

# M MUJERHOY

EN PORTADA  
**MIRELA  
BALIĆ**  
LA HEROÍNA  
QUE VINO  
DEL ESTE

## VUELTA A LA ACCIÓN

LA MODA MIRA  
AL PASADO

Regresan los flecos,  
las hombreras, los bolsos  
clásicos y los stiletos

ENLACE AL CANAL  
[x.com/byneontelegram](https://t.me/byneontelegram)

O escanea el código QR:



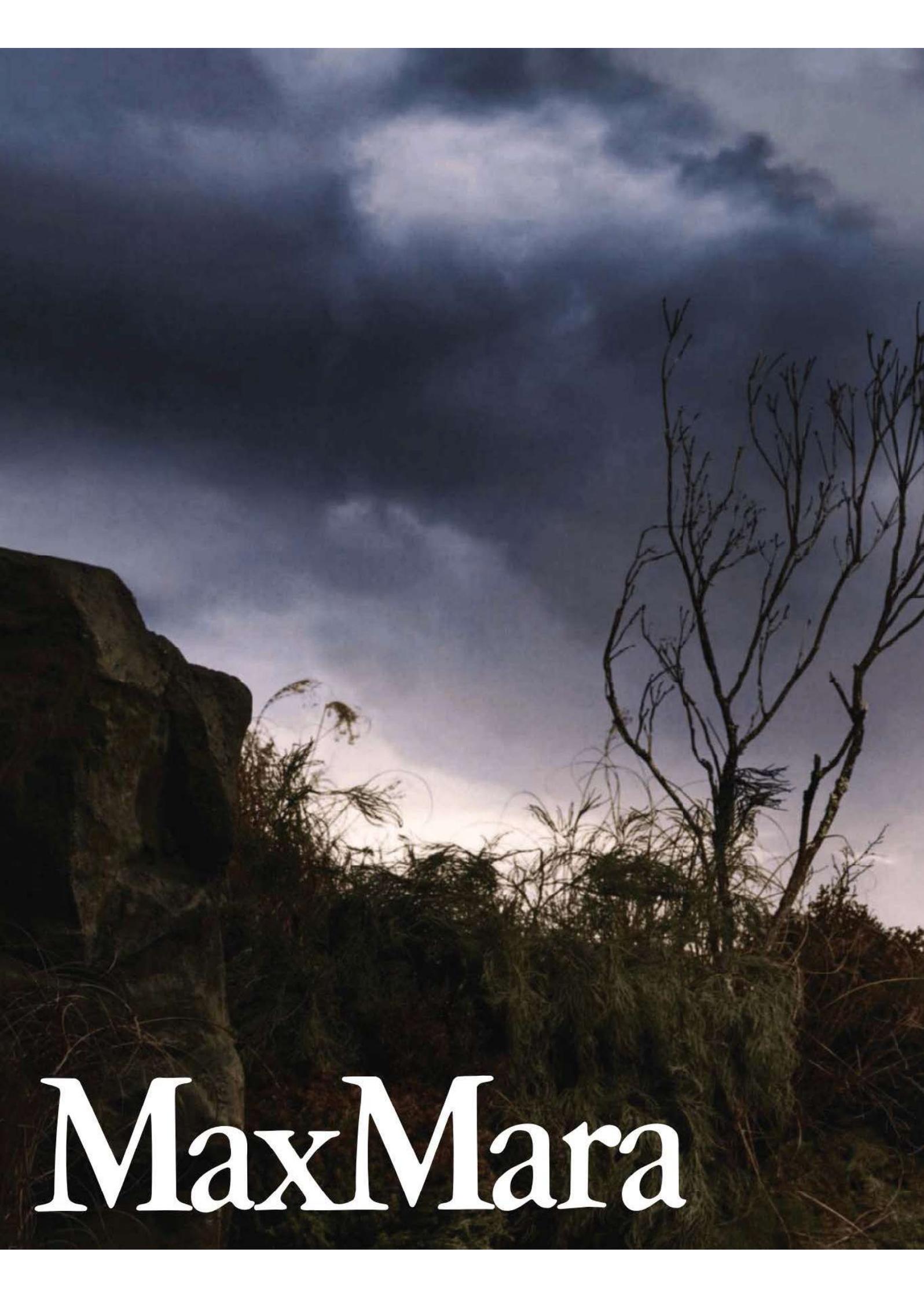
**CAYETANA  
ÁLVAREZ DE TOLEDO**  
ANTE EL NUEVO CURSO POLÍTICO:  
“Las cosas se van a poner  
peor antes de mejorar”







FENDI



MaxMara





Distribuidora oficial para Iberia B.O.T.M. T. +34 656 89 87 96

*baume-et-mercier.com*

**RIVIERA**



**BAUME & MERCIER**

MAISON D'HORLOGERIE GENEVE 1830



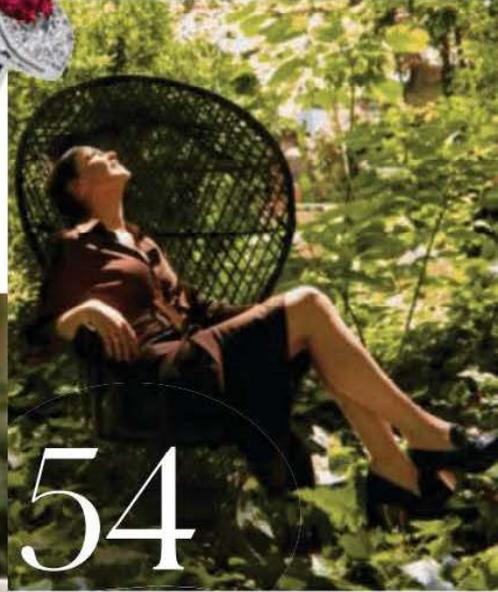
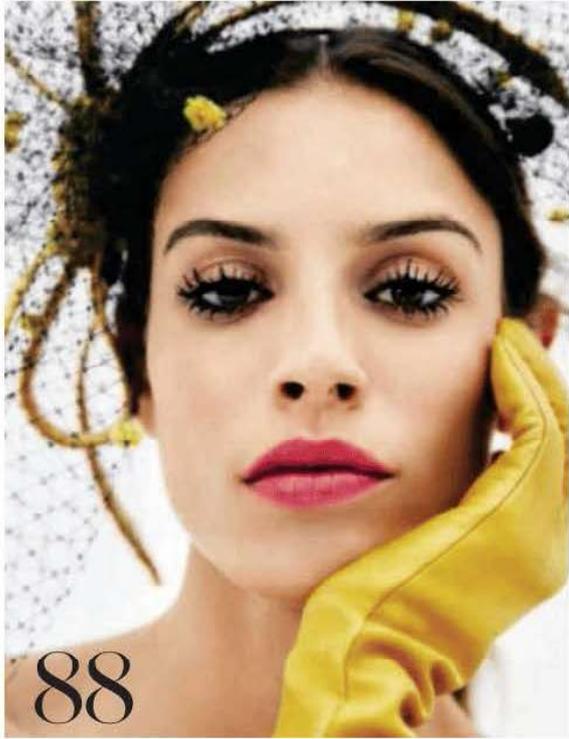
ART DUE PAUL MARCIANO PHAOLINA TRIGIANI © GUESS, INC. 2023

# GUESS

GUESS.EU



SEPTIEMBRE 2025



NEWS

- 18 **CINE.** Michelle Dockery cuelga los vestidos de época y se despide de *Downton Abbey*.
- 26 **MAPA DE INFLUENCIAS.** Los festivales destierran lo espectacular de la alfombra roja.
- 28 **OPINIÓN.** Laura Ferrero brinda por la rutina.

PERSONAJES & ACTUALIDAD

- 32 **EN PORTADA.** Mirela Balić, retrato a fondo de la actriz que llegó del Este.
- 46 **LA CONVERSACIÓN.** Cayetana Álvarez de Toledo, ante el inicio del curso político.
- 54 **ICONO.** El regreso a la música de la infalible Leonor Watling.
- 60 **DE CERCA.** Conversamos con Álvaro Morte.
- 64 **PORFOLIO.** París, en el objetivo.
- 68 **PROTAGONISTA.** El cine autobiográfico y multipremiado de Carla Simón.

MODA & BELLEZA & LIFESTYLE

- 74 **ESTILO.** El otoño más nostálgico.
- 88 **MAQUILLAJE.** El color se apodera de la paleta gracias a Clé de Peau Beauté.
- 106 **DECO.** El palacete parisino (y las obras de arte contemporáneo) de Lorena Vergani.
- 114 **VIAJES.** Cornualles, el secreto mejor guardado de la costa británica.





**HERMÈS**  
PARIS

Hermès, todo comienza con el dibujo



SEPTIEMBRE  
2025

# M

1.274

## MUJERHOY

### DIRECTORA

María Fernández-Miranda

### DIRECTOR DE MODA Y BELLEZA

Gervasio Pérez

### REDACTOR JEFE

Eduardo Verbo

### JEFA DE DISEÑO

Elvira Leal



Pulsera *Move Ciselé*,  
de *Messika*.

### REDACCIÓN

**Redactores** Ixone Díaz Landaluze,

Aloña Fernández Larrechí,

Paula Peña y Sandra Cárcel (jefa de Belleza)

**Coordinador web** Javier Díaz de Lezana

**Redactores web** Ana Calvo, Juanra López,

Elena Romero, Patricia Martín, Sonia

Gómez (jefa de Sección)

**Asistente ejecutiva** Rufi Gómez

### DISEÑO

**Maquetación** Juliana Bambozzi y

Virginia Ranera Mañas

**Edición gráfica y producción** Abir Rebollo

### AUDIOVISUAL Y REDES SOCIALES

**Jefe de Audiovisual** Luca López

**Social Media Manager** Carla Cuadrado

**Audiovisual y Redes Sociales** Sandra

Carrascosa y María Caro

### REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN

Calle Josefa Valcárcel, 40 bis 28027 Madrid. Teléfono: 913 399 000

## vocento

### DIRECTORA GENERAL ÁREA DE LUJO Y ESTILO DE VIDA

Samary Fernández Feito

### DIRECTOR GENERAL COMERCIAL

Juan Pedro Díaz Armendáriz

### DIRECTORA DE MARKETING ÁREA DE LUJO Y ESTILO DE VIDA

Ainhoa Bergés

### DIRECTORA DIGITAL ÁREA DE LUJO Y ESTILO DE VIDA

Laura Requejo

### PUBLICIDAD

**vocento medios**

### DIRECTOR GENERAL

Miguel Ángel Fernández Delgado

### DIRECTORA COMERCIAL ÁREA DE LUJO Y ESTILO DE VIDA

Verónica Lourido

### DIRECTOR ÁREA BARCELONA

Luis Segú

### DIRECTORA PUBLICIDAD ÁREA BARCELONA

Gemma Rozas

### PUBLICIDAD INTERNACIONAL

Carmen Castillo

### ITALIA: K Media Srl.

Via B. Cavalieri, 1/3. 20121 Milano

Teléfono: +39 02 29061094



Pendientes *Chaîne  
d'ancre Chaos*,  
de *Hermès*.



