



# 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](http://naturhouse.es/centros) →



 **NATURHOUSE** 

 /naturhousespain

 /spain.naturhouse

[www.naturhouse.es](http://www.naturhouse.es)

MÁS DE 30 AÑOS DE EXPERIENCIA EN LA PÉRDIDA DE PESO



PÁGINA  
**34**

**MARIANA GÓMEZ, DE 'LA REINA DEL FLOW': 'MI PRIMER GRAN PAPEL LLEGÓ EN EL MOMENTO JUSTO, SOLO TENIA 16 EUROS EN EL BANCO'**



PÁGINA  
**80**

**ALEJANDRA RUBIO CONTRA SU TÍA CARMEN: 'ES SUBNORMAL Y PUNTO'**

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



x.com/byneontelegram

**4 Melody, tras la polémica de Eurovisión:** se merecía más.

**10 El drama familiar de Melody** más allá del festival.

**14 La Reina Letizia** deslumbra en la misa de León XIV.

**22 Máxima de Holanda** luce la misma talla que hace 15 años.

**32 María José Suárez** luce tipazo a los 50.

**40 Cayetana Guillén Cuervo:** noche de gala en familia.

**66 Christian Toro:** "Tengo todo lo que necesito para ser feliz, y eso a veces asusta".

**70 Marc Clotet y Natalia Sánchez,** una pareja solidaria.

**72 Mónica Cruz:** "Mi hija me lo ha puesto muy fácil".

**74 Televisión:** Noticias, entrevistas, reportajes...

**82 Marta Peñate y Tony Spina,** la viva imagen de la felicidad.

**84 Isabel Pantoja** pierde a su más fiel confidente, Celeste.

**94 Eugenia Martínez de Irujo y Miguel Báez 'El Litri':** pasión y celos.

**98 Así hemos cambiado:** Paloma Lago.

y además no te pierdas...



Fascículo 16

\*no disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL



PÁGINA  
**86**

**HEIDI KLUM, RADIANTE EN CANNES.**



Tik Tok  
@semana\_revista



Facebook  
facebook.com/semana.es



Twitter  
@semana\_revista



Instagram  
@semana\_revista



"Me quedo con el amor, el cariño y el respeto que todos los países han mostrado detrás de cámara hacia nuestro trabajo"

"Estoy feliz porque el amor está por encima de todo. Y que viva el arte y la música", dice la sevillana

Melody lo dio todo sobre el escenario de Basilea, que coreaba entusiasmado su *Diva*. La artista acabó su actuación con una voltereta.

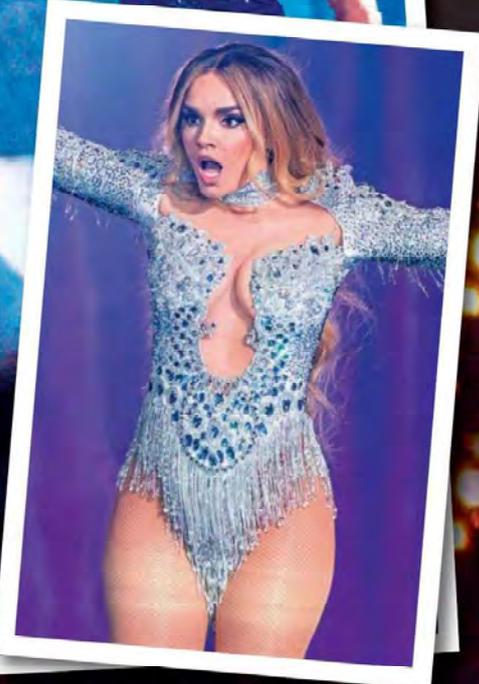


# Se merecía mucho más. Melody: "A veces prevalecen otras cosas"

La representante española en Eurovisión quedó antepenúltima, una posición que se considera injusta, lo que reabre el debate de si debiéramos retirarnos del festival. Austria ganó este año, mientras que Israel quedó en segundo lugar



Melody actuó en sexta posición, derrochando técnica y talento.



**S** hay algo en España que no deja de repetirse desde el pasado sábado por la noche es lo siguiente: "Qué injusto se ha sido con Melody. No se lo merece. Se merecía mucho más". Son muchos los años que nos hemos llevado cierta decepción con el resultado de Eurovisión, pero tal vez nunca ha sido tan fuerte como este año. Y, por supuesto, en SEMANA también consideramos que Melody se merecía mucho más.

La española defendió con maestría su canción y demostró sus tablas sobre el



### AUSTRIA GANA CON SU ÓPERA

**Era uno de los favoritos desde el principio.** Con solo 24 años, JJ, cuyo nombre real es Johannes Pietsch, se llevó el micrófono de cristal en una final agónica que se resolvió en el último minuto. Por cierto, la original puesta en escena era obra del director artístico español Sergio Jaén.

**Wasted Love es una ópera pop que JJ, que alcanza notas de soprano, bordó.** El joven artista inició su prometedora carrera musical en 2020 participando en *La Voz Reino Unido*. Es la tercera vez que Austria gana Eurovisión.



estadio St. Jakobshalle de Basilea (Suiza), escenario de la 69 edición del festival. Melody lo dio todo, haciendo incluso el ya famoso movimiento de helicóptero con su melena. Pero nuestra propuesta no convenció ni al jurado profesional europeo, que nos concedió solo 27 puntos, ni mucho menos al jurado popular que nos dio unos míseros 10 puntos.

En total 37 puntos, lejísimos de los 436 puntos que se llevó el país ganador, Austria, y su representante JJ con su ópera pop *Wasted Love*.

Siempre hay polémica, porque el resultado final nunca convence a todos, pero este año ha sido especialmente doloroso. Porque nuestra *Diva*, no se merecía quedar en el puesto 24, el antepenúltimo, del ranking.

### "Una curranta"

Pero al margen de su gran actuación y de una canción que ha ido calando en los eurofans y subiendo poco a poco en las apuestas, según dicen a SEMANA desde el equipo de RTVE, que ha trabajado con ella estos meses, todos estaban encantados con el trabajo de Melody.

"Su actitud ha sido excepcional. Es una curranta y desde el minuto uno se puso en manos de la organización y se dejó llevar. Nunca ha dicho 'no' a nada; al contrario, cada vez que se le pedía algo el 'sí' iba por delante. Jamás se ha quejado, siempre ha reído a favor de obra y su predisposición ha sido magnífica. Es una profesional y se ha comportado como tal. Tenía muy claro que iba a trabajar para defender su 'Diva' con uñas y

dientes. Ojalá pudiéramos decir lo mismo de los representantes de otros años. Trabajar con Melody todos estos meses ha sido maravilloso", nos aseguran.

### ¿Daño colateral?

En segundo lugar quedó Israel con Yuval Raphael y su *New Day Will Rise* y con ellos, una vez más, llegó el escándalo. Porque para muchos, toda la polémica de esta edición tiene mucho que ver con la participación israelí en el festival, algo que por otra parte se viene cuestionando desde hace tiempo.

La cuestión es que una vez más, la política se ha colado en la ecuación, algo que por otro lado muchos consideran inevitable, convirtiendo un certamen que pretende ser apolítico en todo lo contrario.

### "Melody es una profesional. Ojalá pudiéramos decir lo mismo de los representantes de otros años", nos dicen desde RTVE

Porque no se trata solo de un certamen musical en el que participan países de toda Europa (y Australia), el Festival de Eurovisión es mucho más, es un fenómeno social que genera pasiones y odios y en el que, como en la vida, es muy difícil a veces separar las cosas.

Ella mismo lo reconocía poco después de su actuación, cansada pero orgullosa del trabajo realizado. "Me quedo con el amor, el cariño y el respeto que todos los países han mostrado detrás de cámara hacia nuestro trabajo. Estoy feliz porque el amor está por encima ▶▶▶



### ISRAEL, SEGUNDO LUGAR ENVUELTO EN POLÉMICA

Yuval Raphaely y su *New Day Will Rise* tuvieron una fría acogida en su actuación en directo, algo para lo que estaban preparados ya que los días previos ensayaban entre abucheos para aguantar la presión... Pasaron del puesto 20 al segundo lugar gracias al televoto.



En el desfile inaugural cada participante lució su bandera. Melody se atrevió incluso con un pase torero.

**Aunque Melody se mostró satisfecha de su actuación, no pudo esconder la pena cuando vio que los votos no la acompañaban. Consiguió 27 del jurado profesional y solo 10 del popular. Una injusticia**

Al día siguiente, la televisión de Israel se quejó a la UER y esta a su vez avisó a la delegación española de que si volvían a hacer lo mismo en la final serían multados. ¿Y qué pasó? Pues que justo antes de empezar la retransmisión se vio un rótulo en español y en inglés en el que se leía: "Frente a los derechos humanos, el silencio no es una opción. Paz y Justicia para Palestina". Nada más. Y nada menos.

Si al final todo es política, como se lamentan muchos, aquí la gran perjudicada ha sido Melody, que ha visto cómo meses de esfuerzo y trabajo y cómo años de trayectoria profesional impecable quedaban relegados a un segundo plano.

### Votos y teorías

Falta decir que el televoto popular de los españoles dio los 12 puntos a Israel y el jurado profesional no le dio ninguno. Por cierto, el año pasado ocurrió lo mismo, y los 12 puntos del televoto popular español también fueron para Israel. Curioso.

Y es ahora cuando hay que hablar de la otra teoría, la menos popular. Se trata de asumir que por lo que sea, las propuestas españolas no terminan de cuajar en Eurovisión, visto el palmarés de los últimos años.

Porque desde 2005 solo hemos quedado tres veces entre los diez primeros: en 2012 con Pastora Soler (décimo lugar); en 2014 con Ruth Lorenzo (también décimo) y en 2022 con Chanel (en tercer puesto). El resto nos han colocado siempre al final de la tabla.

Salvo el *petardazo* que dio Chanel, que rozó la gloria

▶▶▶ de todo. Y que viva el arte y la música, aunque a veces prevalecen otras cosas", decía, algo triste.

Y al final Melody se ha convertido en la víctima involuntaria de todo esto. ¿Nos han castigado? ¿Por qué?

Una de las teorías es porque en la segunda semifinal de Eurovisión, en la que participaba Israel, los comentaristas españoles, Tony Aguilar y Julia Varela, recordaron la petición de RTVE de solicitar un debate sobre la participación de Israel en el festival, hablaron de la guerra de Gaza y recordaron a las miles de víctimas.



**La delegación española ha pedido una auditoría del televoto tras la sorpresa, tan negativa, de los resultados recibidos**

con su *SloMo* en una edición que ganó Ucrania (para muchos también injustamente y por cuestiones, otra vez, políticas), algo pasa. Hemos probado con baladas, con temas pop, propuestas más alternativas, más folclóricas... y nada parece funcionar.

#### **Un golpe en la mesa**

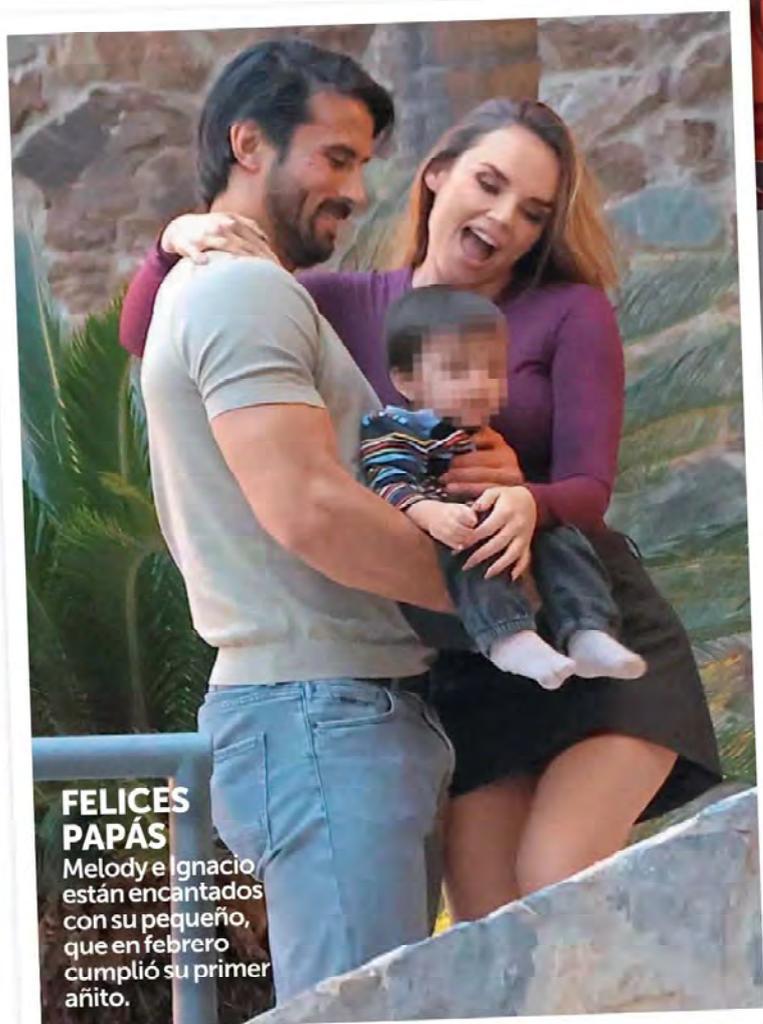
Por eso hay quien dice que España debería dar un golpe en la mesa y plantear seriamente no participar en Eurovisión, evitando así estos disgustos, y el coste económico, que no es poco.

No nos extraña que Melody esté triste y enfadada con el resultado. Muchos de los casi 6 millones de espectadores españoles (el festival consiguió un gran 50,1% de share) también lo están.

Y por cierto, los países que nos votaron en el jurado profesional fueron Albania, que nos dio 10 puntos; Azerbaián, Malta y Francia, que nos dieron 5 y Suecia, que nos dio 2. Gracias. ■

# El drama familiar de Melody más allá de Eurovisión

Al margen de su controvertida derrota, la artista se enfrenta a un duro momento personal



## FELICES PAPÁS

Melody e Ignacio están encantados con su pequeño, que en febrero cumplió su primer añito.



La cantante siempre ha asegurado que para ella la familia es lo primero.

**D**E su boca solo salen palabras de agradecimiento por el apoyo y cariño recibido y, a pesar de todo, no ha perdido la sonrisa, aunque sí una pizca del brillo de sus ojos. Y es que, hasta *las divas más valientes y poderosas* como Melody (34) tienen derecho a sentirse tristes y desilusionadas, sobre todo cuando el esfuerzo realizado no se ha visto recompensado en resultados al quedar la antepenúltima en el Festival de Eurovisión.

Esta decepción por un resultado que nadie esperaba y, sobre todo, el gran enfado que tiene por las cosas que han sucedido y que ella considera que la han afectado negativamente, ha hecho que haya cancelado la agenda que tenía prevista con RTVE tras finalizar el festival, como es la rueda de prensa para los medios de comunicación y su participación el lunes en *La Revuelta*, el programa de David Broncano.

Pero ella decidió anular todo. Incluso, decidió no volver a Madrid con la delegación de TVE, como estaba previsto, y se cogió otro vuelo más tarde para ir a Málaga sola con su marido. "El cabreo que tiene es brutal", nos aseguran. "Culpa a terceros de lo ocurrido y considera que se ha tirado por tierra meses de duro trabajo". De hecho, es tal el malestar que tiene que ha decidido cancelar un importante viaje familiar que tenían ya reservado porque considera que tiene que ir más relajada y dejando antes algunas cosas claras en España.

### Viaje pospuesto

Según ha podido saber SEMANA, Melody viajaba este martes 20 a Argentina, a Buenos Aires para ser más exactos, junto a su pareja, Ignacio Batallán, y su pequeño. Era un

viaje que tenían comprometido con la familia de él desde hace tiempo.

Tras convertirse en padres en febrero del pasado año, Melody e Ignacio, que residen en la provincia de Málaga, prometieron viajar a Argentina para que los padres de él conocieran a su pequeño. Pero este viaje no se pudo llevar a cabo debido a los compromisos profesionales de Melody. Desgraciadamente, el padre de Ignacio falleció el pasado mes de noviembre sin haber podido conocer a su nieto. Una circunstancia que entristeció enormemente a la pareja.

Pasado el suceso, Melody e Ignacio planearon un nuevo viaje a Argentina para que al menos la abuela del pequeño pudiera conocer y abrazar a su nieto. Sin embargo, al ganar el Benidorm Fest y convertirse en la representante de España en Eurovisión, tuvieron que posponer ese viaje para después del certamen.

### El varapalo

Pero hace unas semanas la madre de Ignacio sufría complicaciones de salud y la pareja decidía, con la autorización de TVE, fijar su viaje a Argentina para este martes 20 de mayo, tres días después del festival y tras haber cumplido su compromiso de la rueda de prensa y su participación en *La Revuelta*.

No querían esperar más. Es un viaje que han ido retrasando por los compromisos profesionales de la cantante y no querían demorar más de lo justo y necesario el encuentro entre la abuela y el nieto. "La artista iba a renunciar a algunos compromisos televisivos para poder viajar cuanto antes a Argentina", nos aseguran.

Sin embargo, según indican a SEMANA, el varapalo de



Melody llegó al aeropuerto de Málaga acompañada por su pareja.

Eurovisión lo ha cambiado todo. "Melody e Ignacio no se encuentran con el ánimo de realizar este viaje y prefieren esperar unos días para volar a Buenos Aires. Además de rebajar la tensión con la que han venido desde Basilea, quieren tratar en persona lo ocurrido en España durante la retransmisión del festival y que considera le ha perjudicado mucho".

### Junto a los suyos

Mientras las aguas se calman, se analiza lo ocurrido y se reorganizan las agendas, la cantante ha decidido irse unos días a su casa para disfrutar de su hijo y del calor de los suyos, a los que ahora necesita más que nunca. "No

os preocupéis que yo haré una rueda de prensa. Me he venido para acá (Málaga) porque hace mucho tiempo que estoy sin mi niño; dos semanas y ya me toca. Lo primero para mí era estar con él unos días tranquilita, recuperar energía y ver a mi madre y a mi padre, que no han podido acompañarme en el festival", decía la artista, acompañada de su pareja, a su llegada al aeropuerto de Málaga proveniente de Basilea.

Una estancia en su hogar, rodeada de los suyos, en la que además de cargar pilas, esperamos que Melody pueda cuadrar su agenda personal y profesional y por fin realizar ese viaje, como es su deseo. ■

REVLON

# Luce tu pelo como recién teñido durante 8 semanas

Revlon descubre a nuestras lectoras el ritual para conseguirlo utilizando su tinte y la nueva Mascarilla potenciadora de color ColorStay



REVLON COLORSTAY, LA COLORACIÓN PERMANENTE DE LARGA DURACIÓN Y SU

# REVLON COLORSTAY™

Podrás escoger entre 16 tonalidades distintas. Seguro que encuentras la tuya. Te verás y sentirás mucho mejor.

¡Qué bonito queda el pelo recién teñido! ¡Y qué poco dura esa alegría! En algunas semanas, el color está más apagado y a veces el tono se ve diferente que el día de la coloración, con canas despuntando aquí y allá, y hasta con una textura más áspera. Te suena, ¿verdad? A Montse e Ivana, dos de nuestras lectoras, también. Por eso salieron encantadas del taller en el que Revlon les presentó su última novedad en coloración.

**TINTE IMPECABLE 8 SEMANAS**  
Según explicó durante el taller María García, experta en I+D de Revlon, se trata de un kit de coloración permanente en crema distinto a todos los demás que hay en el mercado. "Se diferencia por incluir una mascarilla para aplicar entre coloraciones que logra alargar la intensidad del color hasta 8 semanas".

## EL RITUAL PARA LOGRARLO

"¿Pero cómo funciona?", "¿De verdad es tan efectivo como parece?", preguntaban incrédulas nuestras lectoras. Y lo cierto es que no puede ser más fácil.

### Primero: teñir y sellar el color

Como con cualquier otro kit de coloración, debemos juntar el revelador y el colorante, aplicar la mezcla sobre el cabello y esperar 30 minutos. Luego aclaramos y usamos un acondicionador, incluido en el kit, que crea una capa protectora alrededor de la cutícula y fija el color.

### Después: llega la gran novedad

Reaviva el color en 5 minutos entre coloraciones! La mascarilla incluida en el kit se usa entre coloraciones para recuperar el color como el primer día. Además, ahora también se vende por separado en formato tubo y está disponible en 6 tonos para cubrir la mayoría de las tonalidades.

## FÓRMULA DE ALTO RENDIMIENTO

Tanto el tinte como la mascarilla son veganos y su fórmula ultra-nutritiva combina aceite de macadamia y manteca de murumuru de origen 100% natural. La mascarilla contiene vitamina E (antioxidante) y provitamina B5 (hidratante).



Tinte, sachet incluido en el tinte y mascarilla.

