina y tuéstala 1 minuto, removiendo con unas varillas.

Incorpora la mitad de la leche, salpimienta, mezcla y agrega el resto de la leche; no dejes de remover hasta que obtengas una besamel de consistencia espesa. Viértela sobre los huevos y espolvoréalos luego por encima con el queso rallado.

Introduce la bandeja en el horno precalentado a 180° y deja que se calienten los huevos unos minutos. Entonces, conecta el grill y gratina hasta que la superficie quede dorada. Sírvelos enseguida.



TARTA DE ALBÓNDIGAS CON QUESO Y BESAMEL

II 6 55 min

- 3 patatas medianas
- 300 g de ternera picada
- 300 g de picada de cerdo
- 1 cebolla, 350 ml de besamel
- 100 g de queso emmental rallado, pimienta
- 100 g de queso cheddar
- Unas ramitas de perejil
- 1 ramita de romero, sal
- 1 cda. de mantequilla

Lava las patatas y, sin pelarlas, cuécelas en abundante agua hirviendo con un poco de sal 25-30 minutos. Escúrrelas y deja que se entibien.

Pela y pica la cebolla. Pica también el perejil y mézclalo con la cebolla y las carnes. Salpi-

mienta y forma 10-12 albóndigas. Resérvalas en la nevera.

Pela y corta las patatas en rodajas. Unta un molde redondo con la mantequilla derretida y cubre la base con una capa de rodajas de patata. Añade las albóndigas y completa con más rodajas de patata.

Vierte por encima la besamel y espolvorca con el queso emmental rallado. Corta el queso cheddar en dados pequeños y repártelos también sobre la preparación.

Introduce el molde en el horno, precalentado a 180°, y cuece la tarta 25-30 minutos. Gratina luego unos 5 minutos o hasta que el queso esté fundido y dorado. Sirve caliente, tras espolvorear con un poco de romero picado.

TRUCO

Añade brandi a la mezcla de carne y cebolla de las albóndigas. ¡Verás qué ricos!





MERLUZA CON GRATÉN DE MUSELINA DE AJO

II 4 50 min

- 4 supremas de merluza
- 2 zanahorias
- 2 cebolletas, 1 limón
- ½ pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- ½ vaso de vino blanco
- Comino, aceite de oliva
- Sal, pimienta

Para la muselina:

- 1 huevo, 1 diente de ajo
- 180 ml de aceite de oliva suave, sal

Prepara la muselina: bate el huevo con el ajo pelado, una pizca de sal y el aceite con el brazo de la batidora accionada pero sin moverlo. Reserva

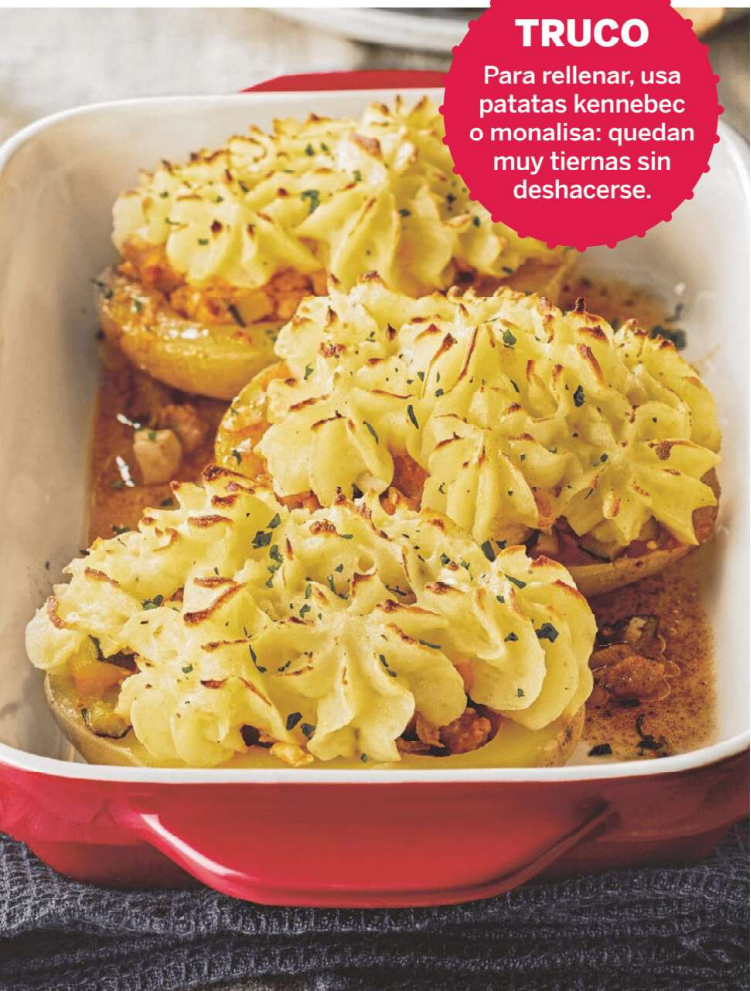
esta especie de mayonesa dentro del frigorífico. Limpia las verduras y córtalas en tiras. **Calienta 2 cucharadas** de aceite en una sartén, agrega las verduras y saltéalas 3 minutos a fuego fuerte. Añade el vino blanco y deja que reduzca. Salpimienta, añade un poco de ralladura de limón y condimenta con comino.