Colgante *Perlée  
Clovers*, de *Van  
Cleef & Arpels*.

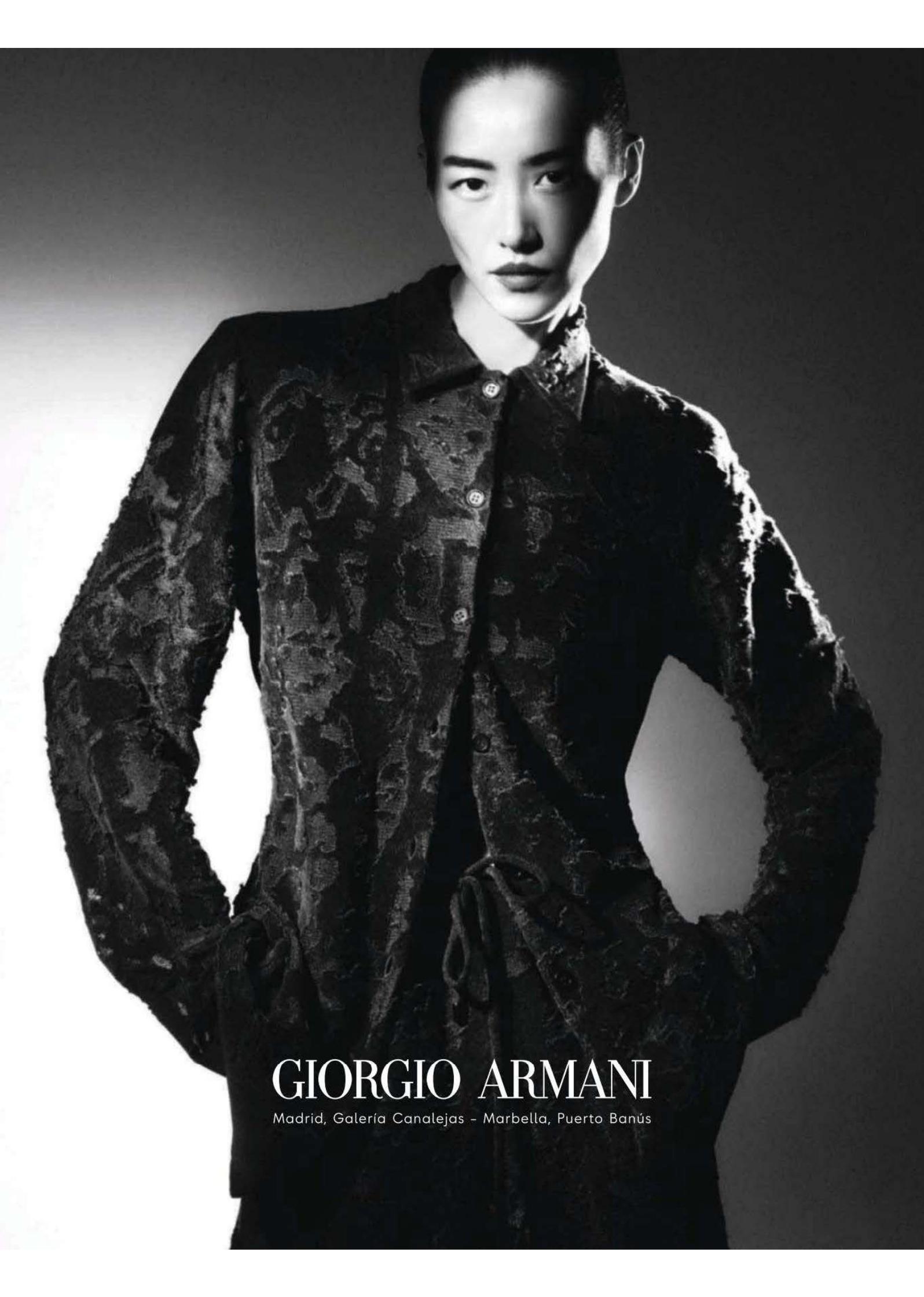
Depósito Legal M-12941-1999. ISSN 1.576-6047. Reglamento Europeo sobre la Libertad de los Medios de Comunicación: [mujerhoj.com/reglamento-emfa.html](http://mujerhoj.com/reglamento-emfa.html). Imprime Comeco Gráfico. De las reproducciones autorizadas © VEGAP, Madrid 2003  
COPYRIGHT BY TESA, 2025 © TALLER DE EDITORES, S.A. Madrid, 2012. Difusión controlada por



## Así se hizo la PORTADA

La actriz Mirela Balić, protagonista del largometraje *El talento*, lo es también de nuestro número de septiembre. En la imagen, de Charly Calderón, posa con top y falda de Sportmax, sandalias de Prada y pendientes de Damiani. La realización, a cargo de Gervasio Pérez, director de Moda. A la izquierda del todo, Mirela posa con el maquillador Kley Kafe.

FOTOS: LUCA LÓPEZ / D.R.



**GIORGIO ARMANI**

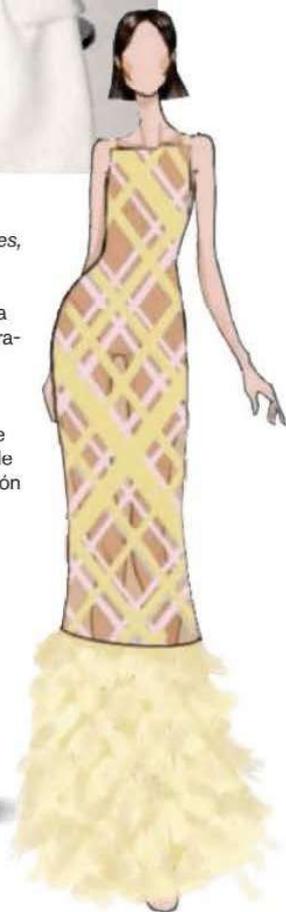
Madrid, Galería Canalejas - Marbella, Puerto Banús

# EDITORIAL

CHACQUETA DE MAX MARA, PANTALÓN DE BIMBA Y PALOMO, CAMISETA DE ARKET Y SORTIJAS DE SUMA CRUZ.



Izq., paleta de sombras LV Ombres, de **LA BEAUTÉ LOUIS VUITTON**. Dcha., boceto de la colección primavera-verano 2026 Anglesey, de **TERESA HELBIG**. Debajo, portada de *El cuaderno gris*, de Josep Pla, en edición de **AUSTRAL**.



## El vendaval que viene

**S**ostenía el escritor Josep Pla que “dejar una cosa para mañana es dejarla para siempre”. Con ese espíritu afrontamos la temporada que ahora comienza: el de apuntarnos a todo desde ya, no vaya a ser que nos perdamos cosas que nunca regresarán. Este septiembre que se perfila ante nosotros es especialmente efervescente, no solo por las vueltas habituales (la vuelta a casa, la vuelta al trabajo, la vuelta al cole), sino también porque nos encontramos en un momento en el que todo parece a punto de explotar.

Veamos. En el ámbito de la moda, nunca antes habíamos asistido a tantos cambios en las direcciones creativas de las grandes firmas y ahora, por fin, veremos en los desfiles qué han ideado, por ejemplo, Jonathan Anderson para Dior o Matthieu Blazy para Chanel; si lograrán dar nueva vida, respectivamente, a los legados de Christian y Gabrielle. Eso sucederá en París, mientras que en Madrid los periodistas del ramo tenemos marcada en rojo una fecha en nuestros calendarios: el 18 de septiembre, día en el que Carolina Herrera desfilará en la capital española en vez de hacerlo, como era tradición, en Nueva York.

Y, mientras la marca de la diseñadora venezolana elige Madrid para presentar sus propuestas, nuestra Teresa Helbig volará a la Gran Manzana para dar a conocer su nueva colección. También llegan novedades en la industria de la belleza, como el desembarco de la primera línea de maquillaje de Louis Vuitton, creada por Pat McGrath, estrella incontestable de los pinceles. En una esfera menos hedonista, este septiembre estrenaremos un curso político que no se prevé precisamente relajado. De ello hablé con Cayetana Álvarez de Toledo justo antes de que ambas cogiéramos las maletas para irnos de vacaciones. Soplabla fuerte el viento en la azotea del Palace –donde la fotografiamos, y desde la cual se ve el Congreso–, como si fuera un aviso del vendaval que viene.

**MARÍA FERNÁNDEZ-MIRANDA**  
DIRECTORA

FOTO: ANTONIO TERRÓN; MAQUILLAJE: FITTI PASTOR (ANA PRADO); ESTILISMO: ALMUDENA CARNICERO.



MESSIKA

PARIS

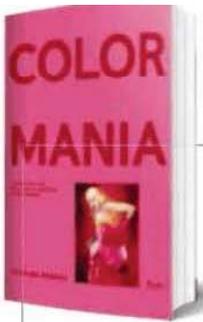
# NEWS

Imagen del libro  
*Colormanía* (Rizzoli),  
que rinde homenaje  
al uso del color por  
parte de Carolina

## BIENVENIDA A MADRID

Por Paula PEÑA

El gran hito de moda de esta temporada será el desfile en la capital de Carolina Herrera, que por primera vez sale del calendario neoyorquino.



Libros *Colormanía* y *Carolina Herrera: 35 years of fashion*. Ambos, de Rizzoli.



Reinaldo y Carolina Herrera, en su boda, celebrada en Caracas en 1968.

