

# LECTURAS

LECTURAS.COM



PVP: Península 2,20 € • Canarias 2,80 €  
0 3 8 1 5  
8 4 28019 000026

**EXCLUSIVA**

**MARTA LÓPEZ  
A UN MES  
DE SU BODA**

**“No he  
invitado  
a Canales  
Rivera porque  
tuvimos  
un lío”**



**ENTREVISTA ÍNTIMA**

**SARA  
CARBONERO**

**“El cáncer  
me ha hecho  
valiente y  
disfrutona”**



**LEONOR  
Y SOFIA**

**Así es su  
verdadera  
relación**

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

O escanea el código QR:



**MELODY ARREMETE  
CONTRA TODOS**

**“Ha habido muchas  
cosas con las que no  
estaba de acuerdo”**





# MORELLATO

VENEZIA 1930

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



COLECCIÓN GIOLA

GIULIA SALEMI



Nº 3.819 - 4 junio 2025

4

## MARTA LÓPEZ

Nos desvela en exclusiva todos los secretos de su próxima boda con el fisioterapeuta Alejandro Huerta.



12 a 14. Siete días

## 26. Leonor y Sofía

Así es la estrecha relación entre las dos hermanas.

## 32. Sara Carbonero

"El cáncer me ha hecho valiente y disfrutona, le he visto las orejas al lobo".

## 38. Antonio Tejado y Rosario Mohedano, cara a cara

Tenso reencuentro en la confirmación del hijo que tienen en común.

## 44. Rosario Flores recuerda a su madre

Se cumplen 30 años de la muerte de Lola Flores.

## 48. Doloroso adiós a Mariano Ozores

Familiares y compañeros despidieron al director, que falleció a los 98 años.

## 50. Teresa Raval

Su lujoso chalet está abandonado y en manos de un fondo de inversión.

## 52. El diario de Jorge Javier

"Alba, la hija de Vicky, es todo un hallazgo".

## 54. Los Saboya pierden la guerra legal por sus joyas

Varapalo para los herederos del último rey de Italia.

## 56. La hora negra. Por Mayka Navarro

Asesinado a tiros un magnate ucraniano a las puertas de un exclusivo colegio.

## 60. Carlota Casiraghi

Disfruta de la Fórmula 1 con su hijo mayor, Raphael.

## 62. Mitch, el hijo de Marta Robles

Debuta como actor en la película española que arrasa en Cannes.

## 70 a 74. Actualidad

## 76. Nuestras series

## 94. Pasatiempos

## 97. Horóscopo



22

## SOFÍA SE GRADÚA EN GALES

Letizia y Felipe, orgullosos en el gran día de su hija. Por Pilar Eyre.



FM  
**SCARLETT JOHANSSON**  
La actriz se estrena como directora en Cannes.



16

## BODA DE PATRICIA CAVAILLÈS

Se casó en Sevilla la hija pequeña de César de Los Morancos.

## LECTURAS Práctica

78. Moda 4 looks con falda para el verano.

82. Belleza Saca partido al iluminador.

88. Cocina Pescados superjugosos.





Marta López es una de las colaboradoras imprescindibles de la tele desde que despuntó en 'GH 2', en 2000. Marta colabora hoy en 'Tardear' presentado por Frank Blanco y Verónica Dúlanto.

**EXCLUSIVA**

**MARTA LÓPEZ,  
A UN MES DE SU BODA**

# “No he invitado a Canales Rivera porque estuvimos liados”

La colaboradora nos cuenta todos los secretos del “sí quiero” con el fisioterapeuta Alejandro Huerta

Marta se casará el 27 de junio en el Mirador de Cuatro Vientos, en Madrid, a las ocho de la tarde. La llevará al altar su hijo mediano, que tiene el mismo nombre que su padre, que falleció hace dos años y medio. “Me emocionaré”, anticipa.





**“A Canales le quiero, quizás, más que a todos los compañeros de la tele que van a la boda, pero no lo veo oportuno”**

**“No se trata de celos. Pero no pegaría que invitara a todos mis ex, o Alejandro a las suyas”**

“Pasó hace 20 años. Lo pasamos bien. Nos conocimos en Zahara de los Atunes”, nos cuenta Marta de su relación con el torero Canales Rivera.





El celestino particular de Marta y Alejandro no es otro que Francisco Nicolás Gómez Iglesias, más conocido como el pequeño Nicolás. "Él nos presentó", cuenta la madrileña.

**M**arta López se confiesa en nuestras páginas a menos de un mes de su soñada boda con el fisioterapeuta Alejandro Huerta. Un espectacular enlace al que están invitadas 400 personas, muchas de ellas del panorama televisivo. La emocionada novia nos desvela que por este gran amor quiere volver a ser madre.

► **¿Qué día te casas?**

-El 27 de junio, en el Mirador de Cuatro Vientos, en Madrid, a las ocho. Será una boda civil, ya me casé por la iglesia hace dieciocho años. Somos religiosos pero no hemos movido el tema de la nulidad. Ha sido todo muy rápido, a los tres meses ya me pidió matrimonio.

► **Ha sido un flechazo.**

-Desde el segundo uno, al rato de verle pensé: "Tiene la sonrisa más bonita que he visto". Me fui a trabajar y al minuto recibo un mensaje del pequeño Nicolás, que fue quien me lo presentó: "Mi amigo Alejandro quiere invitarte a cenar". Y le dije que sí [sonríe].

► **¿Él te conocía de la tele?**

-Sí. Pero él no ve la tele y huye de todo esto. Un día me encontré con Sonsoles Ónega, le pregunté: "¿Sabes quién es?", y me dijo: "¿Ana Torroja?".

► **Eres muy famosa. ¿No tuviste miedo de que no lo encajara?**

-Mi único miedo es que, como él tiene 12 años menos que yo, me deje de querer cuando me haga vieja. Él me dice que está enamorado de mí. No aparento la edad que tengo, pero en algún momento esto tiene que caerse

por todas partes. Me da miedo hacerme muy mayor y que no le valga.

► **"Que no le valga"...**

-¡Son cosas mías!

► **¿Cuándo os distéis el primer beso?**

-El segundo día que quedamos. Me llevé a un portugués a comer bacalao, al irnos nos despedimos con dos besos. Desde el coche le escribí: "Me he quedado con ganas de darte un beso, ven y te lo doy".

► **¿Cuándo os vais a vivir juntos?**

-Al mes.

► **¡Menuda valentía!**

-¡Sobre todo para él, que tengo tres niños! Y él no tiene hijos. Le he dicho que seré madre con él si él quiere. Quiero estar con él el resto de mi vida y quiero que sea feliz.

► **¿Y él qué dice?**

-Le parece un acto de amor precioso. Me parecería muy egoísta que él no pueda ser padre porque yo no pueda. Él quiere y lo haremos. Después de la boda hablamos todo, tengo la regla y la ovodonación es una opción, pero hay varias alternativas, como la adopción.

► **Se lleva fenomenal con tus hijos.**

-Desde el minuto uno, mis hijos le quieren.

► **¿Cómo ha llevado su familia que Alejandro se case con una famosa?**

-Su familia es maravillosa, me he sentido muy querida.

► **¿Y tu suegra?**

-Estoy encantada.

► **¿Sois amigas?**

-No, tampoco quiero ser su amiga, pero nos llevamos fenome-

**"Mi chico no ve la tele. Un día me encontré con Sonsoles Ónega y se creyó que era Ana Torroja"**



**"Pensé en invitar a Alexia Rivas. Le tengo cariño. Pero no quiero que haya morbo"**

nal. Imagino que una preferirá que su hijo se case con alguien sin hijos, pero a mí no me han hecho sentir mal nunca.

► **¿Quién te diseña el vestido?**

-Son dos vestidos de Jordi Dalmau, seré una novia clásica. Me probé solo uno y fue ese, a la primera. Para elegir el segundo vestido para la fiesta me probé alguno más. Le dije: "Me gusta este pero con algún arreglo". ¡No me lo he probado aún! Iré la semana que viene, pero confío tanto en él...

► **¿Sabes cómo va el novio?**

-Lo he visto. Va guapísimo, de Félix Ramiro.

► **¿Quién va a officiar la boda?**

-Es un amigo de mi padre, como si fuera mi tío.

► **En tu primera boda la imagen entrando en la iglesia del brazo de tu padre era muy emotiva. Lo echarás de menos.**

-Sí, falleció hace dos años y medio. Me acuerdo mucho de él.

► **¿Quién será tu padrino?**

-Mi hijo mediano. Me emocionaré.

► **¿Qué invitados conocidos te han confirmado que van a ir?**

-Mis amigos. Los que me apetece que estén.

► **¿Alguien te ha puesto problemas?**

-Hay mucha gente que me ha dicho que por qué van unos amigos míos, reprochándome, y otros que me dicen que no van a ir.

► **¿Hay gente que te está diciendo "no voy porque van otras personas"?**

"He invitado a Belén Rodríguez y sé que no va a ir. No me parece mal, no quiero que nadie tenga ningún compromiso".

**"He invitado a la boda a Verónica Dulanto pero no a Frank Blanco"**

**"Con Frank no tengo el mismo feeling que con Vero. No quiero que venir a mi boda sea un compromiso"**





-Sí. Eso está siendo un poco complicado. No voy a dar nombres.

► **¿Con gente que antes trabajaba en Telecinco?**

-No quiero que nadie se sienta mal, ni quiero que me condicione nada. Yo invito a quien me da la gana y quien quiera que venga y quien no quiera que no venga.

► **¿A quién has invitado de 'Tardear'?**

-He invitado a Luis Pliego, a Leticia Requejo, a Miguel Ángel Nicolás, a Marisa Martín Blázquez, a Antonio Montero, a Raquel Bollo, a Cristina Tárrega, a Belén Rodríguez, a Boris Izaguirre, que me ha dicho que va a venir con un traje flúor.

► **¿Belén Rodríguez es una de las personas que no quiere ir para no encontrarse con otra?**

-Yo la he invitado y sé que no va a ir. No me parece mal, no quiero que nadie tenga ningún compromiso. Quiero que quien vaya quiera verme ese día feliz. He invitado también a Verónica Dulanto pero no a Frank Blanco.

► **¿Por qué?**

-Porque no tengo el mismo feeling que con Vero y porque creo que al final es un compromiso. Con Frank me llevo fenomenal, pero porque trabajemos allí no tengo por qué invitarlo. Esto no es "cuanta más gente conocida, mejor". Quiero invitar a la gente de corazón.

► **Frank es tu presentador y no lo invitas solo por quedar bien.**

**"Alejandra Rubio se enfadó conmigo por desvelar el sexo de su bebé. Me parece una bobada"**

**"Seré madre con Alejandro. Él quiere y lo haremos. Aún tengo la regla"**

-Mi presentador hace tres meses era otro. No he invitado a Joaquín Prat tampoco, y he estado más tiempo con él. Invitas a la gente que lo va a recibir con cariño, no como un compromiso.

► **¿Has invitado a Gloria Camila?**

-No, no es mi amiga. No voy a invitar por invitar.

► **¿A Escassi?**

-No.

► **¿No tenéis buen rollo?**

-Sí, pero no pega nada. Igual que Canales Rivera, que lo quiero con locura.

► **¿Y por qué no va?**

-No lo he invitado porque estuve liada con él y no me apetece que venga a la boda. Otra cosa sería invitar a algún exnovio o exrollo que fuera amigo desde muchos años. Pero un compañero, ¿qué pinta allí? Le quiero a lo mejor más que a todos los compañeros de la tele que van a la boda, pero no lo veo oportuno. No se trata de celos. Pero no pegaría que invitara a todos mis ex, o él a las suyas. También pensé en invitar a Alexia. Le tengo mucho cariño. ¿Y sabes por qué no la he invitado? Ese día no me apetece ver un titular morbosos. Ni me apetece que sal-

ga el otro pitiminí. Si fuera mi amiga me daría igual.

► **¿A Beatriz Archidona la vas a invitar?**

-No. No tengo ningún problema con ella, pero no la veo.

► **¿Lydia Lozano?**

-No tengo ningún problema con ella, pero no. De excompañeros míos he invitado a Víctor Sandoval y a Kiko Hernández.

► **Makoke está en 'Supervivientes'.**

-Ojalá no pueda venir a la boda, eso significará que sigue en la isla.

► **¿No va ninguna Campos?**

-No. Tuve dudas de invitar a Carmen. Cuando yo estaba en 'Vamos a ver' tenía más trato con ella pero desde que no estoy no lo tengo. Le tengo mucho cariño





## Un auténtico flechazo

Marta (51) y Alejandro (39) empezaron su relación en marzo de 2024, al mes empezaron a vivir juntos y, a los tres meses, él ya le pidió matrimonio. "Desde el segundo uno, al rato de verle pensé: 'Tiene la sonrisa más bonita que he visto', nos cuenta Marta.

INSTAGRAM

**"Mi único miedo es que, como él tiene 12 años menos que yo, me deje de querer cuando me haga vieja"**

**"No aparento la edad que tengo, pero en algún momento esto tiene que caerse por todas partes"**





En 2024, Marta desveló que su primer novio le daba palizas. "La mayoría de las relaciones que he tenido han sido muy tóxicas, no conocía otra forma de amar", lamenta, al tiempo que se felicita de que Alejandro le haya descubierto "otra forma de amar".

## "Con mi primer novio, estaba acostumbrada a que si te pegaban te querían"

rísima. Ahí toda la mierda que tenía me la fui quitando. A mis hijos les digo que les quiero mil veces. A mí nunca me han dicho que me querían. Antes éramos así. Solo le he dicho a mi padre una vez que le quería y fue lo último que le dije. Se murió.

► **Tu testimonio nos dio otra dimensión de ti.**

-Siempre he preferido dar asco a dar pena.

► **Al mes de contar ese horror de maltrato conociste a tu novio, ya estabas preparada para dejarte querer de verdad.**

-Ahora sí. Estoy feliz, en mi mejor momento, libre de culpas y de miedos. Solo quiero disfrutar. No sabía lo que era estar tranquila, no sabía querer sin miedo a qué me va a hacer, qué va a pasar. Sin discusiones. He querido muchísimo y me han querido mucho, pero muy mal. Pero yo tampoco he sabido querer bien. La mayoría de las relaciones que he tenido han sido muy tóxicas, no conocía otra forma de amar. Habré sido una mala novia también. Con mi primer novio, yo estaba acostumbrada a que si te pegaban, te querían muchísimo. He descubierto otro tipo de amor.

► **Describenoslo.**

-Antepongo su felicidad a todo. Disfruto viéndole feliz. Vivo en la libertad absoluta. No quiero que me vuelva a tocar nadie. Quiero morirme a su lado. 

y es muy probable que me encantara que estuviera pero no quiero invitarla solo para que haya una Campos.

► **¿Con cuál te llevas mejor?**

-Me llevo muy bien también con Terelu y con Alejandra hasta hace unos meses.

► **¿Qué te ha pasado con Alejandra?**

-Leticia Requejo y yo dijimos en 'Tardear' que iba a tener un niño varón y se enfadó.

Ella estaba en un momento complicado. Carlo tenía muchos problemas, se hablaba de su pena de prisión... Me da pena, le tengo mucho cariño. Su enfado me parece una bobada, pero tampoco voy a ir detrás de ella.

► **Tu novio es fisioterapeuta y fue uno de los artífices de que el rey Juan Carlos no se quedara en silla de ruedas, participó en su recuperación.**

► **¿Va a ir a la boda?**

-No voy a hablar del trabajo de mi chico, y mucho menos de sus pacientes.

► **El año pasado, contaste el maltrato al que te sometió tu primer novio. Te encontraron en un hotel ensangrentada tras una paliza. ¿Cómo te sentiste al confesarlo?**

-Me liberé. Durante la enfermedad de mi padre me colóqué la cabeza, fue eterna y du-

Por Karmele Izaguirre.

Fotos: Pedro Pernía.

Peluquería y maquillaje: Juan José Gragera by Alberto Dugarte Institute.

Agradecimientos: Alzache, Oliver Hats, Pons Quintana, Relish y Teria Yabar.



# KEUNE

HAIRCOSMETICS

¿Tu estilista usa Keune?

Mima tu cabello como se merece.



PREMIUM  
HAIRCARE  
SINCE 1922



CONOCE LA MARCA





Tana Rivera (25) es la única hija de Fran Rivera y Eugenia Martínez de Irujo. Su padre acaba de darle un nuevo hermanito con Lourdes Montes.

Las primas coincidieron en el evento



Lucía Rivera (26) habló con cariño de María Cerqueira, la periodista con la que su padre, Cayetano, acaba de romper: "Es la única ex de mi padre que tiene mi visto bueno".



Melyssa Pinto (34) reapareció tras conocerse su relación con Mario Casas.

## TANA RIVERA

### "MI NUEVO HERMANITO ES RIVERA ABSOLUTO, ES IGUAL QUE MI PADRE"

El 9 de abril nació el tercer hijo de Fran Rivera y Lourdes Montes. Un hermano más para Tana Rivera, que se pronunció sobre él en la presentación de la nueva campaña NEW de El Corte Inglés. "Es Rivera absoluto, ojalá que mis hijos salgan a él". Tana coincidió en la

fiesta con su prima Lucía Rivera, que habló de la ruptura entre su padre, Cayetano Rivera, y la portuguesa María Cerqueira. "Es la única ex de mi padre que tiene mi visto bueno", dijo, evidenciando que no piensa igual de otras de sus exparejas, como Eva González.





La cantante argentina Tini (28), conocida por la serie infantil 'Violetta' y ex del modelo Pepe Barroso, parece haberse reconciliado con el futbolista Rodrigo de Paul, con quien rompió en 2023.



Alba Díaz (25) acaba de estrenar 'Las Berrocal', el docu-reality sobre su vida junto a su madre Vicky, su abuela Victoria y su tía Rocío.



Victoria Federica (24) sale desde principios de este año con el empresario madrileño Borja Moreno.



El bebé que esperan Nacho Aragon (30) y Bea Gimeno (28) será niño.





**Se mostró  
muy cariñosa  
con los invitados**

Kate lució los  
mismos pendientes  
de diamantes que el  
día de su boda con  
Guillermo en 2011.



Para dar la nota  
de color a un día  
nublado, Kate  
(43) combinó  
un vestido midi  
amarillo pastel de  
Emilia Wickstead  
y un tocado de  
Philip Treacy.

## **7.500 INVITADOS TOMARON EL TÉ KATE, ANFITRIONA EN EL JARDÍN DE BUCKINGHAM**

Con una sonrisa, y enfundada en un elegante vestido midi en amarillo pastel, Kate Middleton recibió a más de 7.500 invitados en la primera fiesta de la temporada en los jardines de Buckingham. La princesa de Gales reapareció tras dos años ausente en el evento y conversó con representantes de organizaciones benéficas, así como con los padres y el hermano de la fotógrafa Liz Hatton, una joven a quien conoció antes de que falleciera a los 17 años por un cáncer.



Sophie, la  
duquesa de  
Edimburgo (60),  
acompañó  
a Kate.



THE CULTURE OF BEAUTY

# ¡BELLEZA SEGURA!

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

LA BIOSTHETIQUE®  
PARIS



Todos los productos de La Biosthétique están disponibles en su salón La Biosthétique  
o en la tienda online [www.labiosthetique.es](http://www.labiosthetique.es).



Patricia (27), que es periodista y ha trabajado en Telemadrid y Canal Sur, llegó a la iglesia de San Bartolomé, en El Real de la Jara (Sevilla), del brazo de su orgulloso padre, César Cadaval (62)

**SE CASA LA HIJA PEQUEÑA  
DE CÉSAR CADAVAL**

# Los Morancos se van de boda

Rodeado de familia y amigos, el humorista ejerció de padrino del enlace de su hija pequeña, Patricia, que dio el "sí, quiero" en El Real de la Jara, a 80 km de Sevilla





Jorge Cadaval (64), la otra mitad del dúo Los Morancos, llegó con su marido, Ken Appledorn (44).



La novia llevó un vestido con una espectacular cola de la firma sevillana Cherubina, que le había regalado su tío, Jorge Cadaval. "Es mi segundo padre", ha dicho de él.



El novio, Pablo Cacace, llegó con su madre y madrina, Ascensión Vaca, que lucía mantilla negra.





Patricia, que actualmente trabaja en el departamento de marketing de un bufete de abogados, y Pablo, que dirige una empresa, vivirán en Sevilla. Durante años, han vivido su noviazgo a distancia, ella en Madrid y él en Marbella.



Marta Cadaval, hermana mayor de la novia, se casó en la misma iglesia hace nueve años.

Con tan solo unos minutos de retraso y del brazo de su orgulloso padre, Patricia, la hija pequeña de César Cadaval, del dúo Los Morancos, llegó a la iglesia de San Bartolomé en El Real de la Jara (Sevilla) para dar el "sí, quiero" a su novio, Pablo Cacace. Patricia y Pablo se convirtieron así en los protagonistas de una de las bodas con sabor andaluz más esperadas del año. "Estamos locos con la boda de Patricia. La hemos preparado más que ella", decía el orgulloso tío de la novia, Jor-





Maite Cadaval (60), hermana del dúo cómico, acudió a la boda de su sobrina con su marido.