Salpimienta las supremas de merluza y dóralas en una sartén antiadherente con un poco de aceite 2-3 minutos por lado. Ponlas en una fuente refractaria, cubre cada una con 2 cucharadas de muselina y gratina con el grill encendido.

Distribuye las verduras preparadas en los platos, coloca encima las supremas de merluza y sirve enseguida.

TRUCO

Para rellenar, usa patatas kennebec o monalisa: quedan muy tiernas sin deshacerse.



PATATAS RELLENAS DE CARNE Y VERDURA CON PURÉ GRATINADO

II 4 1 h

- 4 patatas, 1 calabacín
- 300 g de salchicha fresca
- 2 huevos duros, 1 puerro
- 4 cdas. de salsa de tomate
- 50 ml de leche, pimienta
- 20 g de mantequilla
- 2 ramitas de perejil, sal
- 2 cdas. de aceite de oliva

Lava las patatas y cuécelas, enteras y sin pelar, en abundante agua hirviendo con sal 30-35 minutos. Escúrrelas y deja que se entibien.

Limpia el puerro y córtalo en rodajas finas. Retira la piel de las salchichas y desmenuza la carne. Lava el calabacín, despúntalo y córtalo en daditos.

Dora la carne. Retírala y, en el mismo aceite, sofríe el puerro 5 minutos. Agrega el calabacín y rehoga todo junto 2 minutos más. Incorpora los huevos duros picados, la salsa y la carne, y cocina 6-7 minutos a fuego medio; salpimienta.

Corta las patatas por la mitad a lo largo, retira la pulpa con una cucharilla, (dejando ½ cm de borde), aplástala con un tenedor, añade la mantequilla derretida y la leche.

Salpimienta y mezcla hasta conseguir un puré homogéneo. Ponlo en una manga pasteleira con boquilla rizada. Rellena las patatas con la carne y reparte encima el puré. Hornea a 200° hasta que el puré se dore. Retira y sirve espolvoreadas con perejil picado.

COLECCIONABLE

LA COCINA DE LA ABUELA

CAZUELITAS DE PESCADO Y MARISCO



ALBÓNDIGAS DE RAPE



ESTOFADO DE TERNERA



PASTEL DE QUESO CON MANZANA



ALBÓNDIGAS DE RAPE

II 4 ⌚ 1 hora

- 500 g de rape asado o guisado, aceite de oliva
- 200 g de patatas cocidas
- 1 rebanada de pan, leche
- 1 huevo, 50 g de harina
- 1 diente de ajo, perejil
- 1 puerro, 1 cebolla
- 5 tomates maduros
- 200 ml de cava, 200 ml de caldo de pescado, sal

Limpia el rape y tritúralo con las patatas, la miga de pan remojada en leche, el huevo, sal y unas hojas de perejil lavadas. Deja la masa 1 hora en la nevera. Luego, ve cogiendo pequeñas por-

ciones, dales forma redondeada, pásalas por harina y fríelas con aceite caliente.