La relación de Carolina Herrera (Caracas, 1939) con España es innegable. De hecho, hubo un tiempo en que la familia de su marido, Reinaldo Herrera, ostentó el marquesado de Torre Casa, creado por Felipe V. La diseñadora venezolana también visita con asiduidad la capital para acudir a eventos de la alta sociedad y siente absoluta fascinación por nuestra cultura, que ha sido constante inspiración a lo largo de sus colecciones (nunca olvidaremos aquellos vestidos níveos con volantes que recreaban los tradicionales trajes de flamenca, protagonistas de su línea nupcial para 1988). Este 2025, sucede lo que parece natural, pero nadie esperaba: desfila el 18 de septiembre en Madrid con su colección primavera-verano 2026. Wes Gordon es el responsable de conectar la ciudad –que atrae grandes fortunas latinoamericanas como nunca– con las creaciones históricas y la esencia de la casa. Esa que tan bien reproduce en cada nueva línea desde su nombramiento en 2018. “Es un lugar donde la alegría de vivir cobra vida de verdad”, asegura. Gordon tiene la suerte de gozar de un gran archivo para inspirarse: puede bucear en las páginas de los libros de Rizzoli, como *Colormanía*, que rinde homenaje al especial uso del color de la casa de moda, nacida en 1980. Impecable, con una camisa blanca, falda de línea A y un maquillaje perfecto, Carolina Herrera siempre ha sido sinónimo de buen gusto, con el que ahora hace historia al desfilarse, por primera vez, fuera de Nueva York. ●



Perfume *Stallion Leather Suede* e iluminador *Fabulous Skin Highlighter*.



### CLÁSICA Y MODERNA

Las camisas blancas y los estilismos impecables son sinónimo de Carolina Herrera. Debajo, imagen de la colección pre-otoño 25.

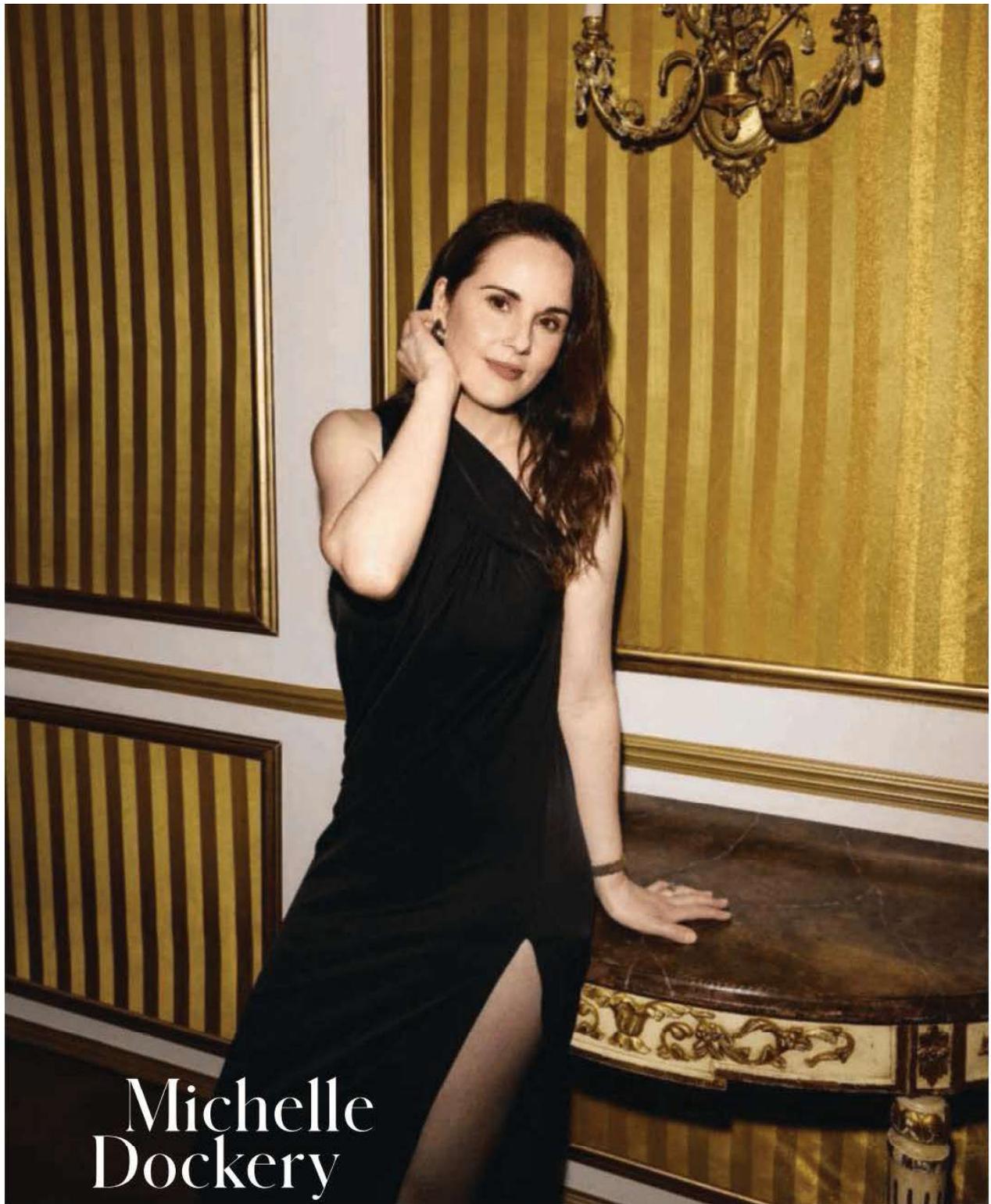


Wes Gordon



### MERECIDO REEMPLAZO

En 2018, el diseñador Wes Gordon relevó a Carolina Herrera de su puesto como directora creativa. Siete años después, ha revitalizado la marca sin dejar de serle fiel. A la izq., uno de sus vestidos para la temporada.



Michelle  
Dockery

# UNA DAMA DE ÉPOCA

La saga *Downton Abbey* se despide para siempre con una última película en la que la actriz británica vuelve a ponerse en la piel de Lady Mary Crawley.

Por Aloña FDEZ. LARRECHI

**M**arc Jacobs incluyen complementos eduardianos en su colección otoño-invierno 2012 para Louis Vuitton; la última lavandería de cuellos almidonados del mundo, situada en Dorset, multiplicando por 150 su producción anual; las redes sociales convirtiendo en viral a una señora (Maggie Smith) ataviada con un atuendo del siglo XIX bajo la siguiente pregunta: “¿Qué es un fin de semana?”... Cuando *Downton Abbey* se estrenó, en 2010, pocos podían pensar que una serie que recuperaba un género que parecía olvidado iba a conseguir esas hazañas y alguna más, como convertirse en el drama británico de época más exitoso en Reino Unido y en Estados Unidos desde la década de los 80. “Tenía 26 años cuando conseguí el papel de Lady Mary Crawley”, explica Michelle Dockery (Londres, 1981), una de las protagonistas. “Me cambió la vida. A mí y a todo el equipo. Es muy raro formar parte de algo tan querido y exitoso durante tanto tiempo”.

**Q**uince años después del estreno de la alabada creación de Julian Fellowes, la historia de los Crawley se cerrará con *Downton Abbey: El gran final* (10 de octubre en cines). En el largometraje, el personaje de Dockery “vive un viaje realmente interesante. Ahora está excluida de la sociedad y toda la familia se enfrenta a la desgracia, después de que su vida se convirtiera en el centro de un escándalo público”, revela la actriz londinense. “Me gustó mucho la historia y cómo termina para ella, el final de su camino. Y creo que Julian ha hecho un trabajo brillante al completar los quince años de la serie”, afirma. Un paso del tiempo que también se refleja en la ficción, porque “empiezas a ver los cambios que se avecinan, introduciendo una ropa más moderna, con actitudes renovadas en la sociedad y Mary está a la vanguardia de todo eso. Es una mirada al futuro esperanzadora”.

Durante el rodaje, repleto de “momentos muy conmovedores y emotivos, pero también muy alegres” porque era última vez que todo el equipo trabajaba junto, falleció Maggie Smith, la inolvidable actriz británica que durante seis temporadas y dos películas interpretó a Violet Crawley, uno de los roles más icónicos. Aunque la abuela de Dockery en la ficción ya no formaba parte de la misma, *Downton Abbey: El gran final* está repleto de guiños hacia ella. “Su personaje se menciona muchas veces y se sen-

## TENDENCIAS SIN FECHA DE CADUCIDAD



Vestido de lamé con flecos, de **TOM FORD**; tocado de invitada de lino, de **MIMOKI**; pendientes *Poétiques Des Gouttes*, de **VALENTINO** y gafas de sol ovaladas, de **GUCCI**.



**DESPEDIDA FAMILIAR**  
En *Downton Abbey: El gran final*, el guionista y creador Julian Fellowes regala a los espectadores un emocionante desenlace para todos los Crawley.

tía que siempre estaba ahí. Las líneas que Julian escribió para ella siempre eran muy divertidas e ingeniosas y algunas de ellas nunca las olvidará el público”, señala Dockery antes de reconocer que “me sentí muy privilegiada por trabajar con ella durante tanto tiempo, era alguien que te hacía mejorar tu trabajo, siempre me ha inspirado”.