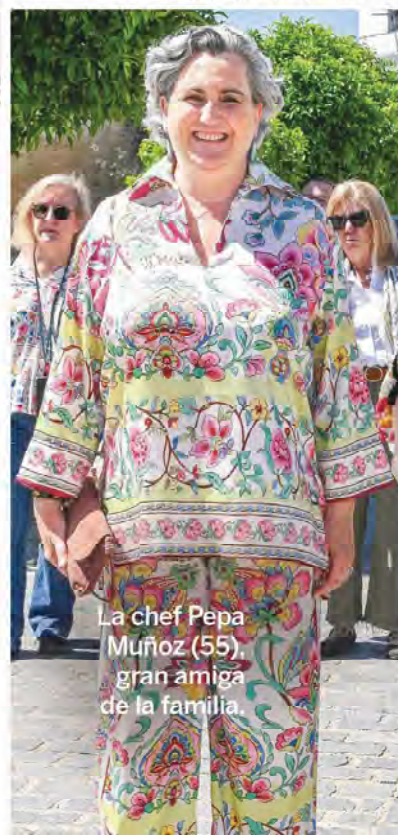
La pareja se fundió en un emotivo abrazo al salir de la iglesia, donde fueron recibidos entre aplausos por sus 400 invitados.

ge Cadaval, la otra mitad del dúo Los Morancos. El humorista llegaba con su marido, Ken Appledorn y se le iluminaba el rostro al ver a Patricia, que lucía el traje de novia que él mismo le había regalado. "Es mi segundo padre", ha dicho de él la joven, que es periodista y que se casaba en la misma iglesia en la que hace nueve años, su hermana mayor, Marta, dio el "sí, quiero" a Jaime Núñez Mendo. La familia Cadaval volvía a vivir así un día inolvidable en el que se rodearon de muchos

amigos. 400 fueron los invitados al enlace. Entre ellos, el cantante José Manuel Soto, que llegó con su esposa, Pilar Parejo, y sus hijos, Marcos y Rocío.

#### EMOCIÓN EN LA IGLESIA

Fue precisamente Rocío Soto, gran amiga de la novia, la que protagonizó uno de los momentos más emotivos del enlace. La joven, cantante como su padre, interpretó en la iglesia 'Antes de ti', de Maite Martín, el tema favorito de la novia. "Me he emocionado un mon-



La chef Pepa Muñoz (55), gran amiga de la familia.



Patricia Rodríguez, madre de la novia, eligió un vestido rojo pasión.





César bailó con su hija en la fiesta que se celebró en la finca sevillana Navarredonda, de la familia Cadaval.

**Una fiesta en la finca familiar llena de música**



Los novios sobre los hombros de sus invitados en medio del baile.



Patricia bailó con su madre mientras César se subía al escenario a cantar.



Tras el convite, los novios tenían previsto viajar de luna de miel a la Polinesia.

tón", decía Rocío a las puertas del templo, donde todos los invitados recibieron a los recién casados con una lluvia de pétalos.

#### DE VIAJE A LA POLINESIA

Tras la ceremonia religiosa, todos los invitados se trasladaron a la finca Navarredonda, propiedad de la familia Cadaval, donde se celebró el banquete servido por Alda & Terry, un reconocido catering de la ciudad de Sevilla. Patricia seguía así también los pasos de su hermana,

que celebró también su fiesta en la finca familiar. Patricia y Pablo, que tras el enlace tenían previsto disfrutar de su luna de miel en la Polinesia, se lo pasaron en grande con todos sus invitados, que, tras el banquete, bailaron y cantaron bajo la gran carpa instalada en el jardín. Una fiesta con sabor andaluz en la que no faltaron el flamenco y las sevillanas. César Cadaval cantó también en el escenario y bailó emocionado con la radiante novia. 

Por S. Quiroga. Fotos: Agencias/Redes.



SUSAN  
SARANDON

BETTE  
MIDLER

MEGAN  
MULLALLY

SHERYL LEE  
RALPH



# LAS CUATRO FANTÁSTICAS

CUATRO AMIGAS, UNA BODA y MUCHO EQUIPAJE.

UNA PRODUCCIÓN DE SOUTHPAW ENTERTAINMENT EN ASOCIACIÓN CON HANTZ MOTION PICTURES BLUE RIDER MEDIA CAPITAL, INC. PEACHTREE MEDIA PARTNERS GRAMERCY PARK MEDIA BRONTE PICTURES "THE FABULOUS FOUR"  
SUSAN SARANDON BETTE MIDLER MEGAN MULLALLY SHERYL LEE RALPH BRUCE GREENWOOD TIMOTHY V. MURPHY MICHAEL BOLTON MÚSICA DE FONDO DAVID HIRSCHFELDER EDITORA GABRIELLA MUIR DIRECTORA DE FOTOGRAFÍA MIRIE SCHLEY PRODUCTORA DE FOTOGRAFÍA CAT SMITH PRODUCTOR EJECUTIVO ROBERTO SCHAEFFER, A.S.C.  
GUION JULIA MICHELIS PRODUCCIÓN EJECUTIVA GABRIELLE JEROU-LABAK SUSAN SARANDON SHERYL LEE RALPH MEGAN MULLALLY ANDREW KARPEN KENT SANDERSON PATTY LONG BLAKE NORTHFIELD JOHN HANTZ JOSHUA HARRIS GREG FRIEDMAN  
JATIN DESAI MARK FASANO NATHAN KLINGHER FORD CORBETT MITUL PATEL WALTER JUSTEN PATRICK JUSTEN JOEL MICHAELY CRYSTINE ZHANG JOEY SUQUET PRODUCCIÓN EJECUTIVA RICHARD BARTON LEWIS D.O.B. LAUREN HANTZ  
EDITORA ANNI MARIE ALLISTON & JENNA MILLY MONTAJE JOCYLYN MADDERHOUSE



©2024 THE FABULOUS FOUR, LLC All Rights Reserved



30 DE MAYO SOLO EN CINES



La infanta Sofía ha completado el bachillerato en el UWC Atlantic College de Gales, el mismo internado donde estudió su hermana. Sus padres fueron al acto de graduación.

La tutora destacó en su discurso que la infanta es “una joven aventurera, de personalidad cálida y vibrante y muy buena compañera”





SE GRADÚA EN GALES

# El orgullo de Felipe y Letizia en el gran día de Sofía

La infanta ha finalizado los estudios de Bachillerato Internacional en el mismo internado donde estudió Leonor. Tras el verano, empezará sus estudios universitarios

¿Dónde estudiará ahora Sofía?



Tras su graduación en la secundaria, ahora quedan cuatro meses por delante para averiguar dónde realizará la infanta Sofía sus estudios universitarios, si en España o, de nuevo, en el extranjero.

## No es por maldad



por Pilar Eyre

Letizia habla con la ropa. Para cada evento al que acude, para cada viaje, escoge escrupulosamente sus outfits para enviarnos un mensaje inequívoco y potente. Cuando empezó la guerra de Ucrania lució una blusa bordada artesanalmente inspirada en su traje típico, cuando la catástrofe de Valencia, un vestido con barro de una tienda de Benetússer. Cuando fue a Italia, un traje de Max Mara, a Washington, uno de Michael Kors, a Londres, uno de Victoria Beckham, en Copenhague se vistió con los colores de la bandera danesa. En Ámsterdam llevaba un extraño vestido low cost de un diseñador holandés, muy incómodo y que le quedaba grande, pero de esta forma honraba al país que los había invitado. **En sus viajes de cooperación Letizia lleva su famoso chaleco rojo, realizado con mano de obra local, para mostrar así su apoyo a la Cruz Roja.** Para denunciar el tráfico de mujeres se puso un vestido realizado en talleres que dan trabajo a víctimas de la trata, para la cumbre del clima que se celebró en Zanzíbar, una falda reciclada de H&M, y demuestra que está contra el despilfarro y a favor de la moda sostenible cada vez que luce un vestido





El rojo no es un color neutral, que no marca diferencia, sino que se nota que ha sido elegido expresamente. Madre e hija eran las únicas personas que iban de rojo en toda la gala.

**Llama la atención que, con lo cuidadosa que es Letizia con sus atuendos, fuera de rojo, como Sofía**

**¿Quería formar tándem con su hija?  
¿Quería que la reconociera entre todas las madres?**

alquilado. A veces el mensaje es casi personal, si la reina Sofía sufre algún cruel desplante de su marido, Letizia echa mano de uno de sus antiguos vestidos (aunque no le sienten muy bien) para evidenciar su sororidad, **si va al funeral del duque de Edimburgo, escoge para su traje chaqueta el mismo verde de los uniformes del ejército británico.** ¡Hasta llegó a lucir un bolso muy feo de Isabel Sartorius para demostrar que ella no tenía celos del pasado de su marido!

#### ATUENDOS CLÓNICOS

Es una forma espectacular de manifestarse, muy siglo XXI, que se estudiará en los libros de historia y que solo Letizia, con su conocimiento de la comunicación, ha podido inventar y poner en práctica para admiración de todas las reinas

europeas. Su mensaje es claro y rotundo siempre... excepto en el acto de graduación de su hija Sofía en el Atlantic College. ¿Por qué demonios fue de rojo? No estoy diciendo que el rojo le siente mal, al contrario, es uno de sus colores fetiche, ¡pero es que su hija también iba de rojo! ¡Eran las únicas personas que iban de rojo en toda la gala! El rojo no es un color neutral, que no marca diferencia, sino que se nota que ha sido elegido expresamente. Y no es que uno fuera rosado, o granate, o naranja ¡Ambos eran rojo/rojo! ¡Los dos eran exactamente iguales! **Letizia un traje pantalón que ya le hemos visto en varias ocasiones y la infanta un juvenil mono de un solo hombro.** No entiendo el propósito de esta elección por parte de Letizia. ¿Quería formar tándem con su

hija? ¿Quería que la reconociera entre todas las madres? Lo lógico es pensar que la reina supiera cómo iba a vestirse Sofía en esa fecha tan importante. El mono es de Mango y una amiga mía vio hace un par de meses a la infanta saliendo de la tienda Mango de Rambla Catalunya en Barcelona cuando aún no había abierto sus puertas, a las nueve de la mañana. **Iba con varias bolsas en la mano. Es fácil deducir que en una de ellas llevaba el vestido que se puso el pasado sábado.** Entonces, ¿por qué Letizia decidió escoger, entre su amplio vestuario, uno rojo precisamente? ¡Misterios del alma humana!

#### INFORMACIÓN ESCASA

En el discurso de la tutora de Sofía se dijo que la infanta era "una joven aventurera, de per-

sonalidad cálida y vibrante y muy buena compañera". **Palabras muy parecidas a las que dedicaron a Leonor en la misma celebración hace dos años,** "siempre interesada en temas importantes, con gran pasión por aprender, muy buena compañera y con un gran sentido del humor". Es curioso, y un poco triste, que nos tengamos que enterar de estos pequeños datos personales de nuestras princesas por las profesoras de su colegio extranjero. Estas migajas de información, que recogemos con la ansiedad del hambriento, nos hacen sentir a los periodistas españoles como unos donnadies.

#### UN VÍDEO ACERTADO

Pero estas amargas reflexiones se cortaron abruptamente cuando Casa Real dio a conocer





### La felicitación a distancia de Leonor a su hermana

Leonor grabó un vídeo felicitando a su hermana por su graduación a bordo de Elcano. "¡Ya lo celebraremos en casa!", decía la princesa, que hizo cantar a sus compañeros guardiamarinas el cumpleaños feliz. Sofía cumplió 18 años el pasado 29 de abril.



Letizia muestra a Sofía algo en su teléfono móvil, quizá el vídeo de felicitación de Leonor, que se encontraba en República Dominicana.

el vídeo realizado con motivo de la graduación, con imágenes inéditas de la infancia de las dos hermanas, filmaciones caseras, un cumpleaños feliz cantado por todos los guardiamarinas compañeros de la princesa de Asturias y una cariñosa y espontánea felicitación de Leonor a su hermana, que termina alegremente como la de cualquier chica "normal", "¡ya lo celebraremos en casa!". **Todos nos hemos sentido cautivados por el cariño, complicidad y calidez que desprenden esas imágenes íntimas.** Ha sido, quizás, el mayor acierto del equipo de trabajo de Zarzuela hasta la fecha, parece mentira que sea el mismo grupo profesional responsable del absurdo discurso de Leonor a través de los micrófonos de Radio Exterior de España tres días

antes, unas palabras vacías formuladas en tono mecánico que hasta los acérrimos halagadores monárquicos han preferido obviar.

### EL FUTURO DE SOFÍA

A Sofía le quedan cuatro meses por delante antes de entrar en la Universidad, ¡qué inmenso error sería que siguiera su formación en el extranjero! **¡O que se dedicara a hacer el ganso en uno de esos supuestos viajes de cooperación solidaria!** Queremos que Leonor y Sofía estén aquí, entre nosotros, y que ese vídeo tan simpático distribuido por Casa Real marque el camino que a partir de ahora vamos a recorrer juntos. Lo otro parecería falta de confianza en ellas... o en nosotros.

Síguela en [www.lecturas.com/w](http://www.lecturas.com/w)

Felipe se mostró especialmente cariñoso con Sofía tras la obtención de su diploma. El Rey estudió el bachillerato también en el extranjero, en el Lakefield College School de Toronto, Canadá.







Un álbum  
de fotos inéditas  
y muy  
personal

Casa Real ha compartido  
este tierno selfi que  
se hicieron juntas  
y que muestra el cariño  
que se tienen.

AFICIONES SECRETAS  
Y UN VÍNCULO MUY ESPECIAL

# Leonor y Sofía, así es su relación de hermanas

Siempre han sido aliadas  
y confidentes, incluso  
ahora que la distancia y las  
obligaciones las mantienen  
separadas







**Sofía ha sido el gran apoyo de Leonor desde que empezó a adquirir más responsabilidad. En muchos actos, le coge de la mano para darle seguridad**

**Uno de sus planes favoritos es ir al cine. Han ido a los conciertos de Harry Styles y Taylor Swift**

Leonor (19) y Sofía (18) han sido uña y carne hasta que cumplieron su mayoría de edad. Sus caminos empezaron a separarse a raíz de la marcha de Leonor a Gales. En la imagen, durante su graduación.

**E**l mensaje que Leonor le ha mandado a su hermana Sofía desde República Dominicana en el buque Juan Sebastián de Elcano muestra, una vez más, la relación tan cercana y especial que tienen las hijas de los Reyes y que se mantiene firme a pesar de la distancia que las separa desde que Leonor cumplió la mayoría de edad y ha tenido que entregarse a su educación militar.

#### **CAMBIO DE PAPELES**

Las hemos visto crecer ante las cámaras. De niña, Leonor se mostraba extrovertida y acostumbrada a los focos. A su lado, su hermana pequeña miraba con cierto desconcierto a todo lo que ocurría a su alrededor. Pero con el tiempo, los papeles se han invertido. Con las responsabilidades como heredera al trono, Leonor ha adquirido un aire prudente y en ocasiones tímido, y su hermana, consciente de que tiene un papel más secundario, se ha convertido en una joven más natural y espontánea. En sus apariciones públicas siempre van de la mano o cogidas del brazo. El contacto físico entre ellas es constante y se dedican miradas de complicidad y de apoyo, como si compartieran un secreto que nadie conoce.

#### **FANS DE LA MÚSICA POP**

El 14 de julio de 2023, 80.000 personas vibraron en el concierto que Harry Styles dio en Madrid. Entre la multitud se encontraban las dos hermanas, que comparten pasión por la música, una afición que han heredado de su madre. Así como Letizia es muy fan del grupo británico The Killers —tanto que pidió visitar a la banda en su camerino tras





**Letizia ha  
puesto todo su  
empeño en que  
se sientan dos  
niñas normales**

**Han tenido  
la misma  
educación,  
fueron al  
mismo colegio  
y al mismo  
internado**







En sus apariciones públicas siempre muestran enorme complicidad, tanto en sus gestos como en sus miradas y sus sonrisas.

un concierto que dieron en el Festival de Benicàssim hace unos años—, sus hijas son fanáticas de Harry Styles y fueron a verle en dos conciertos que dio en Madrid, en 2022 y 2023. Durante este último, ellas también tuvieron la oportunidad de conocer a su ídolo en el camerino. También disfrutaron del concierto de Taylor Swift en Madrid en 2024. Como muchas chicas de su edad, han seguido los fenómenos del momento, en 2017 no se perdían ni una gala de 'OT' —sus favoritos eran Alfred y Amaia—, y se aficionaron a alguna que otra temporada de 'La isla de las tentaciones'. Las dos son amantes del cine, tanto el clásico como el actual. De niñas, veían todos los éxitos de Disney en Zarzuela con sus padres y ya más mayores, uno de sus planes favoritos ha sido acudir a alguna sala a ver los estrenos, como es el caso de 'Barbie' o las películas de 'Star Wars'.

### EN LAS REDES SOCIALES

Aunque Letizia se ha esforzado en que el lado personal de sus hijas quede en segundo plano, Leonor y Sofía no han dejado de ser dos adolescentes hasta hace nada, y sus aficiones se mueven también en el mundo de las redes sociales. Gracias a Carolina Marín, jugadora de bádminton que ganó el Premio Princesa de Asturias, sabemos que tienen TikTok. El deporte es el otro gran nexo que les une. Para disgusto de su familia paterna, no soportan las regatas, pero en cambio son muy futboleras, sobre todo Sofía. Los pasados Juegos Olímpicos dejaron algunas de las imágenes más espontáneas de las hermanas, cuando animaban a la delegación española. 

Por E. C. Fotos: Agencias/Casa de SM el Rey.



### Casa Real ha compartido su álbum familiar

Con motivo de la graduación de Sofía, Casa Real compartió algunas imágenes inéditas de las hermanas que las muestran en su faceta más íntima y familiar, durante fiestas de cumpleaños, cenas y viajes a la nieve.







**Nuestros  
valores  
no están  
en venta.**

**Nuestros  
productos y  
servicios, sí.**

Compra lo tuyo.  
Defiende lo nuestro.





A full-page photograph of Sara Carbonero. She is standing in a modern, brightly lit interior space, possibly a hallway or a room with a large staircase in the background. She is wearing a long, flowing, reddish-pink dress with a wide black belt featuring gold embroidery and fringe. She is also wearing brown suede boots and a large, colorful ring on her finger. Her hair is long and wavy, and she is looking directly at the camera with a slight smile.

**SARA CARBONERO**

# “El cáncer me ha hecho valiente y disfrutona”

La periodista revela cómo el diagnóstico de cáncer de ovarios al que se enfrentó hace seis años la ha convertido en una nueva mujer. “La enfermedad te puede dar un toque para decirte: ‘Vive’. Aprendí que vivir es urgente y lo llevé a la práctica literalmente”, asegura

Sara Carbonero (41) sufrió un cáncer de ovarios en 2019 por el que tuvo que ser operada dos veces y recibió quimioterapia. La periodista es madre de dos niños, nacidos de su matrimonio con Iker Casillas, que tenían 5 y 2 años cuando enfermó.



Cuando Sara Carbonero aparece por fin donde la esperamos, impresionante y ataviada con uno de los lánguidos vestidos de punto de la marca Slowlove que creó junto a Isabel Jiménez, pide disculpas por el retraso y se ofrece amable y cercana a la conversación sin traspasar sus líneas rojas. Que su coraza sea invisible no significa que no sea gruesa.

► **Eres de Corral de Almaguer, en Toledo, un pueblo manchego de paso.**

-Sí, soy muy de pueblo, y lo digo muy orgullosa. El padre de mis hijos [Iker Casillas] es de otro pueblo, de 100 habitantes, una aldea, directamente. Y a mis hijos les gusta mucho. Lejos de renegar de ello, lo reivindico. He comprado una casa del centro, y la he puesto a mi gusto para volver siempre que puedo.

► **¿Viven tus abuelos?**

-Mi abuela Maxi cumplió 100 años el 5 de marzo. Lo celebramos toda la familia junta. Estaba perfecta. Al día siguiente se cayó y a los dos días murió.

► **No es una mala muerte, ¿no crees?**

-Fíjate, yo como ahora creo muchas cosas, quiero creer que, a veces, las personas mayores cuando llegan a esas edades eligen un poco cómo irse. Dentro de lo malo, yo firmaba esa muerte, porque no se enteró y en un día se fue.

► **¿Qué es eso de "ahora creo en muchas cosas"? ¿El cáncer te ha dado la vuelta a la cabeza?**

-Bueno, totalmente. Si no hubiera hecho mella en mi manera de vivir, no sería normal. No es que crea en todo, lo que sí que creo es que a cada uno le ayuda una cosa y todo es respetable. Cuando me diagnosticaron la enfer-

**"A muchísimas de mis amigas ver lo que yo estaba pasando les espoleó para vivir a tope"**

**"La semana buena de la quimio no me quedaba en casa, con mi peluca me creía Dios, me dio una especie de subidón"**

Sara Carbonero, que nació en Corral de Almaguer (Toledo), asegura que se siente orgullosa de ser de pueblo y de haber transmitido ese orgullo a sus hijos. "También estoy orgullosa de a lo que he llegado saliendo de un pueblo", dice.