Pela la cebolla y el ajo. Limpia el puerro, lávalo con los tomates y pica todo. Sofríe estas verduras 10 minutos en el aceite de freír las albóndigas. Añádelas junto con el cava y el caldo, y cuece 15 minutos.

Dispón esta mezcla en el vaso de la batidora y tritura hasta conseguir una salsa lisa y homogénea. Sirve las albóndigas con la salsa y espolvoreadas con perejil lavado y picado.



CAZUELITAS DE MARISCO

II 4 ⌚ 30 min

- ½ kg de pescado blanco limpio, 8 langostinos
- 8 mejillones, ½ cebolla roja
- 1 cebolleta, 1 ajo
- 8 tomatitos, 1 calabacín
- 1 zanahoria, orégano
- Tomillo, pimienta
- Aceite, sal

Limpia y lava la cebolleta, la zanahoria y el calabacín; corta la cebolleta en juliana y el resto en dados. Pela y pica el ajo.

Pela y corta la cebolla en juliana. Trocea el pescado en tacos y repártelo con las hortalizas en cazuelitas refractarias forradas con pa-

pel sulfurizado; salpimienta, riega con aceite y hornea 10 minutos a 180°.

Pela los langostinos, limpia los mejillones y lávalos. Lava también los tomates. A los 10 minutos de cocción del pescado, agrega los langostinos y los tomatitos, y prosigue cociendo durante otros 5 minutos.

Abre los mejillones en un cazo tapado con 1 dedo de agua, desecha los cerrados y retira las valvas a los demás. Añádelos a las cazuelitas, junto con las hierbas y sirve las cazuelitas.



PASTEL DE QUESO CON MANZANA

II 8 ⌚ 45 min

- 2 manzanas
- ½ limón
- 4 huevos, mantequilla
- 2 dl de yogur natural
- 2 dl de nata líquida
- 125 g de azúcar
- 200 g de harina
- 200 g de queso blanco para untar
- 2 dl de leche semidesnatada

Bate los huevos junto con 100 gramos de azúcar, el yogur y la nata. Agrega a continuación la harina, el queso y la leche.

Vuelve a batir hasta obtener una masa homogénea.

Pincela un molde alargado con mantequilla y vierte en él la masa preparada anteriormente.

Pela las manzanas, pártelas en cuartos y retírales el corazón. Córtalas en láminas finas y rocíalas con un poco de zumo del limón para que no se oxiden.

Dispón las láminas sobre la masa, ligeramente acaballadas. Espolvorea con el resto del azúcar y cuece el pastel unos 30 minutos en el horno precalentado a 180°. Retíralo y espera a que se temple antes de desmoldarlo. Sirvelo frío.



ESTOFADO DE TERNERA

II 4 ⌚ 2 h

- 800 g de carne de ternera para guisar (morcillo, aguja, brazuelo, llana, redondo...)
- 4 patatas, 1 cebolla
- 2 zanahorias, ½ calabacín
- 2 dientes de ajo, aceite
- 200 ml de vino tinto
- 800 ml de caldo de carne
- 1 hoja de laurel, pimienta
- 50 g de guisantes desgranados, perejil
- 1 cda. de maicena, sal

Corta la carne en tacos y espolvoréalos con sal y pimienta. Pela las patatas, raspa las zanahorias y despunta el calabacín; lava y trocea los tres. Pica menudos ajos y cebolla.

Dora la carne. Agrega la cebolla y el ajo, y rehoga 7 minutos. Incorpora la zanahoria y sofríe 5 minutos más.

Vierte el vino y cuece, a fuego fuerte, hasta que reduzca. Añade el caldo y el laurel, y vuelve a hervir. Baja el fuego y cuece 15 minutos.

Agrega las patatas, tapa y cuece 40 minutos a fuego suave. Incorpora guisantes y calabacín, y cocina durante 15 minutos más.

Vierte la maicena diluida en un poco de agua y cuece 10 minutos más. Reparte el estofado en 4 platos hondos, espolvoreados con perejil.