## La reacción de nuestras lectoras



"Es un alivio. Por fin algo que neutraliza ese tono que cogen en seguida los rojizos que suelo usar. Puedo mantener el color de mi pelo sin volver a teñirme"

IVANA (41)

"Me parece superpráctico poder alargar el efecto del tinte y que mi color se vea bonito y brillante durante más tiempo solo con usar una mascarilla"

MONTSE (48)





La Reina llevó la mantilla blanca con blonda sobre la cabeza sin peineta.

# La Reina Letizia deslumbra en la misa de León XIV

Radiante y elegantísima de blanco, acudió junto al Rey Felipe a la ceremonia de inicio del pontificado

La Reina eligió un perfecto vestido midi de manga larga y cuello redondo, con mantilla de encaje.



Los Reyes se sentaron en primera fila, entre la delegación de Arabia Saudí y los príncipes Alois y Sofía de Liechtenstein.



Intercambiaron confidencias en algunos momentos de la ceremonia.

**T**RES semanas después de acudir en la plaza de San Pedro al funeral del Papa Francisco, los Reyes de España volvieron a Roma para acudir a la misa de comienzo del pontificado de León XIV en el mismo lugar. Junto a ellos, 150 delegaciones de jefes de Estado y dirigentes de todo el mundo, que acompañaron al pontífice en el comienzo de esta nueva era.

Al igual que sucedió en el funeral, Doña Letizia volvió a destacar por su elegancia, con un impecable estilismo en el que hizo valer el 'privilegio del blanco' del que solo pueden hacer uso las reinas católicas y consortes ▶▶▶



A lo largo de la liturgia, los Reyes protagonizaron imágenes de gran cercanía.



Don Felipe y Doña Letizia siguieron atentos la ceremonia con el leccionario en la mano.

## OTRAS ROYALS

A la solemne misa en la Plaza de San Pedro acudieron otras royals, que al igual que Letizia, se acogieron al 'privège du blanc' por ser reinas consortes católicas. Lo hicieron Charlene de Mónaco, Matilde de Bélgica y María Teresa de Luxemburgo.

La princesa Victoria de Suecia, que también acudió, tuvo que llevar el traje negro que se exige al resto de las mujeres.





León XIV se dio un baño de multitudes durante su recorrido en el papamóvil por una plaza de San Pedro abarrotada.



El Papa en el momento de recibir el palio (estola de lana de cordero), símbolo del poder pontificio.

▶▶▶ cuando están ante el Papa (a excepción de los funerales), frente al resto de las mujeres que deben vestir de negro.

Este privilegio es una concesión a las reinas y consortes católicas como símbolo de agradecimiento a las casas reales que se mantuvieron fieles a la Iglesia católica cuando otros reinos se convirtieron a las iglesias protestantes.

La Reina Letizia eligió un vestido que cumplía con todos los requisitos del protocolo (cuello cerrado, largo midi, manga larga) y una mantilla sobre la cabeza pero sin teja, a diferencia de su suegra, la Reina Sofía, que sí hace uso de ella. Por su

parte, el Rey Felipe vistió el uniforme de gran etiqueta de capitán general del Ejército de Tierra, junto con el

**A la misa de inicio del pontificado de León XIV acudieron 200.000 fieles que llenaron la plaza de San Pedro y alrededores**

Toisón de Oro, la más alta condecoración que otorga la Casa Real, la banda de la Orden de Carlos III y otras condecoraciones.

Los Reyes ocuparon su lugar en la primera fila, entre las delegaciones de ▶▶▶

►►► Emiratos Árabes y los príncipes Alois y Sofía de Liechtenstein. Junto a ellos, también en un lugar preferente, Felipe y Matilde, reyes de los belgas; Alberto y Charlene de Mónaco y los Grandes duques de Luxemburgo, Enrique y María Teresa.

Antes de comenzar la misa, León XIV recorrió en el papamóvil la abarrotada plaza de San Pedro, recibiendo el calor de los miles de fieles.

### Simbolismo

La ceremonia, celebrada en la misma plaza, estuvo cargada de simbolismo. Uno de los momentos más importantes llegó cuando León XIV recibió el palio (una estola

### En el encuentro que los Reyes tuvieron con León XIV tras la misa, invitaron al nuevo pontífice a visitar nuestro país

de lana blanca que representa el peso del 'rebaño' sobre los hombros del pastor), y el anillo del pescador, ambos símbolos del poder pontificio.

Por su expreso deseo, este último le fue impuesto por el cardenal filipino Luis Antonio Tagle, quien fue uno de los candidatos favoritos para suceder al Papa Francisco. Cuando León XIV tuvo el anillo en su dedo lo miró durante unos instantes al borde de las lágrimas, mientras la plaza rompió en un sonoro aplauso.

Una vez finalizada la solemne ceremonia de la misa, León XIV recibió a las distintas delegaciones en el interior de la basílica de San Pedro. Un encuentro breve, debido al gran número de personalidades, pero que en el caso de nuestros Reyes fue algo más extenso, cerca



Los Reyes cumplieron fielmente con el protocolo en cuanto a vestimenta que fijan estos solemnes actos.

La Reina estrenó un elegante vestido midi de la firma Redondo Brand y lució pendientes de brillantes y perla

El Rey vistió el uniforme de capitán general del Ejército de Tierra, junto con el Toisón de Oro y otras condecoraciones

Tras las  
solemne misa,  
los Reyes  
saludaron al  
Papa León XIV  
en el interior  
de la Basílica  
de San Pedro.



de los 50 segundos, y estuvo repleto de sonrisas y gestos de gran afecto.

Según confirmaron fuentes de Casa Real, los monarcas "han transmitido a su Santidad el Papa la felicitación y los mejores deseos en nombre del pueblo español, del Gobierno y de la Familia Real para un venturoso pontificado y que esperan verle pronto por España".

El último Papa que visitó nuestro país fue Benedicto XIV, que estuvo en España en tres ocasiones, la última en 2011. En cambio el Papa Francisco nunca visitó nuestro país, aunque en varias ocasiones manifestó su deseo de viajar a las Islas Canarias, por el tema de la crisis migratoria.

Fotos: Agencias

## EL PRIVILEGIO DEL BLANCO



Tanto la Reina Letizia como la Reina Sofía cumplieron con el privilegio de vestir de blanco ante los distintos pontífices. La Reina emérita lo hizo en 2005 en la misa de inicio de pontificado de Benedicto XVI, aunque ella llevó la mantilla con teja.

En las audiencias que tuvieron con el Papa Francisco en el Vaticano, en abril y junio de 2014 respectivamente, también fueron de blanco.





**Nuestros  
valores  
no están  
en venta.**

**El aceite  
de nuestra  
cooperativa,  
sí.**

Compra lo tuyo.  
Defiende lo nuestro.



# Máxima de Holanda luce la misma talla que hace 15 años

ENLACE AL CANAL

[x.com/byneontelegram](https://x.com/byneontelegram)

O escanea el código QR:



La soberana de los Países Bajos sorprendió en la cena del Cuerpo Diplomático con un vestido que estrenó en 2010 y unas espectacular joyas de diamantes y perlas

**L**A reina de los Países Bajos ha vuelto a sorprendernos con su estilo de "más es más". Es decir, barroco, ampuloso y espectacular.

La presencia de Máxima en la tradicional cena con el Cuerpo Diplomático, en el Palacio Real de Ámsterdam, cumplió con todo eso y nos devolvió una soberana en esplendor. Y además con la misma talla que hace 15 años, pues de 2010 era su impresionante vestido largo.

## Fondo de armario

Un diseño de Jan Taminiau, uno de sus favoritos, que estrenó en la celebración del Día del Rey de aquel año y que ahora ha recuperado volviendo a causar sensa-

Máxima, muy sonriente para hacer un brindis con los representantes diplomáticos.



EN EL DÍA  
DEL REY  
DE 2010



Máxima, radiante con un vestido de Jan Taminiau, ha cumplido 54 años el pasado 17 de mayo.

## La reina acababa de visitar en privado la Feria de Abril de Sevilla, aunque esta vez no se vistió de flamenca

ción. Máxima no podía estar más radiante. Pero si el vestido era importante, no menos su tiara. Una pieza que se realizó en 1900 para la reina Guillermina, basada en otra pieza previa que perteneció a la gran duquesa Ana Pavlovna de Rusia. La tiara lleva diamantes y va rematada con seis perlas, siendo cuatro de ellas del siglo XVII.

Máxima de Holanda regresaba a palacio tras una breve escapada en solitario a la Feria de Abril de Sevilla, donde hace más de 20 años conoció al entonces príncipe Guillermo, hoy su esposo. ■

## Clara Lago y José Lucena afianzan su reelación por las calles de Madrid

● Felices, cómplices y muy enamorados, así podría describirse el momento que están viviendo Clara Lago (35) y su chico. La actriz ha sido vista paseando por las calles de Madrid junto a su pareja, José Lucena, con quien mantiene una sólida y bonita historia de amor desde que se hiciera pública su relación en 2021.

En un ambiente relajado, la actriz se mostró también atenta a su teléfono móvil, mientras caminaba junto a José.



## Nuria Fergó y Juan Pablo Lauro rompen su relación

● El 2025 está siendo un año para el olvido para Nuria Fergó (46). Tras el fallecimiento de su padre, la cantante ha tenido que hacer frente a un nuevo varapalo: su ruptura con Juan Pablo Lauro (41) tras tres años de noviazgo. Una ruptura que trae consigo la cancelación de su boda que tenían previsto en un futuro.



## El Rey Juan Carlos planta a Revilla

● La nueva visita del Rey emérito a Sanxenxo (Pontevedra), donde disfrutó viendo las regatas, estuvo marcada por el acto de conciliación con Miguel Ángel Revilla (82), al que demandó por expresiones calumniosas e injuriosas. Don Juan Carlos (87) no acudió a la cita judicial en Santander, que terminó sin acuerdo, tras reafirmarse Revilla en sus opiniones.



## La hípica en Madrid reúne a lo más granado de la sociedad española

● El Club de Campo Villa de Madrid se convirtió durante el pasado fin de semana en el centro de encuentro de algunas de las personalidades más conocidas de nuestro país amantes de la hípica. Desde Marta Ortega (41), acompañada por su familia; al alcalde de Madrid, José Luis Martínez Almeida (50) y Teresa Urquijo (28), que ya cuentan los días para convertirse en padres por primera vez; pasando por Enrique Ponce (53) o Mar Saura (49), ninguno quiso perderse las pruebas del Longines Global Champions Tour, la competición ecuestre más importante del mundo.



## Sheila Devil, una 'hija de' sin rumbo

● La vida de la hija de Camilo Sesto no termina de reconducirse. Conocida ahora como Sheila, después de que iniciase un proceso de transición para dejar atrás su pasado como Camilo Blanes, la joven vive desde que falleciese el popular cantante en 2019 en una espiral de autodestrucción. En la imagen podemos verla paseando en bicicleta con un atuendo más 'sencillo' de lo que nos tiene acostumbrados en los últimos tiempos. Su madre, Lourdes Ornelas, lucha por sacar a Sheila de las drogas y las malas compañías.



## Lara Álvarez, de nuevo soltera

● La presentadora y su novio, Perico Durán, han puesto fin a su amor tras unos meses de noviazgo. "A veces con quererse no basta y con el mismo respeto y amor con el que hemos mantenido la relación, así lo hemos dejado", comentaba Lara al periodista Javi Hoyos.

La pareja se volvió a reencontrar 13 años después de haber sido novios y retomaron aquello que dejaron en 2011 y que nunca llegó a hacerse público. El destino quiso reunirlos de nuevo en otoño de 2024 pero la bonita historia de amor no ha terminado con final feliz





## Sofía Palazuelo ya luce tripita en su tercer embarazo

● Aprovechando que las lluvias dieron tregua en Madrid, Sofía Palazuelo lució un primaveral vestido que dejaba ver su nueva figura de embarazada. Salió a pasear acompañada de su marido, Fernando Fitz James, y su hija Rosario. La pareja tiene otra niña, Sofía, y esperan ahora un niño.



## La princesa Leonor, en Santo Domingo

● Cinco meses después de iniciar su travesía en el buque Juan Sebastián Elcano, la princesa arribó a República Dominicana. Fue recibida con salvas y fue fotografiada mientras se estaba sola en la torre de mando. El 24 de mayo reanudará el viaje para tomar tierra de nuevo en Nueva York, el último destino antes de volver por fin a España donde sus padres la esperan.

## CUMPLEN AÑOS



**60** ANTONIO CARMONA  
21-05-1965



**53** ARANTXA DEL SOL  
20-05-1972



**92** JOAN COLLINS  
23-05-1933



**74** ANA BELÉN  
27-05-1951

## Nicole Kidman, galardonada

● La labor de Nicole Kidman (57) en favor de las mujeres fue reconocida en la gala de premios Kering Women in Motion, que se entregan en el marco del Festival de Cannes. La actriz estaba espectacular con este Balenciaga de alta costura.



## Isabel Preysler y Tamara Falcó, orgullosas abuela y tía en la graduación del hijo de Chabeli

● Tal y como SEMANA adelantó en su número pasado, Isabel Preysler (74) y Tamara Falcó (43) viajaron hace unos días a Washington para asistir a la graduación de Alejandro (23), el hijo de Chabeli Iglesias (53) y Christian Altaba (58). Un acontecimiento que la familia disfrutó y aprovechó para ponerse al día de sus vidas.

## Aitana y Plex: los rumores de relación se disparan

● Tras semanas jugando al despiste en Japón y en República Dominicana, la nueva aparición juntos de Aitana (25) y el youtuber Plex (23) en un hotel de Nueva York parece apuntar a que entre ellos hay algo más que una amistad.





## Kim Kardashian y Katy Perry se van de despedida

● Unas semanas antes de convertirse en la señora de Jeff Bezos (61), fundador de Amazon, su prometida, Lauren Sánchez (55), ha organizado una glamurosa despedida de soltera con sus amigas, entre las que se encuentran Kim Kardashian (44), su madre Kris Jenner (69), y la cantante Katy Perry (40).

# Cabello a salvo del verano

ziaja

Ziaja presenta su línea capilar antioxidante, pensada para proteger, hidratar y reforzar el cabello durante los meses de verano

Durante el verano, el cabello se expone a múltiples factores que lo debilitan: rayos UV, sal, cloro y cambios de temperatura que alteran su textura y su brillo. Y justo en ese momento, cuando más sufre, buscamos lo contrario: ligereza, naturalidad y menos complicaciones. ¿La buena noticia? Cuidar el pelo sin renunciar a ese estilo desenfadado del verano es posible con una rutina sencilla, eficaz y adaptada a las necesidades de esta época del año. **Y es que Ziaja ha desarrollado una línea capilar antioxidante para proteger, hidratar y fortalecer la melena sin esfuerzo.**

### Tu gama aliada

Cuatro productos veganos, con un alto porcentaje de ingredientes de origen natural, que hidratan, fortalecen y ayudan a mantener el brillo, la suavidad y la salud del cabello durante todo el verano. Entre sus activos destacan los antioxidantes protectores, la biotina, las vitaminas B3, B5 y B6, y el agua termal con minerales. Una fórmula diseñada para defender el cabello de los factores externos y prolongar su aspecto bonito y cuidado.

- ▲ **Spray Moldeador Sea Salt Efecto Ondas Surferas:** proporciona el efecto de tendencia "Messy Hair", un peinado perfectamente despeinado que da una apariencia natural, informal y desenfadada. **PVR: 3,89€**
- ▲ **Champú Micelar:** con micelas limpiadoras y un 93% ingredientes de origen natural. Ideal para cabellos dañados, quebradizos, teñidos, rizados y rebeldes. **PVR: 3,89€**
- ▲ **Mascarilla Capilar:** hidrata, regenera, suaviza, fortalece y aporta brillo y elasticidad al cabello. Moldea los rizos y previene el encrespamiento. **PVR: 4,20€**
- ▲ **Acondicionador Capilar Hialurónico y Bálsamo Corporal:** con una fórmula hialurónica universal para el cuidado del cabello dañado y la piel seca. **PVR: 4,70€**

Disponibles en perfumerías, farmacias, parafarmacias, en tiendas online y en [www.ziaja.es](http://www.ziaja.es)

NÚMERO ESPECIAL  
CON MÁS PÁGINAS

www.semana.es  
**SEMANA**

# AÑOS *contigo*



Junto a ti desde 1940

85 años

# SEMANA

**AÑOS contigo**

Estad leyendo ya novela, María León y el Cometa, el hijo de Antonio Suárez

José Ferrás

Manuel Linares  
Eugenia Curiel

## Las grandes estrellas del cine español

**CARMEN SEVILLA**  
su nombre es leyenda. Fue la primera actriz española en protagonizar una película en color. Su voz se convirtió en un símbolo de la cultura popular española. Su talento y su belleza la convirtieron en una de las grandes estrellas del cine español.

**AÑOS contigo**

El rey de la comedia en España

El rey de la comedia en España

Durante décadas han fascinado a medio mundo. Las royales han sido un referente de belleza, elegancia e incluso de una forma de vida a la que aspirar

## Princesas que nos hicieron soñar

Carolinas de Mónaco es el ejemplo de una etapa que inspiró a las damas de la realeza en España y en Europa

**CAROLINA DE MÓNACO QUE SOÑÓ MILANNO**

**Carolinas**  
La hija de Ramón y Gracia de Mónaco nació el 22 de junio de 1958 en París. Fue bautizada con el nombre de Carolina. La princesa se casó con el príncipe Alberto de Mónaco el 10 de junio de 1974. Carolina fue la primera mujer en ser coronada reina de Mónaco. Carolina fue la primera mujer en ser coronada reina de Mónaco. Carolina fue la primera mujer en ser coronada reina de Mónaco.

**AÑOS contigo**

Los Reyes de España

Los Reyes de España

## Casi un siglo de Casa Real

Las páginas de SEMANA están llenas de historias, recuerdos y momentos que nos han acompañado a lo largo de nuestra vida. Comparte con nosotros tus recuerdos y momentos más especiales.

**Próxima semana en tu quiosco**

La semana que viene en tu quiosco tendrás tu revista SEMANA con más páginas y contenido especial para celebrar nuestro 85 aniversario, ¡no te lo pierdas!

# María José Suárez luce tipazo a los 50

La modelo sevillana ha disfrutado de unos días de descanso y relax junto a su hijo

La modelo jugó a la pelota con su pequeño a la orilla del mar.



**R**ADIANTE, relajada y con una silueta envidiable. Así pudimos ver a María José Suárez disfrutando de una jornada playera en la costa gaditana. La modelo y empresaria sevillana, que recientemente ha cumplido 50 años, demostró estar en uno de sus mejores momentos, tanto a nivel físico como personal.

### María José disfrutó de la playa con su hijo, fruto de su matrimonio con el empresario Jordi Nieto

Con un bikini estampado de dos piezas que resaltaba su figura tonificada, María José se dejó ver en actitud muy cómplice y divertida junto a su hijo Elías, de tan solo ocho años. Madre e hijo compartieron juegos a la orilla del mar, especialmente con la pelota, en una imagen entrañable que demuestra lo feliz que se encuentra en su papel de madre.

#### Momento tranquilo

Esta escapada llega justo en medio de los rumores que han salpicado a la modelo en los últimos días y que no le han sentado nada bien. Se trata de unas imágenes en las que se veía a María José y Cayetano Rivera paseando en compañía de sus respectivos hijos y que desató todo tipo de especulaciones sobre una posible relación.

Sin embargo, la propia María José ha querido zanjar rápidamente el asunto, negando cualquier tipo de vínculo sentimental con el torero y dejando claro que no existe más que una buena amistad. ■



La modelo aprovechó al máximo los primeros días de calor para recargar pilas junto a los suyos.

Con un favorecedor bikini estampado, la sevillana derrochó elegancia y naturalidad bajo el sol gaditano.



# Mariana Gómez, de 'La reina del flow': "Mi primer gran papel llegó en el momento justo, solo tenía 16 euros en el banco"

**A** CABA de cumplir 33 años, pero su historia bien da para dos o tres vidas. A los 17 años sufrió sus primeros ataques de pánico y ansiedad y a los 21 le diagnosticaron una depresión profunda que estuvo a punto de terminar con ella. "Yo sabía que no tenía valor para matarme, pero ¿y si me atropellaba un coche?", nos cuenta.

Mariana Gómez habla de sus problemas de salud mental con una naturalidad que abruma. Mientras se come un sandwich mixto y unas patatas fritas nos recuerda el día que la depresión le hizo dormir tres días enteros mientras su familia enloquecía por no poder localizarla. Le ocurrió mientras estudiaba teatro musical en Nueva York en un intento más por alcanzar sus sueños. Esos que al final sí se cumplieron.

Precisamente estos días ha cumplido uno de ellos: cantar sus propias canciones ante un público que se sabe sus letras. Lo ha hecho en las Islas Canarias, la tierra a la que

llegó hace unos meses para rodar la última temporada de *La reina del Flow*, la serie que la catapultó a la fama.

La que sigue es la historia de una niña que no se rindió nunca. Ni siquiera cuando se lo pidieron. Hoy nos da una entrevista que cree puede hacer llorar a su madre, su principal apoyo en esta travesía. "Le debo todo", dice.