**“El día del diagnóstico del cáncer es el primer día de mi vida que me enfrenté a la muerte. Estaba enfadada con el mundo. Tenía 35 años”**

**“Me enfrenté a un diagnóstico con el que mucha gente no sobrevive a los cinco años”**

Sara asegura que ser madre ha hecho que afronte su cáncer de otra manera. “Intento protegerme un poquito y evito riesgos evitables, porque ya tengo bastantes riesgos en mi vida”, dice.

**De nuevo  
ilusionada con  
el amor**







## “Nadie quiere morir, pero lo que me mata de dolor es pensar en lo que me necesitan mis hijos”

pensamientos. Por desgracia, a mí me ha tocado un cáncer: sé que es multifactorial, que hay parte genética, pero creo que influyen algo el estrés y las emociones.

### ► **Llevas tiempo sin trabajar en medios. ¿Una deja de ser periodista?**

-Para nada. Lo que pasa es que estaba tan perdida que pensé: me quito de todo. Para mucha gente, mi carrera empezó en el famoso Mundial de Sudáfrica 2010, pero para entonces yo ya llevaba años en el oficio. Y una no deja de ser periodista porque no ejerza. De hecho, lo que más me gusta es escribir y estoy escribiendo. Mi sueño es publicar algo que ayude a la gente. Lo que no quiero es nada que tenga que ver con teles ni nada que me lleve al estrés, porque tengo dos niños en edad de estar encima, quiero estar todo lo que pueda con ellos y cuidarme yo mucho.

### ► **¿Cómo convives con las secuelas de la enfermedad?**

-He tenido que pasar por un duelo. Tal cual. Así me lo dijo mi terapeuta. El del diagnóstico es el primer día de mi vida que te enfrentas a la muerte.

### ► **¿Te lo dijeron así?**

-Bueno, los médicos son rigurosos. No se pillan los dedos. Me enfrenté a un diagnóstico con el que mucha gente sobrevive a los cinco años y mucha gente no. Esto, a los 35 años. Mi mayor dolor y sufrimiento del cáncer ha sido por el hecho de ser madre. Si yo no hubiera tenido hijos, habría llevado de otra forma la enfermedad. Nadie se quiere morir, pero lo

que me mata de dolor, lo que me hiere, es pensar en los niños y en lo que me necesitan, en lo que necesitan a su madre.

### ► **¿Te has hecho más miedo en ese sentido?**

-Muchísimo. No subo en helicóptero, por ejemplo. Y antes yo me he metido en mil aventuras: volar en helicóptero en el cañón del Colorado, por ejemplo. Intento protegerme un poquito y evito riesgos evitables, porque ya tengo bastantes riesgos en mi vida. Pero por eso no voy a dejar de vivir. Cojo aviones y, de hecho, con Isabel [Jiménez] he hecho mil locuras a raíz de la enfermedad, precisamente.

### ► **¿Por el cáncer o pese a él?**

-El verano más divertido de mi vida pudo ser el de 2019, el de mi enfermedad. Dijimos Isabel y su hermana, que son otras dos hermanas para mí, y yo y la mía: “A esto hay que darle la vuelta”. Entonces, yo con mi peluca me creía Dios, me dio una especie de subidón. Me habían operado, me había dado mi quimio y me dijeron: “Vas a tener una semana mala, otra regular, y otra buena. Entonces, la mala no podía levantarme de la cama, pero la buena no nos quedábamos en casa. Lo que pasa es que luego la enfermedad se te hace larga. Y piensas que la has dejado atrás, pero siempre hay controles, pequeñas cositas que van apareciendo y no terminas de respirar.

### ► **Bueno, vamos a dejar la enfermedad.**

-Sí, pero que la gente sepa que se puede vivir. Que la enfer-

Sara mantiene una relación con José Luis Cabrera desde hace cinco meses. Su amiga Isabel Jiménez les presentó hace años y recientemente disfrutaron junto a ella de un fin de semana en la casa que el empresario canario tiene en La Graciosa.

medad tuve una época que no creía en nada, estaba enfadada con el mundo. Si Dios existe, por qué me manda algo tan cruel y tan duro, pensaba. Perdí un poco la fe, que ahora he vuelto a recuperar. Pero ahora creo mucho en la energía, en lo espiritual.

### ► **¿Y en qué otras cosas crees?**

-Bueno, me he dejado asesorar. Si haces algo que te hace sentir mejor, ¿por qué no? Cosas relacionadas con la energía, más holísticas. Nada esotérico, a mí no me saques las cartas. Pero creo muchísimo en la conexión cuerpo y mente, en la somatización de los

**“Ahora no quiero hacer nada que tenga que ver con teles, quiero estar todo lo que pueda con mis hijos”**





Convivir con el cáncer ha hecho que Sara se abra a nuevas experiencias. "Me he dejado asesorar. Si haces algo que te hace sentir mejor, ¿por qué no? Nada esotérico, a mí no me saques las cartas. Sé que en el cáncer hay parte genética, pero creo que influyen algo el estrés y las emociones", dice.

## **"Con el cáncer perdí la fe, ahora creo en la energía, en la conexión cuerpo mente"**

medad te puede dar un toque para decirte: "Vive".

### **► ¿A veces se necesita un toque?**

-Ojalá no me hubiera tocado, pero a raíz de pasarme a mí esto, a muchísimas amigas de mi alrededor les cambió muchísimo la vida. Una se estaba divorciando, la otra tenía un dilema de no sé qué. Como veían lo que yo estaba pasando, mi cáncer les espoleó para tirar adelante, para vivir a tope. Me alegro de haber servido a mucha gente. Aprendí que vivir es urgente y lo llevé a la práctica literalmente.

### **► ¿No tienes bajones?**

-Claro. No soy una persona de mostrar mi vida. Prefiero que la gente opine que a lo mejor soy un poco superficial. Esa superficialidad está tapando lo que yo no quiero que se muestre, y en parte no quiero que se muestre por mis hijos. Es mi coraza, pero, claro, tú me pinchas y me paso el día llorando, soy una montaña rusa.

### **► En la colección de tu firma de ropa siempre hay prendas de crochet, pero apuesto a que tus abuelas lo llamaban ganchillo.**

-Ay, eso me desbloquea un recuerdo precioso. Con mi abuela, la que ha muerto, hacíamos mucho ganchillo, hacíamos patucos y capitas y esas cosas. Es superrelajante y era mi momento de estar con ella.

### **► Otra vez el pueblo...**

-Estoy orgullosa. Y también de a lo que he llegado saliendo de un pueblo, porque con todas las críticas que yo he recibido, cuando yo empecé en el periodismo depor-

tivo casi no había mujeres.

### **► También ha pisado mucha alfombra roja.**

-Sí. He tenido una época de mucho glamour, de ponerte guapa, y la he disfrutado. Y eso que siempre he tenido esa lucha mía de como que la belleza estaba reñida con la inteligencia, que la gente cree que como eres mona eres menos válida y todo eso. Yo no soy de mirar nada en Internet. No me he buscado jamás.

### **► Debes de ser la única persona del planeta que no lo hace.**

-Te lo juro. Me lo dijo mi psicóloga y lo llevo a rajatabla, porque me volvería tarumba. Es que la gente no se acuerda, pero yo, cuando estaba en el Mundial de Sudáfrica y España perdió el primer partido, me desperté con la portada de The Times diciendo: "Sara Carbonero, la destabilizadora del Mundial". Había un punto machista tremendo.

### **► ¿No tuviste apoyos públicos?**

-Tuve a mis amigas. Me salvaron mis amigas y compañeras. Pero ninguna ministra salió a defenderme. Al contrario, hubo una ola en Twitter que me hizo mucho daño, burlándose de mí. Se cebaron mucho. Ahora lo veo más claro, antes me hacía pequeña.

### **► Di algo de ti misma, sin filtros.**

-Eso es lo más difícil del mundo, pero me considero una mujer valiente, porque he tenido que enfrentar cosas fuertes, aunque a veces no lo sea. Y he aprendido a ser agradecida. Hay gente con lo mío que ya no está aquí. Sí: el cáncer me ha hecho valiente y disfrutona. Si tengo un día bueno, lo disfruto el doble o el triple que alguien que no le haya visto las orejas al lobo. **■**

©EDICIONES EL PAÍS S.L.U./ Luz Sánchez-Mellado.

Fotos: SlowLove/Agatha Paris/Agencias.





“Prefiero que la gente opine que a lo mejor soy un poco superficial. Es mi coraza, pero si tú me pinchas, me paso el día llorando, soy una montaña rusa”

“He tenido una época de mucho glamour, de ponerme guapa, y la he disfrutado. Y eso que siempre he tenido esa lucha mía de como que la belleza estaba reñida con la inteligencia”

La periodista recuerda haber sufrido mucho cuando empezó en el periodismo deportivo. Especialmente durante su paso por el Mundial de Fútbol de Sudáfrica, donde la cuestionaron por su relación con Iker Casillas. “Se cebaron conmigo, se me hizo mucho daño”.



Antonio Tejado (38) a su llegada a la iglesia de Brunete (Madrid). El juez de Instrucción le atribuye los delitos de robo con violencia e intimidación, pertenencia a organización criminal, detención ilegal y lesiones por el robo en casa de su tía María del Monte.

**ÉL SERÁ PROCESADO POR EL ROBO  
EN CASA DE SU TÍA, MARÍA DEL MONTE**

# Antonio Tejado y Rosario Mohedano, juntos por su hijo

Pese a su difícil relación, la expareja hizo un esfuerzo en la confirmación de su hijo, que tuvo lugar horas después de que se supiera que el juez considera a Antonio "autor intelectual" del asalto a casa de la cantante



**C**on el semblante serio y muy incómodo. Así se vio a Antonio Tejado a su llegada a la Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción de Brunete, en Madrid, donde tuvo lugar la confirmación de su hijo mayor, fruto de su relación con Rosario Mohedano. Y no es para menos, ya que el juez de instrucción ha decidido procesarlo por el robo al chalet de su tía, María del Monte. Tejado está considerado el autor intelectual del asalto y el juez le atribuye delitos de robo con violencia e intimidación, pertenencia a organización criminal, detención ilegal y lesiones. Podría enfrentarse a una pena de entre 11 y 22 años de cárcel.

#### DOS FAMILIAS ENFRENTADAS

Esta noticia, publicada por el Diario de Sevilla, empañó lo que ya de por sí era un día complicado para los Tejado-Mohedano, dos familias unidas por el hijo de 17 años de Antonio y Rosario y que arrastran años de disputas, polémicas y tenso distanciamiento. Los padres del joven guardaron las formas en todo momento pero la tensión era evidente en los rostros y los gestos de todos los asistentes. Rosario se mostró molesta por la presencia de los medios. Rosa Benito, la madre de Rosario, ponía buena cara pero su incomodi-

## Antonio se enfrenta a una pena que oscila entre los 11 y los 22 años de cárcel

dad saltaba a la vista. Amador Mohedano, su exmarido, no acudió: el exmatrimonio no coincide en actos públicos de ningún calibre desde hace años. La madre de Antonio Tejado, María José, apareció con un bastón de invidentes del brazo de Samara, la actual pareja de Antonio. Decía María José que había sido "un día muy bonito", pero su semblante mostraba lo contrario. Según Chema, hermano de Antonio, están a su lado "como siempre".

#### PERDIDAS Y SECUELAS

Antonio fue detenido el 12 de febrero de 2024 y, tras pasar tres meses en prisión provisional, fue puesto en libertad con la prohibición de acercarse a su tía a menos de 500 metros. Estaba acusado de ser el presunto autor intelectual del violento asalto que sufrieron María y su mujer, la periodista Inmaculada Casal, en su chalet de Sevilla en agosto de 2023 en el que se llevaron más de 180.000 euros en joyas y relojes de lujo. Según el auto del juez de instrucción, cinco encapuchados



Rosario Mohedano (46) llegando a la ceremonia. Ella y Tejado tuvieron una relación de dos años que acabó en 2009, al poco de nacer su hijo en común. Tiene dos hijos más con su actual marido.



Una imagen insólita de la expareja junta

Antonio y Rosario guardaron las formas durante el encuentro. La expareja protagonizó agrias disputas durante años.





Rosa Benito (69) no faltó en el gran día de su nieto. Quien sí causó baja fue su exmarido, Amador Mohedano, el otro abuelo del adolescente. El exmatrimonio no comparte espacio desde hace años.



La madre de Antonio, con bastón para invidentes, ayudada por Samara, la actual pareja de Tejado. Les acompañaba la hija que este tiene con Alba Muñoz.



Chema, el hermano de Antonio, afirma que están apoyando a Antonio "como siempre".

efectuaron "un atraco violento y coactivo con empleo desproporcionado de fuerza físicas". Durante el asalto al chalet, donde se encontraban el matrimonio, la hija y el cuñado de Casal y la empleada del hogar, los "golpearon, maltrataron y amenazaron de muerte". Además de la gran pérdida económica, tanto María como Inmaculada sufren graves secuelas psicológicas a raíz de aquella noche de terror. El informe forense de la cantante y la periodista concluía que ambas sufren un trastorno adaptativo por estrés relacionado con el robo. María ha reconocido que acude a terapia: "La ayuda hay que pedirla cuando uno la necesita. Me está sirviendo". 

Por E. Cebrián. Fotos: Europa Press.





## Y tú, ¿a qué esperas para recuperar tu bienestar digestivo?

Gracias a los probióticos con tecnología Probioact® de Bie3 VIENTRE PLANO, se contribuye a reducir la pesadez y la hinchazón, mejorar el tránsito intestinal, estimulando tu sistema inmunitario.

### Una fórmula natural, segura y eficaz

Bie3 VIENTRE PLANO contiene Megaflora 9 EVO® –una combinación de diferentes cepas de Lactobacillus, bifidobacterias y enterococos– y fibras prebióticas como Inulina, almidón y FOS. Esta fórmula, enriquecida con hinojo–carminativo y antiflatulento–mantiene una función intestinal óptima. Además, cuenta con tecnología PROBIOACT®, que potencia el efecto de los probióticos.



Una mala alimentación, el estrés, la falta de sueño, desequilibran la microbiota intestinal, provocando digestiones pesadas, gases y estreñimiento, debilitando, a la vez, el sistema inmunitario. Bie3 VIENTRE PLANO es un complemento alimenticio, cuya fórmula con probióticos de nueva generación Megaflora 9 EVO®, prebióticos (FOS) e hinojo, ayuda a restablecer tu microbiota intestinal de forma eficaz. Tu rutina digestiva, más fácil con solo un sobre al día.

[www.bio3.es](http://www.bio3.es)



**"HA HABIDO MUCHAS COSAS CON  
LAS QUE NO ESTABA DE ACUERDO"**

# Melody arremete contra todos

La cantante recrimina la propuesta que le ofreció la delegación de RTVE y las bromas que hizo Broncano sobre su ausencia en 'La Revuelta'

**N**ueve días después de su actuación en Eurovisión y, tras un comentado silencio por su parte y la de la delegación, Melody comparecía ante los medios de comunicación para responder a muchas cuestiones suscitadas de su paso por el certamen, especialmente acerca del puesto en el que había quedado en Basilea: el antepenúltimo.

## **DESCONTENTA CON RTVE**

Uno de los puntos más polémicos de la rueda de prensa fueron sus desavenencias con RTVE sobre la escenografía: "Habría podido hacer una puesta en escena mucho más potente. Yo como artista doy para crear lo que queráis". La cantante era rotunda en su crítica al ente público: "Una vez que yo gané el Benidorm Fest, la candidatura pasa a ser de RTVE y ellos deciden lo que quieren. Yo podía haber hecho algo todavía más impactante". Melody siguió precisando que





**"Podía haber  
hecho algo más  
impactante"**

"De esta candidatura lo que menos me ha podido gustar es que yo no haya podido dar la capacidad que tengo como artista", dijo Melody en su primera comparecencia tras haber quedado antepenúltima en el Festival de Eurovisión.

"de la candidatura ha habido muchas cosas con las que no estaba de acuerdo" y que "yo me tragué un nudo, pero no pasa nada, hay cosas que no están en mi mano y yo las he luchado", Aludió al columpio que usó en el Benidorm Fest y no le permitieron usar en Basilea, a sus problemas con el telón rojo que se incorporó a la actuación del Festival y a que no pudo ver la realización de los planos hasta el último día. Y añadió: "De esta candidatura lo que menos me ha podido gustar es que yo no haya podido dar la capacidad que tengo como artista".

#### **UNA AUSENCIA POLÉMICA**

La intérprete de 'Esa diva' leyó un comunicado en el que afirmaba que, antes de la celebración del Festival, ya había pactado que tras su paso por el certamen se tomaría unos días para dedicárselos a ella misma y a su familia: "Se ha-

bla mucho de la conciliación y me ha sorprendido que no se entendiese que necesitaba tener unos días tranquilos, llenarme de energía con mi bebé y volver. Se han dicho muchas cosas que no son verdad, como que yo había echado a la gente del camerino. Yo no soy así, nunca lo he hecho, ni lo haré". Además, aludió a las bromas que David Broncano hizo sobre ella tras no acudir a 'La Revuelta': "Me ha dolido que compañeros de algunas cadenas, o de la misma, han hecho comentarios despectivos hacia mi persona. Por encima de todo está la salud mental y ha habido algún programa en el que se han reído de que estaba en mi casa con las persianas bajadas". Es más, cuando un periodista le preguntaba si ahora iría de invitada al programa de Broncano, respondió: "Siempre estoy abierta a unas disculpas. Voy a ir a

#### **Respecto a que anulara toda su agenda tras el Festival, Melody aseguró que ya lo tenía pactado con RTVE**

los programas donde se me respeten y me den mi sitio como artista". Melody también se mostró afectada por algunas de las informaciones que se han difundido sobre su situación personal: "Se ha comentado que estábamos pasando un drama familiar [se publicó que su suegra estaba pasando por un bache de salud en Argentina], que nos habíamos separado con mi pareja y es completamente falso. Se ha hablado de personas que ya no están en el mundo [su suegro falleció en noviembre pasado] y no me parece bien". **L**

Por Laura Martín. Fotos: Photone/Cordon.



Rosario Flores (61) está inmersa en una gira para celebrar sus 33 años en la música, 'Universo de ley'. La artista realizó un concierto en el Teatro Albéniz de Madrid enmarcado en el Universal Music Festival como parte de este tour por todo el país.

**SE CUMPLEN 30 AÑOS  
DE LA MUERTE  
DE LOLA FLORES**

# Rosario recuerda a su madre a flor de piel

La artista canta por La Faraona en un concierto épico al que asistió parte de la familia Flores

**E**l legado de Lola Flores sigue más vivo que nunca en el 30 aniversario de su muerte. Su hija pequeña, Rosario Flores, ha sido la encargada de demostrarlo en un concierto de su gira 'Universo de ley' celebrado en Madrid. Días después de que se cumplieran tres décadas de la triste desaparición de La Faraona, Rosario le rindió tributo con la garganta tomada por la emoción.

#### **EL HIJO DE ROSARIO, ESTRELLA**

La cantante sorprendió a todos arrancándose con uno de





Alba Flores (38) es la única hija que tuvo Antonio Flores, hermano de Rosario, de cuyo adiós se cumplen también 30 años, pues murió 15 días después de su madre.

Las sobrinas de Rosario no se perdieron el concierto



Elena Furiase (37) tuvo palabras de cariño en honor a su abuela, Lola Flores: "Recuerdo cuando me presentaba de pequeña y yo salía a cantar detrás de la cortina", dijo. A la derecha, Eugenia Martínez de Irujo (56).



Loles León (74) estrena el 26 de junio la película 'Padre no hay más que uno 5: Nido repleto'.

los éxitos más emblemáticos de su madre, la canción-trabalenguas 'Cómo me las maravillaría yo'. Antes de subirse al escenario, había dejado claro que la gran Lola la acompañaría en espíritu dedicándole estas palabras en Instagram: "Mamá, te llevo en mi corazón. Por muchos años que pasen, siempre vivirás dentro de mí". En el escenario, no estaba sola. Además del recuerdo de su madre, la arropaba su hijo, Pedro Antonio Lazaga, marcando el ritmo con el cajón flamenco.



Rosario recibió un reconocimiento de manos de Narcís Rebollo, marido de Eugenia Martínez de Irujo y directivo de su discográfica, por agotar las entradas de su gira. Su amiga íntima Mariola Orellana —esposa de Antonio Carmona— le acompañó en este momento.





Hiba Abouk (38) fue al concierto. Días antes habló en términos cordiales de su ex, Achraf Hakimi: "El padre de mis hijos y yo hacemos buen equipo, tenemos buena comunicación".



Lydia Bosch (61) es una fan entregada de Rosario. "Es un lujo para todos escucharla, un subidón, ella es un torbellino de amor", dijo.



Laura Sánchez (43) habló de la posibilidad de casarse con su novio, el torero Manuel Escribano: "Día a día, ratito a ratito, ya iremos viendo".



Beatriz Archidona (41), presentadora de 'iDe viernes!', bailó como nunca en el concierto.

El joven —que ha sido noticia recientemente por su relación con Lucía Alba, nieta del dúo flamenco Lole y Manuel— ha heredado el duende de los Flores.