La receta de Rafael

EL CHEF QUE TRIUNFA EN INSTAGRAM (@rafuel55)

INGREDIENTES

11 2 40 min

- 400 g de anillas de calamar
- 3 cebollas tipo Figueras
- 1 diente de ajo
- Aceite de oliva virgen extra
- Puré de ñora, ½ cayena
- ½ vaso de vino blanco seco, sal, pimienta
- ½ vaso de caldo de verdura, picada de piñones
- Unas hojas de rúcula



Calamares con cebolla

Les añado el toque picante de la cayena



1. Corta las cebollas en juliana y lamina el ajo. Sofríe ambos y añade la cayena si te gusta el picante.



2. Agrega el puré de ñora cuando la cebolla transparente. Remueve y añade los calamares. Remueve de nuevo.



3. Vierte el vino blanco y déjalo reducir. Después, incorpora también el caldo y deja reducir a fuego más lento.



4. Echa la picada de piñones, salpimienta y adereza con un poco de perejil. Sirve con hojas de rúcula.

LOS TRUCOS DEL CHEF

- **Un buen vino.** Usa uno de Rueda o Albariño y acertarás. Aunque a veces sustituyo el vino blanco por manzanilla o fino y quedan muy ricos.
- **Para un giro de sabor.** También puedes añadir pimienta roja y verde picados, pochados junto a la cebolla. Y agregar a la salsa la tinta del calamar.
- **Sírvelos con un buen pan.** ¡Es un plato en el que siempre se acaba mojando!

LECTURAS

Nº 3 817 - 21 de mayo de 2025

DIRECTOR Luis Pliego

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

JEFE DE FOTOGRAFÍA Alfredo Garófano
FOTOGRAFÍA Pedro Pernia
EDICIÓN GRÁFICA Roser Camps
JEFA DE COMPRAS Marta Platel
REDACCIÓN Silvia Quiroga, Estela Cebrián
MAQUETACIÓN Dolors Cabeceran (jefa de maqueta), Jordi Juncosa
TRATAMIENTO DE IMAGEN Cristina Molinero

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

WWW.LECTURAS.COM
DIRECTOR José Conifuso
REDACTORA JEFE Gema Amil
REDACCIÓN WEB Rebeca Alonso, Helena Arriaza, Jara Bravo, Adrián López, Pablo Casal, Alicia Alarcón, Raquel Bernal

DIRECTORA EDITORIAL REVISTAS PRÁCTICAS
Caterina Miloro

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

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

RBA BRANDS

CEO Enrique Blanc
DIRECTORA GENERAL Ariadna Hernández Fox
DIRECTOR DE NEGOCIO DIGITAL Serafín González

MADRID Y NORTE:
DIRECTORA DE OFICINA Arantxa Sánchez
DIRECTORAS DE PUBLICIDAD Belén Pérez-Bedmar, Belén González

SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD Silvia Montalbán
JEFA DE PUBLICIDAD Juana Utrilla
COORDINADORA DE PUBLICIDAD Yolanda Trigueros
PUBLICIDAD MADRID López de Hoyos, 141. 28002 Madrid. Tel. 91 510 66 00 - Publimad@rba.es

BARCELONA Y LEVANTE:
DIRECTORA DE OFICINA Ana Gea
DIRECTORAS DE PUBLICIDAD Ángela Carpio, Olga Fernández, Cristina Hombravella
COORDINADORA DE PUBLICIDAD Ivana Stelmazewski
PUBLICIDAD BARCELONA Diagonal, 189. 08018 Barcelona. Tel. 93 415 23 22

RBA REVISTAS

PRESIDENTE RICARDO RODRIGO
DIRECTOR GENERAL CORPORATIVO JOAN BORRELL
DIRECTORA GENERAL DE CONTENIDOS AUREA DIAZ
DIRECTORA GENERAL DE MARKETING Y COMERCIAL BERTA CASTELLET