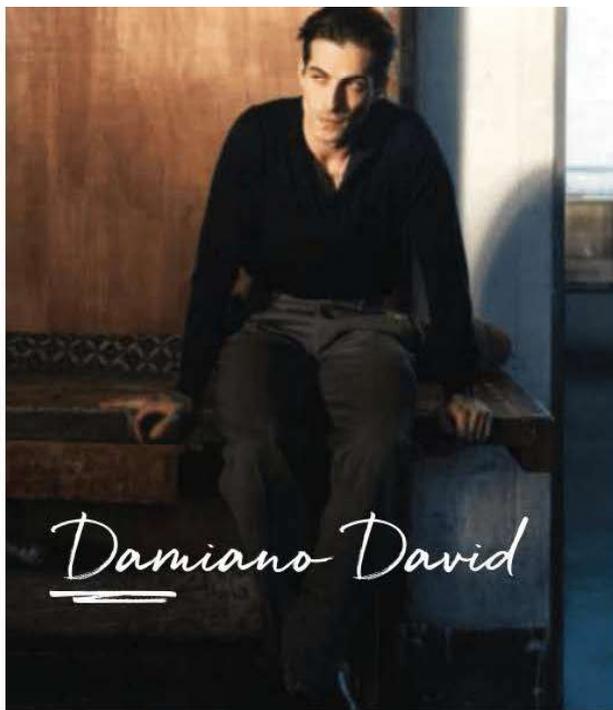
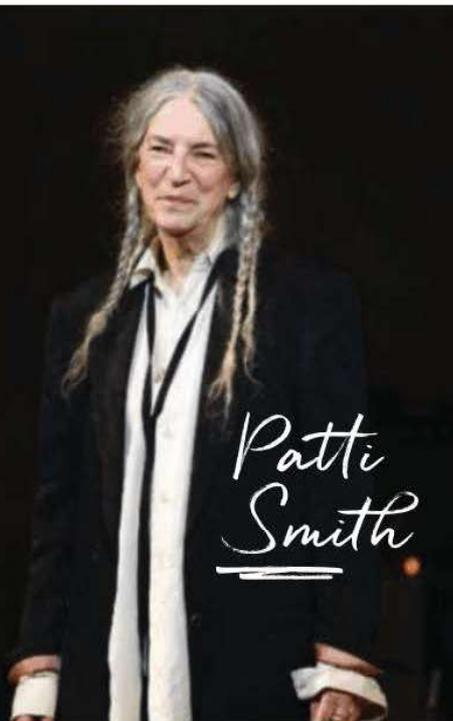
**E**l éxito de *Downton Abbey*, tanto en la pequeña como en la gran pantalla, es responsable de que, en la actualidad, cada plataforma de *streaming* tenga entre sus producciones propias una serie de época. Y tan importantes como los amores imposibles, las intrigas familiares o las luchas de poder que caracterizan sus tramas es la ropa que lucen los personajes y termina trascendiendo la ficción. La actriz inglesa no tiene reparos en admitir que “el vestuario es una de mis partes preferidas del trabajo. El de esta película en particular es mi favorito porque tiene un diseño mucho más moderno y nos transporta a los años 30, pero siempre ha sido un placer llevarlo”.

Como espectadora, Dockery desvela que tiene “gustos variados, pero me gustan las películas de época. Especialmente del estilo clásico de Jane Austen”. “Hay una nostalgia reconfortante en los dramas de época que también disfruto mucho. Creo que es lo que le encanta a la gente de *Downton Abbey*”, sentencia. ●

**“ME SENTÍ MUY PRIVILEGIADA POR TRABAJAR CON MAGGIE SMITH DURANTE TANTO TIEMPO, SIEMPRE ME HA INSPIRADO”**

## MELODÍAS ETERNAS

Medio siglo después de que viese la luz *Horses*, la compositora estadounidense reúne a su banda para honrar la longevidad y la influencia del disco con el que comenzó su carrera. Una reunión histórica que tendrá lugar el 8 de octubre en el Teatro Real de Madrid, una de las seis ciudades europeas a las que llegará la gira.



## UN EMOCIONANTE DEBUT

Tras publicar su primer disco en solitario, *Funny Little Fears*, el vocalista italiano, que se dio a conocer con Eurovisión y su grupo Måneskin, se embarca en su primera gira mundial, un esperadísimo tour que tendrá paradas en Barcelona (21 de septiembre) y Madrid (22).

# QUE NO PARE LA MÚSICA

Estrellas consagradas, nuevos comienzos o voces que arrasan. Las citas imprescindibles de las próximas semanas son en directo.

Por Aloña FDEZ. LARRECHI

## RITMO FRATERNAL

Con 200.000 oyentes mensuales en Spotify, los hermanos Álvaro, Borja y Jaime Martínez se han convertido en una de las grandes promesas del pop español. Letras desenfadadas, pasión por las guitarras y un sonido con influencias del pop y el indie que el 19 de septiembre formarán parte del Jardín de las Delicias Festival que se celebrará en la Universidad Complutense de Madrid.



FOTOS: GETTY IMAGES / DOCTOR MUSIC / DR.



**SIMORRA**



El agua de colonia de María Antonieta. A la izq., look de Moschino de 2020 y Kate Moss, con un vestido de Sarah Burton para Alexander McQueen. Debajo, la silla de la reina francesa.



# ICÓNICA MARÍA ANTONIETA

La reina más estilosa (y desafortunada) de la historia se convertirá, desde el 20 de septiembre, en protagonista de la exposición *Marie Antoinette Style* en el V&A de South Kensington, en Londres. Joyas, mobiliario, vestidos, obras de arte y objetos del siglo XVIII que muestran la influencia inmortal, y el atractivo atemporal, de una mujer a la que su estilo, su juventud y su notoriedad –no exenta de críticas– convirtieron en un inolvidable icono.

## LECTURA CRÍTICA

En un mundo que prioriza la inmediatez, la artista Anita Suárez de Lezo construye un sistema visual donde el color y las formas nos invitan a detenernos y pensar a través de su serie de obras, *The Code-X*. Hasta el 13 de octubre en la Galería Aurora Vigil-Escalera de Madrid.



## FLORES PARA OTRO MUNDO

De la mano del creador galo Vincent Fournier, experto en explorar imaginarios del futuro a través de la ciencia, la tecnología y la ficción, la muestra *Flora Incógnita* es un herbario especulativo que imagina cómo podría evolucionar la vida vegetal más allá de nuestro sistema solar. Comisariada por el diseñador Anthony Vaccarello, se puede ver, hasta el 10 de septiembre, en el Saint Laurent Rive Droite de París.

FOTOS: SHUTTERSTOCK / © VICTOR AND ALBERT MUSEUM, LONDON / © GRAND PALAIS RMN (MUSÉE DU LOUVRE) MICHEL URTAUD / © TIM WALKER / CODE ZERO / YES SAINT LAURENT.



ROBERTO VERINO

SIGNED IN SPAIN

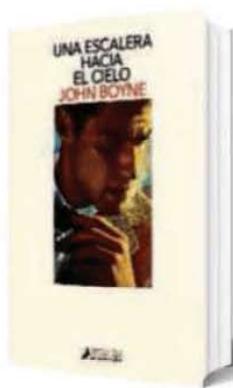
## JOHN BOYNE

## Experiencias literarias

El autor del exitoso *El niño del pijama de rayas* regresa con una espeluznante historia sobre la ambición, el fraude y el oficio de escribir.

**M**aurice Swift, un hombre tan seductor como desalmado, sueña con ser escritor. Sin embargo, cuando lo consigue y alcanza el éxito deberá plantearse hasta dónde está dispuesto a llegar por encontrar la inspiración, y si su alma vale más que la fama. El protagonista de *Una escalera hacia el cielo* (Salamandra), el nuevo libro de John Boyne, nace de la experiencia del autor irlandés en la industria editorial. "He visto mucho, he conocido a muchos escritores y editores, y he observado cómo actúan las personas cuando sus carreras van bien y cuando van mal". Y por ello, explica Boyne, "parte de la novela se basa en mis propias experiencias y algunos personajes, para su vergüenza, están basados en personas que he conocido".

Si tiene que escoger una obra en la que el protagonista se dedique también a la literatura, el autor de *El niño del pijama de rayas* se queda con *El mundo según Garp*, porque "las novelas de John Irving me han inspirado desde mi adolescencia". En *El talento de Mr. Ripley*, de Patricia Highsmith, Boyne encuentra un protagonista tan ambicioso como el suyo, porque "nunca se detiene y no se detendrá ante nada para lograr sus fines". Y



a la hora de seleccionar un libro que todo escritor debe leer, el novelista se decanta por *Misery* porque "es maravilloso tener lectores ávidos, pero uno tan intenso como Annie Wilkes no es necesariamente el tipo de lector que uno busca. He tenido un par de acosadores en línea en mi vida, pero por suerte, nada tan dramático como lo que le sucede a Paul Sheldon" en la obra de Stephen King, remata. "Philip Roth, Anne Tyler e Irving son tres de los autores de los que tengo todas sus novelas, por lo que llenan un montón de estanterías", señala. La heptalogía de *Harry Potter* es esa novela que le hubiera gustado escribir, pero a la hora de llevarse un libro a una isla desierta, no lo duda: "*Middlemarch*, de George Eliot. Es largo y nunca lo he leído". ●

## QUÉ LEER



## SUSPENSE VITAL

Joyce Carol Oates, candidata al Nobel y finalista del premio Pulitzer, nos propone en *El señor Fox* (Alfaguara) la historia de un profesor de inglés seductor y enigmático. Cuando su coche aparece sumergido en un estanque, toda la comunidad comenzará a hacerse preguntas sobre su verdadera identidad.

## MEMORIA FAMILIAR

Cuando Agnès recibe una llamada de la policía diciéndole que su tía Colette ha fallecido, deberá sobreponerse a la sorpresa (lleva muerta 3 años) antes de emprender un viaje a los recuerdos y secretos familiares. Valérie Perrin firma en *Tatá* (Duomo Nefelibata) un éxito editorial llegado desde Francia.

## LA HERENCIA

En *Hijas predilectas* (Letras de Plata), Morgan Dick apuesta por el humor negro y la ternura para contar la historia de Mickey y Arlo. Dos hermanastras que nunca se han conocido y, condicionadas por el último deseo que su problemático padre plasmó en su testamento, volverán a encontrarse.

## LA SALSAS DE LA VIDA

Veintiún años después de su publicación original, Gatopardo Ediciones trae a España *El curioso caso de Mary Mallon*, el *true crime* del chef Anthony Bourdain sobre la cocinera de origen irlandés que trabajó para afamadas familias neoyorquinas y acabó siendo considerada la "mujer más peligrosa de EE.UU".



1. Bolso Nolita
2. Bolso Hamilton Moderne
3. Bolso Hamilton Moderne
4. Bolso Nolita

## Iconos DE ESTILO

La colección Otoño 2025 de Michael Kors reinventa dos de sus bolsos más icónicos y marca tendencia con sus nuevos charms.