#### LOLITA NO ACUDIÓ

Rosario estuvo arropada entre el público por sus sobrinas, Elena Furiase y Alba Flores. Para esta última, la noche fue especialmente emotiva, ya que de alguna manera se recordaba también a su padre, Antonio Flores, que falleció quince días más tarde de Lola. "Este concierto ha sido un homenaje también para él. Muchas de las canciones las compuso él. Yo me lo tomo un poco así", dijo la actriz de 'La casa de papel'.

#### "Este concierto ha sido un homenaje también para mi padre", reivindica Alba Flores

Quien no pudo acudir al cóncave familiar fue Lolita, atada por su agenda de trabajo. Entre los invitados vimos a Hiba Abouk. LECTURAS pudo hablar con la actriz días antes en un evento de Rowenta, donde nos confesó que tiene "buena comunicación" con su ex, Achraf Hakimi, del que se separó poco antes de que una joven acusara al futbolista de agresión sexual. "El padre de mis hijos y yo hacemos buen equipo", nos dijo. **L**

Por A.F.Couceiro. Fotos: Pedro Pernía/Gtres.



HOTELES SERVIGROUP

# LA LLAMADA DEL MAR

¿A qué esperas para elegir tu destino playero?  
Hoteles Servigroup te propone estancias en los mejores lugares de nuestra costa.

**E**stá súper comprobado: quien se aloja en alguno de los 18 **Hoteles Servigroup**, tiende a repetir. Y es que todos los establecimientos de esta cadena hotelera líder en España se hallan en playas excepcionales de nuestras costas: Peñíscola, Alcocéber, Oropesa del Mar y Benicasim, en Castellón; Benidorm, Villajoyosa y Orihuela, en Alicante; La Manga del Mar Menor en Murcia y Mojácar en Almería, ¡donde acaban de inaugurar dos parques acuáticos dentro de las instalaciones de los hoteles!

## MEJORAS CONSTANTES, NUEVAS EXPERIENCIAS

El objetivo principal de la cadena, tanto para los clientes que repiten como para las personas que descubren los **Hoteles Servigroup** por primera vez, es satisfacer al máximo sus exigentes expectativas. Por eso cada año presentan novedades, como la espectacular infinity pool que se ha convertido en todo un icono del Hotel Galúa en la Manga del Mar Menor.

## BIENESTAR, RELAJACIÓN Y GASTRONOMÍA

Solemos probar nuevos destinos seducidos por fotografías, pero lo que nos hace repetir es la experiencia vivida. En eso se centran en los Hoteles Servigroup: en todos ellos se come de maravilla y se puede gozar de unos espacios privilegiados que hacen que el tiempo vacacional sea de calidad y memorable. ¡Feliz verano!





La noticia coincidió con el cumpleaños de su sobrina Adriana, que lo consideraba un segundo padre

“Mi tío ha podido hacer feliz a mucha gente”, dijo su otra sobrina, Emma, hija del también mítico Antonio Ozores

**EL DIRECTOR FALLECE  
A LOS 98 AÑOS**

# El doloroso adiós a Mariano Ozores

La familia del director –incluidas sus sobrinas Adriana y Emma, ambas actrices– recibieron el apoyo de compañeros de profesión

Mariano Ozores se especializó en comedia popular, con taquillazos como ‘¡Cómo está el servicio!’. En el 2016 recibió el Goya de Honor. En la imagen superior, sus sobrinas Adriana y Emma Ozores, hijas de sus hermanos José Luis y Antonio.

**Uno de los reyes de la comedia**







Teresa Ozores es la única hija que tuvo el director de su matrimonio con Teresa Arcos, que falleció en 2019. Ha confirmado que su padre murió en su casa por causas naturales.

**D**irigió casi un centenar de películas (96) y vivió casi un centenar de años (98). Mariano Ozores lo hizo todo a lo grande. El director de clásicos de la comedia popular como 'Los bingueros' ha entristecido a dos familias con su fallecimiento: la suya propia, el clan de los Ozores, y la familia del cine español. Ambas lo despidieron en el Tanatorio de la Paz de Madrid.

#### UNA FAMILIA ROTA

La noticia de su muerte saltó en un momento especialmente sensible a su sobrina, Adriana Ozores, pues llegó el mismo día que ella cumplía 66 años. Dejó un rodaje para acudir al tanatorio y abrazarse con su prima Teresa, la única hija de Mariano, y su otra prima, Emma, hija de Antonio Ozores, que murió en 2010. El padre de Adriana, José Luis Ozores, murió en 1968, teniendo ella 10 años, y Mariano era un segundo padre. **■**

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.



Manuel Velasco (48), hijo de Concha Velasco, recordó el vínculo del fallecido con su madre. "Mi familia le debe mucho, la gran mayoría de las películas de mi madre las hizo con él", dijo.

Andrés Pajares acudió al tanatorio con su mujer, Juana Gil. El actor fue la estrella de muchos de los taquillazos de Mariano, como 'Los bingueros' o 'Yo hice a Roque III'. Formaba dupla en estas películas con Fernando Esteso, que también se acercó al velatorio.





Teresa nos mostró su casa en 2017, siete meses después de perder a su marido, el músico Eduardo Rodrigo, que murió a los 73 años de una enfermedad pulmonar. A Teresa le diagnosticaron un cáncer de mama mientras cuidaba a su marido en fase terminal.

El chalet, de casi 600m<sup>2</sup>, tiene tres plantas, siete habitaciones y piscina con jardín. Actualmente está medio destrozado y lleno de humedades. Empezó vendiéndose por casi 600.000 euros, pero se ha bajado el precio.

**EL CHALET ESTÁ AHORA  
EN MANOS DE UN  
FONDO DE INVERSIÓN**

# La casa de Teresa Rabal, abandonada y en venta por medio millón de euros

La artista mostró en Lecturas su lujoso chalet poco antes de verse obligada a desprenderse de él por las deudas

**“Adoro esta casa. Está llena de recuerdos. Aquí hemos sido muy felices, se han criado nuestros hijos, hemos pasado cosas maravillosas”, nos dijo Teresa**





**El antes y después del salón**



El salón era uno de los espacios más acogedores de la casa cuando vivía Teresa. En las paredes había cuadros de Picasso y Dalí, que era muy amigo de Paco Rabal, padre de la artista.

Un inmenso espacio desangelado, medio en ruinas y lleno de humedades. En eso se ha convertido hoy el que durante años fue el acogedor refugio de Teresa Rabal. Situada en Alpedrete, a pocos kilómetros de Madrid, la casa en la que la artista fue feliz con su marido y sus dos hijos se vende por medio millón de euros.

#### UN SANTUARIO DE RECUERDOS

Según revela El Español, el un día lujoso chalet, de casi 600m<sup>2</sup>, está en manos de un fondo de inversiones desde que Teresa se tuvo que desprender de él a causa de sus deudas con Hacienda. Poco antes de hacerlo, la artista nos abrió las puertas de su casa para mostrarnos cada rincón. Hacía tan solo siete meses que había perdido a su marido, Eduardo Rodrigo. "Este es mi refugio, está lleno de recuerdos. Y no estoy sola, vienen mis hijos y mis nietas a verme. Estoy feliz aquí. Son recuerdos hermosos. Eduardo sigue viviendo en mí", nos contaba. La casa, que está abandonada desde que Teresa se mudó, se encuentra en una urbanización tranquila. Es una vivienda unifamiliar de tres



El hogar de Teresa estaba lleno de fotografías familiares. La artista y su marido adoptaron en los 80 a dos hijos, Luis Eduardo (45) y María (41). El primero le ha dado dos nietas.

plantas con jardín y piscina. Consta de un salón comedor, siete dormitorios, cocina independiente, tres cuartos de baño, aseo y vestíbulo. Teresa la había convertido en un santuario de recuerdos y en algunas de sus paredes lucían valiosos cuadros de Picasso y Dalí, que era gran amigo de su padre, Paco Rabal. **L**

Por Sílvia Quiroga. Fotos: Garófano/Idealista.

Quedarse sola en una casa tan grande fue otra de las cosas que llevaron a Teresa a vender la casa. Desde entonces, el hogar que tanto cuidó, ha estado deshabitado.





# El diario de Jorge Javier

Una de las grandes frases de Alba Díaz en 'Las Berrocal' es: "¿Vosotras sabéis lo que es ser hija de famosos en un colegio de Dos Hermanas?". Es drama psicológico en estado puro".



**"Alba, la hija de Vicky, es todo un hallazgo"**

**E**l sábado por la tarde veo 'El ministro de propaganda', una película sobre Joseph Goebbels. No es un películón pero nunca está de más recordar la barbarie que supuso el nazismo. La película acaba con una reflexión de Primo Levi, superviviente de Auschwitz: "Ocurrió. En consecuencia, puede volver a ocurrir. Puede ocurrir, y puede ocurrir en cualquier lugar". De hecho, está ocurriendo. En Gaza. A muy pocas horas de avión. Pero el asunto no nos quita el sueño. Salía Martínez Almeida el viernes en La Sexta y explicaba con tintes pedagógicos que las guerras son muy malas pero que tienen sus reglas. Y que quizás a Israel se le estaba yendo un poco la mano. Creo que fue Iñaki, el presentador de 'Más Vale Tarde', el que le dijo que no le iban a entretener mucho porque sabían que tenía que ir a ver a Roca Rey a Las Ventas. También fueron Isabel Díaz Ayuso, Victoria Federica, Nuria González. Todas de punta en blanco. Ellos, los que fueran, con americana y corbata. Se conoce que hay dress code para celebrar la agonía y muerte de un animal. Me removió la película sobre Goebbels. Maestro de la propaganda, el nazismo intentó ocultar al mundo la brutalidad que estaba llevando a cabo. Lo de escandalizarse vino después. Ahora somos conscientes, casi al instante, de los crímenes que



## “Montoya me sigue haciendo gracia, aunque entiendo a los que están saturados”

se cometen. Pero ya cada vez nos escandalizamos menos. La vida sigue: vamos al cine, intentamos pasárnoslo bien y hasta maquinamos vacaciones de ensueño. **Hemos aceptado que hay criminales sueltos y cambiamos de canal cuando se muestran imágenes de hambruna y necesidad.** Ya lo dice el tango: “Que el mundo fue y será una porquería, ya lo sé”. No hace mucho escuché a Maruja Torres en una entrevista: “Cada tres generaciones, una sociedad se suicida porque olvida lo que pasó”. Según la teoría de Maruja, nos toca pronto. Si es que no hemos empezado a hacerlo ya. Dentro de no mucho tiempo, cuando alguien más joven nos pregunte qué hicimos por Gaza, solo podremos mirar para otro lado y cambiar rápidamente de conversación. Porque no hicimos nada. O tan poco, que de nada sirvió. Bueno, sí: debatir sobre la participación de Israel en Eurovisión.

### VICKY NO DEFRAUDA

La semana pasada escribí sobre el reality de ‘Las Berrocal’ basándome en un trailer que había sacado Movistar. Pues bien: ya he visto el primer capítulo. En cuanto lo estrenaron. Y me ha gustado mucho más de lo que imaginaba. Está muy cuidado, muy bien contado. Gran trabajo detrás las cámaras. Y delante, lo imaginado. Vicky no defrauda. Está imposible en cada escena. Durante el primer capítulo nos confiesa que le está ocultando a su familia que quiere volver al mundo de la moda fla-

menca. Escrito así parece que para desempeñar esta tarea deba asesinar a cientos de miles de personas, tan trascendente y enigmática se pone ella. Veremos en qué acaba todo, pero se está hinchando tanto el globo que como nadie se desmaye cuando comparta semejante información con su familia me voy a sentir estafado. La hermana de Vicky bien y la hija es todo un hallazgo. Una de sus grandes frases: “¿Vosotras sabéis lo que es ser hija de famosos en un colegio de Dos Hermanas?”. La pronuncia delante de su madre, su tía Rocío y su abuela. Nadie habla, todas callan. Queda la duda y los espectadores nos ponemos en lo peor. Qué fatiga. Drama psicológico en estado puro. Pero en realidad sobre quien de verdad quiero escribir es sobre Victoria, la madre de Vicky. No la tenía yo calada y me ha encantado. No se puede estar más natural ante la cámara. En cuanto aparece eclipsa al resto del reparto. Por su sencillez. Por su manera de expresarse, tan clara y rotunda. Hay una escena preciosa en la que se la ve tumbada en una hamaca de la terraza de un hotel fumando con una elegancia a lo estrella de Hollywood. Mirando al infinito, absorta en sus pensamientos. **La madre de Vicky engancha. E intu- yo que irá creciendo todavía más en los próximos capítulos.** Qué bonito todo lo que sucede en su casa de El Rocío. Costumbrismo de alta costura.

### NO TENGO FAVORITO

Comienza la recta final de ‘Supervivientes’. Cuidado porque a partir de ahora vienen curvas. Los concursantes empiezan a verse como finalistas y los familiares se ponen



“Hay que hacer todo lo posible para que la madre de Pelayo se quede en Mediaset tras ‘Supervivientes’”.

tan nerviosos como ellos. Entramos ahora en una fase del concurso muy adictiva porque después de tres meses les has cogido tanto cariño a los participantes que cualquiera te viene bien como ganador. O al menos eso pasa cuando las ediciones han sido vibrantes. Y esta, también lo ha sido. Cualquiera de los que están ahí merecen llegar a Mediaset en helicóptero, que es el sueño de todo el que se presenta. Me gustan todos. No tengo favorito. Ya iré escribiendo sobre ellos más detenidamente cuando se acerque la final pero no puedo evitar dar ya unas pinceladas. Me ha sorprendido para muy bien Damían, que podría haberse hecho el tapado durante todo el concurso pero ha optado por arriesgar y entrar de lleno en la dinámica del reality. Se lo agradezco. **Qué concurso tan inteligente está haciendo Pelayo, entregándose al máximo en las pruebas y sorteando con tem-**

**planza los inconvenientes de la convivencia.** Nota: tenemos que hacer todo lo posible para que se quede en Mediaset Elena, la madre Pelayo. Me encanta tenerla en los platós porque no tiene filtro. Es transparente y combativa. Una auténtica bomba de relojería. Pelayo me dijo el jueves que el movimiento de tetas de Montoya solo me hacía gracia a mí. Lo reconozco. Montoya me sigue haciendo gracia. Mucha. También entiendo a aquellos que están un poco saturados de él, pero para mí pesa más todo lo que nos ha dado. Me parecería muy poco respetuoso tirar al personaje una vez usado. Merece que, una vez finalizado el concurso, le acompañemos en el proceso de asimilación de todo lo vivido. Por cierto: con todo esto no quiero decir que deseo que gane el concurso. Todavía no tengo favorito. Queda mucho partido.

Síguelo en [www.lecturas.com](http://www.lecturas.com)



**ITALIA NO LES DEVOLVERÁ  
LAS ALHAJAS DE LA CORONA**

# Los Saboya pierden la guerra legal por sus joyas

Los herederos del último rey de Italia reclamaban el joyero confiscado tras la llegada de la República. La Justicia no les da la razón

**Manuel Filiberto quería recuperar una veintena de collares, pendientes y diademas valorados en 300 millones de euros**

**La sentencia considera su petición "manifiestamente infundada" y dictamina que las joyas pertenecen al Estado**

**El heredero del polémico Víctor Manuel**



Manuel Filiberto (52) es el jefe de la Casa de Saboya desde el fallecimiento en 2024 de su padre, Víctor Manuel. En la foto lo vemos junto a su madre, Marina Ricolfi-Doria (90), en el funeral del patriarca.



**E**n 1946, Italia eligió en un plebiscito histórico dejar atrás la monarquía y formar una república, forma de estado que se mantiene hasta nuestros días. Desde entonces, los herederos del último rey italiano, Humberto II de Saboya, han vagado por las sombras de la aristocracia buscando su lugar en el mundo. El actual jefe de la Casa de Saboya, pretendiente a esa corona que ya no pertenece a su familia, es Manuel Filiberto, hijo del polémico Víctor Manuel (el mismo que en 1978 mató a un turista alemán a escopetazos). Su intento de restituir la dignidad a su familia ha sido aniquilado por la Justicia. Manuel y sus hermanos reclamaron que el joyero de los Saboya, confiscado tras la llegada de la República, volviera a la familia. El Tribunal Civil de Roma ha dicho: "No".



María José de Bélgica, esposa de Humberto II, fue la última reina de Italia. En el joyero real en disputa se incluye esta fabulosa tiara de diamantes y perlas, heredada de la emperatriz Carlota de México.

#### RECURSO A ESTRASBURGO

La sentencia considera la petición de la familia "manifiestamente infundada" y dictamina que el joyero real es propiedad del estado. La disputa legal se centraba en un botín de 7.000 brillantes y 2.000 perlas montadas en una veintena de collares, pendientes, diademas y broches que lucieron las reinas y princesas más insignes de la periclitada monarquía italiana. Las alhajas se guardan en un cofre que solo se ha abierto una vez desde su expropiación, en 1976, cuando la casa Bulgari peritó su valor y lo tasó en 2.000 millones de liras (20 millones de euros). Hoy los expertos aseguran que este valor se ha multiplicado y que el tesoro real podría alcanzar los 300 millones de euros en caso de llegar a subasta. Los Saboya no se conforman con la sentencia y prometen recurrir a Estrasburgo. 



Margarita de Saboya, primera reina consorte de la Italia unificada, era conocida como la "reina de las perlas". A la izquierda, sus pendientes.



La reina Margarita de Saboya con la tiara con nudo Saboya, un collar riviére de diamantes y un colgante de esmeraldas (a izquierda).





Una figura  
influyente de  
la política de  
Ucrania

Entre 2006 y 2007

Andrii Portnov trabajó para la entonces presidenta de Ucrania Yulia Timoshenko. Cuando Víktor Yanukóvich fue elegido presidente, cambió de bando y trabajó a sus órdenes para hacerse cargo de la reforma del poder judicial.

**ASESINAN A TIROS A UN POLÉMICO  
MAGNATE UCRANIANO**

# Terror a las puertas del colegio de los hijos de los famosos

Andrii Portnov, que estaba acusado de traición en Ucrania, fue abatido a primera hora de la mañana a su salida de un exclusivo centro escolar de Pozuelo de Alarcón, en Madrid, al que había llevado a sus dos hijas. Es uno de los colegios más caros de España



# La hora negra



por  
Mayka Navarro

**El crimen tuvo  
lugar a plena luz  
del día y  
con infinidad  
de testigos**

**Alterados y con  
miedo, algunos de  
ellos declararon  
que vieron  
llegar a varios  
hombres y que el  
tirador iba a cara  
descubierta**

**A**ndrii Portnov, un adinerado abogado ucranio de 52 años, exasesor del ex-presidente Victor Yanukóvich, ferviente promuso e investigado en su país por corrupción y traición, fue tiroteado y rematado con un tiro en la nuca a las puertas del colegio de Pozuelo de Alarcón en el que acababa de dejar a dos de sus hijas y donde acuden muchos hijos de famosos. No ha sido un asesinato entre bandas rivales. Ni otro ajuste de cuentas del crimen organizado. Se trata del tercer asesinato de personas relevantes en España desde el inicio de la invasión rusa de Ucrania, en febrero de 2022.

## A PLENA LUZ DEL DÍA

La víctima recibió nueve impactos de bala a las puertas

del exclusivo colegio americano de la localidad madrileña. Los disparos se realizaron por un único tirador, a poca distancia, por la espalda y con munición de 9 milímetros Parabellum, tal como revelaron los casquillos recogidos en el lugar del crimen por la policía científica. Los testigos, madres y padres que como el abogado acababan de dejar a sus hijos e hijas en el exclusivo centro escolar, escucharon la ráfaga de disparos. Alterados y todavía con miedo, algunos declararon a los investigadores que vieron llegar a varios hombres y que el tirador iba a cara descubierta. El asesino, coincidieron varios testigos, remató a su víctima cuando yacía en el suelo, colocando el cañón del arma rozando directamente la sien del hombre que ya hacía en el suelo. Fue el tiro de gracia para asegurar que la víctima no tenía ninguna opción de sobrevivir. La secuencia apenas duró nueve segundos y los responsables, el sicario y dos cómplices que le daban cobertura, se perdieron por la arboleda

**El asesino remató  
a su víctima  
cuando yacía en  
el suelo, colocando  
el cañón en la sien**



**El asesinato  
tuvo lugar a  
las 9:15 de la  
mañana a las  
puertas de  
este exclusivo  
colegio  
americano de  
Pozuelo de  
Alarcón.**



## Portnov tenía una larga lista de enemigos, la principal hipótesis es la de una actuación del crimen organizado

de la Casa de Campo desde donde escaparon en un coche de apoyo. Un crimen a plena luz del día, con infinidad de testigos, y en la que con certeza los sicarios entendieron que era el momento en el que la víctima se mostraba más vulnerable. La investigación la ha asumido el grupo de homicidios de la Policía Nacional de Madrid.