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

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

Atención al suscriptor y lector: suscripciones@rba.es

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

© RBA REVISTAS, S.L. 2025

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

ARI   

El primero sin medalla	Escuchar el sermón	Tabla de anuncios	Respuesta de lo más optimista	Jabón de cuerpo entero	Espacio para boxear	Nacido en Oslo
Abertura en el iris	Primera que llega a puerto	Asegura los fardos	Jamón de la península	Planta de poco valor	Demostrar cierta alegría	Lugar de piedra caliza
			Parecido o semejanza			
Encima de algo o alguien				Ocupar por completo		
Anillo olímpico				La viva, óxido de calcio		
		Ella es... Campello			Casita polar	
		Solo de vez en cuando			La mitad de once	
Plebeyo filipino			Sabe hablar en público			Vocales de antes
La primera en música			Tuestan el pollo			Tomar gusto por algo
		Pasta con carne			Ergio, en confianza	
		Rápida, precipitada			Nacida en la CEE	
Falta de gracia o viveza	Igualdad en la superficie				La cola del tren	Cero patatero
	El séptimo planeta				En el cuello de los bueyes	Queso lleno de ojos
						Muy lleno de presunción
Persona vil, despreciable					Color muy intenso	
No se puede aparcar					Rojo, gris, azul o verde	
			Querido de mi corazón			
Arrulla al pequeñín					Sedimento del café	
Negación al noroeste					Una gran perseverancia	
		Antes del mediodía				
		Seca, más que seca				
Ofrecer gato por liebre	Capicúa que vuela		Del color de la ceniza	Fallecer o morir	Un poco de aire	Quinientos romanos
	Ansiosa, codiciosa		Peine de tres púas	Suma de varias partidas	Cuenta con ello	Averno, infierno
		Debajo de la epidermis				
		Costado de dos notas			El prefijo más nuevo	
Con zozobra e inquietud			Disociar en iones		Nos acerca al fotógrafo	
Enfermedad de virus VIH			Trabaje la propia tierra			Las vocales más redonditas
		Ruda, muy burra			Suave soplo del aire	
		El centro de Roma			Vocales de cada día	
Librador de una letra			Conjunto de tres cosas			Balido del carnero
Artículo de Los Ángeles			Cabeza de ganado			La primera consonante
		La última letra de los griegos			Los dos, el uno y el otro	

SUDOKUS ★★ medio

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

★★★ difícil

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

SOPA DE LETRAS

♦ Encuentra en esta sopa de letras el nombre de 15 cargos públicos, esos puestos de trabajo que a veces envidiamos, pero a los que pueden acceder muy pocos.

- Alcalde
- Cónsul
- Delegado
- Dictador
- Diputado
- Director
- Inspector
- Ministro
- Monarca
- Notario
- Príncipe
- Rajá
- Regidor
- Senador
- Virrey

R	O	T	C	E	P	S	N	I	O	A	E
D	I	R	E	C	T	O	R	G	D	M	C
O	R	T	S	I	N	I	M	P	A	L	O
R	D	A	L	A	J	A	R	P	T	T	D
O	L	L	V	C	O	R	T	P	U	R	A
D	U	C	O	I	R	I	R	E	P	E	G
A	S	A	E	N	R	I	R	J	I	G	E
T	N	L	O	E	N	R	E	A	D	I	L
C	O	D	S	C	A	L	E	T	T	D	E
I	C	E	I	C	D	A	N	Y	I	O	D
D	C	P	R	O	D	A	N	E	S	R	N
I	E	E	L	O	M	O	N	A	R	C	A

WORDOKUS

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

	I	A						
O	U				G			R
	E	R	O	A	I			
	R	E	T					U
	G				A	T	O	
				G	B	O	I	T
E			U				A	G
						U	B	

Pista: Persona que tiene tienda abierta.

E		O	C					
		L	E			O	F	
							A	
O						C	I	E
M			A			I		F
C		I	L					M
	I							
	A	E				M	T	
						F	C	I

Pista: Conjunto o colección de filmes.