Este otoño trae consigo el regreso de dos de los bolsos más icónicos del universo Michael Kors. Hablamos de Nolita, que vuelve con una silueta más compacta y correa ajustable para llevarlo como bandolera o al hombro, disponible en piel suave, ante aterciopelado y estampado con el logotipo de la firma. Por su parte, el nuevo Hamilton Moderne combina las líneas atemporales y la sofisticación del satchel original con un estilo más moderno y práctico, además de nuevas siluetas y materiales como el ante. La propuesta se completa con una colección de charms personalizados para customizar cada pieza según el estilo personal.

# ADIÓS AL EXCESO

El festival de Cannes prohíbe los volúmenes y transparencias. ¿Dejaremos de ver 'looks' como estos?

2024

**Taylor Russell**  
Un espectacular Chanel de archivo, sugerente y con forma de nube. La apuesta de la canadiense para la *première* de *Beetlejuice Beetlejuice* en Venecia estaría ahora prohibida en Cannes.



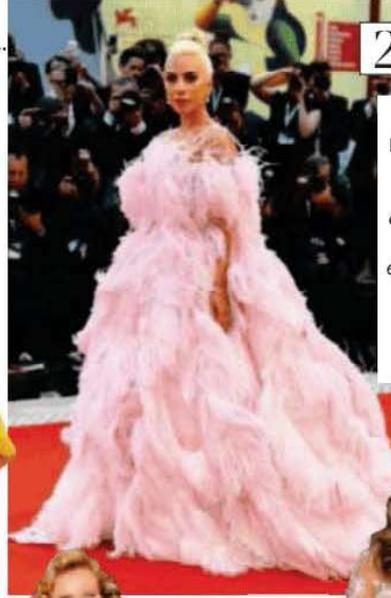
2021

**Bianca Balti**  
La top italiana lo tuvo difícil, seguro, para introducir los metros de tela de su *Dolce & Gabbana* en el patio de butacas del estreno de *Madres paralelas*.



2018

**Lady Gaga**  
El diseño de Valentino cuajado de plumas que lució la actriz y cantante en el estreno de *Ha nacido una estrella* es tan increíble que ha pasado a la historia, aunque sea poco práctico en espacios reducidos.



1994

**Elizabeth Hurley**  
La británica lució un Versace en la presentación de *Cuatro bodas y un funeral*, junto a Hugh Grant, que es tan inolvidable como sugerente.



2002

**Salma Hayek**  
El año en el que protagonizó el biopic de Frida Kahlo, la actriz fue una de las más atrevidas con un Narciso Rodríguez de encaje, lencero y transparente.



2008

**Eva Herzigova**  
Transparencias y elegancia son compatibles: la modelo checa lo demostró con su Dior. Hoy en día no podría volver a lucirlo en Cannes.



2013

**Jennifer López**  
Uno de los *naked dress* por excelencia de la historia del cine es el Zuhair Murad con el que la cantante epató al mundo en los Globos de Oro.



1988

**Cher**  
Sus looks transparentes y con pedrería son icónicos. El Bob Mackie que defendió para recibir su segundo Oscar está en el top.



1964

**Carroll Baker**  
La protagonista de *Baby Doll* se atrevió con todo en un momento en el que mostrar piel no era tan común. De pecho transparente y capa interminable, este Balmain es, sencillamente, espectacular.

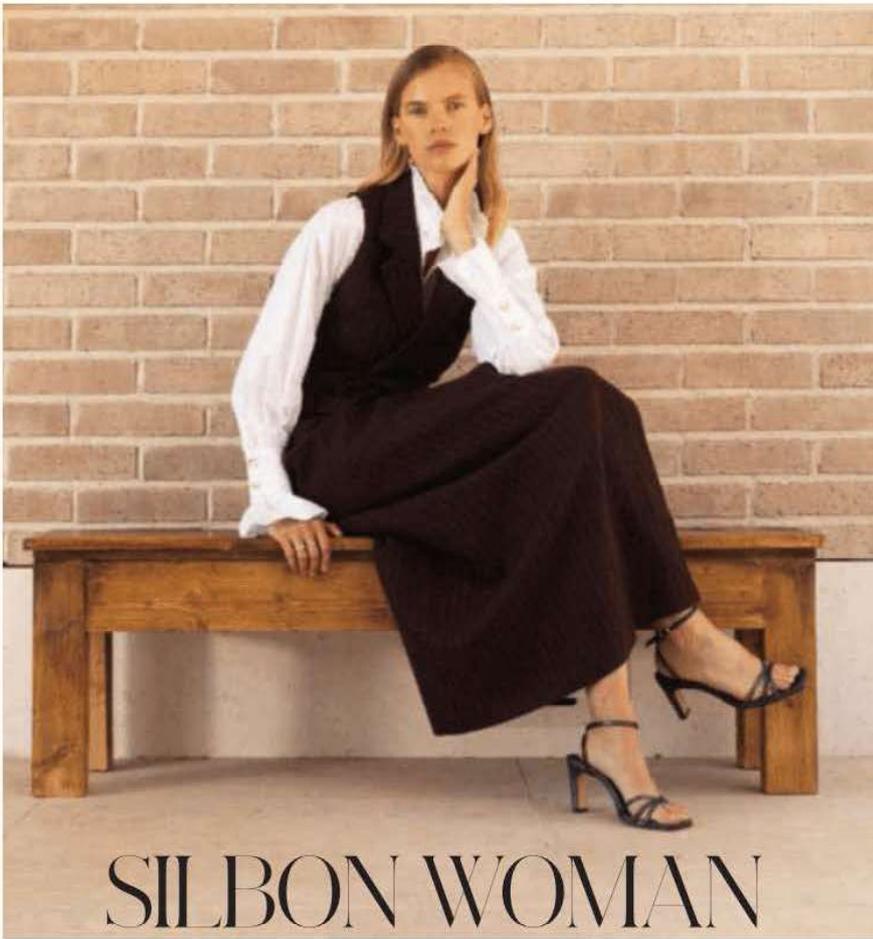


1955

**Sophia Loren**  
Los vestidazos no son prácticos en el patio de butacas. Lo prueba el Emilio Schuberth de la italiana, que acaparó espacio – y miradas – en la Bial de Venecia. Pero iba elegantísima...



FOR: PAULA PEÑA. FOTOS: GETTY IMAGES.



SILBON WOMAN

## *Prendas con alma creadas para perdurar*

Tradición artesanal y diseño contemporáneo:  
las claves del éxito de la colección de Silbon Woman.

Una prenda de ropa no solo debe sentarte bien, también tiene que representarte. Tu personalidad, tu esencia, tu forma de moverte por el mundo. Esa es la idea de Silbon, la marca de ropa cordobesa que empezó a triunfar en 2009 con su línea de ropa masculina y que lleva desde 2021 trasladando su estilo, elegancia y atención al detalle a su colección femenina: Silbon Woman.

Pensando en mujeres que valoran la calidad, el diseño y la personalidad por encima de todo, y para las que la moda es arte y cultura, Silbon sorprende con una colección de prendas que no solo se ven bien, sino que además se sienten y se recuerdan.

Un tributo a la artesanía que se refleja en un proceso minucioso, una elegancia que trasciende el tiempo y una adaptación a la mujer actual con reminiscencias a lo clásico. Así es Silbon Woman, donde la excelencia comienza por el material, por eso la selección de tejidos es uno de los pilares de su sastrería y como resultado, sus prendas gozan de una calidad y durabilidad que hacen que puedan acompañarte durante años. No es casualidad, es el resultado de una filosofía que pone en valor lo bien hecho. Y es que Silbon representa el valor del saber hacer español, combinando tradición artesanal con diseño contemporáneo. Casi el 50% de su producción se realiza en la península ibérica. Esta proximidad permite supervisar cada fase del proceso, y como resultado, se garantiza la calidad, precisión y coherencia con los valores de la marca.



Cada pieza de la colección Silbon Woman es el resultado de un proceso minucioso,  
donde el conocimiento, la destreza y la atención al detalle son fundamentales

# Nunca menos (que ahora)

Por Laura FERRERO



Cada país tiene, a la hora de brindar, sus propias expresiones. Tras esa particular forma de celebrar, de esas palabras que, al decirlas, invocan alegría, deseo o consuelo, se esconde una manera propia de mirar el mundo y de relacionarse con lo vivido. Desde el universal «¡Salud!», traducible a casi todos los idiomas, hasta el juguetón «chin chin», el sonoro «cheers» anglosajón o el japonés «kanpai», que significa, con hermosa sequedad, «vaso vacío». Sin embargo, mi brindis favorito no aparece en ninguna guía de viajes ni en las sobremesas de postal. Es uno que procede de los domingos de mi infancia, de esas ceremonias domésticas que jalonaban la vida familiar. En mi memoria perviven, con absoluta precisión, los detalles de la mesa puesta en casa de mi abuela: mi vaso lleno del casi desaparecido Bitter Kas y su rodaja de naranja flotando como una promesa; el desfile de vermouths, los entremeses —cuando aún se tomaban entremeses—, los canapés coronados con huevo hilado, el licor Soberano, y esos muslitos de cangrejo congelados que hoy probablemente figurarían en la lista negra de cualquier manual de alimentación consciente, pero que entonces eran sinónimo de manjar y de fiesta.

Antes de empezar con los aperitivos, mi tío —que tenía el don de convertir los gestos en liturgia— se ponía en pie. Carraspeaba, como quien afina la voz para comunicar algo solemne, y nos miraba con una pausa que imponía silencio. Con una lentitud casi ceremonial, como si fuera a revelar un secreto largamente custodiado, alzaba la copa y pronunciaba dos palabras que caían sobre todos nosotros como una bendición: «Mai menys». Nunca menos. Pero los niños pronto le interrumpíamos con impaciencia con un exaltado «¡ichin chin!». Lo hacíamos llenos de prisa por entrechocar el cristal de los vasos, sin tener la menor idea de a qué podían referirse aquellas dos palabras tan escuetas, tan misteriosas.

¿Nunca menos que qué? ¿Nunca menos que ahora? Esa era, supongo, la pregunta sin formular. Entonces, cuando reparaba en ese “ahora”, no me parecía gran cosa. Desde la inconsciencia de la niñez, lo que me rodeaba era simplemente lo que siempre había existido: la familia, la solemnidad de mi tío, los canapés del domingo. Hábitos, costumbres, los distintos nombres que tomaba la rutina. Hoy, visto con la perspectiva del tiempo, entiendo. Entiendo que las palabras de mi tío no eran un brindis cualquiera, sino una suerte de advertencia o,

más bien, un feroz recordatorio: habita, en lo aparentemente rutinario, en eso que damos por hecho, el lienzo en el que se nos va revelando lo extraordinario.