**Mariana, vuestro paso por España con el rodaje de *La Reina del Flow* fue una auténtica locura...**

Absolutamente. Ahí te das cuenta de lo lejos que ha llegado la serie y lo fuerte que ha pegado. Además del rodaje, di algunos conciertos como Mariana Gómez, no como El Huracán Irma (el papel que interpreta en la serie) y ha sido increíble ver cómo la gente se sabía las canciones. Aún sigo en shock.

**Todo el mundo te conoce por tus papeles en televisión, sobre todo, por *La reina del Flow*, pero es que además de actriz eres cantante...**



## EL HURACÁN IRMA

Mariana se ha hecho mundialmente conocida por su papel en *La reina del Flow*. Es uno de los personajes más queridos y además es de las pocas actrices de la serie que canta con su voz y es cantante profesional. Ahora va a sacar un nuevo tema.



Así es, aunque mi relación con la música es extraña porque siempre lo he hecho más por darme el gusto que por otra cosa. Yo saco canciones, las comparto con mi público y ya. La música siempre ha sido mi pasión, pero yo ya no le pongo esa presión de tener que vivir de ella o de tener que ganar dinero.

**Pero llevas cantando desde bien pequeña...**

Sí, desde los cuatro años. De hecho, a los 10 ya grabé mi primer álbum. Lo que pasa es que mi vida ha sido... La música no me ha tratado bien, no es una industria fácil.

**Explicame eso.**

Mira, desde niña yo siempre supe que quería cantar. Lo supe a raíz de ver la película *La novicia rebelde*. Acá la llaman *Sonrisas y lágrimas*, creo, y desde que la vi me di cuenta de que me apasionaba cantar. A los 10 años grabé un disco de villancicos que vendió 15.000 copias y a raíz de ahí ya contactaron con mis padres unos productores para, según ellos, convertirme en estrella, y empezó ese sueño que en ocasiones terminó siendo una pesadilla.

**¿Por qué?**

Porque me vi sola en Bogotá (yo soy de Medellín) tratando de hacerme un hueco en una industria que no me trató bien. Solo tenía 17 años, había dejado los estudios...

**¿Y te arrepientes?**

No. Yo estaba tratando de cumplir mi sueño y vi que ese colegio no podía ayudarme porque no me daban facilidades. A mí solo me gustaba cantar y sentía que iba al colegio a perder el tiempo. Pensaba: "¿Para qué quiero aprender química, ▶▶▶"

▶▶▶ matemáticas, biología... si yo lo que quiero es cantar?" Así que con 17 años me fui sola a Bogotá. Luego, más adelante, me saqué los estudios, pero no me arrepiento de nada e hice el camino que tenía que hacer.

**¿Cómo fue esa etapa en Bogotá?**

Durísima. Ahí empecé con mis problemas de ansiedad... Era una niña adolescente que estaba sola, que empecé a sentir mucha presión por parte de muchas personas que habían depositado demasiadas expectativas en mí. Los recursos por parte de los inversionistas que apostaron por mí se empezaron a agotar y no podía ni comprarme ropa. La jefa de prensa me decía: "No puedes ir vestida siempre con la misma blusita" Fue muy duro, empecé a tener ataques de pánico, vi que hacía de todo menos cantar y, aunque sé que decepcioné a mucha gente, me volví a casa. Bogotá es un monstruo que te devora.

**¿Y después?**

Tuve que decidir qué hacer con mi vida y le dije a mi madre que quería estudiar teatro musical en Nueva York. Naturalmente se rio de mí porque mi familia no podía permitirse algo así, así que empecé a cantar en bares, discotecas... para ahorrar y optar a becas. Finalmente, me cogieron en la New York Film Academy, me dieron la beca y me fui.

**¿Y cómo te fue?**

Peor que en Bogotá. Mira, yo sé que mi madre va a llorar cuando lea esto, pero es que piensa que yo me fui a Nueva York después de haber decepcionado a mucha gente con mi aventura en Bogotá

Con solo 4 años empezó a cantar. Con 10 grabó su primer disco. Y con 17 ya conocía los sabores de la industria musical.

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



La actriz nos cuenta cómo siendo una adolescente dejó su Medellín natal para instalarse en Bogotá: "Lo pasé fatal. Bogotá es una ciudad que te devora"



así que me marché sabiendo que sí o sí tenía que lograrlo. Ya no tenía opción de volver a Colombia...

#### **Demasiada presión...**

Pero cómo no. Aquello fue un esfuerzo muy grande para mi familia. A mi me dieron beca, pero no era suficiente. Tenía que estar allí dos años estudiando y yo me fui con un dinero que me llegaría como para seis meses. Fue un dinero que mi madre me dio diciendo: "Mariana, este es el dinero que teníamos reservado para tus estudios en Colombia. Es todo lo que tenemos. No hay más, así que si elegiste esto, adelante". Y me fui pensando que a los seis meses empezaría a trabajar de cualquier cosa, pero nada más llegar me di de bruces con la realidad: en Estados Unidos no puedes trabajar.

#### **¿Cómo sobreviviste en Nueva York?**

Nueva York fue un infierno. Me tuvieron que operar de un quiste en una cuerda vocal y me quedé muy retrasada respecto a los demás... Estaba mal y empezaron en serio mis problemas de salud mental. Tenía trastornos de ansiedad, desorden alimenticio...

#### **¿Desorden alimenticio?**

Sí, yo comía muy mal porque tenía el dinero tan contado que a lo mejor compraba una caja de cereales y la propia ansiedad me hacía comérmela de un atracón. Entonces me entraba la culpa y vomitaba. Empecé a tener bulimia. Como tampoco tenía dinero para ir a restaurantes, empecé a alimentarme de lo que vendían en las máquinas de la academia y empecé a coger peso. Eso me hizo sentir mal, me hizo creer que no iba a ser exitosa si

estaba gorda y me enfermé. Empecé a sentirme tan débil que no podía ni ir a clase.

#### **Y todo esto sin que tu madre supiera realmente cómo estabas...**

Bueno, en una ocasión pude viajar a Medellín y ahí ya se dieron cuenta realmente de lo mal que estaba. Me llevaron al psiquiatra y comencé con medicación, pero no me sentó bien. Me volví a Nueva York creyendo que esa medicación me ayudaría, pero cada día estaba peor.

#### **¿Peor?**

Sí. Ya llegó un día que vi que ya no podía ni levantarme, no era capaz de hacer nada. A duras penas llegué al metro, pero no fui capaz de subirme al vagón y me fui a casa a llorar. No era capaz de nada y menos aún de decirle a mi

### **Sobre su etapa en Nueva York: "Sufría trastornos de ansiedad y de alimentación. Empecé a tener bulimia"**

madre que no podía más, que quería volverme a casa. Iba a ser la decepción más grande de su vida, así que ese día apagué el celular y dormí durante tres días seguidos. Solo una persona que haya pasado por algo así imagina cómo me sentía yo.

#### **Tenías depresión...**

Me diagnosticaron depresión profunda. Yo sentía que estaba siendo una irresponsable, una perezosa, yo creo mucho en Dios y le pedía perdón por estar desaprovechando la oportunidad que me había dado. Un ▶▶▶



Mariana Gómez se encuentra estos días en nuestro país preparando el lanzamiento de su último tema, una canción inspirada en España.

Vestido: Charo Ruiz. Sombrero: Senser. Joyas: Singularu

▶▶▶ día le dije: "Dios, perdóname, pero me quiero morir. Sé que no soy capaz de hacerlo yo misma, pero ¿y si me pilla un carro?".

**Qué duro. ¿Y te volviste a Colombia?**

Sí. Me fui sin poder hacer casi las maletas y sintiendo que estaba decepcionado a todo el mundo. Había fracasado otra vez.

**¿Has hablado de todo esto con tu madre? Es posible que ella se sienta culpable...**

Creo que nunca he hablado antes tanto de esa presión que sentía por las expectativas que tenía puestas en mí. No es su culpa en absoluto. Ella lo hizo lo mejor que pudo y todo lo que hizo lo hizo por amor, porque quería ayudarme a cumplir un sueño. Nunca me reprochó nada.

**¿Dirías que has superado aquellos problemas?**

Yo diría que más que superarlos he aprendido a trabajarlos. Yo hago terapia cada 8 días y he alcanzado un camino espiritual y de crecimiento personal que me ha hecho saber quién soy y me ha dado muchas herramientas. Yo hoy estoy medicada para el trastorno de ansiedad y de déficit de atención.

**¿Y respecto a tus trastornos de alimentación?**

También he aprendido a trabajarlos en ese sentido, aunque es algo que todavía me cuesta. Tengo una lucha interna como la que sufren muchas mujeres, que sentimos cierta dismorfia o presión por cómo nos vemos. Imagínate además en mi profesión...

**¿Qué lección sacaste de aquella etapa tan oscura?**



Total look: Juan Vidal Joyas: Singulanz.

Lo que me pasó me ayudó a ser la persona que soy hoy. Gracias a eso descubrí el éxito personal más allá del profesional. El éxito es poder vivir en paz. A mí me vale con ser un ser humano funcional. Ese es mi verdadero éxito.

**Después de tu mala experiencia con la música, lograste triunfar en la actuación. De repente hiciste un casting y te cogieron para protagonizar una novela muy famosa, *Loquito por ti*.**

Sí y aquella llamada llegó en el mejor momento. Era muy feliz, pero solo tenía 80.000 pesos (16 euros) en el banco y empezaba a darme cuenta de que de los sueños no se vive. Por entonces me fui a vivir

**Mariana, que lleva cuatro años soltera, está abierta al amor: "¿Un novio español? Por mí sí porque son todos bellísimos"**

con mi novio (el cantante Juan Felipe Samper) porque yo no podía irme a vivir sola pero tampoco quería que me mantuviese. Además, en ese tiempo, una persona importante para mí me dijo: "Mariana, este año cumples 25 años, déjalo ya. Llevas toda la vida intentando ser artista y no se te da. Entiende que por ahí no es, que has fracasado". Así que justo estaba ya a punto de dejarlo todo y coger un trabajo en una empresa como comercial cuando me salió este papel.

**Hablando de Samper. Rompisteis en 2021 y sigues sin pareja, ¿no?**

Así es. Ya van como para cuatro años y medio que

estoy sola y es cierto que al principio era yo la que quería estar sola porque necesitaba conocerme después de muchos años viviendo en pareja y superar mi miedo a la soledad. Pero desde hace un año ya me apetece compartir mi vida con alguien.

**¿Estás buscando el amor?**

Sí, pero lo hago desde una posición distinta. Yo estoy muy bien sola, no lo busco desde la necesidad. Ahora sé que mi compañía es una delicia, entonces tiene que llegar algo que mejore lo que tengo.

**¿Un novio español?**

No sé. ¿Me lo recomiendas? (risas). Por mí sí porque son todos bellísimos.

**Estás enamorada de España. ¿Tanto para haberle compuesto una canción?**

¡Sí! Ahora a finales de mayo se estrena una canción que compuse hace ya tres años después de pasar acá unos días y que es un homenaje a esta tierra que tanto me ha dado. Es un regalo a los españoles que tanto quiero. Tiene un aire aflamencado y espero que la disfruten.

**¿Dirías que te has reconciliado con la música?**

Sí, pero sigo cantando y componiendo sin pretensiones, sin condiciones ni expectativas. Solo con amor y con pasión. No le exijo nada a ella y no quiero que ella me exija nada a mí.

.....  
**Marta Bolonio**

Fotos: Joan Crisol

Estilismo: María Verardini

Auxiliar de estilismo: Lucía Gómez

Maquillaje y peluquería: Alberto

Dugarte y Lorena Catena by

Alberto Dugarte Institute

Agradecimientos: Hotel Wellington (Calle Velázquez, 8 Madrid)

**EN MADRID**

Antonio Banderas (64) y Cayetana Guillén Cuervo (55), pareja 10 de una gala llena de talento.



# Cayetana Guillén Cuervo, noche de gala en familia

La actriz, presidenta de la Academia de las Artes Escénicas, estuvo al frente de la gala de los Premios Talía 2025, donde triunfó Antonio Banderas



Fernando Guillén Cuervo (62) con su pareja, Lupe Cartié, y su hijo Manuel (22), fruto de su primer matrimonio.



Gemma Cuervo (90), con su hija mayor, Natalia Guillén Cuervo (64).



El marido de Cayetana, el fotógrafo Omar Ayyashi, y su hijo, Leo.

**L**A tercera edición de los Premios Talía, que concede la Academia de las Artes Escénicas de España (AAEE) vivió hace unos días su gran noche.

El Teatro Fernán Gómez de Madrid acogió la gala, que comenzó con un homenaje a Lina Morgan y su mítico *Gracias por venir*. La presidenta de la academia, Cayetana Guillén Cuervo (55), que presentó también la ceremonia, aprovechó ▶▶▶

## UNA FAMILIA UNIDA

Cayetana, presidenta de la AAEE, compartió una noche tan especial con su marido, Omar, y su hijo, Leo, además de con sus hermanos. Pero sobre todo estaba feliz junto a su madre, Gemma Cuervo, a quien ella llama su *talismán*.



Carmen Morales (54) está ahora de gira con la obra *Querida Agatha Christie*.



Manuela Velasco (49), a quien pronto veremos en la serie *La Agencia*, con un diseño vaquero de Marciano by Guess.



Toni Acosta (53), vestida de Marchesa y nominada a mejor actriz de teatro de texto (para diferenciar esa categoría de la de musical) por *Una madre de película*.

►►► nada más empezar para bajar al patio de butacas a besar a su madre, Gemma Cuervo (90), a quien considera su "talisman" y recordar también a su fallecido padre. En realidad, Cayetana estaba de lo mas arropada, porque tampoco faltó el resto de su familia.

Pero si había alguien emocionado esa noche ese era Antonio Banderas. No solo

se llevó el premio de honor a su trayectoria artística, sino que *Gypsy*, el musical que dirige y produce, consiguió los cuatro premios a los que aspiraba, incluyendo el de mejor actriz de musical para Marta Ribera.

Y muy feliz vimos también al veterano Emilio Gutiérrez Caba, que recibió el premio especial de la Comunidad Autónoma de Castilla ►►►



Ana Garcés (24), quien fuera Jana en *La Promesa*, recibió un premio especial.



María Adán (49), que iba vestida de Beatriz de la Cámara, entregó un premio.



La actriz Elena Rivera (32), de Elisabetta Franchi.



Juan José Artero (59) está ahora de gira con la obra *Asesinato en el Orient Express*.



Ricardo Gómez (31), el recordado Carlos Alcántara de *Cuéntame*, se llevó un premio especial al joven talento.



Aitana Sánchez-Gijón, mejor actriz protagonista de teatro de texto por *'La Madre'*, con un modelo de punto transparente de Chanel





Un Emilio Gutiérrez Caba (82) más delgado pero en plena forma.



Isabel Ordaz (68), con el color de la noche, el negro.



Carlos Latre (46) con su hija Carlota (18), que es cantante y actriz.



José Sacristán (87), nominado a mejor actor por *colección*, y su mujer, Amparo Pascual.

▶▶▶ y León. Aunque en los últimos años el veterano actor está más delgado y sufre una afección pulmonar, sigue subiéndose a los escenarios y haciendo lo que más le gusta, trabajar.

Aitana Sánchez-Gijón se llevó la estatuilla a mejor actriz protagonista de teatro de texto por *La Madre*. "Vaya año", decía la actriz, porque este año se llevó también el Goya de Honor.

La obra *1936*, sobre la Guerra Civil española, se llevó 6 premios de los 31 que se repartieron en una gala que duró poco más de dos horas y en la que los premiados solo tenían 30 segundos para dar las gracias... ■



María Botto (51), con un diseño de Rubén Hernández, le entregó el premio especial a Gutiérrez Caba.

# estilo y vida

www.semanas.es  
**SEMANA**

## MODA

El estilo de  
Beatriz Archidona

## BELLEZA

Los peinados  
que triunfan en  
bodas, bautizos  
y comuniones

NUEVO

## TRUCOS

LOS CONSEJOS DE  
LA ORDENATRIZ

Cómo quitar  
las manchas de  
fruta de la ropa

## Y ADEMÁS

Pasatiempos,  
ocio, ideas,  
horóscopo,  
recetas  
saludables...

## SALUD

# VITAMINAS EN EL PLATO

alimentos que recargan tu energía



# Beatriz Archidona

el estilo de una presentadora estrella

Al frente de ¡De viernes!, el programa de las noches de Telecinco que presenta junto a Santi Acosta, deslumbra con sus elegantes y a la vez sofisticados looks llenos de tendencias



### Atrevida

La presentadora, nacida en Tarragona en 1984, marca su magnífica figura con vestidos que definen perfectamente su silueta, de largo midi, tanto de cuello subido como con escote de pico. En cuanto a los estampados, va de los más sobrios en colores neutros a los atrevidos animal print que le dan un toque más actual.



EL MIX DE ESTILO MASCULINO-FEMENINO ES OTRO DE LOS PREFERIDOS DE ARCHIDONA



**Los pantalones en todas las combinaciones**

El clásico pantalón de vestir es uno de los básicos de fondo de armario, tanto para llevar en el día a día como en ocasiones especiales. Beatriz lo tiene muy claro eligiendo en la alfombra roja el esmoquin en negro, en ese juego entre lo femenino y masculino tan favorecedor, o el clásico traje pantalón combinado con un top lencero más sexy.



PARA  
LOS LOOKS  
DE SPORT  
RECURRE A LAS  
SNEAKERS QUE SE  
HAN CONVERTIDO  
EN EL CALZADO  
TOP DEL STREET  
STYLE

### En su versión más casual

Fuera de los platós de televisión y de los eventos sociales, Beatriz Archidona saca a pasear su versión más casual. No faltan los vaqueros, en el diseño cropped, que combina magníficamente con el chaleco masculino (una prenda que ya lleva un par de temporadas entre las tendencias más seguidas). Igualmente, el *total look black*, con cómodos pantalones anchos y camisetas (en ocasiones en contraste) son su sencillo uniforme que no pasa de moda.

## Los looks de fiesta

Es en estas ocasiones cuando la presentadora de *¡De viernes!* saca su lado más sofisticado. Las plumas y las lentejuelas no faltan en sus vestidos de noche, en los que los escotes pronunciados y las grandes aberturas muestran a una mujer poderosa. También nos sabe sorprender con estilismos de aire afrancesado para salir de su zona de confort. El rojo, el negro y el azul noche mandan en el pantone.



# COCINA

## Mediterránea



### LAS RECETAS DE LA SEMANA:

- Tacitas de pasta a la boloñesa
- Espaguetis integrales con feta, aceitunas y tomate
- Pizza de espaguetis y queso feta
- Espaguetis con pesto de guisantes a la menta
- Espaguetis a la carbonara
- Arroz con leche y canela

# Tacitas de espaguetis a la boloñesa

## Ingredientes

- 300 g de espaguetis
- 250 g de carne picada
- 250 g de tomates en trozos
- 1 cebolla pequeña
- 1 zanahoria pequeña
- 70 g de apio
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- pimienta negra molida
- pimiento
- azúcar
- 1 cucharada de vinagre balsámico
- 50 g de queso Pecorino
- 2 huevos
- 120 g de crema agria
- 1 puñado de perejil
- sal

## Preparación

**Cocina los espaguetis en agua con sal de acuerdo con las instrucciones del paquete y escurre.**

**Pela y pica la cebolla.** Pela la zanahoria y el apio y rállalos en trozos grandes. Calienta el aceite en una cacerola grande. Sofríe los cubos de cebolla en él. Agrega la zanahoria y el apio y sofríe brevemente. Agrega la carne picada y fríe hasta que se desmorone. Vierte los tomates y lleva todo a ebullición. Condimenta con sal, pimienta, pimentón, azúcar y vinagre.

**Precalienta el horno a 200 °C y engrasa cuatro tazas grandes para horno (aprox. 400 ml).**

4 raciones / 30 minutos

**Ralla el pecorino en trozos grandes.** Mezcla los huevos con el queso y la crema agria y sazona con sal y pimienta.

**Coloca la pasta y la boloñesa en las tazas.** Unta la crema agria de huevo y queso encima y hornea la pasta en el horno durante 25-30 minutos. Lava el perejil, sacúdelo para secarlo y picarlo en trozos grandes. Retira las tazas y deja enfriar durante 3-5 minutos. Sirve la pasta de la taza espolvoreada con perejil.

## Sabías que...



**La pasta es el emblema culinario de Italia, aunque es sabido que era utilizada en la cocina por muchos pueblos mediterráneos y asiáticos.** Dentro de la (casi) infinita variedad de pasta que existe, sin duda, los reyes son los espaguetis.

**Espagueti es un diminutivo derivado del término *spago*, que en italiano significa *cordón*.** Es un tipo de pasta elaborada con harina de grano duro y agua. Tienen forma delgada y circular y un tamaño aproximado entre 25 y 30 centímetros.