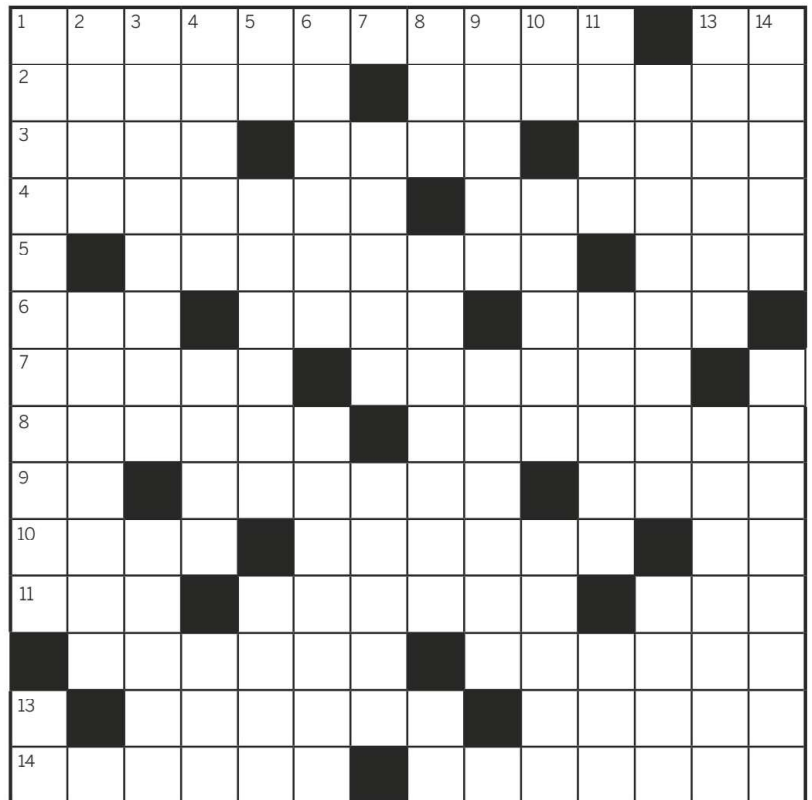
CRUCIGRAMA

Horizontales

1. Clasifiquen por categorías. Símbolo del cloro. **2.** Ave nocturna, cacuy. Plantación de bananos. **3.** Dinastía familiar. Árbol leguminoso de Filipinas. Apodo de José. **4.** Impuesto. Figura, representación. **5.** Un romano. Golpe dado con el ramal. Flanco. **6.** Acudí. Salvado, cereal. Extraño. **7.** Vano. Detestará. Símbolo del hidrógeno. **8.** Especia, fina y exquisita. Provoque atracción. **9.** Campeón. Holgazanearé. Bailes canarios. **10.** Ingiere líquido. Querrás. Símbolo del meitnerio. **11.** Dueña. Desarrollarse el grano. Manifeste alegría. **12.** Vayas adentro. Renuncie a un cargo. **13.** Símbolo del potasio. Suelo de arena movediza. Perjuicios. **14.** Planta labiada. Idolatrarse.

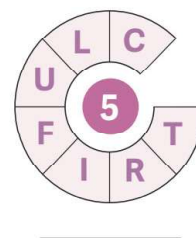
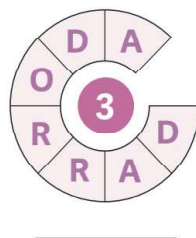
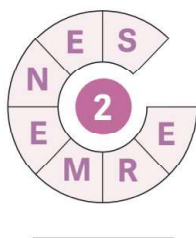
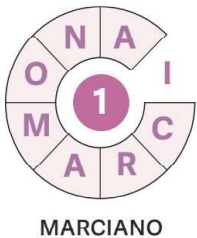
Verticales

1. Demostraba, probaba. Kilómetro. **2.** Formar eras. Júnteseme. Segunda vocal. **3.** Emitirían rugidos. Trivial. **4.** Anudaba. Cayó nieve. Prefijo de tres. **5.** Dios del Sol. Tejadillo voladizo. Material cerámico. **6.** Suprimir. Mahometana. **7.** Símbolo del uranio. Cierta infusión. Forma una masa. **8.** Impuesto de Bienes Inmuebles. Caminarán. Nota musical. **9.** Vaso sagrado. Repetid. Quinientos romanos. **10.** Preposición. Habitar, residir. Seco. **11.** Piel curtida. Labráis. Océano. **12.** Dijerais que no. Disputa. **13.** Sombrero rojo, de cardenal. Células sexuales. **14.** Ocupada, completa. Aburriese mucho.