La rutina —esa palabra tantas veces denostada— es el polo opuesto de la aventura. Justamente ahora que la aventura estival —junio, julio, agosto— llega a su fin, septiembre se nos aparece como el domingo por la tarde que, con su horizonte de obligación, suena a un fin de fiesta que nadie celebra. Uno de mis autores favoritos, el escritor peruano Julio Ramón Ribeyro, decía en sus espléndidas *Prosas apátridas*: «No creo que para escribir sea necesario ir a buscar aventuras. La vida, nuestra vida, es la única, la más grande aventura. El empapelado de un muro que vimos en nuestra infancia, un árbol al atardecer, el vuelo de un pájaro, aquel rostro que nos sorprendió en el tranvía, pueden ser más importantes para nosotros que los grandes hechos del mundo».

Lo rutinario es eso memorable que perdura, el tejido palpitante que es la vida a secas, sin florituras, y que damos por supuesto, como si siempre estuviera ahí, sin percatarnos de que un día, al volver la vista atrás, quizás no echemos de menos los grandes acontecimientos, sino el lujo secreto de esos días aparentemente indistinguibles que, a fuerza de mirar, terminamos ignorando.

Brindar, en algunas ocasiones, no es desear más ni mejor. Es, quizá, saber mirar lo que ya hay, para que no falte. Para desear —con toda la esperanza posible— que nunca haya menos. ●

Laura Ferrero es escritora. Su último libro es *Los Astronautas* (Ed. Alfaguara).

# MÁS LIBERTAD MÚLTIPLES FORMAS DE RECARGAR TU ENERGÍA

HASTA **970 KM\*** CON CARGA ELÉCTRICA Y GASOLINA

NUEVO C10 ELÉCTRICO DE AUTONOMÍA EXTENDIDA

DESDE **26.800 €\*\***

con 7.000 € del Plan MOVES incluidos



¡DA EL SALTO A LEAPMOTOR!  
Descúbrelo en tu concesionario o en [www.leapmotor.es](http://www.leapmotor.es)



LEAPMOTOR

A LEAP FORWARD

Consumo de energía eléctrica Leapmotor C10 REEV: 20,5 kWh/100km. Consumo de combustible: 0,4l/100km, Emisiones de CO<sub>2</sub>: 10g/km.

\* Datos basados en la norma WLTP.

\*\* Promoción de Lanzamiento para Península y Baleares para todas las unidades matriculadas antes del 30 de septiembre de 2025 para unidades en stock incluyendo la aplicación del incentivo gubernamental de movilidad de 4500 € y la subvención de 2500 € por el desguace de su vehículo. Sujeto a aprobación y disponibilidad en su Comunidad Autónoma. Consulta las condiciones.

# welife\*

## FESTIVAL

Te esperamos en el encuentro de bienestar y sostenibilidad más importante del año

Un evento en el que podrás escuchar a los principales expertos en salud, alimentación y belleza consciente, además de disfrutar de sesiones exclusivas de yoga, pilates o meditación

**20-21**  
SEPTIEMBRE

Real Teatro de Retiro  
Pl. de Daoíz y Velarde, 4. Madrid

¡NO TE QUEDES  
SIN TU ENTRADA!

### Algunos de nuestros speakers



**Carlos Pérez**

Cofundador de Regenera.  
Experto en  
psiconeuroinmunología  
clínica y biología molecular



**María Neira**

Directora de Salud Pública  
y Medioambiente de la  
OMS



**Toni Nadal**

Entrenador de tenis



**Emilio Duró**

Economista, empresario  
y conferenciante en  
liderazgo empresarial



**Mª Dolores de la Puerta**

Médico, especializada en  
microbiota y en la relación  
intestino-cerebro

Main partners

asisa+

cantabria labs  
ENDOCARE

VOLVO

Patrocinan



EMPOWERRF  
by INEOS

enna

Flavia

MUSA



Colaboran

Alma Secret.



OLEVI

Organizan

welife\* vocento



PROGRAMA Y REGISTRO  
[welifestival.es](http://welifestival.es)

**MIRELA BALIĆ**, *la nueva SENSACIÓN del CINE ESPAÑOL*,  
PROTAGONIZA *un NÚMERO que PASA REVISTA a las TENDENCIAS que MARCARÁN el OTOÑO, pero TAMBIÉN el REGRESO a la OFICINA.*  
HABLAMOS *de MÚSICA con LEONOR WATLING,*  
*de POLÍTICA y FEMINISMO con CAYETANA ÁLVAREZ de TOLEDO,*  
*del PODER de la VOCACIÓN con ÁLVARO MORTE y de CINE AUTOBIOGRÁFICO con CARLA SIMÓN.* *Y nos PASEAMOS por los RINCONES más FOTOGÉNICOS de PARÍS para DESPEDIR el VERANO.*

---

# CON MUCHO ACENTO Mirela Balic

LA SERIE *ÉLITE* LE DIO SU PRIMERA OPORTUNIDAD, PERO LA CARRERA DE ESTA ACTRIZ DE ORIGEN SERBOCROATA NO ES FLOR DE UN DÍA. HABLAMOS CON ELLA DE SU NUEVA PELÍCULA, *EL TALENTO*, QUE PROTAGONIZA JUNTO A ESTER EXPÓSITO.



Por Eduardo VERBO Fotografía Charly CALDERÓN Realización Gervasio PÉREZ



Bolso, de PRADA, y falda midi de ante, de MICHAEL KORS.

En la página anterior, jersey, de MISSONI, y pendiente, de SCHIAPARELLI.

EN PORTADA



Vestido camisero,  
de LACOSTE, y  
mules, de FENDI.

En la página siguiente,  
chaleco con puntas  
metálicas y pendientes,  
de SCHIAPARELLI.

“HACE AÑOS  
TUVE UNA  
DEPRESIÓN.  
AHORA ESTOY  
PREPARADA  
PARA ABRIR  
CAJONES Y VER  
FANTASMAS”



**U**n día, la actriz Mirela Balić (Madrid, 1999) paseaba cerca de la plaza de Callao, en la Gran Vía de la capital, y se encontró con algo completamente inesperado: una lona gigante con el rostro de Ester Expósito, quien había formado parte del elenco principal de las tres primeras temporadas de *Élite* y se convirtió en una estrella mundial seguida por cerca de 25 millones de usuarios en Instagram. “Íbamos al mismo colegio, aunque no a la misma clase. Me alegré mucho. Pensé: ‘¡Mira, qué guay! ¡Dónde ha llegado!’”, cuenta la intérprete, quien tiene un grato recuerdo de su compañera. Ambas coincidieron en las extraescolares de teatro donde, con unos 11

o 12 años, llevaron a las tablas, ayudadas por un apasionado profesor de Lengua y Literatura, la función *Mariana Pineda*, de Federico García Lorca. La música la puso una buenísima amiga de Mirela y (esta sí) compañera de pupitre: la cantante Alice Wonder. La obra, que cuenta la historia de Pineda, una heroína que fue símbolo de la lucha frente al absolutismo de Fernando VII, provocó que Balić –una heroína moderna interesada, pese a lo que pudiera parecer, en los clásicos como el autor granadino o Shakespeare– resolviera que la interpretación era, definitivamente, su vocación. “Hubo un momento en el que salí al escenario que me quedé *flasheada*. Era todo lorquiano, metafórico. No sabía lo que acababa de pasar, pero estaba claro que era lo que quería hacer el resto de mi vida”, manifestó entonces Mirela, quien, como Expósito, participó en *Élite*, en su caso, en la séptima temporada, la penúltima, aunque no coincidieron. “Fue como un sueño, aunque a mí la fama me llegó de forma más progresiva. No me levanté y, de repente, no podía ir ni a por el pan”, ríe la joven, a la que le gusta meditar y pasear con su perro.

Ahora, cerca de 15 años después de aquella representación escolar, Ester y Mirela han protagonizado un emotivo reencuentro en *El talento*, la película de Polo Menárguez producida por The Mediapro Studio y Reposado P.C., que se estrena en cines este 5 de septiembre. Basada en *La señorita Else*, la novela de Arthur Schnitzler, narra la historia de Elsa, una prometedora estudiante de violonchelo que disfruta de la exclusiva fiesta de cumpleaños de su amiga Idoia. Durante ella, Elsa, sin habérselo imaginado, tendrá que tomar la decisión más difícil de su vida. “Ha sido muy bonito vernos de nuevo. Tanto Ester como yo perseguíamos lo mismo y coincidir en el set trabajando me hizo pensar en lo curiosa que es la vida, en que nunca sabes por qué camino te va a llevar”, confiesa Balić, quien ha dicho que meterse en la piel del personaje le ha divertido mucho, “porque es una niña histriónica en los mundos de *yupi* con unos padres adinerados”.

La madre de Mirela es serbia. Se llama Susana Stefanović y es chelista de profesión. Llegó a España en 1988 porque le ofrecieron un puesto de solista en la Orquesta Ciudad de Barcelona. “Mi padre, que es croata, tocaba el saxo y es muy gracioso porque él tenía en Croacia un grupo de música *soul* negra, pero que se componía de cinco rubios con ojos azules de un metro ochenta y cinco. Dejó de dedicarse a ello y decidió acompañar a mi ma- ▶



Cazadora de piel, de **LOUIS VUITTON**, y collar *So Move* en oro blanco y pavé de diamantes, de **MESSIKA**.

A la derecha, vestido, de **FENDI**, y pendiente *ear cuff My Twin*, de **MESSIKA**.

“INTERPRETANDO A LORCA, ME DI CUENTA DE QUE ERA  
LO QUE QUERÍA HACER EL RESTO DE MI VIDA”



dre hasta aquí. Imagino que es una bonita historia de amor, sí”, confiesa Mirela, quien sostiene que Antonio Banderas le dijo una vez que debía hablar dando titulares, pero cuyo tono es, afortunadamente para los periodistas, expansivo. Ella misma se define como “charlatana”.