**Hasta que el tomate llegó a Europa, en el siglo XVII, se consumían solo cocidos y salteados con aceite y ajo picado o con queso y pimienta.** Y, por supuesto, *al dente*, es decir que ofrezcan cierta resistencia al ser mordidos.

**Las recetas más populares con espaguetis son:** alle vongola (con almejas, ajo y vino blanco); alla puttanesca (con anchoas, alcaparras y guindillas); con albóndigas (típicos de Estados Unidos) y a la carbonara (con yema de huevo y queso pecorino).



**LA SALSA AUTÉNTICA DE BOLOÑESA SE ELABORA CON CARNE PICADA DE TERNERA, PANCETA DE CERDO, HORTALIZAS (ZANAHORIAS, APIO Y CEBOLLAS) Y SALSA DE TOMATE. A ESTOS INGREDIENTES SE AÑADEN VINO BLANCO, CALDO DE CARNE, MANTEQUILLA Y LECHE**

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegam

O escanea el código QR:



# Espaguetis con feta y aceitunas

## Preparación

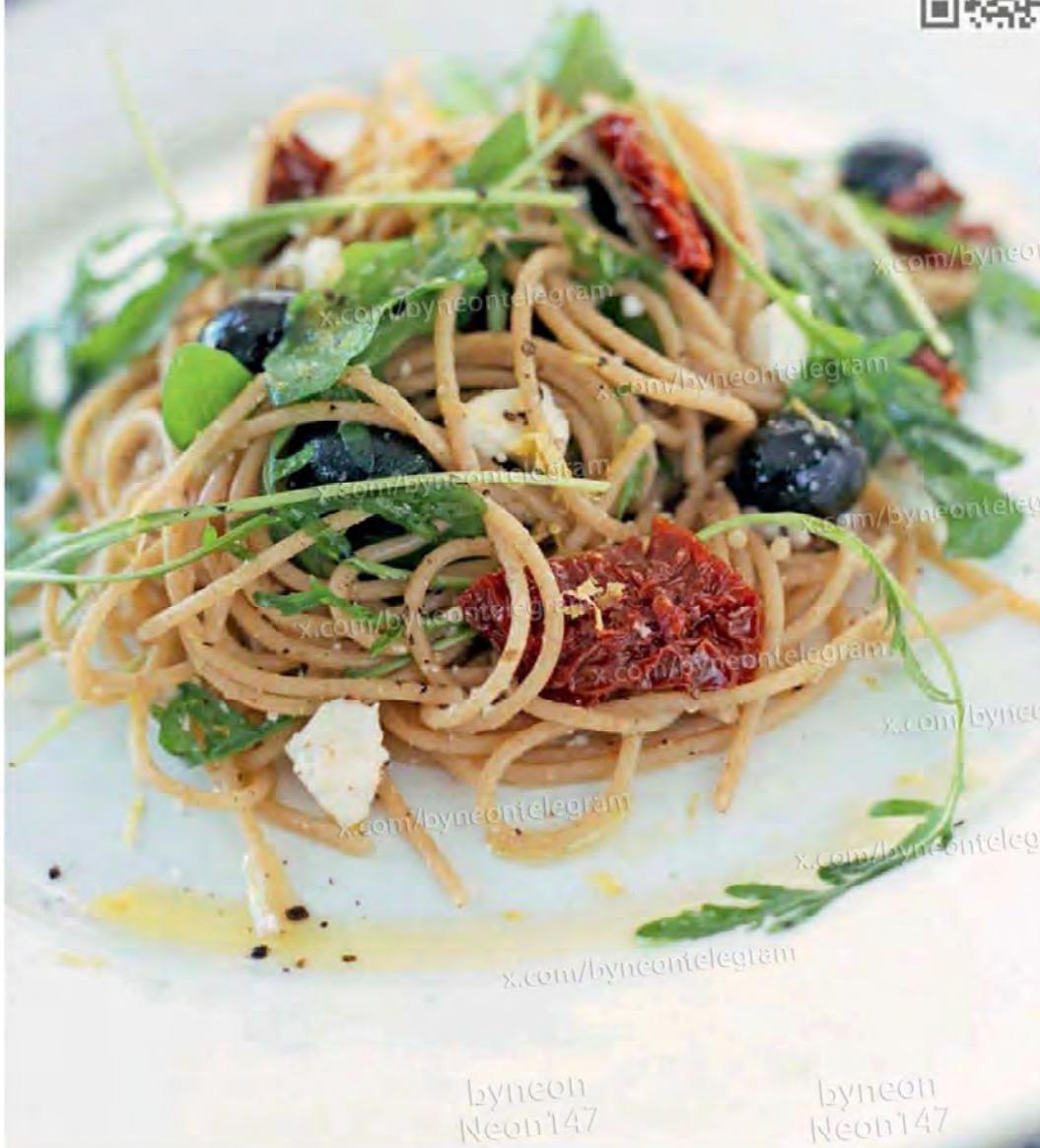
4 raciones / 40 minutos

**Cuece la pasta en abundante agua con sal hasta que esté al dente.**

**Lava y seca la rúcula. Escurre los tomates y recoge 2 cucharadas de aceite. Pela los ajos y pícalos muy finamente.**

**Calienta el aceite en una sartén y sofríe los ajos hasta que estén transparentes. Agrega los tomates secos, añade las aceitunas, la pimienta mezcla y mantén caliente.**

**Corta el queso feta en cubos, mezcla junto con la pasta escurrida. Sazona al gusto, agrega la rúcula, coloca en platos, rocía con un poco de aceite y sirve espolvoreado con pimienta y sal.**



byneon  
Neon147

byneon  
Neon147

## Ingredientes

- 400 g de espaguetis integrales
- 150-200 g de queso feta escurrido
- sal
- 125 g de rúcula
- 12 tomates secos
- 1 diente de ajo
- 120 g de aceitunas negra
- pimienta negra

**LOS ESPAGUETIS INTEGRALES SE ELABORAN CON SÉMOLA INTEGRAL DE TRIGO DURO Y SALVADO TOSTADO**



## Pizza de espaguetis con salami

### Preparación

4 raciones / 30 minutos

Cuece los espaguetis en abundante agua con sal hasta que estén al dente. Luego escurre.

Bate los huevos con la nata y sazona con sal, pimienta, nuez moscada y la mitad del orégano. Lava los tomates cherry y córtalos por la mitad.

Calentar el aceite en una sartén grande para horno con un borde alto, freír los espaguetis brevemente y aplástalos. Vierte la crema de huevo por encima y déjala reposar durante 2-3 minutos a fuego lento.

Espolvorea todo con la mitad de la mozzarella y un poco de orégano. Extiende los tomates encima y sal y pimienta ligeramente. Precalienta el horno a 180 °C. Hornea la pizza de pasta en el horno durante unos 15 minutos.

Mientras tanto, corta el queso feta en cubos pequeños. Retira la pizza, espolvorea con el queso restante, cubre con salami y extiende los cubos de queso feta encima.

Sazona todo ligeramente con pimienta y con el orégano restante. Hornea la pizza de espagueti en el horno durante otros 5-10 minutos. Espolvorea con albahaca y sirve.

### Ingredientes

- 350 g de espaguetis
- sal
- 4 huevos
- 200 g de nata
- Pimienta molda
- nuez moscada en polvo
- 1 cucharadita de orégano seco
- 200 g de tomates cherris
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 100 g de mozzarella rallada
- 130 g de queso feta
- 3 tallos de albahaca
- 80 g de salami en rodajas

**EN ITALIA, EL TÉRMINO SALAMI SE REFIERE A UN EMBUTIDO SIMILAR A NUESTRO SALCHICHÓN QUE SE ELABORA CON UNA MEZCLA DE CARNE DE CERDO Y VACUNO**

# Espaguetis con pesto de guisantes

## Preparación

4 raciones / 35 minutos

**Cocina los espaguetis en agua hirviendo con sal durante unos 10 minutos.** Escalda los guisantes en otra olla en agua hirviendo con sal durante 3-4 minutos. Escurre, enjuaga con agua fría y vuelve a escurrir.

**Lava la menta, sacúdela para secarla y arranca las hojas.** Reserva un poco para decorar y tritura finalmente el resto junto con 150 g de guisantes, 1 cucharada de piñones, aceite de oliva, zumo de limón y un poco de sal. Ralla la mitad del parmesano, agrega y mezcla. Condimenta con pimienta.

**Escurre la pasta y mézclala de nuevo en la olla con los guisantes restantes, los piñones restantes y el pesto.** Adorna con la menta restante y ralla el queso parmesano restante encima.



## Ingredientes

- 500 g de espaguetis
- sal
- 250 g de guisantes
- 3 tallos de hojas de menta
- 2 cucharadas de piñones
- 75 ml de aceite de oliva
- el jugo de medio limón
- 60 g de parmesano de una sola pieza
- pimienta negra molida

**EL PESTO TRADICIONAL NO LLEVA GUI SANTES, PERO EN AMBOS CASOS ES UNA SALSA QUE TAMBIÉN SIRVE PARA LA CARNE Y LOS PESCADOS**



# Espaguetis a la carbonara

## Preparación

4 raciones / 25 minutos

**Cuece los espaguetis en abundante agua con sal hasta que estén al dente.**

**Pon las yemas de huevo con la nata en un bol. Sazona con sal y pimienta y bate. Corta el tocino en cubos pequeños. Pela los ajos y córtalos en dados finos. Deja el tocino en 1 cucharada de aceite caliente en una sartén hasta que esté crujiente. Luego retira y escurre sobre papel de cocina.**

**Agrega el ajo a la sartén con el aceite restante, saltea hasta que esté transparente y agrega la pasta escurrida. Apaga el fuego y mezcla la crema de huevo. Coloca en platos y sirve con el tocino, el queso parmesano y el perejil fresco al gusto.**

## Ingredientes

- 500 g de espaguetis
- sal
- 4 yemas de huevo
- tocino
- 150 ml de nata
- pimienta negra molida
- 1 diente de ajo
- 1-2 cucharadas de aceite de oliva
- 50 g de parmesano
- 2-4 cucharadas de perejil picado

**LA RECETA TRADICIONAL, TÍPICA DE ROMA, NO LLEVA NATA Y LLEVA QUESO PECORINO Y GUANCIALE (PANCETA)**

# Arroz con leche con costra

## Preparación

4 raciones / 30 minutos

Disolver el azúcar en la leche y cocer con la corteza de limón y la canela. Cuando hierva, añadir la leche en polvo y mover bien para que se disuelva. Hervir el arroz 5 minutos en otra olla hasta que se evapore el agua.

Verter la leche hirviendo sobre el arroz. Mover, tapar y dejar cocer a fuego lento durante 2 horas.

En cuanto se forme algo de costra, espolvorearlo por encima con azúcar y quemarlo con la plancha justo antes de servir.



## Ingredientes

- 6 cucharadas de arroz
- 9 cucharadas de azúcar
- 1 1/2 litro de leche
- un palito de canela en rama
- 1 corteza de limón
- 1 cucharada de mantequilla
- azúcar para espolvorear

EL PROCESO DE COCER EL ARROZ ES LARGO, POR LO QUE SE PUEDE ACORTAR UTILIZANDO LA OLLA A PRESIÓN

**LYNFASE**  
**Bienestar vascular**

● Lynfase, de Aboca, es un complemento alimenticio para ayudar al bienestar vascular y el drenaje de los líquidos corporales. Además, amplía su gama con viales y tisanas con la misma formulación. Frasco de 180 g 28,90 €. Consulta en su web las advertencias. [www.aboca.com](http://www.aboca.com)



**MINLEN**  
**Nueva marca**

● Weleda y la princesa Magdalena de Suecia lanzan minLen, una marca de productos naturales para el cuidado de la piel, responsable y dirigida por igual a todas las generaciones interesadas en skincare. [www.weleda.com](http://www.weleda.com)



**PIEL RADIANTE Y SALUDABLE**  
**Anian y Dermalogica**

● Anian y Dermalogica unen sus esfuerzos para que logres una piel radiante y saludable solo con dos productos: Gel Anian Brisa Marina con Extracto de Microalgas (2,40 €) y Body Hydrating Cream de Dermalogica (41,95 €). [anian.es](http://anian.es) [dermalogica.es](http://dermalogica.es)



**SÉRUM**  
**Cutis más firme**

● Sérum de última generación de laCabine con un complejo de 25% de Colágeno y Retinal para minimizar los múltiples signos de edad: pérdida de elasticidad, flacidez y arrugas para un cutis más firme, terso y radiante. [lacabine.es](http://lacabine.es)



**WELLINGTON HOTEL & SPA MADRID** Un servicio de 5 estrellas desde 1952



● Wellington Hotel & Spa Madrid representa el lujo, la elegancia y la tradición hotelera desde sus orígenes en 1952. Situado en el señorial Barrio de Salamanca junto al Parque del Retiro, su decoración y el cuidado en los detalles permiten al visitante disfrutar de una estancia inolvidable. Además de sus 237 habitaciones, centro wellness, salones y magnífica gastronomía, cuenta con una piscina y terraza exterior, abierta en temporada estival. Un



espacio de diseño exclusivo, donde poder disfrutar de un refrescante baño al aire libre, de excepcionales cócteles o de la mejor gastronomía. Un marco ideal que combina un día

de piscina, con una cuidada gastronomía, un servicio impecable y un entorno privilegiado que hará de su día algo único y exclusivo. [www.hotel-wellington.com/es](http://www.hotel-wellington.com/es)

# Timbal

## Rompiendo moldes

Presentar las recetas en un timbal es un modo de emplatado original y que permite jugar con los colores de los alimentos y las texturas



### Timbal de patatas con habitas baby

#### INGREDIENTES

- 1/2 kg de patatas de pulpa amarilla
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- zumo de 1/2 limón
- sal y pimienta

#### Relleno:

- 1 lata de habitas baby en aceite de oliva
- 50 g de jamón serrano picado
- 6 cuch. de mayonesa
- 1/2 cebolla blanca o cebolleta tierna
- 1 cucharadita de perejil
- sal

#### PREPARACIÓN

Cocer las patatas con piel, pelarlas y dejarlas secar cerca del calor. Pasarlas por el pasapurés y mezclarlas con el aceite de oliva y el limón. Sazonarlas con sal, pimienta y, si se desea, con la pasta de ají al gusto.

Llenar moldes de silpat engrasados y dejar que se enfrien en la nevera.

4 RACIONES 40 MIN

Relleno: Ecurrir las habas del aceite de la lata y picar la cebolleta o cebolla fina. Mezclar las habas con la cebolla, el perejil, la mitad del jamón y ligar con la mayonesa.

Volcar los moldes, ahuecar el centro y llenarlo con la preparación del relleno. Adornar con hojas de perejil y el resto del jamón.

### SIRVEN PARA CASI TODO

#### Multiusos

Un timbal, dentro del mundo de la cocina, es un molde, normalmente redondo, que se utiliza para emplatar la comida, dándole una presentación original. Suelen ser de acero inoxidable pero también se puede usar incluso una taza. También se usan para cortar la masa o dar forma a las galletas.

#### Textura y colores

El timbal se puede usar para casi todo tipo de alimento, aunque es necesario que tengan cierta consistencia para que no se desparren al levantar el molde. Con este tipo de presentación, además de jugar con los sabores, se puede jugar con la textura y los colores de los alimentos.

## Timbal de atún con pimientos

4 RACIONES 30 MIN

### INGREDIENTES

- 500 g de patata
- 3 pimientos rojos o 200 g de pimiento de piquillo en tiras
- 150 ml de leche
- 3 latas de atún claro con aceite de girasol
- 3 cucharadas soperas de mayonesa ligera
- 1 trufa
- ajo
- sal
- pimienta
- perejil fresco

### PREPARACIÓN

Cocer las patatas y triturarlas con la leche hasta que quede un puré, salpimentar. Rallar la trufa y mezclar con el puré.

Asar los pimientos a 180 °C durante 30 minutos. Cortarlos en tiras. Con ayuda de un aro y formar el timbal.

Ir colocando una capa de puré. Seguir con los pimientos y des-

pués el atún claro, repartiendo las 3 latas de atún entre los 4 timbales. Desmoldar.

En un mortero picar el ajo y añadir un puñado de perejil y 3 cucharadas de mayonesa ligera. Acompañar el timbal con esta salsa.

**MOJA EL TIMBAL POR LA CARA INTERIOR CON UN POCO DE ACEITE, PARA QUE NO SE PEGUE AL DESMOLDAR**



## Timbal de patatas a lo pobre

4 RACIONES 40 MIN

### INGREDIENTES

- 1 k de patatas
  - 3 pimientos verdes finos
  - 1 cebolla
  - 4 huevos
  - aceite de oliva virgen para freír
- Refrito:**
- 8 cucharadas de aceite de oliva virgen
  - 2 dientes de ajo
  - 2 cucharadas de vinagre

### PREPARACIÓN

Pelar y cortar las patatas en rodajas y la cebolla en

aros finos. Calentar aceite en una sartén y freír las patatas, la cebolla y el pimiento en tiras, a fuego flojo para que se hagan despacio.

Cuando estén hechas, pero sin tomar color, escurrirlas del aceite sobre un colador primero y después sobre papel de cocina para que no lleven nada de grasa y

volver a ponerlas en la sartén. Añadir los huevos batidos a las patatas y cuajarlos sobre el fuego.

Refrito: Calentar el aceite en una sartén pequeña y freír los ajos picados, fuera del fuego, añadir el vinagre y regar las patatas. Emplatarse en el timbal y desmoldar con cuidado.

**AÑADE UN POCO DE VINAGRE BALSÁMICO PARA APORTARLE UN TOQUE DIFERENTE**



# Vitaminas en el plato

## alimentos que recargan tu energía

El buen tiempo invita a comer más ligero y cuidarse sin complicaciones. Elegir alimentos ricos en vitaminas es una forma sencilla de ganar energía, equilibrio y bienestar en el día a día

**C**ON la llegada del buen tiempo, nuestro cuerpo pide una puesta a punto. Más energía, una piel luminosa, defensas fuertes y, por qué no, un extra de buen humor. La buena noticia es que no necesitas suplementos ni fórmulas milagrosas: basta con llenar tu cesta de la compra con alimentos de temporada cargados de vitaminas. Frutas jugosas, verduras coloridas y snacks naturales que, además de cuidar tu salud, saben a verano. Toma nota

de qué productos incluir en tu menú para recargarte por dentro... y que se note por fuera.

**1 Fresas** Son el icono de la primavera, y no solo por su sabor dulce y refrescante: las fresas están repletas de vitamina C, antioxidantes y fibra, lo que las convierte en aliadas infalibles para reforzar el sistema inmunológico y mejorar la salud de la piel. Ayudan a la producción



de colágeno, combaten los radicales libres y favorecen la digestión. ¿Lo mejor? Son ligeras, saciantes y versátiles: puedes tomarlas en ensaladas, con yogur o incluso en formato smoothie. **Si las eliges de cultivo local y bien maduras, disfrutarás de su punto óptimo de sabor... y de mil beneficios.**

**2 Tomate** Rojo, jugoso y con superpoderes. El tomate es fuente de vitamina C, potasio y licopeno, **un antioxidante que protege las células del envejecimiento y ayuda a cuidar la piel frente al sol.**



Además, mejora la salud cardiovascular y es un básico en la dieta mediterránea. Crudo, en gazpacho o asado, el tomate es un imprescindible del verano que, además de refrescar, nutre y protege desde el primer bocado

### ¿Y la lechuga? También tiene lo suyo

En cuanto llega el calor, reaparece en todos los menús, aunque no es solo relleno verde. La lechuga, especialmente la romana o la hoja de roble, es rica en vitamina K, ácido fólico y agua. Ayuda a mantener la hidratación, favorece la circulación y es un comodín ligero para combinar con pollo, pescados o semillas. Además, su efecto refrescante es perfecto para los días de calor. No la subestimes: bien aliñada, puede ser la reina del plato.

### Bebidas que suman

No todo lo saludable va con tenedor. Estas bebidas aportan nutrientes, hidratación y son perfectas para los días de calor

- ✓ **Zumo de naranja natural:** un clásico cargado de vitamina C, ideal para empezar el día.
- ✓ **Agua con lima, pepino y menta:** hidratante y rica en antioxidantes.
- ✓ **Smoothie de frutos rojos y yogur:** fuente de vitaminas del grupo B y calcio.
- ✓ **Té verde con limón y hielo:** ligero, antioxidante y con un toque estimulante suave.



## Lo que tu cuerpo te está pidiendo (y no lo sabes)

A veces no es el estrés, es falta de vitaminas. Estos síntomas sutiles pueden ser pistas de que necesitas reforzar tu alimentación.

¿Te sientes sin energía?

Podrías necesitar más hierro y vitamina C. Una buena forma de mejorar su absorción es combinar alimentos ricos en hierro (como lentejas o espinacas) con otros ricos en vitamina C, como el tomate o el pimiento crudo. Este combo ayuda a combatir la fatiga y recuperar la vitalidad.