### TENÍA MUCHOS ENEMIGOS

El hombre asesinado era especialmente conocido sobre todo por su faceta de haber sido uno de los principales asesores del expresidente ucraniano Víktor Yanukóvich. A sus órdenes ocupó el cargo de número dos de la Administración Presidencial entre 2010 y 2014, siendo responsable de asuntos relacionados con el sistema judicial. Nacido el 27 de octubre de 1973 en Lugansk, Portnov comenzó profesionalmente como abogado y en 2004 llegó a recibir el título honorífico de Abogado de Honor de Ucrania. Pero su exitosa carrera no tardó en verse salpicada por la polémica. Fue señalado y acusado de corrupción, malversación de fondos estatales y violaciones a los derechos humanos en su país, motivos que le llevaron a formar parte de la lista negra de sanciones de la Unión Europea. Los investigadores se están encargan-

Los servicios sanitarios retiran el cuerpo sin vida del polémico político y magnate que había viajado a Ucrania días antes de ser asesinado.

do de enumerar la larga lista de enemigos que la víctima fue sumando a la largo de su vida. Fue acusado de traición en su país y de reprimir las movilizaciones europeístas del Maidán. También fue señalado por Estados Unidos por influir en los tribunales. Se granjeó enemigos dentro y fuera de la política, donde desempeñó un perfil mediático y polémico hasta su desaparición, justo en el momento de la invasión rusa.

### EN PARADERO DESCONOCIDO

El nombre de Portnov era de sobra conocido por los medios de comunicación de su país, que estos últimos días admitían que desconocían que el exdiputado se hubiera refugiado en España. Pese a no tenerle ubicado, algunos periodistas ucranianos siguie-

ron con sus trabajos de investigación. En marzo del 2022 se publicó que Portnov tenía una maravillosa mansión valorada en 2,5 millones de euros en las afueras de Kiev, registrada a nombre de una sociedad offshore en las Islas Vírgenes. Contaba además con varios coches de lujo propiedad de su madre o de su pareja, Anastasia Valyaeva. También desvelaron que tenía propiedades en Rusia vinculadas al entorno del ministro de Exteriores ruso, Sergei Lavrov.

### UN ERROR MORTAL

En abril del año pasado, se publicó que Portnov había puesto a nombre de sus cuatro hijos la mansión de las afueras de Kiev. Lo hizo por medio de un poder notarial firmado en Madrid. Un error que permitió a sus enemigos ubicarlo

en España. Algunos de sus rivales, ni después de muerto, desaprovecharon la ocasión para señalar al personaje. Por ejemplo, el exdiputado Ihor Lutsenko, quien publicó una foto del cadáver de Portnov en Facebook junto a un mensaje: "Utilizó hábilmente la ley (...) la convirtió en un medio para establecer la tiranía y la anarquía. Y en estos malabarismos tenía pocos iguales. (...) Su arrogancia era descomunal. Escribió amenazas en mensajes privados a los investigadores de los casos de Maidán, e incluso me amenazó en Facebook (...) al final no escapó".

### EXTRAÑA VISITA A UCRANIA

El exasesor de la última administración presidencial prorrusa de Ucrania había estado en su país tres días antes de







La víctima fue señalado y acusado de corrupción, malversación de fondos estatales y violaciones de los derechos humanos en su país, motivos que le llevaron a formar parte de la lista negra de sanciones de la Unión Europea.

morir asesinado a tiros, según informaron a la publicación de Kiev *Ukrainska Pravda* tres fuentes distintas cercanas a la víctima y de las fuerzas de seguridad. Esos mismos interlocutores aseguraron que Portnov visitó Ucrania los días 17 y 18 de mayo, y que se reunió con altos cargos responsables de los órganos de seguridad ucranianos. Antes de que la prensa ucraniana desvelara ese dato, los investigadores ya estaban al corriente del viaje y especialmente interesados en conocer lo que realmente hizo allí.

#### SE SENTÍA SEGURO EN MADRID

Los investigadores se han centrado en los últimos días en recopilar todas las imágenes de las cámaras de seguridad que rodean la zona en la que se produjo el crimen. En-

tre otras cosas para reconstruir el itinerario de fuga de los autores. Ya han empezado los interrogatorios a la familia de Portnov, en Madrid. Desde su mujer, a las personas de su confianza que, en momentos muy puntuales, colaboraban con el abogado en labores de seguridad. En cualquier caso, nunca durante su estancia en España contrató los servicios de seguridad privada. Un dato que confirmaría hasta que punto la víctima se sentía segura viviendo

**El magnate no contrató servicios de seguridad, lo que confirma que se sentía seguro viviendo con su familia en Madrid**

con su familia en la capital. Con todas las hipótesis de la investigación policial abiertas, la principal es la de una actuación del crimen organizado. Pero sin olvidar que en estos tiempos también los servicios secretos de determinados estados recurren a las mafias para encargos muy determinados, precisamente para evitar que se les vincule con el crimen.

#### ASESINATOS DE ALTO NIVEL

El asesinato de Portnov recuerda a otros asesinatos similares que se han registrado en España en el marco de la guerra entre Ucrania y Rusia. Entre noviembre y diciembre de 2022, se enviaron seis cartas bomba a objetivos entre los que se encontraban el presidente del Gobierno, la Embajada de Ucrania en Ma-

drid, oficinas gubernamentales, una compañía de satélites europea y la Embajada de EE UU. Un español jubilado de 75 años, cuyas búsquedas en redes sugerían simpatía por Rusia, fue detenido y condenado por estos hechos. En abril de 2022, el magnate ruso Serguéi Protosenya, de 55 años, fue hallado muerto junto a su esposa y su hija en Lloret de Mar donde pasaban unos días de vacaciones, ya que residía en Francia. Presuntamente se había suicidado. Y, en febrero de 2024, el cadáver del piloto ruso Maxim Kuzmínov fue hallado con seis tiros en el cuerpo en Vila Joiosa, Alicante. Supuestamente había desertado con su helicóptero de combate para entregarse al Ejército ucranio.

Síguela en [www.lecturas.com](http://www.lecturas.com)





Carlota Casiraghi (38), junto a Raphaël (11), su hijo mayor, fruto de su relación pasada con el actor Gad Elmaleh. Su hijo pequeño no fue al Gran Premio. A la derecha de todo, Sasha, (12) hijo de Andrea Casiraghi.

**CONCLAVE FAMILIAR EN EL GRAN PREMIO DE MÓNACO**

# Carlota se lleva a su hijo mayor a la Fórmula 1

Raphaël, que ha pegado un estirón, hizo piña con sus primos, los hijos de Andrea Casiraghi y Tatiana Santo Domingo

ENLACE AL CANAL

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

O escanea el código QR:







De derecha a izquierda, Andrea Casiraghi (40), Carlota (38), Tatiana Santo Domingo (41), India (10) y Sasha (12), hijos de Andrea y Tatiana, Raphaël (11), hijo de Carlota, y Max (7), hijo pequeño de Andrea y Tatiana.



Alejandra de Hannover (25), hija pequeña de Carolina de Mónaco, con su novio, Ben Sylvester Strautmann (26).

**E**l Gran Premio de Mónaco es una de las citas imprescindibles de la familia Grimaldi para lucirse en sociedad. Aunque no suele ser la favorita de Carlota Casiraghi —la hija más intelectual de Carolina prefiere los eventos culturales—, la afición a las carreras de Raphaël, su hijo mayor, le hace acudir un año tras otro. Esta vez, como de costumbre, Carlota se hizo arropar por su hermano Andrea, cuyo hijo Sasha es íntimo de Raphaël.

#### EL NOVIO DE CARLOTA, AUSENTE

Andrea, además de con Sasha, acudió con su mujer, Tatiana Santo Domingo, y sus otros dos hijos, India y Max. Entre los asistentes también vimos a Alejandra de Hannover y a su novio, Ben Sylvester Strautmann. Carlota no acudió con su novio, el novelista Nicolas Mathieu. Pese a que su relación se afianza poco a poco, aún no han hecho ningún acto público juntos. **■**

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.



Charlene (47), esposa de Alberto de Mónaco, fue la encargada de otorgar personalmente el Gran Premio al ganador de la carrera, Lando Norris.



Es músico y con 15 años formó su primera banda. Hoy es vocalista y guitarrista del grupo Boston Babies

Durante un año fue pareja de Dora Postigo, cantante e hija de la malograda Bimba Bosé

EN SU DEBUT EN LA GRAN PANTALLA

# Mitch, el hijo de Marta Robles, la nueva sensación del cine

El hijo de la escritora es el protagonista de la película 'Romería', de Carla Simón, que ha arrasado en el Festival de Cannes

Un estreno que recibió una ovación de 12 minutos

Mitch posó junto a la directora Carla Simón (embarazada de ocho meses), María Zamora, productora de 'Romería', y la también debutante actriz Lúcia García antes del estreno de la película.





**D**ebutar en la gran pantalla y recibir una ovación de 12 minutos. Eso es lo que va a poder contar ya siempre Miguel Martín de Bustamante Robles, el hijo de la periodista y escritora Marta Robles. Conocido artísticamente como Mitch, el joven de 22 años es el protagonista de 'Romería', la última película de Carla Simón —la autora de 'Estiu 1993' y 'Alcarràs'— que ha arrasado en el Festival de Cannes.

### LA HIJA DE BIMBA BOSÉ

Mitch, que causó sensación en La Croisette, es hijo de Marta Robles y del ingeniero Luis Martín de Bustamante, e inició su carrera artística en la música creando su primera banda con tan solo 15 años. Actualmente es vocalista, guitarrista y compositor de la banda de rock Boston Babics. Formado en ingeniería de sonido, producción musical, armonía, guitarra y canto, su pasión por la música le llevó a conocer a la también actriz y cantante Dora Postigo, hija de la malograda Bimba Bosé y el músico Diego Postigo. La pareja rompió a finales de 2023 tras un año de amor. "Le quiero muchísimo, siempre va a ser el hombre de mi vida, pero somos muy jóvenes", dijo ella.

### MODELO Y ACTOR DE CORTOS

El gusanillo de la interpretación acompaña desde hace años a Mitch, que ha hecho también sus pinitos en el mundo de la moda. En 2021 ganó con 'El amor amenazado' un premio a mejor actor en el festival de cortometrajes de Requena y Acción. Ha rodado tres cortos más y participó en la tercera temporada de la serie de Televisión Española 'HIT'. Carla Simón le ha encumbrado en Cannes. Sin duda, el mejor de los trampolines. **■**

Por Sílvia Quiroga. Fotos: Agencias.

La música unió a Mitch con Dora Postigo (21), hija de Bimba Bosé. La pareja salió durante un año y rompió a finales de 2023. "Siempre será el hombre de mi vida, pero somos muy jóvenes", dijo



### Marta y Dora, dos mujeres importantes en su vida

Marta Robles con Mitch, que es el segundo de sus tres hijos. El actor tiene un hermano pequeño de 15 años y uno mayor, también actor, Ramón Langa (28), que Marta tuvo en su primer matrimonio.





**DEBUTA COMO  
DIRECTORA**

# Scarlett Johansson vive su gran día en Cannes

La actriz presenta su primera película tras las cámaras arropada por su marido, Colin Jost

Scarlett Johansson (40) conquistó la alfombra roja de la Croisette con un elegante vestido de Prada durante la premiere de su debut como directora, 'Eleanor the great'.



Scarlett y su chico, Colin Jost (42), se casaron en 2020. Tienen juntos un hijo de 2 años que se suma a la hija de 10 que la actriz tuvo de su matrimonio anterior con el francés Romain Dauriac.





Cate Blanchett (56) deslumbro con un exquisito vestido negro de Louis Vuitton. Jane Fonda (87) apostó por los brillantes en la ceremonia de clausura. Dakota Johnson (35) desafió la política antitransparencias del festival con una falda de flecos de micropelotas de Gucci.





Naomi Campbell lució un modelo de alta costura de la colección 'Les Siciliennes' de Dolce&Gabbana. Tras el Festival, la diosa de ébano hizo escala en Mónaco para celebrar su 55 cumpleaños con Sofía Vergara, Adrien Brody y otras estrellas.



Teri Hatcher (60), de 'Mujeres desesperadas', reapareció en una alfombra roja tras un tiempo alejada de los focos apostando por el verde esmeralda.



Paris Jackson (27), hija de Michael Jackson, con un diseño de Vivienne Westwood. La cantante lleva cinco años sobria tras pasar por un infierno de adicciones.

La 78ª Edición del Festival de Cannes ha estado marcada por acoger el debut tras las cámaras de varias estrellas. En el certamen se vieron los primeros trabajos de Kristen Stewart, Harris Dickinson —el compañero de reparto de Nicole Kidman en 'Babygirl'— y Scarlett Johansson.

#### LA REINA DE CANNES

Scarlett presentaba 'Eleanor the great', comedia dramática sobre una tierna nonagenaria que intenta recompo-





Jodie Foster (62) presentó en el festival su primera película en francés, "Cuanto más vieja me hago, más despreocupada quiero estar", dijo.



Rihanna (37) arropó a su chico, el rapero A\$AP Rocky, en su debut como actor, en 'Highest 2 Lowest' donde hace de hijo de Denzel Washington. La pareja espera su tercer bebé.



Helen Mirren (79) lució un vestido negro con lazo azul de Badgley Mischka, tocado de red y collar de perlas. La actriz asegura que, pese a lo aparatoso del look, iba cómoda porque su calzado era de lo más sencillo.

ner su vida tras la muerte de una amiga. La crítica ha acogido este trabajo con tibieza, pero la actriz y directora no se arrugó en ningún momento pese a la conocida hostilidad del Festival con los trabajos que no acaban de cuajar entre su exigente público. "Para mí, el simple hecho de estar aquí es un sueño hecho realidad", dijo Scarlett, siempre custodiada por su marido, el cómico de Saturday Night Live Colin Jost. Poco amiga de los gestos públicos de amor, en esta ocasión no tuvo reparos

**"He aprendido con los años que los zapatos tienen que ser cómodos en una alfombra roja", dijo Helen Mirren**

**"El dolor es enemigo de la belleza", recalcó la actriz, que llevó zapato plano bajo su vestido**





Rosy de Palma (60) lo apostó todo al negro. La actriz es un icono en Francia, donde ha llegado a recibir la medalla de la Orden de las Artes y de las Letras



Esther Cañadas (48) también se saltó la norma antitransparencias del cuestionado dress code de Cannes.



Ana Milán (51) sorprendió con este rompedor vestido obra de Isabel Sanchís, con un original alfiler gigante.



Laura Escanes (29) vistió un diseño de María Lucía Hohan.



El gallego Oliver Laxe (43) ganó el Premio del Jurado por 'Sirat'.

en besarse con su pareja justo antes de la proyección. El amor estaba en el aire en la Croisette: también entre Rihanna y su chico, el rapero A\$AP Rocky, que presumieron de tercer embarazo.

#### DEPRIMIDO PERO TRIUNFANTE

El palmarés, este año, tuvo sabor gallego gracias a 'Sirat', de Oliver Laxe. No se llevó la palma de Oro —esa fue para la iraní 'Un simple accidente'— pero sí el Premio del Jurado, bronce en el escalafón del festival. "He estado deprimido desde los 6 años y esa depresión me ha llevado a hacer cine", dijo el director. **L**

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.



# PACK EXPRESS NATURHOUSE

Quiero perder  
2 Kilos



**Por solo 59€**

PROGRAMA PARA 2 DÍAS  
CON COMIDAS INCLUIDAS



**+ REGALO**



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

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

**CONSULTA TU CENTRO  
MÁS CERCANO:**

• LLAMANDO AL TELÉFONO  
• O ENTRANDO EN LA WEB

**902 15 14 14**  
[naturhouse.es/centros](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



La pareja  
espera su  
segundo hijo

Mery  
Perelló (36),  
embarazada  
de seis meses,  
se mostró muy  
emocionada.

Rafa Nadal (38),  
que anunció su  
retirada de las  
pistas de tenis  
en octubre, no  
pudo contener  
la emoción en  
el tributo que le  
rindieron en las  
pistas de Roland  
Garros, torneo  
que ha ganado  
14 veces.

## HOMENAJE AL TENISTA

### EL HIJO DE NADAL, GRAN ESTRELLA EN PARÍS

El tributo que Roland Garros ha rendido a Rafa Nadal por su retirada del tenis ha dejado imágenes para el recuerdo. Allí estuvo su hijo, que bajó junto a él a la pista y acaparó todas las miradas, y su mujer Mery Perelló, a quien dedicó un emotivo agradecimiento entre lágrimas: "Eres mi mejor compañera de vida".

## LA CANTANTE Y DANIEL ROQUE ANUNCIARON SU SEPARACIÓN HACE DOS MESES

### Tamara y su exmarido, juntos por la comunión de su hijo pequeño

"Superfelices", reconocía Tamara (40) que estaban todos por la comunión del pequeño de sus hijos. Un día de reunión familiar en el que la cantante reapareció de forma pública con Daniel Roque, su exmarido. La armonía reinó entre la expareja,

que se mostró muy cómplice, a pesar de su reciente divorcio tras dos décadas de matrimonio. "Habíamos perdido la magia, seguimos siendo compañeros y lo seguiremos siendo toda la vida", contó Tamara sobre el fin de su relación en 'Fiesta'.







## **PADRE DE SU AMIGA SONSOLES**

### **Letizia premia en Madrid a Fernando Ónega**

El padre de Sonsoles, gran amiga de Letizia (52), recogió de manos de la Reina el premio de la Asociación de la Prensa de Madrid a su trayectoria. Un emotivo momento en el que Fer-

nando Ónega (77) besó y abrazó a Letizia antes de recordar en su discurso que "una tal Letizia Ortiz Rocasolano" recogió también hace años un premio similar a Mejor Periodista Joven.



## **A LOS 46 AÑOS Y SIN PAREJA**

### **Cristina Castaño desvela que espera su primer hijo**

La actriz de 'La que se avecina' eligió 'La Revuelta' para anunciar que está esperando su primer hijo. Cristina Castaño, que presentaba su próxima se-

rie 'Lume', contó que dará a luz en agosto, que está soltera y que no sabe aún el sexo del bebé. "Es muy bonito, sobre todo cuando lo llevas buscando", dijo.

## **ARIANA ACABA DE CUMPLIR 18 AÑOS**

### **LA HIJA PEQUEÑA DE MÁXIMA SE GRADÚA EN ITALIA**

El mismo día en el que Letizia y Felipe viajaron a Gales para asistir a la graduación de la infanta Sofía, Guillermo Alejandro (58) y Máxima de Holanda (54) pusieron rumbo a Italia con el mismo propósito. Allí se dieron cita con la princesa Ariane (18), la menor de sus hijas, en el presti-

gioso centro cercano a Trieste donde la joven ha estado estudiando Bachillerato Internacional los dos últimos años. Su hermana Alexia (19), la mediana de las tres hijas de los reyes holandeses, se graduó hace dos años en Gales en la misma promoción que la princesa Leonor.







Junto a Patricia Santiveri, la mujer con la que se casó hace 16 años, son padres de un niño.



## ARTURO VALLS

### “MI MUJER Y MI HIJO NO ME DEJAN CANTAR EN CASA”

El cómico, que triunfa con ‘That’s My Jam’, nos habla sobre su vida fuera de los platós

**A**rturo Valls (50) ha estrenado década en plenitud. Feliz en lo personal con su esposa y su hijo, el cómico presenta —y produce— ‘That’s My Jam: Que el ritmo no pare’ en La 1. Un concurso con famosos que “se sueltan la melena”, y él no iba a ser menos. Y es que, tal y como nos cuenta, este formato le permite explotar una de esas aficiones que no siempre tiene permitida: cantar.

► **¿Cómo has afrontado tu faceta de productor?**

—Me habían propuesto cheques en blanco para hacer lo que quisiera, pero no encontraba el formato. Este lo vi muy atractivo.

► **¿Has llegado a conocer al presentador del formato original estadounidense,**

**Jimmy Fallon?**

—Sí, por videoconferencia. Fue muy intimidante, pero como siempre pasa, cuando estás cerca se te cae un poco el mito.

► **¿Os han dicho muchos famosos que no?**

—Sí, mucha gente no se ha atrevido, por ellos mismos o porque sus fans no se lo permiten. Viene gente que no se toma muy en serio y yo estoy en esa misma línea. Intento no tomarme en serio, ni a mí mismo ni la vida en general.

► **¿Qué te atrajo de este proyecto?**

—Sobre todo la música, que todo gire en torno a ella y que sea en directo. Me encanta la música, pero a mí en casa no me dejan cantar, y poder hacerlo trabajando con amigos es maravilloso.

► **¿Y por qué no te dejan cantar en casa? Menudo drama...**

—La verdad es que llego a ser realmente pesado en casa (ríe). Mi mujer y mi hijo acaban teniendo que mandarme callar. Es aquello de “en casa del herrero, cuchillo de palo”.

► **¿Te ves recuperando anteriores programas?**

—No, estoy más a favor de crear cosas nuevas. Ahora lo disfruto todo más porque no le doy tanta importancia y me encantan los cambios. Me quiero saltar los prejuicios de la gente. ■

Por Irene Díaz. Fotos: P. Pernía/Redes.