Tras un tiempo en la Ciudad Condal, la matriarca fue contratada en 1991 por la Orquesta Sinfónica de la Radiotelevisión Española y el matrimonio se mudó a Madrid, donde nacieron sus hijos. “Todos tenemos el ritmo en el ADN”, confiesa Balić. En efecto, la infancia de Mirela estuvo muy vinculada a la música. De hecho, toca el violonchelo desde los cuatro años. “Me formé en el conservatorio en ese instrumento y también en piano. Cuando llegué a casi entrar en el Grado Superior y pensé en la posibilidad de convertirme en una profesional fue cuando me di cuenta de que no sabía si quería eso. Y fue cuando entró el teatro en mi vida”, aclara. “Mi hermano también tocaba la viola y el piano, pero ahora es ingeniero; mi tía es pianista; mi tío, violinista y mis primos tocan”, añade. Sin embargo, Mirela, después de interpretar la obra de Lorca, se propuso actuar y lo consiguió cuando fue aceptada en la Real Escuela Superior de Arte Dramático de Madrid.

“Siempre hablo del tiempo que pasé allí como uno de los mejores y peores años de mi existencia. Fue duro y también muy rico emocionalmente. Una época de crecimiento y sacrificio, porque eran muchas horas. Mereció la pena y fui muy feliz. Tuve unos compañeros y unos profesores con los que crecí mucho. A veces lo echo de menos, sobre todo en los procesos creativos, los ensayos, durante esa búsqueda en la expresión corporal. Me gustaba mucho el mundo del teatro gestual”, detalla esta joven que sueña con meterse en la piel de Lara Croft o “raparme la cabeza y hacer una película de la posguerra”, y que trabaja con muchos métodos. “Depende de qué personaje, voy cogiendo un poco de Meisner, de Stanislavski, pero tampoco me consideraría una actriz que durante todo el rodaje no sale del personaje. Yo creo que para trabajar con la verdad también hay que hacerlo con algo tuyo. Tu verdad. Tu voz. Tu cuerpo. Pero siempre buscando crear un arquetipo”, apostilla Balić, quien ya ha emprendido ambiciosos proyectos en la gran pantalla, como *Mala Influencia*, la primera película de la directora Chloé Wallace.

**MUJERHOY. Su padre es croata y su madre, serbia. Antes de que naciera, ambos países estuvieron en guerra. ¿Ha pensado en el simbolismo que tiene la paz en su vida?**

**MIRELA BALIĆ.** De alguna forma, sí. Aunque yo siempre me río porque no represento la palabra paz en absoluto. ¡Soy muy inquieta! ¡No paro! Pero sí, mi herencia es esa guerra tan loca entre pueblos tan cercanos y que, en realidad, ha sucedido hace poco. Me gusta pensar que el amor cruzaba todas las fronteras. Y aquí estoy yo.

**¿Tuvieron sus padres que superar escollos para estar juntos?**

Habría que preguntárselo a ellos, pero no hubo mucho dolor. Mi madre es serbia, pero mi abuela materna es croata, con lo que la mezcla ya estaba ahí. Mi padre siempre me recuerda que soy tres cuartos partes dalmata.

**¿Cómo era llamarse Mirela cuando era pequeña?**

Fui a un colegio público de Madrid donde había gente de Chamberí, escoceses, dominicanos... o alicantinos, como mi mejor amiga. No fue extraño.

**¿Fue una adolescente rebelde?**

Tengo unos padres que me han educado muy bien, pero eso no significa

que yo no me saltara un poco las normas, porque necesitaba curiosidad y vivir. A veces, hace falta pegársela para saber que ahí no era.

**¿Está contenta de haber logrado convertirse en actriz?**

Sí, mucho. Hay días que me tengo que pellizcar todavía. Estoy trabajando y me doy cuenta cuando abres el periódico y ves que tan solo lo hace un 7% de la profesión. Le doy diez veces gracias no sé a qué o a quién antes de dormir y continúo agradeciendo siempre todo lo que me rodea, lo que tengo, las oportunidades que me están dando. Sin embargo, me cuesta un poco la letra pequeña, esa que no sabías que venía con el tema de ser actriz: los eventos, las alfombras rojas, la exposición...

**¿De qué modo gestiona la fama?**

La palabra fama siempre me ha dado rechazo, pero creo que tengo suerte porque soy muy extrovertida y eso considero que es una cualidad que, de alguna manera, la vida me ha dicho: “Toma, te va a venir muy bien”. Me gusta hablar con la gente, creo que me desenvuelvo bien. Me encuentro constantemente con personas extrañas. Ayer estuve con personas que no conocía, mañana con más... Pero, eso sí, creo que también toca cuidar tu energía, darse espacios, saber cuándo quedarse en casa y resetear, aunque a mí me encanta escuchar, observar y ver cómo funcionamos. Soy actriz también, supongo, porque tengo una curiosidad por la condición humana.

**¿Se pone nerviosa cuando va a hacer un casting?**

El reto no es tanto superar los nervios como lo que supone prepararlo. Hay veces que no tengo mucho tiempo ni las herramientas ni toda la información que te gustaría y, entonces, tienes que ir un poco a ciegas y construirte el mundo de tu personaje. Luego, el día de la prueba, voy a jugar y a lanzar mi propuesta.

**¿Quién le pone los pies en el suelo?**

Mis amigos. Tengo la suerte de tener un grupo de hace 20 años o más que han estado y siempre saben quién es Mirela. Yo pienso que sigo siendo la misma.

**¿Cómo cuida la salud mental?**

Hace unos años tuve una depresión. Fue una época bastante jodida. A día de hoy, cuando me encuentro viviendo el mejor momento, también voy a terapia. Como estoy sana, fuerte y estable, ahora estoy preparada para abrir cajones, ver fantasmas y no tener miedo porque estoy entera y disponible para tratarlo y enfrentarme a ello.

**¿Ya no le tiene miedo a sus fantasmas?**

Siempre dan un poco de pereza. Pero la idea no es ponerlos en un cajón y olvidarte de ellos. Bueno, cada uno que trate su vida como quiera, pero a mí me interesa mucho crecer de la mejor manera posible. Y estar lo más sana posible y dejar de ser mi enemiga.

**¿Ha tenido que pagar un peaje alto por su belleza?**

No tengo ni idea. A día de hoy me lo pregunto, porque ▶

Vestido de escote  
corazón con  
aplicaciones de cristal,  
de DOLCE & GABBANA.

“ESTOY MUY  
CONTENTA DE SER  
ACTRIZ. Y MUCHO  
MÁS CUANDO VES  
QUE SOLO TRABAJA  
UN 7% DE LA  
PROFESIÓN”



me como mucho la cabeza pensando: "¿A mí en este proyecto me cogieron porque soy un poco exótica, serbia, rubia, con ojos azules o porque han visto algo de mi trabajo? Quiero creer que es una mezcla de ambas cosas. Pero sí que ha sido un poco arma de doble filo, porque siento que por tener cara de lirio o yo no sé muy bien qué cara tengo, me han prejuzgado. Desde pequeña. La gente me ha observado pensando: "Uy, la rubia mala que mira por encima del hombro". Y, luego, cuando me conocían, se daban cuenta de que era un personaje, inocente, normal y graciosa.

### ¿Ha vivido alguna situación de abuso de poder?

Sí, en uno de los primeros proyectos que hice. Y eso que era bastante cría y podía sucumbir a esas cosas de los principiantes. Pensaba: "Tú calladita y haciendo caso a todo el mundo". Pero me pasó con un director. Se pactó una secuencia íntima de una manera y el día que fui a grabarla se me pedía otra cosa que no estaba firmada por contrato ni nada. El rodaje era fuera de Madrid y encima no estaba mi representante. Dudé, pero resolví la situación por mí misma: solo iba a pasar como se había pactado y punto. Fue muy molesto y tuve que tener varias conversaciones muy incómodas. Podía ver haberme rajado y hacerlo, pero me planté. Ahora me alegro mucho, porque o te proteges o te comen viva. Al final quien acaba en terapia eres tú, no los demás.

### Ahora hay coordinadores de intimidación...

Sí, menos mal. Es una figura que ha venido para quedarse y que debería haber existido ya hace mucho tiempo.

### Que se lo digan, por ejemplo, a Maribel Verdú, quien ha protagonizado muchos desnudos y es, además, su amiga, ya que hacía de su madre en *Élite*.

No es lo mismo la industria de hace 20 años que ahora. Y menos mal. En ese sentido se cuida todo muchísimo más.

**A**demás de actuar, tocar el violonchelo y el piano, Mirrela canta y, ahora, quiere darle una oportunidad a esa faceta. "Hubo un momento en el que me casqué un poco la voz y me daba mucha pena no tener el mismo registro que tenía antes. Es una herida que escondía. Sin embargo, hoy en día estoy empezando ya a hablar un poco más de ello. Me he recuperado, estuve mucho tiempo con clases de foniatría y demás para recuperar esos nódulos y sanar la voz. Cuando entré en la cola de la Comunidad de Madrid me querían poner de soprano y les convencí de que yo soy más *mezzo*. Siempre quería cantar con los chicos porque era un registro mucho más natural para mí. Amo cantar y no me gustaría que se quede ahí, en la sombra. Entonces, como que ahora lo estoy recuperando. Además, me rodeo de cantantes y artistas". De hecho, su novio es DJ Lejía, el productor madrileño más vanguardista del momento, quien siempre preserva su identidad: luce pasamontañas en sus actuaciones y, en el mundo musical, destaca por explorar un sinfín de estilos: electro, breaks, dubstep, drum & bass, hardcore, garage... "Prefiero guardar su anonimato, que es algo a lo que él dedica mucho tiempo. Y, por supuesto, me guardo también cómo nos conocimos y todas esas cosas románticas".

### En cambio, ha dicho que su suegra es su gestora.

Es muy buena en ello... y es muy buena madre. Y, como es buena madre, me ayuda y nos tenemos mucho cariño, nos llevamos muy bien. Creo

que es la única persona que tiene la paciencia suficiente de explicarme las cosas relacionadas con los números y Hacienda una y mil veces.

### ¿Qué piensan sus familiares de su éxito?

Mi familia siempre me ha apoyado y están muy orgullosos. Menos mal, porque tengo compañeros que no han vivido lo mismo. Y supongo que a mi madre le calma mucho ver que me sostengo por ahora, porque, cuando vienes de una familia de artistas, conoces lo que es la precariedad y no saber cuándo vas a trabajar es duro.