¿Tienes antojos constantes?

El magnesio ayuda a regularlos. Lo encontrarás en plátanos, frutos secos o cacao puro. Cuando este mineral escasea, el cuerpo busca fuentes rápidas de energía... como ese bollo que no planeabas.

¿Se te cae más el pelo?

Tal vez estás baja de vitamina B. Apuesta por cereales integrales, legumbres y huevos. También notarás beneficios en las uñas y el estado general de la piel.

### 3 Espárragos

Son uno de los grandes regalos de la primavera. Bajos en calorías y ricos en fibra, destacan por su contenido en vitaminas A, C, E y K, además de ácido fólico, esencial en épocas de más actividad. ¿Más? Los espárragos tienen efecto diurético y depurativo, ideal para combatir la retención de líquidos típica del calor.



temporada que aporta vitamina C, potasio y antocianinas, con propiedades antioxidantes y antiinflamatorias.

Además, contienen melatonina natural, lo que ayuda a regular el sueño y combatir el insomnio estacional.

### 5 Calabacín

Ligero, versátil y muy primaveral. El calabacín es rico en vitamina C, ácido fólico y minerales como el magnesio o el potasio, perfectos para mantener a raya la hinchazón y cuidar la piel. Y hay más: su alto contenido en agua lo convierte en un



alimento hidratante y depurativo, infalible para los meses de más calor. Puedes tomarlo crudo, salteado, al horno o incluso en espaguetis vegetales. Una opción suave pero muy nutritiva para sumar vitaminas sin darte cuenta.

### 6 Pimientos rojos

Contienen más vitamina C que una naranja, lo que los convierte en un refuerzo natural para el sistema inmunológico.

Pero no se quedan ahí:

también aportan vitamina A y B6, que ayudan a reducir el cansancio.



### 4 Cerezas

Pequeñas, brillantes y poderosas. Las cerezas son una fruta de



# Los peinados que triunfan en bodas, bautizos y comuniones



## ONDAS DELUXE

Es femenino, favorecedor y tiene ese aire de alfombra roja que eleva cualquier look de invitada. Las ondas con raya lateral son un acierto seguro tanto para bodas de tarde como para comuniones más formales.

### Hazlo en casa

Con el cabello seco, marca una raya lateral bien definida. Aplica protector térmico y divide el pelo en secciones grandes. Con una plancha o tenacilla gruesa, haz ondas desde la mitad del mechón hacia las puntas, siempre en la misma dirección. Deja que se enfríen sin tocarlas y cepíllalas con un peine de púas anchas. **Termina con spray de brillo y fijación ligera para que el peinado dure sin apelmazarse.**



► Glossing Spray, de La Biosthétique. 35€

► Spray para el cabello de fijación Re-Shaper, de Sebastian Professional. 36,50€

► Champú Manila Ultra Hidratante, de Goa Organics. 31,95€



## COLETA BAJA

La coleta baja con textura ondulada y horquillas decorativas es ideal para invitadas que quieren marcar estilo con un gesto sencillo. El truco está en el contraste entre el acabado pulido de la parte superior y el volumen suave del largo.

### Hazlo en casa

Marca una raya lateral y alisa la parte superior del cabello con plancha. Aplica un sérum ligero para controlar el encrespamiento y recoge el pelo en una coleta baja pulida. Después, ondula el largo con plancha o tenacilla y cepíllalo suavemente para abrir las ondas. **Para terminar, coloca varias horquillas visibles en un lateral, creando una forma simétrica o en abanico.**



► Serum Smoothing Oil-Infused Leave-In Concentrate, de Kiehl's. 38€

► Mascarilla cabello muy dañado Thérapiste Masque, de Kérastase. 52,99€

► Style Laca vegetal, de René Furterer. 24,10€

En temporada de BBC (bodas, bautizos y comuniones), el peinado es tan clave como el maquillaje o los accesorios. Estos 4 estilos triunfan por su efecto favorecedor, su versatilidad y lo fáciles que son de replicar en casa



A primera vista parece un moño clásico, pero al fijarse bien, el secreto está en el giro. Este recogido bajo con efecto twist lateral es limpio, elegante y tiene ese punto sofisticado que funciona en cualquier BBC. Favorece con raya al centro y es ideal para climas cálidos o celebraciones largas.

### Hazlo en casa

Con el cabello seco, marca una raya en medio. Recoge el pelo en una coleta baja y, en lugar de hacer un moño tradicional, **gira el largo como si formarás un rollo o espiral, sujetándolo con horquillas en la base.** Deja las puntas ligeramente sueltas para un acabado más actual. Fija con laca para que aguante sin perder movimiento.



- ▶ Champú brillo sublime Hair Prodigieux, de Nuxe. 25,90€
- ▶ Mascarilla capilar Repair Mask Restore, de Living Proof. 40€
- ▶ Sérum Ultimate Smooth Miracle, de Wella Professionals. 25,90€

Minimalista, elegante y siempre acertado. El moño alto pulido tipo bailarina vuelve cada temporada con más fuerza y se ha convertido en uno de los recogidos estrella para invitadas que apuestan por la sobriedad con efecto sofisticado.

### Hazlo en casa

Empieza con el pelo bien cepillado y aplica un producto de acabado (sérum o crema de peinado) para conseguir un efecto pulido. Recoge el cabello en una coleta alta, bien centrada, y sujétala con una goma fuerte. Enrolla el largo sobre sí mismo formando un moño y fija con horquillas.

**Recuerda: cuanto más limpio sea el acabado, más impacto visual tendrá.**



- ▶ Sérum capilar Anti Frizz + Hyaluronic Acid, de Farma Dorsch. 39,05€
- ▶ Champú Purify Extra, de L'Oréal Professionnel. 21,50€
- ▶ Mascarilla sin aclarado Serie Expert Absolut Repair Molecular, de L'Oréal Professionnel. 39,42€

LOS CONSEJOS DE

La Ordenatriz

BEGOÑA PÉREZ

Nos da soluciones para los problemas domésticos habituales



MANCHAS DE FRUTA EN LA ROPA

¿Hay algo más delicioso que disfrutar del buen tiempo con unas ricas fresas? Pero estas, al igual que otro tipo de frutas, especialmente las del verano, como los frutos rojos, pueden traer consigo las temidas manchas, especialmente si se trata de niños pequeños. ¿Tiene solución? ¡Claro que sí! Te digo cómo hacerlo:



● El método más fácil es sumergir en agua caliente, casi hirviendo, hasta que desaparezca la mancha. Pero si no funciona o te falta tiempo, pasa al siguiente remedio.

● Vamos a necesitar bicarbonato y agua oxigenada. Cubrimos la mancha con bicarbonato y encima echamos unas gotitas de agua oxigenada. Esperamos media hora y a lavar en tu programa habitual.

● Es importante que, durante los 30 minutos que dejamos accionar el bicarbonato y el agua oxigenada, la prenda esté oculta del sol, pues el agua oxigenada amarillea si la exponemos a este, provocando manchas difíciles de quitar.



Consejo extra

Hay prendas que pueden sufrir decoloración por el tipo de tinte (especialmente los colores oscuros). Si crees que puede pasar, solo tienes que mojar la prenda previamente con agua del grifo y después seguir con los pasos del bicarbonato y agua oxigenada como te indico arriba, pero reduciendo el tiempo a 15 minutos en lugar de 30. Ponte una alarma en el móvil para que no se te olvide.

Ahorra luz y haz un gasto sostenible

● Pon la lavadora a baja temperatura (30°).

● Descongela los alimentos dentro del frigorífico.

● Usa bombillas LED o de bajo consumo.

● No laves los platos a mano: utiliza el lavavajillas con el programa eco.

● Apaga todos los aparatos eléctricos que no uses. Puedes ahorrar un 7%.

● Mantén en casa una temperatura constante.



Cómo calmar la piel irritada tras la depilación

Si después de depilarte notas la piel enrojecida o irritada, mezcla en un bote de spray 10 ml de aceite vegetal de jojoba y 20 de aceite vegetal de caléndula. Agita bien y aplícate 5 gotas de dicha mezcla sobre la zona afectada con movimientos circulares. Las propiedades calmantes y antiinflamatorias de la caléndula y el efecto antioxidante de la jojoba aliviarán las molestias de tu piel.



## AUTOBLANCO

| Al resolverlo, deja 21 cuadros en blanco        | PERRO PARECIDO AL DOGO ALEMÁN<br>EXTRAÍVES TOMA UNA OPCIÓN | LO MISMO PAÍS CUYA CAPITAL ES DAMASCO<br>CALAVERAS | ESCUCHÉ SEA CAPAZ FECHANDO UNO | ÓRGANO RESPIRATORIO DEL PEZ<br>HAGO SISAS TENER DURACIÓN | NOMBRE DEL ACTOR DE LA FOTO<br>SIGLAS COMERCIALES | URANIO MIRAN LO ESCRITO<br>CARIÑO INSUSTANCIABLES | BÁSQUET DE USA ACTÚE COMO REY<br>ECHAMOS UNA OJEDA | COMPACTA APRETADA<br>PONGAS LA CORONA<br>ORGANIZACIÓN MILITAR | SE ATREVEN<br>CANTERA DE YESO<br>ATIRANTADA |
|---|--|--|--------------------------------|--|---|---|--|---|---|
| BIOLÓGICO<br>INSTAURÓ, INSTITUYÓ                |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| DETESTAR<br>NOMBRE DE CONSONANTE, PL.           |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| XENÓN<br>QUE TIENE GALANURA, FEM.               |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| REBOCE<br>SIMBOLO DEL ESTANO                    |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| UNA CONSONANTE<br>LLAGA, HERIDA                 |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| DIOSA DE LA LUNA<br>CONJUNCIÓN COPULATIVA       |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| HAGAS UNA PETICIÓN<br>ELEVE LAS VELAS           |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| FURIA, VIOLENCIA<br>CANOSOS                     |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| EDUCACIÓN INFANTIL<br>SUPERFICIAL, FEM.         |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| ESTUVO ESTABLECIDO EN UN LUGAR<br>SUF., ALCOHOL |  |  |                                |  | ↓   |   |  |   |   |
| CONSONANTE DENTAL<br>HICIERON AL HORNO          |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| CÓMICO, COMEDIANTE<br>REACTOR                   |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| ABREV. DE "SEÑORA"<br>SONRIESE                  |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| RELATIVA A LOS ANDES<br>NORTE                   |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| FORMAMOS ONDAS EN ALGUNA COSA                   |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| MÁS MALO<br>CALIFICACIÓN                        |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| ANTIGUA MATRÍCULA DE TOLEDO<br>DOTAD DE SESO    |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |
| TOMARÁS CON LAS MANOS<br>VULG.. NADA            |  |  |                                |  |   |   |  |   |   |





CRUCIGRAMA

Nº 2.845

**HORIZONTALES**

- 1:** Coloq., come con mucho apetito. Hermano de Cain.
- 2:** Coloq., molestaré. Internet Protocol.
- 3:** Hacia canales o estrías.
- 4:** Delinear figuras. ... Lanka, estado asiático.
- 5:** Publico por medio de la imprenta. Formas una aleación.
- 6:** Hizo subir la bandera. The ..., en inglés, fin.
- 7:** Que tiene claridad. Apócope de "motocicletas".
- 8:** Hombre fuerte y muy valeroso. Ocupase el trono.
- 9:** Amedrentes.
- 10:** Abrev., "a la atención". Observaréis desde lo alto.
- 11:** Sociedad General de Autores y Editores. Organismo espacial estadounidense.

|    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|
|    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 2  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 3  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 4  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 5  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 6  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 7  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 8  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 9  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 10 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |
| 11 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |

**VERTICALES**

- 1:** Piedra de color verde. Comunidades Autónomas.
- 2:** ¡Jolín!. Del idilio, fem., pl.
- 3:** Que ha adquirido carácter árabe.
- 4:** Profesional de la locución. Gran ofidio.
- 5:** En lugar inferior. Persona que ha perdido el juicio.
- 6:** ... Belén, actriz. Expediente de regulación de empleo.
- 7:** Surcara la tierra. Tengan determinada dimensión.
- 8:** Fís., belio. Coloq., habitación desordenada.
- 9:** Establecieses.
- 10:** Dispensados, eximidos. Inteligencia artificial.
- 11:** Estado, nación. Iglesias catedrales.

SUDOKUS

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

**Fácil**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   | 6 |   |   |   |   | 5 |   |
|   | 7 |   | 6 |   | 5 |   |   |   |
|   |   |   | 9 | 3 | 2 | 6 |   | 7 |
| 2 |   |   | 8 |   |   | 3 | 6 |   |
| 6 |   | 4 |   |   | 3 |   |   |   |
|   | 3 | 5 |   |   | 7 | 2 | 4 | 8 |
| 8 | 6 | 3 | 5 |   | 4 |   |   | 2 |
|   |   | 2 |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   | 5 | 8 | 9 |

**Difícil**

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



|  |   |   |  |  |   |  |                 |
|--|---|---|--|--|---|--|-----------------|
| FOTO 1<br>TIENE PESO                     | ME ..., ME<br>DESPLOME<br>PONE FUERA        | HAGAMOS<br>UNIONES                          | GRANADA<br>ORIFICIO<br>DEL RECTO,<br>PL. | FOTO 4<br>HOMBRE<br>MUY<br>VALEROSO        | COHIBIRÉ<br>ESTRONCIO                         | PARTE<br>DE LA<br>FILOSOFÍA                      | RASPA           |
|  |   | FOTO 2<br>RETRETE                           |  |  |   | MATR. DE<br>TURQUÍA<br>ENTRE-<br>GUEIS           |                 |
| ESTADO<br>ASIÁTICO<br>BÓVIDO<br>TIBETANO |   |   |  | EMITE RA-<br>YOS DE LUZ<br>DABA<br>LATIDOS |   |  |                 |
|  |   | SE ..., SE<br>ADAPTA<br>HACIAN<br>LIOS      |  |  | ORÉ   | INSUSTAN-<br>CIALES                              |                 |
| AZÚCAR DE<br>LA MALTA<br>LANTANO         |   |   |  | ASEDIA, CERCA<br>QUITE LO<br>AJENO         |   |  | FOTO 5          |
|  | UNA VOCAL,<br>PL.<br>ONOM. DE<br>EXPLOSIÓN  |   | SILLAS<br>PARA NIÑOS<br>HOMBRE           |  |   | APÓC.,<br>CASA                                   |                 |
| ASOCIACIÓN<br>DEPORTIVA                  | DIVISIBLE<br>POR DOS<br>ELOCUEN-<br>CIA     |   | QUEBRAN-<br>TAR<br>CIERTA<br>RELIGIOSA   |  |   | COBRE<br>UVA SECA                                |                 |
|  |   | MARCA DE<br>COCHES<br>HAGO SISAS            |  |  | ESTADO<br>ASIÁTICO<br>EN PORTU-<br>GUES, JUAN |  |                 |
| FORMAR<br>O HACER<br>MASA<br>PLOMO       |   |   |  | LÍNEA DE<br>SIMETRÍA<br>PREF.,<br>MUERTO   |   | DE ESTA<br>MANERA<br>ACTUO                       |                 |
|  | NAILON<br>ENARENAR                          |   |  | PLANTIGRA-<br>DOS<br>PRODUCCIA<br>ALGO     |   | PARTICIPAN<br>EN UN<br>JUEGO                     |                 |
| IN AGRO<br>CIUDAD DE<br>JAÉN             |   | FILOSOFO<br>ESTOICO<br>... TAC, EL<br>RELOJ |  |  | DESCIENDE<br>DESFÓ CON<br>ANSIA               |  |                 |
|  |   |   | EMITIR SU<br>VOZ LA<br>RAMA<br>TUVE FE   |  |   | APÓCOPE DE<br>"UNO"<br>TENSO,<br>TIRANTE         |                 |
| ENRONQUE-<br>CIDA                        | EDUCACIÓN<br>INFANTIL<br>GANSO<br>DOMESTICO | ÁSPERO Y<br>DESABRIDO<br>PONE<br>ATADURAS   |  |  | PERCIBA<br>ENCAMI-<br>NARSE                   |  | TENGA<br>OSADÍA |
|  |   |   | CARCOMAÍS<br>SIMBOLO<br>DEL ARGÓN        |  |   | EL SER<br>INDIVIDUAL<br>...ART, AR-<br>TE ÓPTICO |                 |
| INTERJ.,<br>¡QUIA!<br>FOTO 3             |   | CIERTA<br>TASA                              |  | QUE TIENEN<br>BRIO, FEM.                   |   |  |                 |
|  |   |   |  |  | CONTRA-<br>PONE                               |  |                 |



## DAMERO

Nº 2.898

|       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1 A   | 2 N   | 3 M   | 4 A   | 5 J   | 6 H   |       | 8 Q   | 9 S   | 10 S  | 11 Q  |       | 13 O  | 14 H  | 15 M  |
| 16 A  | 17 D  | 18 I  | 19 I  |       | 21 Q  | 22 R  | 23 F  | 24 S  | 25 O  | 26 I  | 27 R  | 28 N  | 29 S  |       |
| 31 H  | 32 H  | 33 D  | 34 D  |       | 36 C  | 37 A  | 38 T  | 39 J  | 40 C  |       | 42 P  | 43 T  |       | 45 B  |
| 46 B  | 47 H  | 48 P  | 49 A  |       | 51 S  | 52 M  | 53 G  | 54 P  |       | 56 P  | 57 Q  | 58 J  | 59 M  | 60 C  |
|       | 62 I  | 63 I  | 64 K  |       | 66 L  | 67 F  | 68 C  | 69 J  |       | 71 I  | 72 K  | 73 K  | 74 M  |       |
| 76 R  | 77 B  |       | 79 O  | 80 F  | 81 R  | 82 T  | 83 G  | 84 P  | 85 A  | 86 E  |       | 88 L  | 89 G  | 90 H  |
| 91 L  | 92 D  | 93 G  |       | 95 E  | 96 O  |       | 98 F  | 99 F  | 100 K | 101 E | 102 K | 103 R | 104 O | 105 K |
|       | 107 J | 108 L | 109 L | 110 O | 111 T | 112 R | 113 G | 114 C |       | 116 G | 117 N | 118 I | 119 Q | 120 L |
| 121 E | 122 N | 123 T | 124 E | 125 N | 126 O | 127 L |       | 129 Q | 130 B | 131 R | 132 T |       | 134 K | 135 P |
|       | 137 B | 138 T | 139 B |       | 141 Q | 142 P |       | 144 E | 145 M | 146 J | 147 S |       | 149 J | 150 M |
|       | 152 C | 153 F | 154 D | 155 D | 156 N | 157 S | 158 N |       |       |       |       |       |       |       |

Fragmento del poema "Frente al mar". Clave: Leyendo verticalmente la primera letra de cada solución aparecerán el nombre y el apellido de la autora y el país donde nació.

A. 4 1 16 49 85 37

Afilo en la muela.

B. 139 77 130 45 46 137

Llavines.

C. 152 60 40 68 114 36

Moldead.

D. 34 155 33 154 92 17

Realice el ordeño.

E. 101 124 144 121 95 86

Ninfa de los ríos.

F. 23 67 98 153 80 99

Dio brillo de satén.

G. 116 53 113 93 89 83

Lenguaje.

H. 47 6 90 32 31 14

Privado del papa.

I. 118 62 19 18 26 71 63

Preparada con engaño.

J. 107 39 5 58 149 69 146

Subyugad.

K. 134 100 72 73 102 64 105

Planearé en secreto.

L. 108 109 127 66 88 120 91

Es obediente.

M. 3 145 15 150 74 59 52

Rocoso.

N. 122 156 125 28 2 117 158

Niebla ligera.

O. 79 104 13 110 126 96 25

Impulsar.

P. 56 135 48 142 42 84 54

Me rindo, cedo.

Q. 57 119 141 11 21 8 129

Acabad, terminad.

R. 22 131 27 76 103 112 81

Barbilampiño.

S. 157 147 9 10 24 51 29

Tarugo.

T. 138 38 82 43 111 132 123

Oficial de menor graduación.

## 7 DIFERENCIAS



## SOLUCIONES A LOS PASATIEMPOS DE LA SEMANA ANTERIOR

### DAMERO Nº 2.897

Ya todo era silencio, simuladas catástrofes, grandes charcos de sombra, aguaceros, relámpagos, vagabundos islotes de inestables riberas; pero seguí volando...