# LOS MEJORES MUSICALES DE LA PRIMAVERA

## THE BOOK OF MORMON EL MUSICAL



**¡ES LO MEJOR  
QUE HAY!**



ATG  
ENTERTAINMENT  
Creado y dirigido por  
DAVID SERRANO

TEATRO CALDERÓN  
[thebookofmormonelmusical.es](http://thebookofmormonelmusical.es)

entradas.com



Con la **multienergía**  **REPSOL**

## MAMMA MIA! EL MUSICAL

**MADRID:**

**ÚLTIMA FUNCIÓN  
15 DE JUNIO**

TEATRO RIALTO

**GIRA**

**2025-2026:**

Málaga, Bilbao, Pamplona,  
Zaragoza, Murcia, Sant Cugat,  
Mallorca, Valladolid, Alicante...



ATG  
ENTERTAINMENT

[mammamiaelmusical.es](http://mammamiaelmusical.es)

entradas.com



**ENTRADAS EN LAS WEBS DE LOS ESPECTÁCULOS Y EN ATGENTERTAINMENT.ES**



La imagen más insólita del matrimonio



Emmanuel (47) y Brigitte Macron (72), a su llegada al aeropuerto de Hanoi (Vietnam), donde iniciaron una gira asiática. Momentos antes, ella le había dado a él una bofetada que fue captada por una cámara.



## **POLÉMICA EN FRANCIA**

### **MACRON, ABOFETEADO POR SU MUJER**

Una cámara de televisión grabó a Emmanuel Macron recibiendo un golpetazo en la cara de su esposa, Brigitte, antes de bajar del avión en Vietnam. El Elíseo reaccionó en un primer momento atribuyendo la escena a "una pequeña disputa" de la pareja. Después, cambiaron de versión. "Estaba bromeando con mi esposa, como hacemos bastante a menudo", dijo Macron, a quien en ningún momento del vídeo se le ve sonreír.

## **LOS AUTORES DEL ROBO QUE SUFRIÓ EN PARÍS, CONDENADOS A SIETE Y OCHO AÑOS DE PRISIÓN**

### **Kim Kardashian se gradúa en Derecho después de seis años**

Iban a ser cuatro, pero al final han sido seis los años que ha tardado Kim Kardashian (44) en completar su carrera de Derecho. La empresaria ha celebrado en su jardín el fin de los estudios que se vio obligada a prolongar por la pandemia y su apretada

agenda. Su graduación ha coincidido con la condena de siete y ocho años de prisión por el robo que vivió en París en 2016. No obstante, ninguno irá a prisión por el tiempo que han pasado en la cárcel esperando la celebración del juicio.





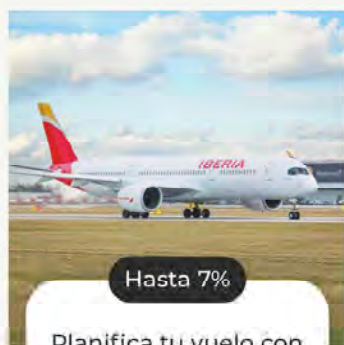
# CLUB RBA



NUEVO

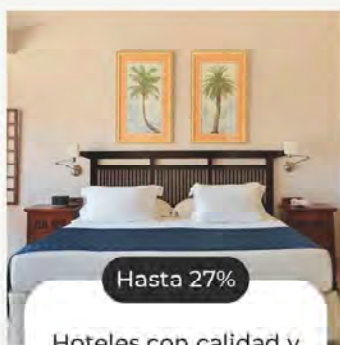
## Más de 400 ofertas y descuentos **exclusivos para suscriptores** Lecturas

¿Quieres comenzar a ahorrar? Únete al club



Hasta 7%

Planifica tu vuelo con  
tranquilidad



Hasta 27%

Hoteles con calidad y  
confort garantizados



20%

Lo mejor para tu hogar  
con el mejor descuento



Hasta 18 cts/Litro

Ahorra con un  
carburante de calidad



*¡Es muy fácil!*

**Activa ya tu cuenta aquí**  
[www.club.rba.es](http://www.club.rba.es)



# Nuestras Series



Channing Tatum: un millonario con un secreto



'PARPADEA DOS VECES'

## Un thriller feminista contra la impunidad de los abusadores

Zoe Kravitz, hija de Len-ny Kravitz y la nueva Catwoman de las películas de Batman, debuta en la dirección con este thriller perverso que mezcla co-media negra, misterio y alegoría de género. En la línea de otras películas re-

cientes como 'Una joven prometedora', 'Parpadea dos veces' afronta el estallido cultural del #MeToo con humor y mala baba. Channing Tatum es un millonario aparentemente seductor con un oscuro se-creto detrás. ▶ PrimeVideo

## 'HACIA CERO', UNA MINISERIE DE ÉPOCA Y MISTERIO

### Anjelica Houston protagoniza la nueva adaptación de una de las mejores novelas de Agatha Christie

Las intrigas de Agatha Christie vuelven a estar de moda (si es que dejaron de estarlo en algún momento). A la fiebre por las adaptaciones cinematográficas de Kenneth Branagh, ambientadas en el universo Poirot, ahora hay que sumar 'Hacia cero', miniserie británica de tres episodios que toma como punto de partida una de las novelas más innovadoras de la escritora, en la que el crimen no hace acto de presencia hasta bien entrada la trama, invirtiendo el esquema habitual en las historias de la autora. El punto de partida de 'Hacia cero' es el siguiente: un afamado jugador de tenis y su exesposa toman la extraña decisión de pasar juntos unas

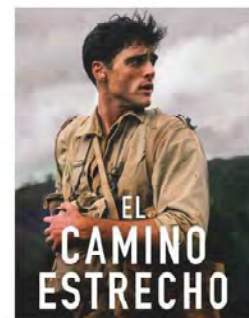
vacaciones en la casa costera de la tía de él, Lady Tresilian, a la que da vida Anjelica Houston. A la reunión se suma también la nueva esposa del tenista y un grupo de personajes singulares que harán subir la tensión por momen-

tos... hasta acabar en un derramamiento de sangre. El inspector Leach (Matthew Rhys, protagonista de 'The Americans' o la última versión de 'Perry Mason') deberá resolver el caso. ▶

▶ Movistar+



## LOS MEJORES ESTRENOS DE LA SEMANA



**1 EL CAMINO ESTRECHO.** Miniserie romántica ambientada en la II Guerra Mundial con Jacob Elordi. PrimeVideo, 28/5



**2 LA MEJOR HERMANA.** Jessica Biel y Elizabeth Banks son dos hermanas con demasiados secretos en esta serie. PrimeVideo, 29/5



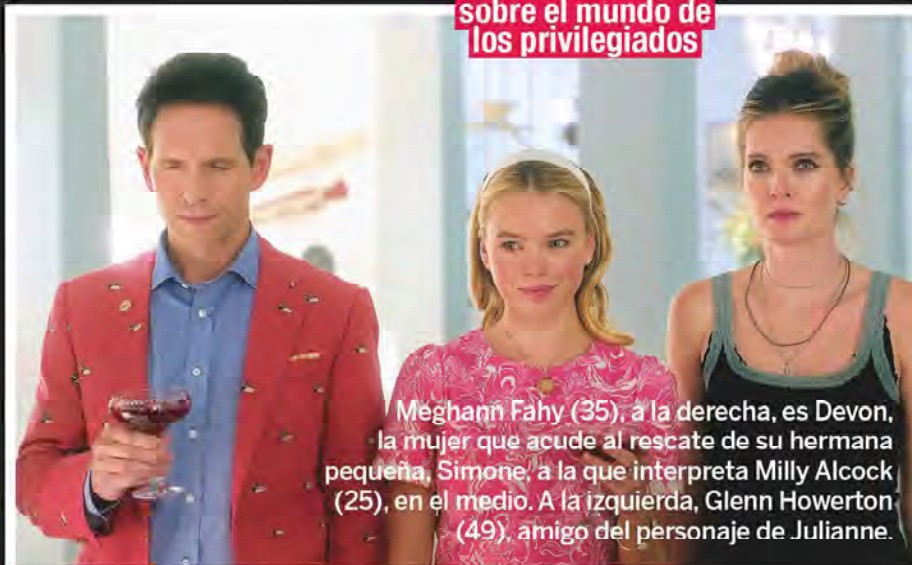
**3 DEPT. Q** Adaptación británica de las novelas policíacas del autor danés Jussi Adler-Olsen. Max, 9/1





Julianne Moore (64) da vida en 'Sirenas' a Michaela Kell, una inquietante multimillonaria que administra una mansión donde no dejan de pasar cosas extrañas.

**Una sátira  
llena de intriga  
sobre el mundo de  
los privilegiados**



Meghann Fahy (35), a la derecha, es Devon, la mujer que acude al rescate de su hermana pequeña, Simone, a la que interpreta Milly Alcock (25), en el medio. A la izquierda, Glenn Howerton (49), amigo del personaje de Julianne.

**'SIRENAS'**

## **JULIANNE MOORE INQUIETA EN EL PAPEL DE UNA RICA ENIGMÁTICA**

**E**l éxito de series como 'Big Little Lies' o 'The White Lotus' ha disparado el interés por las comedias dramáticas que disecan el mundo de los más privilegiados. 'Sirenas' juega en esta liga. Cuenta la historia de una mujer interpretada por Meghann Fahy que se espeluzna cuando, tras años alejada de su hermana (Milly Alcock), acude a ella para resolver un asunto familiar y descubre que trabaja como asistente para Michaela Kell, una perturbadora rica interpretada por Julianne Moore. ¿Lo peor? Entre jefa y empleada se ha creado una relación tóxica de dependencia. **L**

► **Netflix**



FRESCAS Y CÓMODAS

## Las faldas más estilosas para el verano

Descubre cómo combinar cuatro modelos que son tendencia esta temporada y cuál es la versión que mejor te sienta



Zara.  
Bolso.  
29.95 €.

Naulover.  
Falda. 91 €.



### CORTA CON ESTAMPADO ANIMAL PRINT

Entre las mini y las midi, estas faldas por encima de la rodilla sientan muy bien si eres de estatura baja porque hacen parecer más alta visualmente.

### SOFISTICADA

Con estampado animal combinan a la perfección con tops o camisas en tonos lisos como el negro. Sofisticada y elegante, es ideal para los looks formales.



H&M.  
Falda. 29.99 €.

Desigual.  
Cinturón.  
59,95 €.



Morellato.  
Anillo.  
54 €.



**Rosie Huntington-Whiteley (38).** La modelo, actriz y diseñadora de moda británica luce la falda más icónica, la tendencia noventa de la temporada. La combina con un top ceñido y un cinturón, que resalta todavía más su silueta.





**Pepe Jeans**  
para Zalando.  
Falda.  
79,90 €.



**Radiant.**  
Pendientes.  
29,90 €.

**H&M.**  
Top.  
17,99 €.



## PAREO, CÓMODO Y VERSÁTIL

Se envuelve, ata o abotona alrededor de la cintura y tiene una apertura alta que facilita el movimiento. Al ser de cintura ajustable, se adapta muy bien a cualquier figura y alarga la silueta.

## BOHEMIA

Es la falda de verano más versátil. Lo suficientemente cómoda y elegante como para llevar en un día de playa con chancas o de noche con tacones.



**Énfasis.**  
Falda.  
50 €.

**Zara.**  
Bolso.  
29,95 €.

**Siyu para**  
**El Corte Inglés.**  
Falda.  
390 €.

**Pitillos.**  
Sandalias.  
74,95 €.



**Alessandra Ambrosio (44).** La supermodelo y actriz brasileña apuesta por el total look en rojo combinando la falda envoltente con una blusa y zapatos de tacón. Un conjunto ideal para el día a día, elegante y muy cómodo.



José Luis Joyeros.  
Pulsera. 17,90 €.



H&M.  
Top. 29,99 €.



Lauren Ralph  
Lauren para  
Zalando.  
Sandalias.  
149,95 €.



The Are.  
Top y falda.  
69,95 y 79,95 €.

## MIDI CLÁSICA EN TONOS VITAMINA

Por debajo de la rodilla y por encima del tobillo, las midi añaden volumen a las siluetas rectas y sientan muy bien si no tienes caderas.

### ELEGANTE

Combinan con tops ceñidos o fruncidos. Un truco de estilista para realzar una falda colorida es repetir el mismo color en la parte superior. Muy elegantes con zapatos de tacón puntiagudos.



H&M.  
Falda. 49,99 €.



Zara.  
Camisa.  
22,95 €.



Zara.  
Pendientes.  
15,95 €.



Zalando.  
Falda.  
49,99 €.



Parfois.  
Bolso. 25,99 €.



Jessica Alba (44).

La actriz estadounidense apuesta por un total look en naranja, ideal para resaltar el bronceado. Con un top de hombros descubiertos y corte peplum, que combina con una midi XL muy favorecedora.



**El Corte Inglés.**  
Pendientes.  
58 €.

**Mumit.**  
Charm sin  
cadena.  
299 €.

**H&M.**  
Top.  
15,95 €.

**Gina Tricot para  
Zalando.** Falda.  
30,69 €.

## FALDA LÁPIZ, EXTRALARGA Y NEUTRA

De corte recto y entallada, es la aliada perfecta para las figuras con curvas. Además resalta la cintura estrecha y estiliza cualquier silueta.

**Ellos Collection  
para Zalando.**  
Falda.  
32,50 €.

### FORMAL O CASUAL

Las de color neutro se pueden combinar fácilmente. Con una blusa son ideales para ir al trabajo. Y con un top o camisa con volumen puedes incluso romper su característico estilo formal.



**Festina.**  
Reloj.  
139 €.



**Multiópticas.**  
Gafas de sol.  
49 €.

**Pedro  
Miralles.**  
Sandalias.  
129 €.



**Parfois.**  
Bolso. 39,99 €.

Estilismo: Lolitz.



**Rebecca Donaldson**  
(29). La modelo escocesa, pareja de Carlos Sainz Jr. con una falda lápiz de tela elástica muy cómoda. La lleva con un top asimétrico camisero con print marinero. Un look muy veraniego a la vez que elegante.





Dakota Johnson (35)

## LO MÁS SENCILLO Cómo aplicar el iluminador facial

Con unos pequeños toques en solo tres zonas del rostro conseguirás resultados sorprendentes en el tono de la piel y en tu mirada

**E**ste producto captura y refleja la luz para que el maquillaje sea más fresco. Se coloca una pequeña cantidad después de la base sobre todo para resaltar pómulos y borrar las pequeñas zonas de sombra del rostro.

### EN LA ESQUINA INTERNA DEL OJO

Ilumina los ojos oscuros y despierta un contorno de ojos cansado o con ojeras.

- **Elige** un polvo con reflejos plateados o nacarados. Aplícalo con un pequeño pincel humedecido o dando toquecitos con la yema de los dedos. Resalta el blanco del ojo por arte de magia.

### EFFECTO LIFTING

Con iluminador beis dibuja 3 líneas. De la comisura de los labios a mitad de mejilla. De la aleta de la nariz a la sien. Bajo la ceja. Y difumina.



### DEBAJO DE LA CEJA

Colocado en el arco de la ceja, abre ópticamente la mirada y eleva el párpado.

- **Opta por una textura** líquida para obtener un efecto sutil y evitar marcar las líneas finas. Aplícalo dando golpecitos con los dedos.

### EN EL PÓMULO

Unos toques sutiles en la parte alta (hueso del pómulo) son perfectos para reforzar el brillo de una piel apagada o seca.

- **Utiliza** un iluminador en barra y aplícalo subiéndolo hacia la punta de la ceja.

Tienen una esponja integrada que permite depositar y retirar más fácilmente el material sobre la piel, para un resultado muy sutil y natural.

### EL TONO MÁS FAVORECEDOR

A menudo tienen una base transparente para garantizar que favorecen a todos los tonos de piel. Pero también existen en distintas tonalidades.

- **Si tienes la piel clara**, elige un iluminador rosado. Si es mate, los tonos champán serán más adecuados. Y para un efecto glowy muy pronunciado, apuesta por los dorados, sea cual sea tu tono de piel siempre sientan bien.

Por Lluïsa Sanmartín



## LOS TRUCOS DE LA EXPERTA



**MERY MAKE-UP**  
Maquilladora y experta en belleza

### Una coleta con más volumen

Si tienes el pelo fino y quieres que tu coleta se vea más abundante, divídela en dos partes y haz dos coletas superpuestas, una encima de la otra. Dará la ilusión de más densidad, más altura y más cuerpo.

### Evita que las uñas amarilleen

Pintarse las uñas con frecuencia puede hacer que se vuelvan amarillas. Para evitarlo, usa una base protectora antes del esmalte. Además, la base ayuda a que el color se adhiera mejor y dure más tiempo.

### Ponte el solar antes que el maquillaje

Aplica el protector solar y espera entre 2 y 5 minutos para que se fije sobre la piel. Después, extiende el maquillaje a toquecitos suaves con brocha, esponja o los dedos, pero sin arrastrar para no romper la protección.

## LÁPIZ+ACEITE

### Lip combo: la nueva tendencia en labios

Es una técnica muy simple. Consiste en combinar perfilador de labios y aceite labial. El truco está, según los expertos de L'Oréal Paris, en perfilar el borde del labio con un lápiz, difuminarlo ligeramente hacia el centro y después aplicar un aceite labial para generar un efecto jugoso.

El resultado son unos labios con un extra de volumen. Y esto se consigue dejando la parte central más clara, ya que la claridad voluminiza, según Adrián Rux, de L'Oréal Paris. Favorece mucho y consigue unos labios más rellenos, bonitos y con ese toque brillante que está de moda.



#### TRUCO

Los perfiladores de labios de texturas cremosas son ideales para hacer el contorno.



'Repel Humidity'.  
39 €. I.C.O.N.

## ACABADO

### Mantén el cabello sin frizz y con brillo

El pelo encrespado está apagado y tiene una textura áspera. Esto es así porque la cutícula capilar está abierta, lo que provoca pérdida de hidratación y hace que el cabello absorba la humedad del ambiente.

Para evitarlo, la clave está en crear una barrera contra la humedad. Lo puedes conseguir con una rutina capilar que hidrate, proteja y repare el cabello. Lo más novedoso son los productos antifriz que se activan con calor. Aplicalos en todo el cabello mojado, peina y seca con secador.



## ¡YA EN TU QUIOSCO!

### Consigue el protector solar de Caudalie con InStyle

Este mes, con tu revista InStyle, llévate también la crema solar facial SPF50+ de Caudalie, la marca francesa de cosmética natural que cuida tu piel con ingredientes respetuosos y eficaces. Ofrece una protección solar

de alto nivel, ligera y perfecta para el día a día. Y, como siempre, en InStyle encontrarás lo último en moda, belleza, bienestar, planes y mucho más. ¡La revista y la crema por solo 8 €! ¡No te quedas sin ella!



## DIETA SEMANAL

# Evita que las hormonas alteren tu peso

Leptina, grelina, cortisol...  
A veces no conseguimos quitarnos los kilos de más por 'culpa' de estas hormonas

**L**as hormonas que dirigen la actividad del organismo tienen que estar en equilibrio. Este se puede alterar por varios factores (exposición a químicos, comer mal...) y si eso afecta a las hormonas que tienen mayor relación con el peso, la báscula se resiente. Con la dieta adecuada, puedes revertir la situación.

### EL CORTISOL

Es la hormona del estrés y, ante su exceso, se 'ensancha' la zona central del cuerpo y cuesta más controlar el hambre.

- **Redúcelo:** toma alimentos con fenilalanina (huevos, pescados, legumbres, cacahuetes) y omega 3 (salmon, aguacate...).

**Que una se altere afecta al resto; más cortisol, por ejemplo, hace que bajen el estrógeno o las hormonas tiroideas**

### LOS ESTRÓGENOS

Cuando, con la menopausia, los ovarios dejan de fabricarlos, la grasa del cuerpo femenino se redistribuye y se concentra más en cintura y abdomen.

- **Que no te falten:** semillas de lino y sésamo, legumbres, tofu (y otros derivados de la soja), pan de centeno, alfalfa, frutas como naranjas y fresas, y verduras como apio o col rizada ayudan a elevarlos.

### LA MELATONINA

Como la llamada hormona del sueño tiene efecto termogénico, si escasea la quema de grasas se vuelve más lenta.

- **Segrega más:** duerme a diario de 7 a 8 horas (la melatonina se produce durante el sueño) y toma avena, arroz, maíz dulce, nueces, tomates y plátanos.

### TIROIDES, INSULINA Y GLUCAGÓN

Los kilos de más también pueden deberse a alteraciones de las hormonas tiroideas



## LAS DOS QUE REGULAN EL APETITO

**Leptina, la hormona de la saciedad:** reduce el apetito, pero las personas con demasiada grasa la producen en exceso y eso la descontrola: en lugar de saciar, mantiene el hambre, con lo que la persona come igual, acumula más grasa y segrega más leptina. ¿La solución? Reducir la grasa con dieta y ejercicio.

**Grelina, la hormona del hambre:** si el estómago está vacío se dispara para enviar la señal de hambre al cerebro. Baja cuando comemos, pero el descenso es mayor si tomamos más proteínas e hidratos de carbono que grasas.

(controlan el metabolismo). Por su parte, la insulina disminuye la glucosa en sangre y el glucagón la eleva: para mantener el hambre a raya han de estar perfectamente balanceadas.