PALABRAS ENROSCADAS

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



SOLUCIONES

Horizontales:

1. Jeraquien. **2.** Urtai. **3.** Saga. **4.** Tributo. **5.** I. **6.** Fui. **7.** Brea. **8.** Ramalazo. **9.** A. **10.** B. **11.** C. **12.** D. **13.** E. **14.** F.

Verticales:

1. Justificaba. **2.** Erra. **3.** Rugirán. **4.** Ataba. **5.** Nevó. **6.** Tri. **7.** U. **8.** Polio. **9.** Amasa. **10.** G. **11.** Quitar. **12.** Ra. **13.** Umbela. **14.** Gres. **15.** Capelo. **16.** Napa. **17.** Rifa. **18.** Capelo. **19.** Gametos. **20.** Llena. **21.** Hastiase.

Horóscopo



Máxima
de Holanda
(54).

TAURO

20 abril-20 mayo

Entras en un periodo en el que **los astros te garantizan un gran poder de concentración y profundidad de pensamiento**. Utilízalo para reflexionar sobre la posibilidad de iniciar una relación sentimental que te genera algunas dudas. Se te presentará la posibilidad de asociarte en un negocio relacionado con algo que te apasiona, aunque no serás la única interesada. Prepara un proyecto que sea muy atractivo para tener más opciones.

ARIES

21 marzo-19 abril

Te espera alguna dificultad financiera, aunque tus iniciativas comerciales empezarán ahora a alcanzar éxito. No dejes nada a merced de la inercia, pon tus cinco sentidos en todo lo que hagas. **Te reencontrarás con personas muy queridas**, es un buen momento para que retomes ciertas relaciones.

GÉMINIS

21 mayo-20 junio

Estos días inicias una etapa de sanación espiritual. **Aparecerán en tu vida personas muy optimistas** y llenas de energía que te ayudarán a verlo todo de forma más positiva. Te liberarán del aura de negatividad que te envolvía y te devolverán las ganas de abrir de nuevo tus puertas al amor.

CÁNCER

21 junio-22 julio

Tu signo recibirá esta semana una intensa influencia planetaria que podría verse algo merma durante el día 20 por influjo de la Luna en su cuarto menguante. Aprovecha las jornadas previas para poner en orden los asuntos que te están inquietando. **Buen momento para reconducir temas.**

LEO

23 julio-22 agosto

Entras en un ciclo de espiritualidad y apertura de consciencia que cambiará tus perspectivas. Verás las dificultades como oportunidades de progreso. **Evolucionarás en todos los aspectos, sobre todo en el amor.** Sea cual sea tu situación sentimental, te espera una semana idílica.

VIRGO

23 agosto-22 sept

Las adversidades económicas tocan a su fin. Entras en un periodo de estabilidad que te permitirá relajarte. En el ámbito profesional, confía en tu intuición, tus sospechas quizá no son infundadas. En el amor te espera una semana complicada, no dejes que el orgullo te aleje de la persona que amas.

LIBRA

23 sept-22 octubre

Se producirán ahora cambios que esperabas desde hace mucho. En lo sentimental, **si amas a alguien que no es libre, calibra bien las consecuencias.** Esta persona podría acercarse a ti en busca de apoyo emocional, pero nada más. No te ilusiones ni te hagas películas, espera que se manifieste.

ESCORPIO

23 oct-21 nov

Estarás bajo el influjo de eventos cósmicos que aumentarán tu capacidad de adaptación en situaciones imprevistas. **En lo sentimental, aparecen nubarrones.** Descubrirás aspectos menos positivos en la persona que amas. No te conviene arrepentirte de nada, ni tampoco guardar rencor hacia nadie.

SAGITARIO

22 nov-20 dic

Te esperan agradables sorpresas, incluida la posibilidad de viajar por trabajo. En dicho desplazamiento podrías conocer a alguien que te impactará mucho. Esta relación podría consolidarse y perdurar. No rechaces nada porque todo te conduce a la estabilidad material y emocional.

CAPRICORNIO

21 dic-20 de enero

Recibirás una propuesta deslumbrante. Cuidado, esconde intenciones poco honestas. **Algunos amigos te advertirán, hazles caso.** En lo sentimental, percibirás que has invertido tiempo y esfuerzo en alguien que no lo merece. Libérate y deja espacio para que el verdadero amor llegue a tu vida.