**Clave: Girondo. Vuelo sin orillas.**

### AUTODEFINIDO

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | A | E | D | O | N | O |   |
| B | A | M | A | N | T | A | L |
| C | A | C | A | R | E | A | R |
| C | A | E | N | E | U | R | A |
| L | E | E | R | A | A | O | J |
| A | R | S | A | R | A | L | I |
| I | D | O | E | S | O | P | O |
| A | N | D | O | P | O | N | D |
| P | E | S | E | S | C | O | L |

### 7 DIFERENCIAS



### SUDOKUS

FÁCIL

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

### AUTOBLANCO

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| S | U | S | B | A | J | A | H | E |
| N | A | D | A | L | B | A | R |   |
| I | N | T | B | A | R | I | O |   |
| A | O | C | A | P | I | S |   |   |
| N | E | A | G | U | A | S |   |   |
| M | A | L | A | R | H | O |   |   |
| V | I | G | I | L | A | R | A | N |
| A | R | A | D | O | R | A | D |   |
| D | T | A | C | B | O | E |   |   |
| E | V | A | H | I | E | R | A |   |
| A | I | B | A | L | A | N |   |   |
| R | U | L | A | U | R | A | L |   |
| E | D | A | D | E | S | D | O |   |
| A | V | A | R | O | S | I |   |   |
| M | A | J | A | S | E | I | S |   |
| M | U | D | O | S | A | R | T |   |
| D | N | A | E | L | I | S | A |   |
| L | A | S | O | O | S | E | S |   |

### CRUCIGRAMA Nº 2.844

- HORIZONTALES.
- Semi. AAPP.
  - Sol. Respira.
  - Oracionales.
  - Sb. Lasaña. I.
  - Airen. Largo.
  - AAR. Del.
  - Encía. Rosal.
  - R. Acusar. Se.
  - Tonalidades.
  - Epatara. Lea.
  - Esos. Reis.

- VERTICALES.
- Sosa. ERTE.
  - Sorbán. Ope.
  - Ela. Rácanas.
  - M. Clericato.
  - Irian. Aulas.
  - Eos. Sir.
  - Asnal. Radar.
  - Apañadora. E.
  - Pilares. DLI.
  - Pre. Glasees.
  - Asió. Lesa.

## LIBROS

● **Un amor como el sol.** Issac, un modelo famoso, haría cualquier cosa para ayudar a su amiga Laniah a salvar su negocio, incluso fingir ante la prensa que salen juntos. Pero pronto descubrirán que están jugando con fuego, los límites de su amistad son cada vez más débiles y la atracción que sienten más fuerte... **RBA. 20,90 €.**

● **La pelirroja de Auschwitz.** Basada en una historia real y un testimonio único sobre una de los episodios más dramáticos del siglo XX. En 1944, cuando Rosie tiene 18 años, es arrancada de su pueblo natal en la frontera rumano-húngara por los nazis. Acaba en Auschwitz y allí, a pesar de las atrocidades que vive, permanece decidida a no rendirse. **Espasa. 21,90 €.**

● **Aquí y ahora.** Cuando una amiga en común y un clima impredecible conspiran para juntar a Michael y a Marnie en la caminata de diez días más épica de la historia, ninguno cree que la cosa pueda ir a peor. Están cerca de un gran futuro... siempre que sobrevivan al viaje. **Plata Ed. 20 €.**

● **Prohibido morir aquí.** La señora Palfrey acaba de enviudar y deja su casa para mudarse a un hotel de Londres que tiene de huéspedes a un variopinto grupo de jubilados. Allí conocerá a un escritor con el que trabajará una improbable y especial amistad. **Libros del Asteroide. 21 €.**

● **La maravillosa tienda de Seúl.** Hyoyoung trabaja de dependienta en una tienda donde los clientes pueden adquirir artículos para escribir cartas con la condición de contestar también a alguna de las que llegan. Cada una de las personas que conoce tiene su propia historia. **Maeva. 19,90 €.**



## CINE ESTRENOS 23 DE MAYO



### Misión imposible: Sentencia final

**Nac:** EE.UU. **Dir:** Christopher McQuarrie. **Int:** Tom Cruise, Hayley Atwell, Ving Rhames, Simon Pegg.

Octava entrega y broche de oro de la franquicia *Misión Imposible*. Ethan Hunt (Tom Cruise) y su equipo tienen la llave que les podría dar el control de la Entidad, que sigue activa y cuenta con el apoyo del malvado Gabriel (Esai Morales). Para eso tendrán que arriesgarse para eliminar esa IA experimental que descansa en el fondo del mar.



### Lilo y Stitch

**Nac:** EE. UU. **Dir:** Dean Fleischer-Camp. **Int:** Maia Kealoha, Sydney Agudong, Zach Galifianakis.

Nueva versión, esta vez con imagen real de la famosa cinta de animación de Disney. Nos cuenta la historia de Lilo (Maia Kealoha), una niña solitaria, y de Stitch, un extraterrestre fugitivo, parecido a un perro raro y que en realidad está diseñado para ser una fuerza de destrucción, que la ayudará a recomponer su familia rota.



DEL 21 AL 27 DE MAYO

Por el futurólogo Rubén Barea [www.rubenbarea.com](http://www.rubenbarea.com)

## ARIES

21/3 - 20/4

**SALUD:** Periodo de convalecencia o reposo necesario. Sé muy paciente.

**DINERO:** Aprovecha las oportunidades que se presenten. Continúas en un ciclo favorable para alcanzar tus metas.

**AMOR:** Será necesario meditar respecto a qué es lo mejor para ti.

Las piedras verdes favorecerán tu buena salud física.

## TAURO

21/4 - 20/5

**SALUD:** Ante el estrés o preocupación, podrás padecer molestias digestivas.

**DINERO:** Tu excelente trabajo y sentido de responsabilidad no pasará desapercibido.

**AMOR:** Busca en los que te quieren el apoyo que necesitas ante un cambio complicado.

Quemar velas de miel favorecerá tu bienestar.

## GÉMINIS

21/5 - 20/6

**SALUD:** Podrás invertir en algún tratamiento estético mejorando tu imagen y belleza.

**DINERO:** Entrada de dinero. Te devolverán lo que te correspondía o te deban.

**AMOR:** Acercamiento a tu pareja. Comunicación. Disfrute en la vida íntima.

Una pirita te mantendrá abierto tu camino.

## CÁNCER

21/6 - 20/7

**SALUD:** Sentirte presionado por el entorno te afectará en el ánimo o los nervios.

**DINERO:** Momento de sobre esfuerzo. Deberás sacar tareas acumuladas adelante en el trabajo y en casa.

**AMOR:** Te sentirás muy valorado por tu pareja o tus familiares.

Una piedra roja, como el granate, te dará energía.

## LEO

21/7 - 21/8

**SALUD:** Tomarás decisiones importantes encaminadas a mejorar tu cuerpo y mente.

**DINERO:** Podrás realizar algunos pagos pendientes que te harán sentir más liberado.

**AMOR:** Cuidado con los consejos que recibes, que no siempre son acertados.

Una herradura será tu gran talismán.

El mejor signo

**Escorpio**  
Ana Milán  
3 de noviembre de 1973 (51 años)



## VIRGO

22/8 - 22/9

**SALUD:** Deberás revisar tu alimentación y aquellos hábitos que podrían perjudicarte.

**DINERO:** Encontrarás la manera de aumentar tus ingresos por vías diferentes.

**AMOR:** Disfrutarás de buenos momentos con tus seres queridos.

Quema hojas de laurel para eliminar la negatividad.

## LIBRA

23/9 - 22/10

**SALUD:** Riesgo de recaída en algún hábito que dabas por superado.

**DINERO:** Recibirás noticias favorables relacionadas con tu economía. Posible oferta de trabajo ventajosa.

**AMOR:** Mejorará la convivencia. Espíritu conciliador con tu pareja o familiares.

Una pirámide de amatista para la positividad.

## ESCORPIO

23/10 - 22/11

**SALUD:** Los asuntos sanitarios llegarán a su feliz desenlace durante este periodo.

**DINERO:** Inicio o cambio laboral deseado. Podrás realizar alguna inversión rentable.

**AMOR:** Aumentará tu autoestima. Disfrutarás de la pareja de manera más relajada.

Coloca flores frescas para promover energía positiva.

## SAGITARIO

23/11 - 20/12

**SALUD:** Revisiones médicas muy esclarecedoras. Podrás decidir ante varias opciones.

**DINERO:** Harás planes a medio y largo plazo. Crearás estrategias para asegurar tu calidad de vida.

**AMOR:** Medita cómo afrontarías si estuvieras en una relación compleja.

Las velas de violetas te permitirán tomar decisiones.

## CAPRICORNIO

21/12 - 19/1

**SALUD:** La espalda te generará problemas por dolores o lesiones.

**DINERO:** Dosificar tus esfuerzos en el trabajo y al realizar las tareas físicas. Mejorarán tus condiciones.

**AMOR:** Acepta lo que te digan sin ponerte a la defensiva aumentando el conflicto.

Incorpora en tu rutina la vibración del color rojo.

## ACUARIO

20/1 - 18/2

**SALUD:** Riesgo de alguna lesión en la piel que deberás cuidar.

**DINERO:** Disfrutarás del trabajo. Si buscas empleo, no tardarán en ofrecerte el puesto deseado.

**AMOR:** Descubrirás alguna información que hará que todo cobre sentido.

Camina descalzo y en contacto con la naturaleza.

## PISCIS

19/2 - 20/3

**SALUD:** Será bueno pedir una segunda opinión médica antes de decidir la mejor opción.

**DINERO:** Te saldrás del presupuesto establecido sintiéndote merecedor de caprichos.

**AMOR:** Momento favorable para los inicios sentimentales o para crear amistades nuevas.

Lleva una amatista para tu bienestar emocional.

ALICIA GALVAN  
2025  
LA MAGIA COMIENZA CONTIGO  
922 679 362  
806 514 514  
Coste 806. IVA incluido. Mayores 18 años. Servicio prestado por Alejandra S.L. Apartado de Correos 145. Código Postal 35200, Tenerife.

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.  
Amor Salud Dinero Trabajo  
806 450 223  
Consultas claras y precisas  
coste máximo red fja 121 red móvil 152 a partir de mayo de 19 años. Servicio prestado por Alejandra S.L. Apartado de Correos 145. Código Postal 35200, Tenerife.

# Christian Toro: "Tengo todo lo que necesito para ser feliz, y eso a veces asusta"

Christian Toro, oro olímpico en Río 2016, nos recibe en su hogar, donde vive volcado en su familia y alejado de la alta competición

**C**HRISTIAN Toro, campeón olímpico en piragüismo y una de las figuras más queridas del deporte español, nos recibe en su casa de Leganés (Madrid), convertida en un hogar lleno de amor, donde vive junto a su mujer, la enfermera pediátrica Susana Salmerón, y su hijo Alejandro.

Retirado de la alta competición tras alcanzar la cima con el oro en Río 2016, el deportista vive volcado en su familia, en su lucha por sacarse unas oposiciones y en sus colaboraciones en televisión. Toro habla desde la calma de quien ha remado

ENLACE AL CANAL

[x.com/byneontelegram](https://x.com/byneontelegram)

Ó escanea el código QR:



mucho (en el agua y en la vida) y nos confiesa que es ahora cuando ha aprendido a valorar lo esencial. "Tengo una familia preciosa y una vida sencilla, pero plena", confiesa emocionado.

#### ¿Dónde nos encontramos?

Estamos en mi casa de Leganés. Cerca de Madrid, un barrio tranquilo y perfecto para una familia, que es lo que yo buscaba.

#### Se ve que es una casa muy vivida.

Sí, es un hogar. Cuando hablamos de hacer las fotos yo pensaba que no era una casa "especial" por algo en concreto, pero sí lo es por cómo la vivimos. Nos encanta tener amigos y familiares, siempre hay alguien en casa.

#### Hemos tenido la oportunidad de conocer a tu mujer. ¡Qué guapa!

¿Qué te voy a decir yo? El día que la conocí (allá por 2017) me quedé tan obrubilado que me salté 15 semáforos, perdí vuelos, me equivoqué de destino... Un mes entero sin que me funcionara el cerebro. Ahí supe que era la mujer de mi vida.

#### ¿Dónde la conociste?

Un amigo me enseñó una foto suya. Me pareció guapísima. Me atrajo mucho que tenía una profesión, que era independiente. Le escribí varias veces hasta que un día me dejó invitarla a un refresco. Y hasta hoy.

#### Fruto de ese amor, tenéis a vuestro niño, Alejandro. Tiene siete años, ¿verdad?

Sí, es un clon de su madre. Y yo, feliz. A veces ▶▶▶



Toro recuerda con emoción el oro olímpico y cómo superó el vacío tras alcanzar la cima: "Me ayudaron a marcarme nuevos objetivos en la vida".

▶▶▶ me voy a la cama y me da miedo lo feliz que soy. Siento que lo tengo todo: mi familia, lo que necesito para ser feliz. Y eso, a veces, asusta.

**¿Y cómo es él de personalidad?**

Estamos descubriéndolo. Físicamente es como su madre, y lo que más intentamos es que sea una buena persona. Queremos que entienda que dentro de casa es libre, pero fuera tendrá que trabajar mucho y respetar a todos.

**¿Le estás inculcando el deporte?**

Sí, el deporte me ha dado la vida. Más allá de si será profesional o no, quiero que entienda sus valores: salud, respeto y amistad. El deporte rompe barreras como el racismo o la homofobia.

**"Tras ganar la medalla, sentí un vacío. Entré en un limbo sin objetivos y me puse en manos de psicólogos"**

**¿Os estáis planteando darle un hermanito?**

Sí, estamos en ello. Nos lo pide y nosotros también queremos. Pero, sobre todo, no queremos dejar de disfrutar del presente.

**¿Es la primera vez que entramos en la casa de un Campeón Olímpico!**

No hay nada más arriba que eso (risas). Pero no lo conseguí solo, tuve buenos compañeros y guías. Me ayudaron a aprender a entrenar y a competir.

**¿Cómo fue ese momento en el que te dan la medalla?**



Christian se encuentra ahora mismo volcado en sus oposiciones para bombero: "Siempre he querido ayudar a los demás".



"El día que conocía mi mujer me quedé tan nublado que me salté quince semáforos", nos dice.

Increíble. A la gente se le prepara más para el fracaso que para el éxito. Por eso cuando hablo con niños les digo que no hay límites, solo objetivos. Empecé ganando campeonatos pequeños antes de llegar al oro.

**¿Y qué pasa después de tocar techo?**

Hay un vacío. Me pasó. Entré en un limbo sin objetivos. Hasta que, con ayuda de psicólogos deportivos, aprendí a marcarme nuevas metas.

Hiciste historia junto a Saúl Craviotto.



Junto a su mujer, la enfermera pediátrica Susana Salmerón, y su hijo Alejandro, ha encontrado su mayor triunfo.

Sí, ganamos juntos. Él era mi ídolo y años después ganamos el oro como pareja. Es el mejor deportista español hasta ahora.

**¿Y la medalla la tienes bien guardada?**

Sí, aunque la llevo a los coles. De pequeño me dijeron muchas veces que era imposible, por eso quiero que los niños la vean y crean que pueden lograrlo.

**¿Y tu familia cómo vivió tu carrera deportiva?**

Mis padres apostaron mucho por mí. Me fui de casa con 13 años. Ahora que soy

**"Mis padres apostaron mucho por mí. Me fui de casa con 13 años. Ahora que soy padre, lo valoro más"**

padre, lo valoro más. Recuerdo tenerlos frente al podio en Río. Fue muy emocionante.

**¿Y tu mujer?**

Nos conocimos en 2017. Ella me vio por la tele en los Juegos. ¡Ahora tenemos una familia preciosa!

**¿Y ahora qué metas tienes?**

Prepararme para ser bombero. También trabajo como embajador del Comité Olímpico ayudando a refugiados. Quiero usar el deporte como bandera para ayudar a los demás.

**¿Y por qué bombero?**

Porque es un reto que me motiva. Une lo físico con ayudar a los demás. Siempre fui el protector de mis amigos. Quiero estar para quienes necesitan ayuda.

**En televisión te podemos ver de colaborador en Fiesta y en Supervivientes.**

Sí, me retiré este año y decidí dar este paso. Porque me siento muy a gusto en la tele. En *Fiesta* encontré un equipo que me ha hecho sentir en casa. Somos una familia, cada uno aporta su mirada.

**¿Te costó retirarte del deporte?**

Pensé que me costaría, pero lo llevé bien. Cambié de objetivo, paso más tiempo con mi familia y crezco en otros aspectos que nunca imaginé.

Iván Rebozo

Fotos: Alberto Bernárdez

# Marc Clotet y Natalia Sánchez, una pareja solidaria

People inRed BARCELONA

Nieves

Numerosos rostros conocidos acudieron a la gala benéfica People in Red organizada por el doctor Bonaventura Clotet



Silvia protagonizó la anécdota de la velada al tropezarse y caerse en el photocall.



Silvia Abril (54) y Andreu Buenafuente (60) fueron los maestros de ceremonias.

UN año más, la gala solidaria People in Red, organizada por el doctor Bonaventura Clotet, ha vuelto a ser todo un éxito de convocatoria. Un evento que ya va por su 15ª edición y cuyo objetivo es recaudar fondos para la investigación científica de la Fundación Lucha contra las Infecciones presidida por el prestigioso médico.

Entre los rostros conocidos que acudieron al Museo

Nacional de Arte de Cataluña en Barcelona no podían faltar sus hijos, los actores Aina y Marc Clotet, este último acompañado por su mujer, la también actriz Natalia Sánchez, ambos espectaculares vestidos de rojo, acorde con el evento. La pareja ayudó al doctor ejerciendo, como siempre, de perfectos anfitriones.

También asistieron las parejas formadas por Martina Klein y Alex Corretja, la *influencer* Dulceida y

Alba Paul, y Andreu Buenafuente y Silvia Abril, que fueron los maestros de ceremonias de la gala.

## La anécdota

Precisamente Silvia protagonizó la anécdota de la velada, al tropezarse y caer al suelo durante el photocall.

circunstancia que se tomó con su humor habitual.

Tampoco faltaron la *influencer* Laura Escanes, los actores Hiba Abouk y Miguel Ángel Muñoz y la cantante Rigoberta Bandini, que fue una de las artistas que amenizó la velada. ■



El hijo del doctor Bonaventura, Marc Clotet y su mujer, la actriz Natalia Sánchez ejercieron de anfitriones.



Hiba Abouk (38), muy guapa con un vestido de corte princesa.



Laura Escanes (29) lució un vestido negro de amplio escote.



El actor Miguel Ángel Muñoz (41), de look total negro



El doctor Clotet (71), junto a su hija, Aina (42).

# Mónica Cruz:

## "Mi hija me lo ha puesto muy fácil"

La actriz, madre de una niña de 12 años, asegura que vive un momento muy tranquilo: "Ojalá me hubiera sentido así cuando tenía 20"

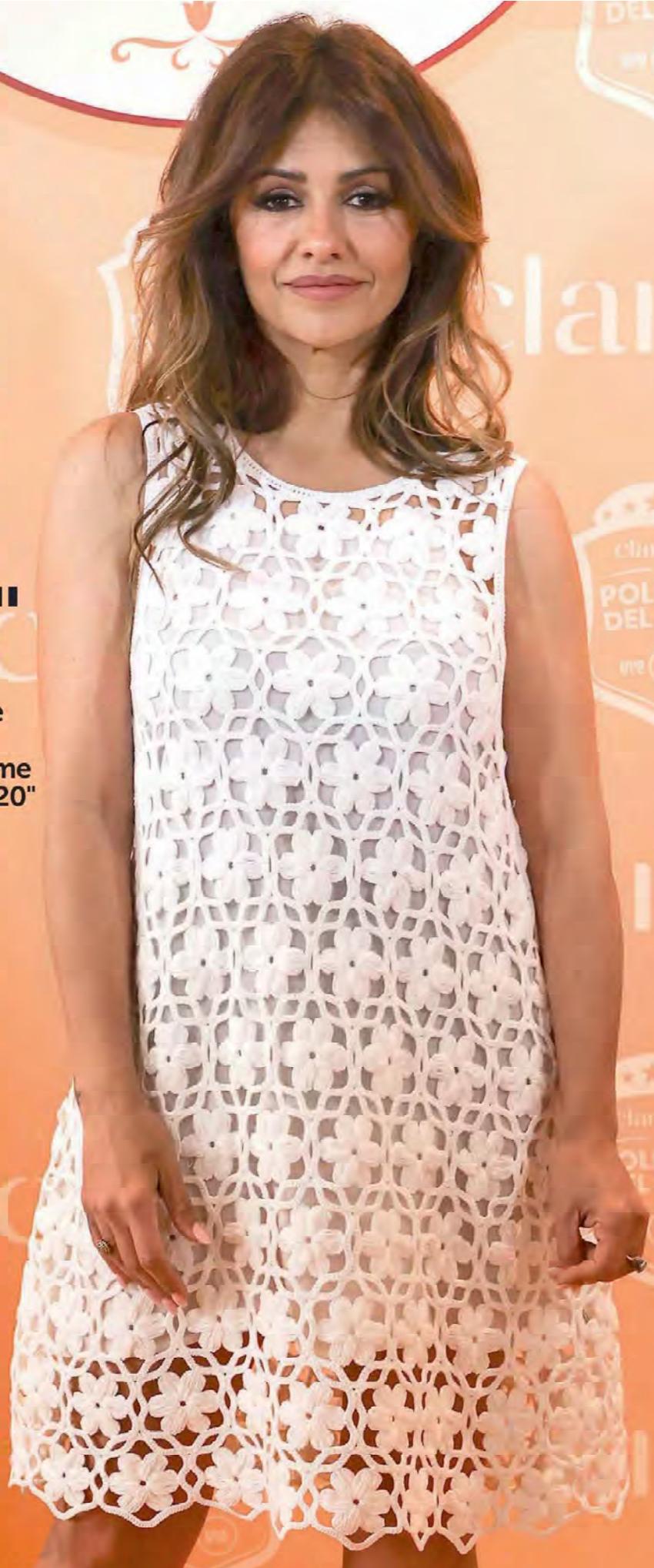
**T**RANQUILA, relajada y feliz, así es el momento actual de Mónica Cruz (48), que un año más es la nueva embajadora de Clarel en su campaña de concienciación para proteger de los efectos dañinos del sol.