- **Para equilibrarlas:** con el menú semanal que te proponemos en la página siguiente puedes lograr niveles óptimos de estas y del resto de hormonas mencionadas. **E**



# El menú para lograrlo

| LUNES                                                                                                                                                                             | MARTES                                                                                                                                                                                  | MIÉRCOLES                                                                                                                                                                            | JUEVES                                                                                                                                                                                          | VIERNES                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Desayuno</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Café</li> <li>• 'Mini' de centeno integral con lechuga, pavo, aguacate y kiwi</li> </ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Infusión</li> <li>• Bol de cereales integrales con frutos secos y bebida vegetal</li> <li>• Albaricoques</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Café</li> <li>• 'Mini' de centeno integral con lechuga, pavo, aguacate y kiwi</li> </ul>                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Infusión</li> <li>• Bol de cereales integrales con frutos secos y bebida vegetal</li> <li>• Albaricoques</li> </ul>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Café</li> <li>• 'Mini' de centeno integral con lechuga, pavo, aguacate y kiwi</li> </ul>                                                  |
| <b>Tentempié</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogur con uvas pasas y nueces</li> </ul>                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de arándanos y yogur</li> </ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogur con uvas pasas y nueces</li> </ul>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Batido de arándanos y yogur</li> </ul>                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yogur con uvas pasas y nueces</li> </ul>                                                                                                  |
| <b>Comida</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garbanzos con arroz integral, acelgas y tomate</li> <li>• Mejillones al vapor</li> <li>• Yogur con frutos rojos</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones light con alcachofas y almejas</li> <li>• Conejo con zanahorias y coliflor</li> <li>• Mango</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de lentejas rojas con puerro, zanahoria y curry</li> <li>• Lubina con verduras y limón</li> <li>• Frutos rojos</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escarola con aguacate, semillas de girasol y naranja</li> <li>• Cuscús de pollo, verduras y pasas</li> <li>• Macedonia de cítricos y canela</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rúcula y aguacate con frutos secos, pasas y quinoa</li> <li>• Salmón con judías verdes y alcaparras</li> <li>• Yogur con fruta</li> </ul> |
| <b>Merienda</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dos o tres galletas de avena y una onza de chocolate negro</li> </ul>                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tostada de centeno con crema de cacahuets y plátano</li> </ul>                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dos o tres galletas de avena y una onza de chocolate negro</li> </ul>                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tostada de centeno con crema de cacahuets y plátano</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dos o tres galletas de avena y una onza de chocolate negro</li> </ul>                                                                     |
| <b>Cena</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escarola y endibias con anacardos y pasas</li> <li>• Pollo marinado con piña asada</li> <li>• Albaricoques</li> </ul>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brotes verdes con frutos secos y fruta de temporada</li> <li>• Sardinas al horno con patata y cebollitas</li> <li>• Yogur desnatado</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menestra de verduras con salsa de tomate</li> <li>• Tosta integral con revuelto de puerro, cebolleta y calabacín</li> <li>• Kiwi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de calabaza y puerro con avena y semillas</li> <li>• Albóndigas de pescado blanco</li> <li>• Requesón con ciruelas</li> </ul>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salteado de alcachofas con champiñones, gambas y almendras</li> <li>• Tortilla de guisantes</li> <li>• Plátano</li> </ul>                 |

## No olvides

Consumir proteínas controla las hormonas del hambre y favorece las de la saciedad.

## FIN DE SEMANA

### SÁBADO

**Comida:** endibias con queso fresco, almendras y naranja + arroz con verduras y pollo + piña **Cena:** crema de apio, zanahoria y patata + caballa con espárragos + yogur

### DOMINGO

**Comida:** pasta rellena de espinacas, ricotta y piñones + merluza con verduras + nectarina **Cena:** verduras salteadas con fideos de arroz y salsa de soja + huevo al plato con acelgas + cuajada con arándanos





# Casa al día

## REGULA LA HUMEDAD

### Descubre la planta que evita el moho en el baño

Los baños que no tienen ventilación propician un ambiente perfecto para el crecimiento de moho. Por suerte, hay una planta que, además de resultar decorativa, puede ayudarte a evitar este problema.

• **Se trata de la hiedra**, muy eficaz para absorber el exceso de humedad. Además, es una planta colgante muy bonita que puedes tener en una maceta pequeña. Soporta poca luz y retiene las esporas de moho del aire, evitando así su propagación.



## SIN DAÑARLAS

### Así hay que lavar las fundas de los cojines del sofá

Limpiar los cojines decorativos del sofá o también de la cama es fundamental para que no sean un nido de gérmenes como ácaros del polvo, bacterias, hongos y virus, que pueden causar desde irritaciones cutáneas hasta problemas respiratorios. Sin embargo, a veces no los lavamos durante meses o bien lo hacemos a la temperatura incorrecta.

Las fundas deben lavarse una vez al mes. Si tienes mascotas, mejor cada dos semanas. Las de algodón y fibras sintéticas puedes meterlas en la lavadora. Las de seda o terciopelo requieren una limpieza en seco. En general, elige programas delicados, como por ejemplo el destinado a prendas de lana, y utiliza agua fría o tibia para proteger los colores y la textura.



## PRUÉBALO

### Para unos trapos de cocina bien limpios

Lávalos siempre con agua caliente para disolver la grasa y nunca los pongas en la lavadora junto con otra ropa; acumula unos cuantos y lávalos solos. Tampoco los laves con suavizante ya que este deja una capa superficial en el exterior de la tela que impide que se laven bien y hace que sean menos absorbentes.

## RECICLAJE

### Residuos orgánicos: qué son y cómo almacenarlos

En general, todos los residuos vegetales de cocina y de jardín son residuos orgánicos que pueden descomponerse.

• **Se almacenan** en bolsas compostables que se colocan a su vez en recipientes pequeños con una tapa que debe cerrar bien (cubos marrones). Hay que vaciar estos recipientes al menos cada tres días.

• **Coloca el cubo** de orgánico en un lugar fresco y sombreado para evitar olores, porque los procesos de fermentación con olor intenso se producen principalmente con calor.



## LAS TIJERAS DE COSTURA IDEALES CON LA REVISTA LABORES

Con la revista Labores del Hogar de junio, llévate también unas tijeras de costura con un diseño exclusivo y elegante. Hay dos modelos a elegir y te encantarán si eres amante del ganchillo, el patchwork, el punto de cruz, el macramé... De acero inoxidable dorado y corte preciso, combinan belleza y funcionalidad. Desde el 29 de mayo en tu quiosco.







### ALTERNATIVA ESTILOSA

## SI NO TE CABEN LÁMPARAS EN LA MESITA DE NOCHE

Sustitúyelas por lámparas colgantes y eleva el nivel decorativo de la habitación



**CAROLINA GONZÁLEZ**  
Directora digital  
de El Mueble  
[www.elmueble.com](http://www.elmueble.com)

Si tu dormitorio es especialmente pequeño y tienes por ello minimesitas de noche o ni siquiera te caben las dos, apúntate a la moda de las lamparillas colgantes, que ofrecen un look muy actual y lleno de atractivo.

**1. A qué altura colgarlas.** Lo ideal es que estén entre 45 y 55 cm por encima de la superficie de la mesita para que no deslumbren y ofrezcan una luz puntual.

**2. ¿Una, dos, en pareja...?** Las posibilidades decorativas de esta solución son nu-

meras. Por ejemplo, puedes colocar una a cada costado de la cama; si solo tienes una mesilla, dos juntas sobre ella (evita que queden alineadas justo a la misma altura) y un foco de pared al otro lado; una colgante sobre una mesilla y sobre la otra su versión de sobremesa...

**3. Y aunque te sobre el espacio...** Esta tendencia de las lámparas colgantes sobre las mesillas queda tan estilosa que incluso hay decoradores que la están adoptando en habitaciones grandes, con lámparas de tamaño normal, incluso XL, que se convierten en el foco decorativo del dormitorio.

# Es nuevo

## UFESA NUEVOS SECADORES PARA UN CUIDADO INTELIGENTE

Los nuevos secadores Ion Plasma de Ufesa incorporan una avanzada tecnología que combina iones negativos y positivos para ofrecer un cuidado capilar profundo. Favorece la hidratación y reparación de la fibra capilar y deja el cabello más suave, brillante y saludable. Además, tienen un sensor inteligente que alterna aire caliente y frío para evitar daños por calor y sellar la cutícula capilar. [www.ufesa.es](http://www.ufesa.es)



## AVÈNE

### PROTECCIÓN SOLAR

Descubre la gama solar Ultra Fluid de Avène. Ofrece una alta protección facial de ultra amplio espectro para todo tipo de pieles y necesidades.

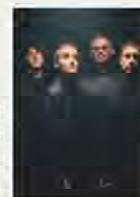


[www.eau-thermale-avene.es](http://www.eau-thermale-avene.es)

## IMBERMIND PRESENTA SU PRIMER ALBUM

Ya está disponible en plataformas digitales el primer álbum del cuarteto Imbermind, 'Never Ending', que se presenta el 1 de junio en Florida Park (Madrid).

<https://es.ra.co/events/2148912>



## SALMA HAYEK, EMBAJADORA DE ULTHERAPY PRIME

Es el tratamiento facial con tecnología de ultrasonidos microfocalizados diseñada para lograr un lifting personalizado y no invasivo de la piel. [www.merzaesthetics.es](http://www.merzaesthetics.es)

## LYNFASE BIENESTAR VASCULAR

Lynfase Concentrado Fluido, de Aboca, es un complemento alimenticio para el bienestar vascular (linfático y venoso) y el drenaje de los líquidos corporales. Un complejo vegetal 100% natural y sin gluten. Presentado en frasco, viales monodosis y en bolsitas para infusión. [www.aboca.com](http://www.aboca.com)





LLENAS DE SABOR

# Recetas de pescado superjugosas

Las cinco que te proponemos en estas páginas son tan vistosas y están tan ricas que querrás probarlas todas



## RODABALLO A LA CAZUELA

II 4 45 min

- 1 rodaballo sin piel cortado en 8 porciones
- ½ hinojo fresco
- 125 g de granillo de almendra
- 50 g de almendra laminada
- Aceite, sal, pimienta
- Tomillo fresco, perejil

**Pela el hinojo** retirando la capa superficial; lávalo, sécalo, corta el bulbo en láminas y el tallo en rodajitas, y reserva. Lava los trozos de rodaballo, sécalos y sazónalos; márcalos en una sartén antiadherente con un poco de aceite y reserva.

**Saltea la almendra** en granillo junto con el hinojo en una sartén donde quepa todo el pescado y salpimienta. Agrega unas ramitas de tomillo lavado y seco, y la almendra laminada, y remueve. Incorpora el rodaballo y cocina 5 minutos dando la vuelta a los trozos a mitad de cocción. Retira del fuego.

**Reparte dos piezas** de rodaballo por plato, ligeramente montados para darles altura. Luego añade la preparación de almendra e hinojo. Espolvorea un poco de pimienta y decora con unas hojitas de perejil. Sirve enseguida.



## ATÚN CON CEBOLLA Y ENCURTIDOS

II 4 40 min

- 600 g de lomo de atún
- 4 cebollas, 2 ajos, perejil
- 16 aceitunas sin hueso negras y verdes, 2 pepinillos
- 200 ml de vino de Jerez
- Laurel, orégano, pimentón
- Pimienta negra
- Aceite de oliva, sal

**Escurre los encurtidos** y córtalos en rodajas. Pela y corta las cebollas en juliana. Pela y lamina el ajo; dóralos en aceite, añade la cebolla y 1 hoja de laurel lavada, y cocina durante unos 10 minutos a fuego lento, removiendo.

**Retira el recipiente** del fuego, espolvorea con pimentón

(si lo haces sobre el fuego, se quemará y dará un sabor amargo) y remueve. Añade el vino, regresa el plato al fuego y deja que el alcohol reduzca a la mitad.

**Añade 100 ml** de agua, las aceitunas y unas hojas de orégano lavadas. Salpimienta y cuece durante 1 minuto.

**Corta el lomo** de atún en 4 raciones de 150 gramos aproximadamente. Salpimienta los filetes y calienta una sartén con 2 cucharadas de aceite de oliva. Dóralos durante 2 minutos por cada lado, y escurre del aceite.

**Añade el pescado** recién hecho y cortado en dados a la salsa anterior, añade los pepinillos y un poco de perejil para decorar.



## EMPERADOR A LA PUTANESCA

II 4 30 min

- 4 rodajas de emperador
- 500 g de tomates en conserva pelados
- 75 g de aceitunas verdes sin hueso, aceite de oliva
- 1 ajo, 1 guindilla roja, sal
- 50 g de alcaparras en vinagre
- Orégano seco, 2 ramas de perejil, pimienta

**Escurre los tomates** en conserva y pártelos en cubos. Escurre también las alcaparras y las aceitunas, y pica estas últimas. Pela el ajo y pícalo igualmente menudo. Lava la guindilla y córtala en rodajitas.

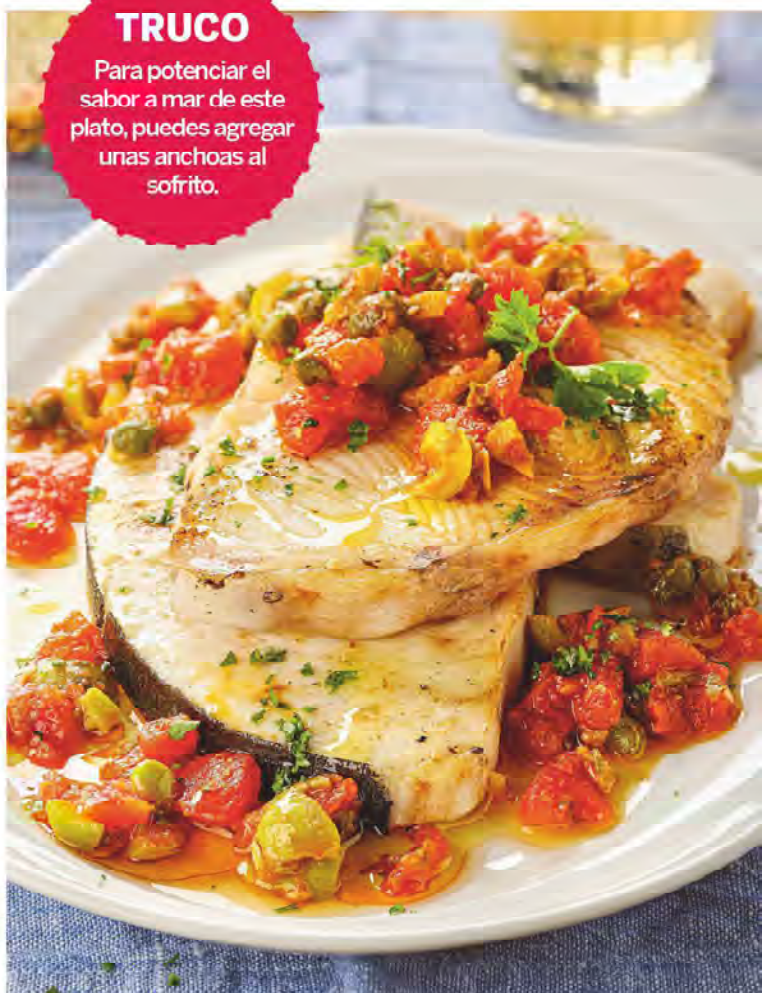
**Calienta 2 cucharadas** de aceite en una sartén, añade el ajo y dóralo ligeramente. Incorpo-

ra el tomate, las aceitunas, las alcaparras y la guindilla. Cuece unos 15-20 minutos a fuego bastante suave y removiendo de vez en cuando. Salpimienta, espolvorea con orégano al gusto, retira y reserva la salsa. **Parte las rodajas** de emperador por la mitad, retira la espina central y salpimienta los trozos. Vierte un fondo de agua en una olla, pon la rejilla de vapor y coloca en ella el pescado. Riégalo con un hilo de aceite, tapa y cuece al vapor durante 6 o 7 minutos.

**Reparte un poco** de la salsa en los platos, añade el pescado y cúbrelo con un poco más de salsa. Espolvorea con más orégano y con el perejil, previamente lavado y picado, y sírvelo enseguida.

### TRUCO

Para potenciar el sabor a mar de este plato, puedes agregar unas anchoas al sofrito.







## GALLO CON SALSA DE ALMENDRA

II 4 40 min

- 600 g de filetes de gallo
- 3 naranjas, 1 cebolla
- 120 g de mantequilla
- 50 g de almendra molida
- 100 g de almendras peladas
- Aceite de oliva
- Unos tallos de cebollino
- Sal, pimienta

**Precalienta el horno** a 170°. Forra la placa con papel sulfurizado y extiende sobre él las almendras peladas. Homéalas hasta que estén ligeramente tostadas, durante unos 8 minutos, y pícalas.

**Lava las naranjas** y sécalas; corta una en gajos y resérvalos. Ralla fina la cáscara de una

de las que quedan y exprime ambas. Pela la cebolla y pícala menuda. Rehógala en un cazo con unas gotas de aceite durante 8 o 9 minutos.

**Añade el zumo** y la ralladura de naranja, 100 gramos de mantequilla y la almendra molida, y sazona. Lleva a ebullición y retira. Tritura esta preparación hasta obtener una salsa homogénea.

**Saltea los gajos** de naranja en unas gotas de aceite. Limpia los filetes de gallo, lávalos y salpiméntalos. Dóralos 3 o 4 minutos por lado, en una sartén con la mantequilla restante.

**Reparte el pescado** en 4 platos, con los gajos de naranja, las almendras picadas y la salsa. Decora con el cebollino lavado y picado.

### TRUCO

Apostar por el jurel te permite tomar pescado azul sin gastar demasiado.



## JUREL CON TOMATE Y PIMIENTOS

II 4 25 min

- 8 filetes de jurel
- 200 g de pimiento rojo asado
- 30 g de tomates cereza
- 2 cebolletas
- 3 dientes de ajo
- Pimentón
- Unas ramitas de perejil
- Sal al gusto
- Aceite de oliva

**Lava los tomates**, sécalos y pártelos por la mitad. Pela las cebolletas y los ajos, y pícalos después. Corta en tiras los pimientos asados.

**Lava y seca** el pescado. Ásalo durante 1 minuto por cada lado en una plancha que sea

antiadherente engrasada solo con unas gotas de aceite. A continuación, retíralo y resérvalo para más tarde.

**Pocha la cebolleta** y los ajos durante 5 minutos en una sartén caliente con 3 cucharadas de aceite. Añade los tomates cereza y las tiras de pimiento asado.

**Prosigue la cocción** durante 10 minutos más. Transcurrido ese tiempo, añade 1 cucharada de pimentón y también una pizca de sal. Remueve e incorpora el pescado.

**Deja cocer durante** 2 minutos más. Para acabar, sirve el pescado bien caliente, con la piel hacia arriba, sobre el lecho de tomatitos y pimientos, y decorado con unas hojas de perejil por encima.



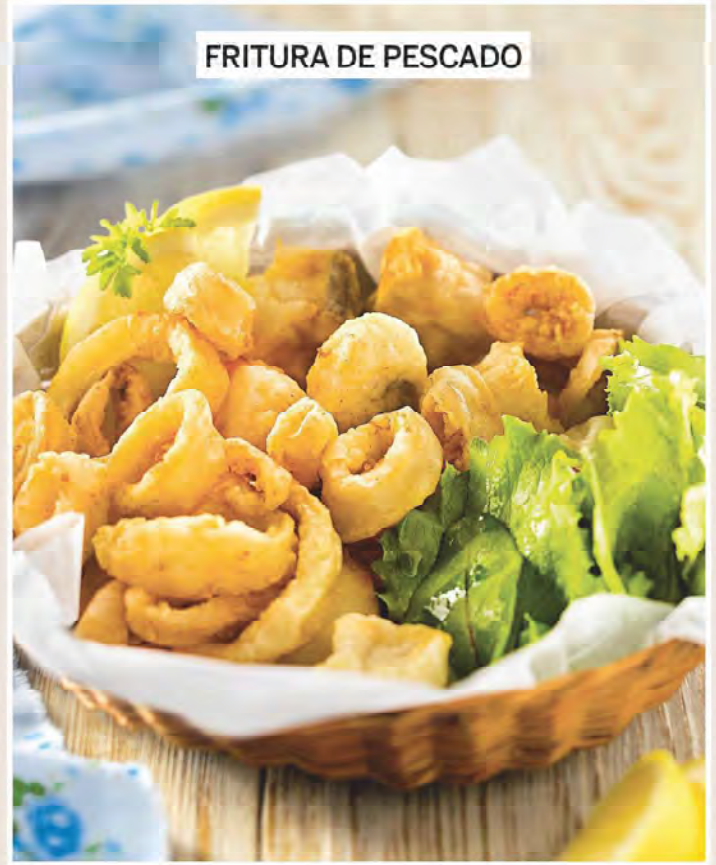
COLECCIONABLE

# LA COCINA DE LA ABUELA

TOMATES CON ENSALADILLA



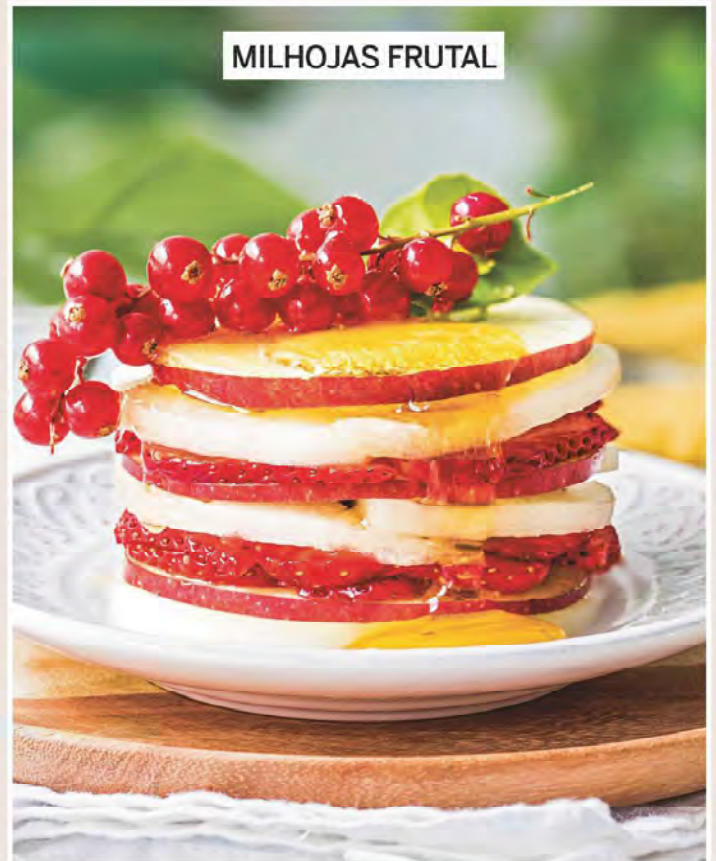
FRITURA DE PESCADO



JARRETE CON VERDURAS



MILHOJAS FRUTAL





## FRITURA DE PESCADO

II 4 30 min

- 700 g de calamares
- 200 g de lomo de pescadilla sin piel
- 250 g de harina
- 100 g de hojas de lechuga
- ½ limón
- Aceite de oliva
- Sal

**Limpia los calamares** y lávalos. Luego sécalos y corta los cuerpos en aros de unos 2 cm de grosor. Déjalos, con las patas, sobre papel de cocina para que escurran todo el agua.