ACUARIO

21 enero-19 febrero

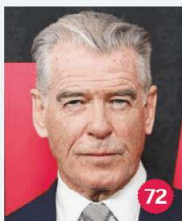
Los temas económicos están bien auspiciados hasta el día 20, cuando la Luna en su cuarto menguante transitando por tu signo restará fuerza a esta buena racha. No bajes la guardia. **Tu prestigio profesional mejorará.** Será buena semana para reconciliaciones, incluso si se trata de tu ex.

PISCIS

20 febrero-20 marzo

La influencia de una conjunción astral favorable incrementará en estos días tu romanticismo y sensibilidad. **Tu empatía estará fuera de límites,** lo que te granjeará muchos afectos. Este estado de ánimo, sin embargo, no propicia la toma de decisiones. Recupera antes el espíritu analítico.

PERSONAJES QUE TAMBIÉN CUMPLEN AÑOS



PIERCE
BROSNAN



CHRISTIAN
GÁLVEZ



LORENA
VAN HEERDE



JON
KORTAJARENA



ARANCHA
DEL SOL

Rafaela Vilchez
Vidente Natural

Auténtica experta en temas de amor

981 010 407
SOLO 0,60 CTS X MIN

Tu consejera amiga. De ti a ti

806 450 223
Consultas claras y precisas

coste máximo: red fija: 1,21 red móvil: 1,57 €/min. IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio ofrecido por Regalos de Voz Iran y Eric SL Ap. Correos 643870 Amposta

ALICIA GALVÁN

PREDICCIONES 2025

LA MAGIA COMIENZA CONTIGO

922 679 362
806 514 514

Coste 806: 1,21 €/min, red fija, 1,57 €/min. red móvil. IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio prestado por Alejada S.L., Apartado de Correos 145. Código Postal 38200. Tenerife.

Feliz cumpleaños



Triunfó en el Festival de Sanremo con 18 años



Una de las grandes voces de Italia y estrella de televisión

Laura, que nació el 16 de mayo de 1972, ha triunfado también en televisión como jurado en programas como 'La Voz' y 'Factor X'.



LAURA PAUSINI

CUMPLE 51 AÑOS Y 20 DE AMOR JUNTO A PAOLO CARTA

La cantante italiana, que acaba de celebrar sus 30 años de carrera, vive volcada en su marido y en su hija de 12 años

Tenía solo 18 años cuando ganó un Festival de Sanremo que supuso el inicio de una carrera llena de éxitos. Hoy, a punto de soplar las velas de su 51 cumpleaños, Laura Pausini acaba de celebrar sus 30 años en el escenario con una gira internacional en la que ha contado con el apoyo de su familia. Paolo Carta, con quien se casó hace dos años tras 18 de relación, y su hija, de 12 años, son, sin duda, el otro gran éxito de Laura. "Nada tiene sentido sin mi familia. No importa lo que vivas si no tienes con quién compartirlo", dice. **L**

Laura comparte su vida con el músico Paolo Carta (61) desde hace 20 años. La pareja, que tiene una hija de 12, se casó en 2023.





la familia DE LA TELE

De lunes a viernes en las tardes de La 1

1

rtve play



rtve

La que quieres

Ritual Diario de Salud Íntima de Pompeia Life®

La excelencia en higiene íntima y salud sexual femeninas

Paso 1

Fiore di Pompeia®

Lavado íntimo suave, respetuoso y nutritivo gracias a su fórmula exclusiva elaborada con **8 activos botánicos**.

Sin jabón, con tensioactivos suaves y rango de pH 4,5-5,5, afín a la zona íntima femenina.



Paso 2

Olevm íntimo di Pompeia®

Hidratación, protección y regeneración gracias a su fórmula exclusiva pionera con **6 activos botánicos**.

Premio CLARA 2024

Mejor Tratamiento Específico Corporal



Ayuda a prevenir y tratar afecciones como irritación, sequedad, hongos, cistitis, etc.



Acción combinada de 13 activos botánicos de grado terapéutico



Recomendado por ginecólogos desde hace más de 20 años