Ella ya luce un favorecedor bronceado por sacar a pasear a los seis perros que tiene adoptados: "No me obsesiono, pero en el caso de la protección solar estamos hablando de salud. Es algo que también hay que inculcar a los niños desde que son pequeños para que se acostumbren", asegura.

**¿Te preocupa el paso del tiempo?**

No, a mí me gusta. Cada etapa tiene sus cosas buenas y hay que aprender a disfrutar

"Mi corazón está feliz, sano y contento", asegura cuando se le pregunta por su situación sentimental.





Ahora la vemos en televisión en el programa *Zapeando*, en La Sexta.

**"Me siento tranquila y en paz. Sé lo que quiero hacer y lo que no, no lo hago. Aunque la vida es una montaña rusa, mantener tu sitio de calma es muy importante"**

**"Me gusta mucho el directo de trabajar en televisión desde que lo descubrí en 'El Hormiguero'"**

todo lo que me te va viniendo. Ojalá me hubiera sentido así cuando tenía 20, con todo lo que he aprendido.

**¿Eres muy espiritual?**

Yo estoy viva y no solo creo en lo que veo, porque la vida no es eso, sino sería muy pequeñito todo.

**¿En qué etapa estás ahora?**

Me siento tranquila y en paz. Con los años aprendes a no tener filtros y eso te da mucha salud mental. Sé lo que quiero hacer y lo que no, no lo hago. Aunque la vida es una montaña rusa mantener tu sitio de calma es muy importante.

**Tu hija tiene 12 años, ¿cómo lidias con una preadolescente en casa?**

Lo que menos te gusta es por qué va todo tan rápido, pero al mismo tiempo estoy disfrutando y aprendiendo cómo vas soltando un poquito la cuerda. Ella va cambiando y podemos compartir otras cosas que por su edad no podíamos hacer juntas. Eso es maravilloso. La miro y me veo a mí reflejada, y cuando hay cosas que me pueden superar pienso en mí en esa época.

**¿Es rebelde?**

Mi hija me lo ha puesto muy fácil siempre. Tiene su

genio, pero me encanta porque es bueno para enfrentarse a la vida. Es muy buena niña.

**¿Ha heredado los genes artísticos de la familia?**

Juega al volei y está muy feliz, se le da muy bien. Probó el baile de chiquitita, pero no le enganchó.

**¿Te atreverías hacer con tu familia un reality como *Las Berrocal*?**

Mi día a día es bastante normal y la gente se aburriría mucho, pero nunca se sabe. Sí me gustaría hacer algo con mis perros sobre el tema de los animales.

**¿Qué proyecto tienes?**

Estoy con cosas de publicidad y feliz en *Zapeando*, me lo paso genial y aprendo un montón. A mí me gusta la televisión. La descubrí gracias a *El Hormiguero* y me encanta el directo, porque yo vengo de la adrenalina que da bailar en el teatro.

**¿Cómo fue tu paso por *Maestros de la Costura*?**

Fue una experiencia en la que aprendí un montón. He hecho cosas horribles, pero también otras de las que estoy muy orgullosa. Me encanta el diseño pero la parte de la costura menos, y eso que mi abuela siempre me insistía para enseñarme, pero yo prefería mis clases de ballet, y ahora me he acordado de ella haciendo este programa. Me ha enganchado y me he hecho mi cuarto en casa con mis cositas.

**¿En qué momento está tu vida sentimental?**

Estoy muy bien y muy tranquila. Mi corazón está feliz, sano y contento.

Sonia Montero

# Melody y Eurovisión arrasan en audiencias

● Teníamos muchas expectativas puestas en la candidatura de Melody, que no deja de ser esa niña (ahora ya mujer) a la que hemos visto crecer desde los 10 años.

Un buen puesto en el certamen no pudo ser, pero donde sí que triunfó la nueva diva de España fue en audiencias. Y es que, con ella TVE vivió su mejor jornada eurovisiva de los últimos 17 años.

Para ponerlos en contexto: consiguió récord en espectadores y fue el programa de entretenimiento más visto de la temporada. En total, 5.884.000 espectadores, lo que se traduce en un estratoférico 50,1% de share, con más de 13,6 millones de contactos (los espectadores que pasaron por el canal a lo largo de la noche).

## La actuación de la artista en 'Eurovisión' fue seguida por el 50,1% de los espectadores, un dato histórico

Un dato que crece (y mucho) durante las tensas votaciones, hasta alcanzar los 6.315.000 televidentes y el 59,7% del share.

Además, arrasó aún más entre los jóvenes (69,6% entre 13 y 24 años; 68% de 4 a 12 años; y 67,8% de 25 a 44 años) Unos datos que no se conseguían desde el tercer puesto de Chanel y su canción *SloMo* en 2022, con un 50,8% de cuota.



En total, 5.884.000 espectadores de media siguieron la final, convirtiendo 'Eurovisión' en el programa más visto del último año. TVE tuvo su mejor jornada de los últimos 17 años.



Este es el elenco completo de los concursantes que cocinarán en la décima temporada de *Masterchef Celebrity*.

## 'Masterchef Celebrity' calienta motores: este es su presupuesto

● El *talent* culinario se encuentra en plenas grabaciones de su décima temporada con *celebrities* en Televisión Española y ha trascendido uno de los datos que más interés suscita

siempre a la audiencia: el presupuesto del programa. En concreto, por la temporada completa la Corporación desembolsará 8.792.132,69 euros. Parece mucho, pero son 515.000€

menos que su anterior edición con estrellas.

Así las cosas, TVE ahorrará dinero con una edición que promete momentazos, ya que entre los nombres de su casting destacan Quique

Jiménez 'Torito', Mariló Montero, José Manuel Parada, Soraya Arnelas, Juanjo Bona, Mala Rodríguez, David Amor, Valeria Ro, Charo Reina, Miguel Torres, Rosa Benito o Alejo Sauras.

## Carlos Latre habla de 'Babylon'

● El presentador ha recordado con tristeza la cancelación de su programa en *La noche golfa*, de Miguel Lago: "El gran problema es que en esta país la paciencia no existe. No era un sitio amable, yo no hago guerras. Era una masa que no la dejaron ni meterla en el horno".



## Lalachus presentará el nuevo 'Grand Prix' junto a Ramón García

● La colaboradora de *La Revuelta* afronta un nuevo horizonte profesional como presentadora en TVE. A partir de este verano será la nueva copresentadora del nuevo *Grand Prix*, que este año se renueva y podrá seguirse a través de La 1 de TVE y Prime Video. Lalachus sustituirá a la influencer Cristinini.



## 'D Corazón' se consolida en el fin de semana

● No lo tenían nada fácil, pero un año y medio después de su estreno los datos de audiencia les respaldan. *D Corazón* se ha convertido en el programa por excelencia de la crónica social en los fines de semana.

El giro que dio el formato con la incursión de colaboradores y un estilo más entretenido al que nos tenían acostumbrados, los ha llevado a firmar el pasado fin de semana uno de sus mejores datos de audiencia de su historia: un 9,7% de *share* y casi 600.000 espectadores de media.

El buen ambiente que se respira entre los colaboradores, la ausencia de tonos de vozelevados y el tratamiento con respeto que se hace de la información son las cosas más aplaudidas por los espectadores y el secreto de su éxito.

Así las cosas, Anne Igartiburu y su equipo han demostrado que con paciencia y buen hacer se pueden conseguir grandes resultados en televisión.



La variedad y el buen rollo que tienen entre sí su elenco de colaboradores es una de las cosas más aplaudidas por los espectadores del programa.

Anne Igartiburu se ha mantenido de forma ininterrumpida al frente del espacio desde el año 1997. Su audiencia se aleja de sus inmediatos competidores, que se sitúan a más de dos puntos.



## 'Pura Sangre' la nueva serie de Telecinco

● Mediaset vuelve a apostar por la ficción en prime time y ya rueda esta nueva serie que tendrá entre su elenco a actores y actrices tan destacados como Ángela Molina, Pep Munné, Amaia Salamanca, Aitor Luna y Blanca Romero.

Arrancará contando la historia de una finca familiar, en la que varias muertes desencadenan una investigación que lo cambiará todo.

Según ha podido conocer SEMANA, la ficción se está rodando en distintos sitios de Madrid y Castilla y León.

## Muere Manuel Torreiglesias a los 84 años



● El periodista, que fue creador, director y presentador de *Saber vivir* desde 1997 al 2009, ha fallecido en su ciudad natal, Pontedeume (La Coruña), a los 84 años.

Tal y como confirmó a *El Mundo*, llevaba cuatro años en la lista de espera para ser transplantado de riñón. Cuando finalizó su etapa al frente de *Saber vivir*, comenzó un nuevo espacio, *+Vivir*, en Intereconomía. En él permaneció hasta principios del 2013, momento en el que se jubiló definitivamente de la televisión. Aunque eso sí, nunca ha dejado de ser recordado por los espectadores de la televisión pública.

## Todos los secretos de 'Valle Salvaje', al descubierto

● Junto a *La Promesa*, es la sensación de las tardes de La 1.

La serie, producida por Bambú Producciones, ha conseguido conquistar a los espectadores poco a poco. Justo por eso, son muchos los que se hacen muchas preguntas sobre la ficción. Hoy os vamos a revelar dos de ellas: Su presupuesto, que es 4.000.000 de euros (33.333€ por episodio) y el número de episodios que restan a la temporada actual, que son 75.



## Celine Dion reaparece en 'Eurovisión' tras su retirada



● Hace ya varios meses que la artista anunció su retirada temporal del mundo de la canción debido a la enfermedad que padece desde hace años, el síndrome de la persona rígida.

Una afección que le impide realizar desplazamientos que querría debido a los numerosos brotes que sufre.

Aun así, Celine quiso reaparecer en *Eurovisión* para conmemorar su victoria del año 1988 en Suiza y le envió un mensaje a todos los seguidores del certamen: "La música nos une. Es nuestra fuerza, nuestro apoyo y nuestra compañía. Suiza siempre tendrá un hueco en mi corazón. Es el país que creyó en mí".

## Madonna también tendrá su propia serie en Netflix

● La reina del pop no va a ser menos. Se une a la larga lista de artistas que han visto cómo su vida ha saltado a la pequeña pantalla en forma de ficción con numerosos capítulos y temporadas. Junto al conocido productor Shawn Levy, responsable de éxitos como *Stranger Things*, Madonna contará en primera persona todos los pasajes de su vida.

Y es que la cantante estará involucrada hasta en el proceso de guion de



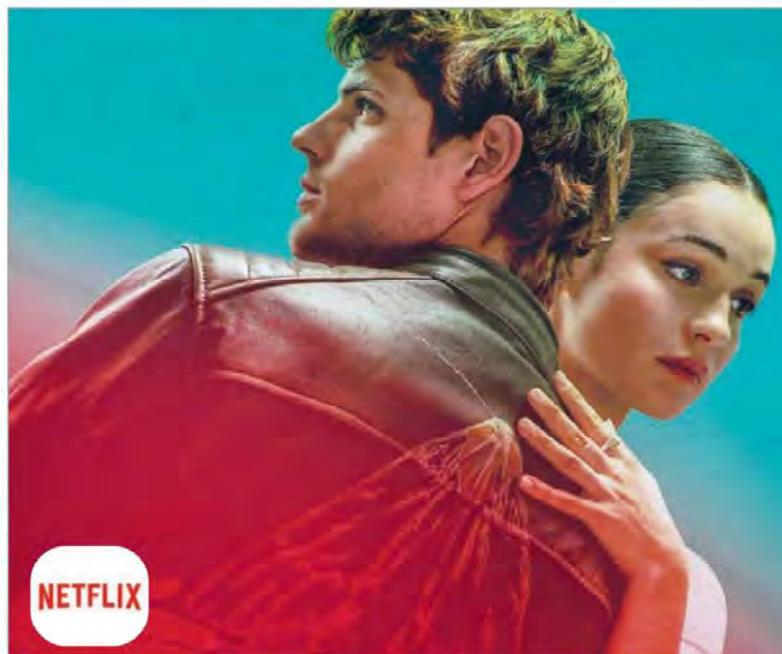
esta serie que se encuentra ahora en sus primeras fases de producción, realizando el casting de los actores y actrices.

### ★ PELÍCULA

## 'Mala Influencia': cómo la ficción juvenil ha conseguido conquistar a todos los públicos

Plataforma: Netflix

Int: Alberto Olmo, Eléa Rochera, Enrique Arce, Mirela Balić, Sara Ariño, Farid Bechara, Fer Fraga, Mar Isern y Selam Ortega



● Es la película del momento. La ficción juvenil, enfocada mayormente al público adolescente, ha existido siempre, pero desde los últimos años su popularidad y éxito no han dejado de crecer. Desde la trilogía de *Culpables* a esta *Mala Influencia*, dirigida por Chloé Wallace.

El argumento es tan simple como adictivo: Un exconvicto recibe la oportunidad de empezar de cero como guardaes-

paldas de una rica heredera ante un acosador. Cuanto más se conocen, más irresistible es su química. Para la protagonista Eléa Rochera, esta es su primera película, como suele suceder en este tipo de ficciones. ¡Quién lo diría!

Consigue que su interpretación sea perfecta, reflejando a la perfección ese choque de dos universos completamente opuestos entre sí.



Podría ser la definición perfecta de película juvenil, pero conquista a todos los públicos.



★ SERIE

### 'La canción': cuando Massiel nos salvó y 'Eurovisión' se convirtió en una auténtica arma política

Plataforma: Movistar Plus+

Int: Patrick Criado, Carolina Yuste, Marcel Borrás

★  
¡NUESTRA  
SERIE  
FAVORITA!



No es una serie sobre Massiel, es una serie sobre su canción y el primer triunfo de España.

● En una semana tan convulsa como la que estamos viviendo con la resaca de la participación de Melody en el festival de Eurovisión, esta serie de Movistar Plus+ se ha convertido en lo más visto de la plataforma. Y no es para menos. Entretenida, rápida, cargada de emoción y giros sorprendentes (incluso aunque creas conocer toda la historia de la participación de Massiel en el festival en 1968).

La canción retrata a la perfección cómo Eurovisión se convirtió ya en una auténtica arma política "Franco quiere que ganemos Eurovisión". Así comienza el primer capítulo, y con él, una sucesión de tramas que te mantendrán pegada a la pantalla las tres horas que completan sus tres episodios. No podrás parar hasta acabarla.

La retirada de Serrat en el último momento, cómo se fraguó todo el proceso en TVE, la llegada de Massiel desde México... Hace un retrato muy certero de la época.

Todo interpretado por actores tan relevantes como Patrick Criado o Carolina Yuste, que borda a Massiel.

★ DOCUMENTAL

### 'Mañana fue muy bonito', el documental de Karol G

Plataforma: Netflix

● Los retos, los sueños, los anhelos y también los miedos que hay detrás de una estrella internacional y de una gira tan ambiciosa como la que ha llevado a cabo Karol G en este último año son el hilo conductor de este honesto documental.

En *Mañana fue muy bonito* en homenaje a uno de los grandes éxitos internacionales de su carrera, la artista se desnuda como nunca antes ante sus fans. Karol desempolva sus comienzos, homenajea a sus raíces latinas y cuenta sin pudor cómo es su vida dentro y fuera de los escenarios, las batallas personales que libra como cualquier otro mortal.

Tanto si eres seguidor de la colombiana como si no, vas a disfrutarlo.

Es un retrato que nos ayuda, una vez más, a conocer lo que se esconde



# Alejandra Rubio contra su tía Carmen: "Es subnormal y punto"

La relación entre tía y sobrina vuelve a recrudecerse tras la publicación de unos audios de Alejandra insultándola

**U**NA vez más, la familia Campos vuelve a estar en el centro del huracán mediático. Cuando parecía que reinaba la calma tras unos meses convulsos marcados, sobre todo, por el conflicto entre Carmen Borrego y su hijo, José María, una nueva polémica sacude los cimientos del clan. Esta vez se trata de Alejandra Rubio y Carmen, quienes se ven envueltas en una tormenta familiar y tras la filtración de unos audios privados de la joven colaboradora.

En dichas grabaciones, fechadas en 2024, Alejandra expresa su malestar por la

exclusiva que su tía Carmen ofreció mostrando la casa de Málaga que perteneció a María Teresa. Con palabras duras y visiblemente molesta, la hija de Terelu ha arremetido: "Mi tía es subnormal y ya está", lamentando que Borrego posara incluso en la cama de su abuela solo cuatro meses después de su muerte. Este audio, que Alejandra envió a un amigo que ha filtrado y autorizado su difusión, ha hecho estallar una situación que ya venía tensa desde hace tiempo.

## Carmen reacciona

La reacción de Carmen Borrego no se hizo esperar.

Lejos de arrepentirse, Alejandra ha reconocido que podría "haber estado peor".

Desde el plató de *Vamos a ver*, la colaboradora optó por la prudencia y evitó entrar en guerra abierta con su sobrina. "No me gusta, pero no voy a hacer una guerra de esto", ha asegurado con gesto serio. La hija menor de las Campos explicó que sabía del contenido antes de su publicación gracias a una llamada de su hermana, Terelu, y, en lugar de estallar, le mandó un mensaje conciliador a Alejandra. "No voy a echar mierda sobre mi sobrina", afirmó tajante.

Aun así, Borrego quiso dejar claras algunas cuestiones. Negó tajantemente haber vendido la imagen de su madre sin consentimiento, asegurando que Terelu simplemente evitó entrar en conflicto. Una versión con la que su sobrina no está de acuerdo, ya que sostiene que Terelu optó por el silencio, dejando entrever así su desacuerdo con su hermana. "Mi madre le dejó muy claro con su actitud que no. Le dijo: haz lo que te la gana", apuntó.

### No se arrepiente

Por su parte, Alejandra, ya más calmada y con el asunto expuesto públicamente, se vio obligada a dar explicaciones. La joven reconoció que los audios eran antiguos y enviados en un momento de enfado. "Esto ha pasado hace un año y medio. Era una conversación privada. Siento mucho haber usado esa palabra fea, le he pedido perdón a Carmen", confesó. Con todo,

la joven volvió a dejar clara su postura: no compartía la exclusiva y, aunque no pretendía imponer su opinión, no consideraba que fuera el momento adecuado tras la muerte de su abuela. "Sigo pensando lo mismo. No era el momento", insistió. Aun así,

### "Mi tía es subnormal y ya esta". Esta polémica frase ha vuelto a dinamitar la relación entre tía y sobrina

trató de quitar hierro al asunto: "Podría haber sido peor conociéndome cuando estoy enfadada", dijo sacando pecho de su mal carácter.

De momento, tanto Alejandra Rubio como Carmen Borrego han optado por rebajar la tensión y evitar un conflicto mayor al menos públicamente. Aunque las heridas siguen abiertas, ambas han preferido tender puentes y no añadir más fuego al drama familiar que ya copó titulares en su día y que hoy se ha vuelto a demostrar que existe entre ellas. ■

**Aunque el audio era privado, su difusión ha hecho estallar una situación que ya venía tensa desde hace tiempo**

**Aunque molesta, Carmen Borrego no ha querido entrar en conflicto con su sobrina.**

Marta ha confesado que hasta que no se encuentre en el tercer mes no estará tranquila.

# Marta Peñate y Tony Spina,

## la viva imagen de la felicidad

Tras una larga y dura lucha por lograr su sueño de ser padres, la colaboradora televisiva está embarazada

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR



**D**ICEN que a la tercera va la vencida, un dicho popular en el que Marta Peñate (34) y Tony Spina (36) están poniendo todas sus ilusiones. Y es que, tras dos años y medio de tratamiento de fertilidad y en el tercer intento, Marta está embarazada.

Una maravillosa noticia que llena de felicidad a la pareja, como se puede apreciar en estas imágenes que les muestra SEMANA de la pareja, que se acababa de enterar de la buena nueva, saliendo de la clínica especializada en reproducción.

### Felicidad y miedo

A la salida del centro, la pareja se fundió en un tierno beso que evidencia el momento que están viviendo después



En octubre, Marta tuvo un embarazo ectópico que le costó superar a nivel psicológico

Sus gestos, miradas y sonrisas muestran el bonito momento que están viviendo.