**Elimina las posibles** espinas de la pescadilla, lávala y sécala bien con papel de

cocina. Córdala en dados y déjalos escurrir también.

**Sazona y enharina** los calamares; sacúdelos para eliminar el exceso de harina y frielos, por tandas, en abundante aceite caliente. Escúrrelos sobre papel de cocina. Fríe los dados de pescadilla de igual modo.

**Lava la lechuga**, sécala con papel de cocina y trocéala. Alíñala con sal y con un hilo de aceite, y remueve bien. Lava el limón y córtalo en rodajas finas. Sirve la fritura enseguida, con la ensalada y el limón.



## TOMATES CON ENSALADILLA

II 4 25 min

- 4 tomates grandes
- 1 cebolla, sal fina
- 1 pimiento rojo pequeño
- 1 pimiento verde pequeño
- 300 g de alubias blancas cocidas, hojas de perejil
- 200 g de atún en aceite
- 75 g de aceitunas verdes rellenas de anchoa
- Aceite de oliva virgen extra

**Lava los tomates**, sécalos y córtales una tapa de la parte superior. Vacíalos y reserva la pulpa que has retirado, junto con las tapas.

**Sazona el interior** de los tomates y ponlos boca aba-

jo, sobre una hoja de papel absorbente, para que escurran toda su agua.

**Pela la cebolla** y lava los pimientos; corta todo en daditos. Enjuaga las alubias. Escurre y desmenuza el atún, y corta las olivas en rodajas.

**En una ensaladera**, mezcla las verduras con las alubias, el atún, las aceitunas; y la pulpa de los tomates.

**Condimenta con sal** y aceite y remueve bien. Rellena los tomates con la ensaladilla, decora con las hojitas de perejil lavadas y sirve con las tapas a un lado.



## MILHOJAS FRUTAL

II 4 15 min

- ½ melón piel de sapo
- 2 manzanas rojas (royal gala o fuji)
- 200 g de fresas
- 1 limón
- 4 cdas. de miel de flores
- 4 ramitas de grosellas

**Elimina la piel** del melón y retira las semillas de la pulpa. Lava las manzanas y las fresas, y sécalas con papel absorbente de cocina.

**Limpia las fresas** retirando el pedúnculo y las hojas verdes. Quítale el rabito a las manzanas y descórzalas. Corta todas las frutas en láminas que sean lo más finas posible.

**Parte el limón** por la mitad, exprímelo y filtra el zumo resultante. Riega con él las rodajas de manzana para evitar que se oxiden.

**Monta cuatro milhojas** en otros tantos platos de postre superponiendo láminas de melón, manzana y fresa. Alterna las capas de fruta hasta agotar los ingredientes, terminando con manzana.

**Calienta la miel** hasta que esté bien líquida, deja que se temple un poco y riega con ella los milhojas. Lava y seca las grosellas, dispónlas encima del postre para decorarlo y sírvelo.



## JARRETE CON VERDURAS

II 4 1 h 15 min

- 800 g de jarrete (codillo) de cerdo en rodajas
- 4 patatas, ½ pimiento rojo
- 2 zanahorias, 1 cebolla
- 50 g de judías verdes
- 2 ajos, 50 g de guisantes en conserva, aceite
- 1 l de caldo carne, sal
- 1 ramita de perejil
- 100 g de harina, pimienta

**Lava la carne**, sécala, salpiméntala, enharínala y sacude el exceso. Dora la carne por ambos lados en un hilo de aceite. Retira y reserva.

**Pela la cebolla y ajos**, y pícalos. Raspa, lava y corta en rodajas las zanahorias. Lim-

pia el pimiento y las judías verdes, lávalas y trocéalas. Pela, lava y trocea las patatas.

**Rehoga la cebolla** y el ajo en aceite durante 5 minutos. Añade la carne y el caldo, lleva a ebullición, tapa y cuece suave 30 minutos. Echa todas las hortalizas preparadas y cuece otros 20-25 minutos.

**Añade los guisantes** enjuagados y escurridos, condimenta con la pimienta y el perejil lavado y picado, y prosigue la cocción durante 7 u 8 minutos. Deja reposar unos minutos tapado y sirve bien caliente.





## INGREDIENTES

II 2 30 min

- 200 g de macarrones
- Dos tiras gruesas de guanciale o beicon
- 250 g de alcachofas en conserva
- 1 cuña de 60 g de queso parmesano
- Aceite de oliva
- 5 huevos, sal
- Pimienta negra en grano



## Pasta con alcachofas

Mezcladas con una rica salsa carbonara



**1. Corta las tiras** de guanciale en dados pequeños. Saltea las alcachofas y el guanciale por separado.



**2. Ralla el queso** parmesano y mézclalo en un bol junto con las yemas de los 5 huevos. Bate muy bien.



**3. Cuece los macarrones.** Machaca pimienta negra y añádele a los huevos junto con un poco del agua de cocción.



**4. Agrega el guanciale** con su aceite y los macarrones escurridos. Mezcla, sala y sirve con alcachofas por encima.

LOS TRUCOS DEL CHEF

- **La salsa.** La carbonara clásica no lleva nata, como a veces se cree, ni pasa por el fuego: el huevo y el queso se hacen con el calor residual de la pasta recién cocida al mezclarse con ellos.
- **Las alcachofas.** Si quieres enjuagarlas del líquido de conservación (no es imprescindible) sin que se deshagan, sumérgelas en agua, muévelas con las manos y tira el agua. Déjalas escurrir boca abajo sobre papel.

DIRECTOR Luis Pliego

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

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

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

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

DIRECTORA EDITORIAL REVISTAS PRÁCTICAS  
Caterina Miloro

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

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

### RBA BRANDS

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

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

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

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

### RBA REVISTAS

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

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

LECTURAS no se hace responsable de la opinión de sus colaboradores, en los trabajos publicados, ni se identifica necesariamente con la misma. Prohibida la reproducción total o parcial de cualquier información gráfica o literaria, sin autorización de la Dirección.  
Distribución: Logista Publicaciones  
Depósito legal: B-201955  
ISSN Revista de papel: 0047-4304  
ISSN Revista digital: 2014-606X  
Printed in Spain

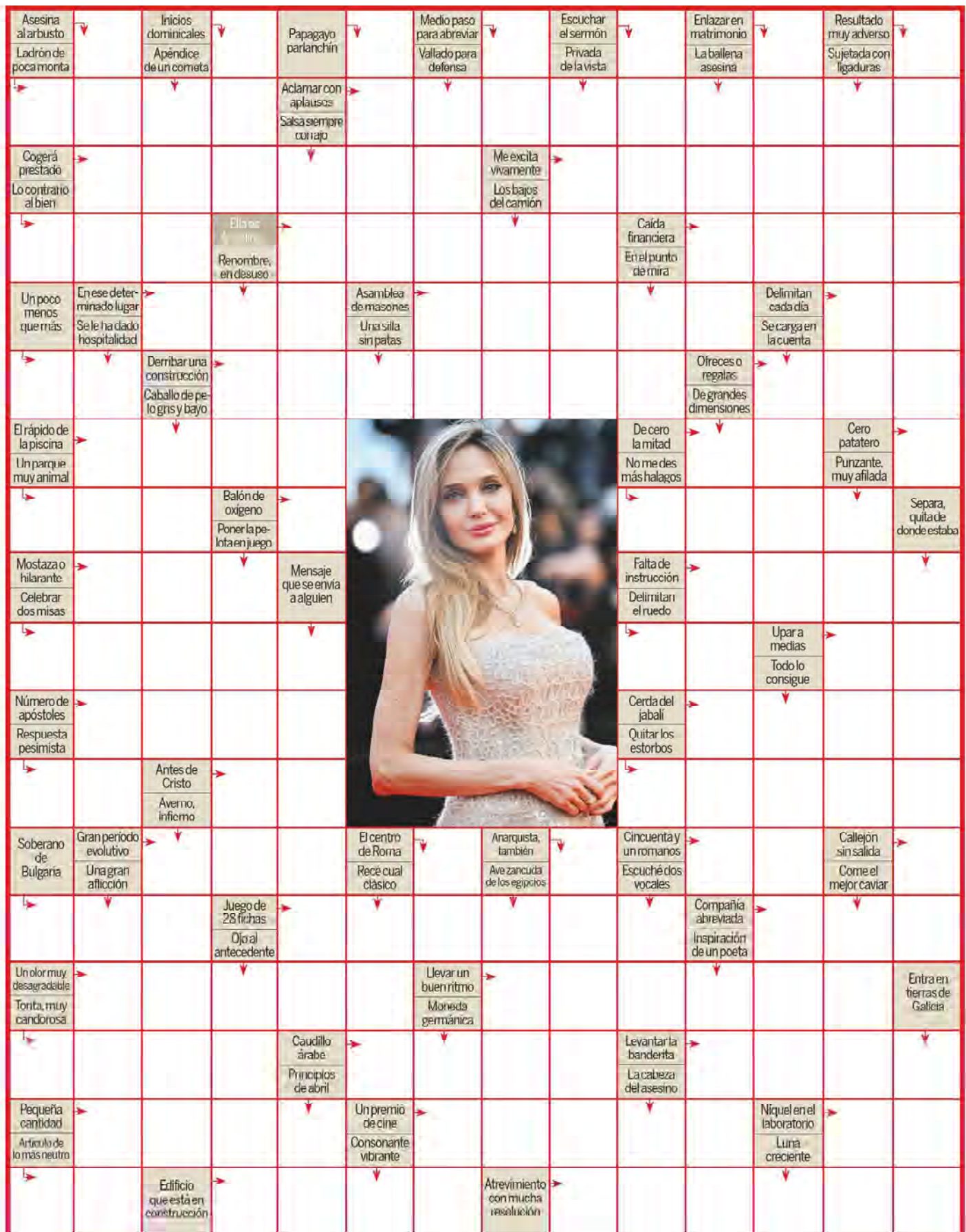
Atención al suscriptor y lector: suscripciones@rba.es

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

© RBA REVISTAS. S.L. 2025

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







## SUDOKUS ★★ medio

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

★★★★ difícil

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

## SOPA DE LETRAS

• Encuentra en esta sopa de letras el nombre de 15 pesos y medidas que nos permiten calibrar distancias, líquidos o pesos y que pueden relacionarse entre ellas.

- Acre
- Braza
- Galón
- Gramo
- Hectárea
- Libra
- Litro
- Metro
- Milla
- Onza
- Pinta
- Pulgada
- Quintal
- Tonelada
- Yarda

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| G | A | Z | A | R | B | L | B | A | R | A | O |
| A | A | E | R | A | T | C | E | H | Z | R | T |
| L | A | R | N | Q | Z | M | A | T | T | N | D |
| O | T | T | O | G | I | A | T | I | R | A | O |
| N | A | T | N | L | R | Q | L | L | N | M | M |
| Y | Q | O | L | I | U | G | R | A | M | O | P |
| A | A | A | O | I | P | B | Q | O | U | R | U |
| L | L | R | N | L | L | A | U | R | A | A | L |
| N | I | T | D | Q | N | O | R | T | E | M | G |
| A | A | B | E | A | R | H | O | N | R | R | A |
| L | R | A | R | R | R | A | C | R | E | L | D |
| L | C | A | D | A | L | E | N | O | T | R | A |

Por Olissip

## WORDOKUS

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

|   |   |   |   |  |   |   |
|---|---|---|---|--|---|---|
| G |   | I | E |  |   | O |
|   |   |   |   |  | I | R |
|   | R | L | C |  | S | A |
| O |   |   | A |  | L | I |
|   |   |   |   |  |   |   |
|   | I | R |   |  | E |   |
|   | O | G |   |  | S | I |
|   |   | A | I |  |   |   |
|   | E |   |   |  | R | O |

**Pista:** Que comete o contiene sacrilegio.

|   |   |   |   |  |   |   |
|---|---|---|---|--|---|---|
| S |   |   | R |  |   | E |
|   | R | G | I |  | T |   |
|   | E |   | A |  |   |   |
| R |   | N |   |  |   | O |
| G |   | A |   |  |   | S |
|   | T | S |   |  |   | R |
|   |   |   |   |  | I | R |
|   |   |   | T |  | S | N |
|   |   | O |   |  | G |   |

**Pista:** Llevar adelante una iniciativa o un proyecto.

Por Olissip



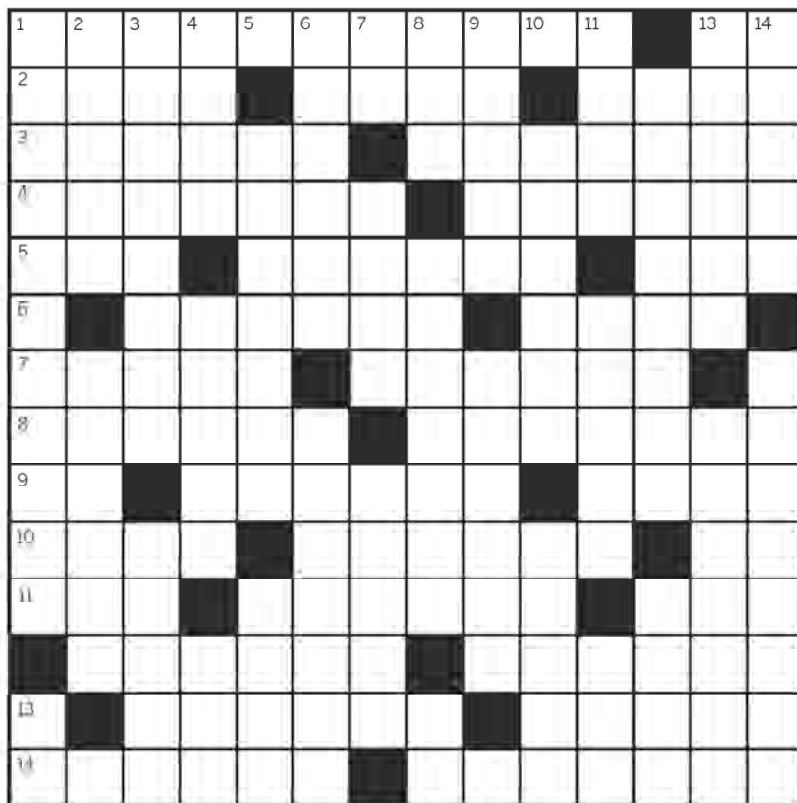
## CRUCIGRAMA

### Horizontales

1. Os levantarais temprano. Símbolo del cobalto. 2. Prefijo de nueve. De provecho. Tostar. 3. Deidades mitológicas. Niebla poco espesa. 4. Hábitos eclesiásticos. Natural de Jaén. 5. Junté. Diminutos. Cerveza inglesa. 6. Símbolo del argón. Escantillón, regla. Instrumento musical de cuerda. 7. Palpitaba. Quereros. Cien romanos. 8. Elevaría. Voz del toro. 9. Entrega. Hacerse cargo. Los de ahí. 10. Alero del tejado. Procedo, provengo. Símbolo del bismuto. 11. Entreguen. Tapiz acolchado. Baile andaluz. 12. Sucede. Que se mueven con soltura. 13. Cinco romanos. Hueso que va del codo al hombro. Se atreviese. 14. Fertilizas la tierra. Sanases.

### Verticales

1. Salario de un mes. Acude. 2. Ión con carga negativa. Arbusto ericáceo. Símbolo del boro. 3. Odontólogo. Amplio, holgado. 4. Familiarmente, Rafael. Enfadar. Todavía. 5. Símbolo del uranio. Inundáis. Sienta miedo. 6. Lombriz. oruga. Osados, atrevidos. 7. Símbolo del ástato. Pagel, pez. Introducir. 8. Río europeo. Calabaza hueca. Lengua provenzal. 9. Separo, distancio. Acerca. Última vocal. 10. Un romano. Fundamentalrá. Fuerza, energía. 11. Va fuera. Enamorado de Julieta. Baile canario. 12. Conexión neuronal. Ondas marinas. 13. Especia, fina y exquisita. Duplíquese. 14. Rezase. Unieses con hilos.



## PALABRAS ENROSCADAS

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



MARCIANO



## SOLUCIONES

**Horizontales:**

1. Madrugarais. Co. 2. Enea. 3. Ninfas. Nebolina. 4. Asar. 5. Ninfas. Nebolina. 6. Sotanas. Jaén. 7. Uñi. 8. Sotanas. Jaén. 9. Uñi. 10. Sotanas. Jaén. 11. Sotanas. Jaén. 12. Sotanas. Jaén. 13. Sotanas. Jaén. 14. Sotanas. Jaén.

**Verticales:**

1. Mensualidad. Va. 2. Arilón. 3. Rina. Mambira. Oc. 4. Alejo. 5. Uñi. 6. Sotanas. Jaén. 7. Uñi. 8. Sotanas. Jaén. 9. Uñi. 10. Sotanas. Jaén. 11. Sotanas. Jaén. 12. Sotanas. Jaén. 13. Sotanas. Jaén. 14. Sotanas. Jaén.







# Feliz cumpleaños



Kylie empezó su carrera como actriz infantil en Australia



En 1987 saltó a la fama con la canción 'The Loco-Motion'

Comenzó su carrera como actriz en Australia, donde triunfó en la serie 'Vecinos', y en 1988 publicó 'Kylie', su primer disco.



Kylie Minogue y el director creativo Paul Solomons tenían planes de boda, pero en 2023 se separaron tras cinco años de relación.

## KYLIE MINOGUE

### CELEBRA LOS 57 SOLTERA Y CON GIRA MUNDIAL

La cantante, que lleva sin pareja desde hace dos años, hará parada en España el próximo julio con conciertos en Bilbao y en Sevilla

**D**espués de seis años, Kylie Minogue ha regresado a los escenarios con una nueva gira mundial. La cantante, nacida el 28 de mayo de 1968 en Melbourne, dio el pistoletazo de salida en febrero a su 'tour' con el que también vuelve a España el próximo julio, con dos conciertos confirmados en Sevilla y en Bilbao. En el terreno personal, Kylie —que fue pareja cinco años del modelo Andrés Velencoso— puso fin a su romance con el galés Paul Solomons el pasado 2023 después de cinco años de relación. **L**







MasterChef

N U E V A  
T E M P O R A D A

1

rtve play

rtve  
La que quieres



# akytania

## ¡Aliados para una piel perfecta!



Aceite corporal  
**REDUCTOR y REAFIRMANTE**  
100% Natural\*

Exfoliante corporal  
**RENOVACIÓN CELULAR**  
87% Natural\*



\*Ingredientes de origen natural

## Piel extra suave, hidratada, firme y radiante.

**Multipower Oil** con centella asiática, aceite de argán y almendras dulces. Anticelulítico con 100% ingredientes de origen natural.

**Crazy Scrub**, con aceite de almendras dulces, semilla de naranja y hueso de oliva. Piel hidratada y aterciopelada con 87% de ingredientes de origen natural.



con el código  
**LEC30**  
**30% de dto.**  
en [akytania.com](http://akytania.com)