Este duro proceso, que han vivido juntos, les ha reforzado como pareja.

de tantos meses de angustia, temores y decepciones.

Marta luce una abierta sonrisa que no puede disimular a pesar de los miedos lógicos que tiene. "Después de la última vez, y esa experiencia tan dura que tuve que vivir, tampoco quiero cantar victoria. Esta felicidad no me la quita nadie, pero hasta mínimo los tres meses no estaré tranquila", asegura.

Por su parte, el extronista de *Mujeres y Hombres y Viceversa*, aunque feliz, estaba más tenso que Marta, quizá porque la ha visto sufrir mu-

cho y el miedo a que algo vaya mal está ahí.

Y es que esta tercera transferencia embrionaria que ha fructificado llega después de una larga lucha en la que a Marta, tras descubrir que tenía dos úteros, le tuvieron que extirpar las trompas de falopio, lo que le impedía ser madre de manera natural. Posteriormente, tras una primer intento fallido, Marta tuvo un embarazo ectópico, que le costó superar. Ahora, con este positivo, la pareja siente que por fin su sueño de ser padres es posible. ■



Tony y Marta se fundieron en un cariñoso beso tras salir de la clínica.

Celeste acompañaba a Isabel a todas partes. Era una más en el equipo de la tonadillera.

**EXCLUSIVA**

# Isabel Pantoja pierde a su más fiel confidente, Celeste

La que ha sido su sombra durante años ya no forma parte del círculo de la cantante. Tras una enfermedad, se ha dejado de contar con ella

**I**SABEL Pantoja no atraviesa su mejor momento. Su último concierto se ha suspendido en España, la gira americana está sin cerrarse, su serie biográfica no termina de arrancar y el nuevo disco aún no tiene fecha de lanzamiento. Pues bien, a todo esto se suma una pérdida importante: la de Celeste, su inseparable colaboradora y confidente durante años a la que muchos consideraban su última amiga verdadera.

Celeste, conocida por su discreción y lealtad, ha estado al lado de Isabel en los momentos más difíciles, encargándose de su vestuario y aspectos personales. Sin embargo, tras una delicada intervención quirúrgica, que la mantuvo postrada durante meses, ni Isabel ni su hermano Agustín se han puesto en contacto con ella, a pesar de conocer su delicado estado de salud.

La decepción para Celeste ha sido tremenda. Ella misma ha dado las gracias a todas las personas que han estado a su lado sin nombrar a Isabel, la que consideraba su íntima amiga: "En plena recuperación después de la operación voy poco a poco. Mi corsé durante tres meses es lo que me va a devolver el poder andar y no caerme. Con esto me he dado cuenta de que la familia y los amigos son los que nos sostienen, los que siempre están sin reservas y los que nos dan la mano. Gracias a cada uno de vosotros, que sois muchos los que no me habéis soltado jamás de la mano".

### La decisión de Agustín

Peró, ¿qué ha ocurrido entre Isabel y la que durante años ha sido su sombra, su fiel escudera y su mano derecha? Tal y como ha podido saber SEMANA, en exclusiva, al-



Celeste era un miembro más del staff de Isabel. Ahora su relación se ha roto.

guien muy cercano a la cantante le propuso a Celeste, hace unos meses, trabajar como colaboradora interna en la residencia de La Finca, donde ahora vive la artista. Celeste, debido a su situación médica, declinó educadamente la oferta. Esta negativa habría sido el detonante para que Agustín Pantoja cortara toda relación con ella, arrastrando consigo a Isabel en esta decisión. El hermano de Isabel no está dispuesto a tolerar esta afrenta y ha decidido cortar cualquier relación.

Según ha podido saber esta revista, fue el pasado mes de diciembre durante el concierto en Madrid cuando Ce-

leste y la cantante se vieron por última vez y desde entonces las otrora amigas solo han mantenido una conversación telefónica posterior al concierto y fue a través del teléfono de María Ángeles, la persona que aceptó el trabajo que rechazó Celeste.

Esta ruptura entre Isabel y su mano derecha no solo representa la pérdida de una colaboradora profesional, sino la de una amiga leal que estuvo presente en los momentos más significativos de su carrera. Una amistad que, según allegados, fue sacrificada por decisiones que muchos consideran injustas.

Peró, ¿estamos ante una ruptura definitiva o una crisis

puntual en esta relación? Hay que tener en cuenta que Celeste es la presidenta del club de fans "Buena Suerte", el único registrado y que cuenta con sus propios estatutos. Además, Celeste es la propietaria del museo de Isabel Pantoja, situado en Fuenlabrada y que alberga en su interior más de 300 vestidos de la artista, premios, infinidad de recuerdos y una gran galería fotográfica. Todo ello resulta imprescindible para su carrera y, sobre todo, para su relación con los fans, una parte importantísima del éxito de la tonadillera en estos días.

.....  
Texto: Kike Calleja

La actriz acudió a la premiere de *Eddington*, un western contemporáneo en clave de comedia negra protagonizado por Joaquin Phoenix y Pedro Pascal.

# Angelina Jolie, el regreso triunfal a Cannes

La actriz volvió a pisar la alfombra roja del festival después de 14 años de ausencia



Angelina Jolie (49), con un vestido de  
o y lentejuelas de Brunello Cucinelli.



Halle Berry (58), miembro del jurado, con corsé  
y falda globo, de Celia Kritharioti.



Eva  
Longoria  
(50) lució un  
vestido con  
canutillos  
de pedrería  
y terciopelo  
de Tamara  
Ralph.



Diane Kruger (48) llevó un vestido con delicadas semitransparencias de lentejuelas y plumas, acompañado de un tocado, de Prada.



Jennifer Lawrence (34) apostó por un vestido plisado con capas, inspirado en un modelo del año 1949 de Dior.

Esta edición la organización del festival prohíbe en la alfombra roja vestidos muy voluminosos, con larga cola y diseños 'demasiados desnudos'



Emma Stone (36), una de las estrellas del filme *Eddington*, con vestido columna de escote arquitectónico de Louis Vuitton.



Juliette Binoche (61), presidenta del jurado, vestida de Dior.



La modelo Toni Garrn (32), con un vestido satinado de Nina Ricci.

**C**ANNES se ha convertido un año más en el epicentro del glamour mundial. El pasado 13 de mayo se dio el pistoletazo de salida a la 78 edición del famoso festival de cine de este pequeño enclave de la Costa Azul, que hasta el próximo día 24 convertirá el paseo de La Croisette en la pa-

sarela más espectacular, a pesar de que este año hay reglas que pueden rebajar esa espectacularidad en los estilismos que es una constante edición tras edición.

Acostumbradas a vestidos con colas interminables o a los escotes, aberturas y transparencias que dejan la tela del vestido en la mínima expresión, este 2025 la ▶▶▶



Zoe Saldaña (49) eligió la sobriedad absoluta con su vestido negro y cazadora de piel de Saint Laurent.



La modelo Bella Hadid (28), también de negro y también con un diseño firmado por Saint Laurent.



Natalie Portman (43), de las más elegantes, con un vestido confeccionado en tul y terciopelo negro bordado con escamas plateadas de Dior.

►►► organización ha tomado cartas en el asunto con unas reglas que no han gustado a todos, ni parece que todas las estrellas se han tomado al pie de la letra.

La organización del certamen envió una carta a los asistentes sobre el *dress code* que se debe llevar en la alfombra roja en la que se po-

día leer: "Las vestimentas voluminosas, en particular que lleven una larga cola y que, por tanto, dificulten el flujo apropiado del tráfico de los huéspedes y compliquen la agilidad dentro de la sala no están permitidas". Y también "por razones de decencia, la desnudez está prohibida en la alfombra roja, así ►►►



Andie MacDowell (67) impactó con su esmoquin masculino.



Rossy de Palma (60) eligió un vestido esmoquin del diseñador Alexandre Mattiussi.



Irina Shayk (39) lució un vestido palabra de honor de voluminosas mangas y falda con diminutos topes de Armani Privé.



Amal Clooney (47) acudió al estreno del documental *Stories of Surrender*, de su amigo Bono, con un vestido lencero de John Galliano para Dior.

El siempre elegante negro se convirtió en el gran protagonista, tanto con vestidos de inspiración lencera como en looks masculinos que nunca pierden vigencia



Paz Vega (49) pisó la alfombra roja de Cannes con un vestido diseñado por la princesa Sirivannavari de Tailandia.



Tom Cruise (62), uno de los más aclamados, presentó la última película de la saga *Misión Imposible*.

▶▶▶ como en cualquier otra área del festival".

Fueron varias las que desafiaron las reglas, como Heidi Klum, que llevó un vestido de volantes de larga cola, o Bella Hadid, con un diseño repleto de aberturas.

### Hollywood

Siguiendo las normas y reinando como nadie sobre la alfombra roja, Angelina Jolie se convirtió en la gran estrella. La actriz llevaba 14 años ausente (la última vez que había pisado La Croisette fue en 2011 en la presentación de la película *El árbol de la vida*).

Junto a ella otras leyendas de Hollywood como Tom Cruise, que presentó su última película *Misión Imposible: Sentencia Final*, o un emocionadísimo Robert de Niro, quien recibió de manos de su discípulo Leonardo DiCaprio la Palma de Oro de Honor en reconocimiento a su carrera. ■



Robert De Niro (81) recibió la Palma de Oro de Honor de manos de su gran amigo Leonardo DiCaprio (50).



Alessandra Ambrosio (44), con un diseño Old Hollywood de Zuhair Murad.



Carla Bruni (57) optó por un vestido asimétrico de lentejuelas de Roberto Cavalli.



Heidi Klum (51) desafió las normas impuestas este año por la organización con un espectacular vestido de volantes con larga cola de Elie Saab.





# Eugenia Martínez de Irujo y Miguel Báez 'El Litri': pasión y celos

El romance entre la duquesa de Montoro y el torero fue el gran acontecimiento de mediados de los 90



"**P**ENSE que nunca volvería a estar así de enamorada. Me volví loca de pasión, pero mi padre me lo impidió tajantemente. Mi vida se derrumbó ante aquel amor imposible, era demasiado joven", así hablaba Cayetana Fitz-James Stuart sobre su amor por el torero sevillano Pepe Luis Vázquez.

Quizás por el recuerdo de ese romance que nunca pudo ser, la recordada duquesa de Alba, fallecida en el sevillano Palacio de Las Dueñas el 20 de noviembre de 2014, siempre vio con tan buenos ojos las relaciones que su única hija tuvo con algunos de los diestros más atractivos del momento.

#### Otro torero

Nadie puede olvidar el matrimonio que Eugenia Martínez de Irujo protagonizó con Francisco Rivera en la catedral de Sevilla. Un enlace digno de una royal, que poco después terminó en una sonada ruptura. ▶▶▶



#### EL GRAN MOMENTO

Una de sus apariciones públicas más sonadas fue en la boda de Enrique Ponce y Paloma Cuevas, el 25 de octubre de 1996 en Valencia. A ella también fue Francisco Rivera, a quien no le gustó ver a su ex con su nuevo novio.

▶▶▶ Pero el hijo de Carmen Ordóñez no fue el único torero que ocupó el corazón de la duquesa de Montoro. Hubo otro, también como Francisco, perteneciente a una gran dinastía taurina e igual de atractivo, que conquistó a la benjamina de los Alba. Y precisamente fue en una de las rupturas que Eugenia y Francisco tuvieron durante su noviazgo, cuando entró en escena Miguel Báez 'El Litri'.

Eugenia y Francisco habían comenzado su historia de amor en la primavera de 1993 y cuando ya sonaban campanas de boda, a comienzos de 1995, llegó la inesperada ruptura.

### Mismo círculo

Poco después apareció en la vida de la hija de la duquesa de Alba El Litri. Un joven y guapo torero de 27 años, la misma edad que tenía Eugenia, que levantaba las mismas pasiones que Francisco en las plazas de toros, donde vivía su época de gloria.

### La duquesa de Montoro comenzó su relación con El Litri en medio de una ruptura de su noviazgo con Francisco Rivera

Se conocían desde hacía muchos años, ya que pertenecían al mismo círculo de amigos, pero esa amistad no se convirtió en algo más hasta que la duquesa de Montoro no estuvo 'soltera'. Por su parte, el torero había roto su relación con la princesa Lalla Hasna de Marruecos, la hermana del actual rey alauita, Mohamed VI, a quien había conocido en 1992. Un romance que mantuvieron en secreto (no trascendió pú-



**LOS AMORES DE EUGENIA.** Tras romper con El Litri, la duquesa de Montoro volvió con Francisco Rivera y se casaron en octubre de 1998. Se separaron cuatro años después. Desde 2017 ella comparte su vida con el empresario Narcís Rebollo, el gran amor de su vida.



blicamente hasta que habían terminado) y que las diferencias sociales impidieron que cuajara, a pesar del amor que se procesaban.

Una vez olvidada a la princesa marroquí, El Litri se enamoró de Eugenia, pero también en este caso prefirieron llevar los comienzos con absoluta discreción.

Cuando ya era un secreto a voces que mantenían una relación, el propio diestro quiso esquivar la cuestión con esta declaración en SEMANA: "Es cierto que somos muy buenos amigos y que ella ha ido a verme torear en algunas ocasiones, pero, de momento, vamos a dejarlo así".

Sin embargo, no pudieron ocultarlo por mucho más tiempo y comenzaron a asistir juntos a distintos actos, algunos de los cuales compartían con la familia de ella,



## DOS MATRIMONIOS

Miguel Báez se casó con Carolina Herrera el 19 de junio de 2004 en una finca de Extremadura, propiedad de la familia del diestro. En agosto de 2017, con tres hijos en común, anunciaron la separación. Tras un discreto romance, el diestro se casó con Casilda Ybarra de Fontcuberta, el 14 de mayo de 2022 en una boda íntima en Sevilla.



mente terminaron, pero llegaron otras...

Eugenia Martínez de Irujo y Miguel Báez siguieron caminos diferentes, pero la relación de amistad nunca se rompió entre ellos. Eugenia no faltó en los dos momentos más dolorosos de la vida del diestro, cuando en 2022, con solo quince días de diferencia, perdió a sus padres.

como con su hermano Cayetano Martínez de Irujo, dejando patente que el torero había sido tan bien aceptado en la familia Alba como lo había sido Francisco.

También los padres de El Litri estaban encantados con Eugenia. La propia madre del diestro, Conchita Spínola lo decía así a la revista SEMANA: "Se ve que están muy bien juntos", afirmaba.

Uno de los grandes momentos públicos de la pareja fue el 25 de octubre de 1996, cuando acudieron juntos a la boda de Enrique Ponce y Pa-

loma Cuevas, que se celebró en la catedral de Valencia.

En ese enlace también se encontraba Francisco Rivera. Dicen las crónicas de la época que el hijo de Carmen Ordóñez no podía ocultar su malestar al ver a su ex junto a su colega. Unos celos que unos meses después iban a dar sus frutos.

### La ruptura

Solo dos meses después de esa boda, Eugenia y El Litri rompían su relación. Había sido solo año y medio de amor, pero la relevancia so-

cial de sus protagonista hizo que durante ese tiempo fueran la pareja más buscada y la más atractiva de la crónica social de ese tiempo.

Unos meses después, en junio de 1997, la duquesa de Montoro se reconciliaba con Francisco Rivera y terminaban casándose en octubre de 1988, en una gran boda en la catedral de Sevilla.

El Litri también se casó con otra joven con un apellido de gran pedigrí: Carolina Herrera, hija de la diseñadora venezolana del mismo nombre. Unas historias que igual-

## Eugenia y El Litri continúan teniendo una buena relación. Su último encuentro fue en la pasada Feria de Abril

Eugenia y el torero coinciden en determinados círculos, especialmente en Sevilla, y en esos encuentros se muestran siempre muy cariñosos. La última vez en la pasada Feria de Abril, donde compartieron caseta en El Real entre risas, sevillanas y rebujito.

.....  
Sonia Montero

## ASÍ HEMOS CAMBIADO...

**F**UE uno de los rostros más populares de la pequeña pantalla en la década de los 90 y hoy la gallega Paloma Lago puede presumir de seguir conservando todo su encanto y belleza. Nacida en la localidad coruñesa de Ferrol el 22 de mayo de 1967, se trasladó a Madrid con solo 18 años para estudiar Diseño y Moda y pronto entró a trabajar como modelo. En 1990 debuta como presentadora de televisión en el programa *Tele 5 ¿dígame?* y la vimos en Antena 3, y en TVE, donde estuvo al frente de varios programas infantiles, además de presentar tres años las Campanadas con Ramón García. Estuvo casada con Javier García Obregón, uno de los hermanos de Ana Obregón, con quien tiene un hijo, Javier, que se casó hace unos meses. Ahora vive a caballo entre Galicia y Madrid y sigue presentando eventos de moda y deportes.

# Paloma Lago

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

o escanea el código QR:



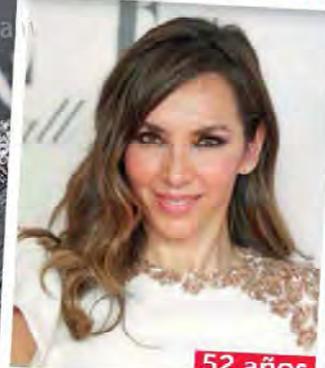
18 años



34 años



43 años



52 años

57 años

Una sección del departamento de Documentación.

www.semana.es  
**SEMANA**

**DIRECTOR:** Jorge Borrajo.

**REDACTORA JEFE:** Marta Bolonio.

**REDACCIÓN:** Raquel Martínez, Marian Cazorta, Sonia Montero, Olga Pérez, Matilde Molinero e Iván Reboso.

**MAQUETACIÓN Y TRATAMIENTO DE IMAGEN:** Guadalupe Escalona (Jefe de Estilo), Raquel Nistal y Raquel Muñoz.

**DOCUMENTACIÓN:** Francisco José de Pablo.

**SEMANA.ES:** Miguel Curtido (Director Digital), Laura Campos, Gloria López, Adriana Aragón, Laura Ortiz, Vanessa Ciganda, Julia Alegre, Diana Torres, Estefanía Fernández, Santiago Merino, Laura Gay y Erika Ferraro (Community Manager).

**EDITA:** SEMANA, S.L.

**REDACCIÓN:** Avda. de Burgos, 16 D - 6ªA. 28036 Madrid. Apartado de Correos 383  
**Teléfono:** 91 547 23 00

**E-mail:** redaccion@semana.es

**ADMINISTRACIÓN, DISTRIBUCIÓN Y SUSCRIPCIONES:** Teléfono: 91 547 23 00

**E-mail:** administracion@semana.es

**E-mail:** distribucion@semana.es

**E-mail:** suscripciones@semana.es

**IMPRESIÓN:** Rotocobri S.A. Rda. de Valdecarmzto, 13. 28760 Tres Cantos, Madrid

Depósito legal: M. 911-1958. Printed In Spain. Depósito legal Edición Pocket: M. 3914-2013

**PUBLICIDAD:**

RBA PUBLIVENTAS, S.A.  
CEO: Enrique Blanc.  
Directora general: Ariadna Hernández.  
Director de negocio digital: Serafín González.

**Madrid, Norte y Andalucía**

Directora de oficina: Arantxa Sánchez.  
Directora de publicidad: Belén González.  
Directora de publicidad: Belén Pérez-Bédmar.  
Subdirectora de publicidad: Silvia Montalbán.  
Jefa de publicidad: Juncal Utrilla.  
Coordinadora de publicidad: Yolanda Trigueros.  
C/ López de Hoyos, 141. 28002 Madrid.  
Teléfono: 91 510 66 00

**Barcelona y Levante**

Directora de oficina: Ana Gea.  
Directora de publicidad: Ángela Carpio.

Directora de publicidad: Olga Fernández.  
Directora de publicidad: Cristina Hombravella.  
Coordinadora de publicidad: Ivana Stelmaszewski.  
Av. Diagonal, 189. 08018 Barcelona.  
Teléfono: 93 415 73 74.

SEMANA es miembro de la Asociación de Revistas de Información.



Asociada a la Federación Internacional de la Prensa Periódica (FIPP).

SEMANA TAMBIÉN EN:



# Come bien con NUESTRAS RECETAS DE COCINA



Nuestro coleccionable de recetas mediterráneas de ayer y hoy, saludables y ricas.



Y además te seguimos ofreciendo dos páginas de recetas para todos los gustos.

## ¡9 RECETAS CADA SEMANA EN TU REVISTA!\*

\* El coleccionable de Cocina Mediterránea no está disponible en el formato POCKET ni EDICIÓN ESPECIAL (venta con periódicos)

**WELEDA**  
SWISS NATURAL SCIENCE



**COLLAGEN +**  
Active Complex

**+60% COLÁGENO  
EN TU PIEL<sup>1</sup>**

**Actúa frente a los signos de la menopausia:**

- ✓ Redefine el óvalo facial y unifica el tono de la piel.
- ✓ Reduce las arrugas profundas.
- ✓ Reduce manchas e hiperpigmentación.<sup>2</sup>