### Creo que su fan número uno es su abuela.

Me otorgaron un premio por *Élite* en Sarajevo. Ella no estaba allí, pero mi discurso de agradecimiento y alguna entrevista fueron en mi idioma. Me hizo muchísima ilusión que viese algo mío y me entendiera.

**M**irela tenía planeado viajar este verano a México una vez terminada la representación de *Parejas imperfectas*, la obra de teatro dirigida por Bernabé Rico, que explora la discapacidad física, moral y emocional y en la que compartía cartel con Toni Cantó, quien regresaba a los escenarios tras probar suerte en la política. Pero, de lo que la actriz no tenía dudas durante la entrevista era viajar a otro punto de la geografía: la residencia familiar de sus abuelos en la playa de Sveti Stefan (Montenegro), donde ha llegado a pasar tres meses y donde conecta de nuevo con sus raíces, pese a considerarse cien por ciento madrileña. Y es, en esos momentos de tranquilidad, cuando recuerda la primera vez que le pidieron una fotografía.

También sucedió en la Gran Vía, como cuando vio cómo su compañera Ester Expósito había triunfado mundialmente y su rostro copaba todo un edificio de la famosísima calle capitalina. "Eran una madre y su hija. Creo que eran francesas. Me reconocieron y vinieron a mí. 'Oye, disculpa, es que me da mucha vergüenza pedirte esto', me comentó la madre. Y yo, pensando que la foto era para la hija, me acerqué a ella y me soltó: 'No, no, es conmigo'. Mira, qué risa, la niña estaba avergonzada y pensando: 'Cómo me haces pasar por esto, mamá'. Fue un momento bonito, de esos que no te olvidas fácilmente". ●

Top elástico, falda con cinturilla oculta y salones de lana, todo de PRADA.

Maquillaje y peluquería: *Kley Kafe*. Asistente de fotografía: *Efrén Serrano*. Asistentes de estilismo: *Greta Macchi* y *Patricia Hinojal*.



x.com/byneontelegam

“SUFRI UN ABUSO  
EN UNO DE  
MIS PRIMEROS  
PROYECTOS. ME  
PIDIERON UNA  
ESCENA ÍNTIMA NO  
PACTADA”

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



en  
147

byneon  
Neon 147



## POWER DRESSING

La renovación que experimentamos en septiembre es similar a la de principios de año: empezamos de cero tras una agradable pausa, volvemos a la rutina y nos planteamos nuevas metas. El papel que juega la moda en medio de esta introspección es mucho menos banal de lo que parece. Practicar el *power dressing* o, lo que es lo mismo, vestirse para sentirse bien y empoderada –sobre todo en la vuelta al trabajo–, es esencial para empezar con ganas. Esta temporada, nos levantarán el ánimo los trajes ochenteros y las hombreras exageradas. Los *stilettos* destalonados elevarán los mejores estilismos y los bolsos clásicos reeditados conquistarán, de nuevo, nuestro guardarropa. Añadir un accesorio con personalidad siempre es un plus en este sentido; con ellos, podemos alegrar un día gris de la forma más sencilla.

STELLA MCCARTNEY

SAINT LAURENT

CHLOÉ

CHANEL

FENDI

FENDI

BOTTEGA VENETA

BOTTEGA VENETA

GIVENCHY

SAINT LAURENT

STELLA MCCARTNEY

LOUIS VUITTON

GUCCI

ZIMMERMANN

Botella, de MIU MIU;  
zapatillas, de NEW  
BALANCE, y raqueta,  
de LOUIS VUITTON.



## DEL RUNNING AL PÁDEL

El deporte siempre ocupa un lugar protagonista a la vuelta y este año el *running* y el pádel son los favoritos. “Esa liberación de endorfinas genera bienestar, mejora la autoestima y reduce el estrés”, nos explica la entrenadora personal Cris Díaz. Quizá por eso, cada vez son más los que se suman a clubes de corredores o se apuntan a clases de pádel. Eso sí, el entusiasmo no debe precipitar los comienzos, sobre todo si nunca antes has entrenado. Díaz insiste en la importancia de empezar con calma, para ir ganando resistencia poco a poco y complementar la práctica de ambos con fuerza y movilidad.



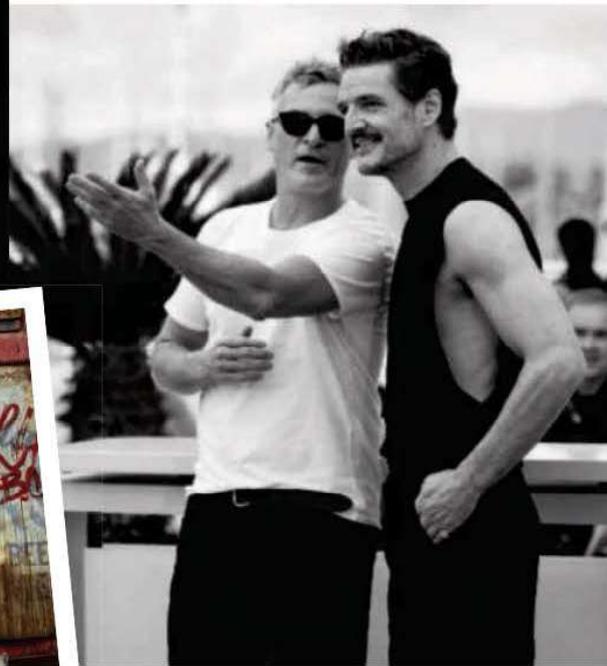
Un armario renovado, los estrenos de cine y series más esperados o una deco colorista amortiguan el aterrizaje en la rutina.

# VOLVER A EMPEZAR

Por Aloña Fdez. LARRECHI, Ixone DÍAZ LANDALUCE, Paula PEÑA y Sandra CÁRCEL.

## FIEBRE VERDE

De sabor terroso, herbáceo y ligeramente amargo, el té matcha ha traspasado las fronteras niponas para convertirse en un ingrediente global. Las causas: su vistoso color, su éxito en las redes sociales y el auge del autocuidado, ya que se trata de un alimento rico en antioxidantes y nutrientes que refuerzan el sistema inmunológico, estimulan el metabolismo y mejoran la concentración. Ahora su presencia superará la elaboración líquida tradicional y, a su inclusión en deliciosos postres, sumará el salto a la cocina salada a través de curry, tempura o fideos infusionados o directamente elaborados con té matcha.



De izq. a dcha., Kristen Bell y Adrian Brody; Ariana Grande y Cynthia Erivo; Joaquin Phoenix y Pedro Pascal. En el centro, Austin Butler en un fotograma de la película *Bala perdida*, que se estrena el 10 de octubre.

## EMOCIONES FUERTES

En la pequeña pantalla o en su hermana mayor, la industria audiovisual ha preparado una temporada repleta de razones para dejarse llevar. Kristen Bell y Adam Brody regresarán con la segunda entrega de *Nadie quiere esto* (Netflix, 23 de octubre) y *It: Bienvenidos a Derry* (HBO Max) será la serie que nos pondrá los pelos de punta este otoño. En el cine, Pedro Pascal y Joaquin Phoenix estrenarán *Eddington* el 12 de septiembre, mientras que Austin Butler será una *Bala perdida* el 10 de octubre. Para disfrutar del desenlace de la exitosa *Wicked*, con Cynthia Erivo y Ariana Grande, habrá que esperar al 21 de noviembre.

## PIEL A PUNTO

El verano deja huella: el bronceado se va apagando, la piel se siente más seca y pueden aparecer manchas o lunares. “Aunque usemos protección, el aumento de melanina hace que algunos lunares se vean más intensos. Ante la duda, siempre es mejor acudir al dermatólogo”, explica el doctor José Luis Ramírez, especialista en Dermatología Médico-Quirúrgica. Para recuperar la piel, la clave está en dos frentes: hidratación y tratamiento de las manchas. “Si notamos tirantez o picor –algo habitual al cambiar de clima–, es momento de reforzar la hidratación con texturas más ricas”, aconseja Ramírez. Y si han aparecido manchas, propone incorporar activos despigmentantes como el ácido azelaico o el kójico: “Son eficaces y se pueden usar en casa de forma segura con la pauta correcta”, concluye.



Gilbert

## EDUCACIÓN DIVERTIDA

A la hora de apuntar a los niños a actividades extraescolares, la psicopedagoga Carmen Hernández aconseja que ellos “participen en la decisión” y que “no sean más de dos a la semana”. Por edades, de 3 a 6 años recomienda aprovechar su plasticidad cerebral para que aprendan idiomas. Hasta los 10, propone reforzar las habilidades sociales y el esfuerzo con artes marciales, natación o teatro. A partir de esa edad, y hasta los 13 años, es importante “ayudarles a desarrollar valores y fomentar su expresión artística” con voleibol, dibujo o fotografía. Y en la etapa previa a la edad adulta, la experta sugiere impulsar los retos intelectuales con el ajedrez o la programación, y fomentar la pertenencia al grupo y el respeto a las normas con deportes como el rugby o el hockey.



## SIN MIEDO AL COLOR

Los ambientes nórdicos sin personalidad y el odiado—y frío— gris millennial dejan paso a una explosión de tonos, estampados y motivos arrolladores, que inundan las casas con mejor gusto y las redes sociales de quienes adoran la decoración. Añadir un papel pintado, un jarrón colorido o una pieza especial que acapare el protagonismo de una estancia: todo es buena idea a la hora de “aportar energía y refrescar el hogar tras el verano”, según aconsejan los decoradores más experimentados de El Corte Inglés Home.

## ALTA TENSION

El curso político empezará como terminó. Puede que peor: con el clima geopolítico más convulso de las últimas décadas, las amenazas arancelarias de un Donald Trump nervioso por el caso Epstein, la manifiesta incapacidad de la comunidad internacional por encontrar una solución a las guerras en Ucrania y Gaza y el auge de los autoritarismos en todo el mundo. Y con dos citas importantes en el calendario de otoño: la Asamblea General de la ONU y la COP30 en Brasil. Todo eso, de puertas para afuera. De puertas para adentro, los casos de corrupción —que el verano no ha hecho más que ensanchar y que traerán más sorpresas desagradables en otoño—, la inestabilidad política o la tensión social alrededor del debate sobre la inmigración alimentan un clima preelectoral que solo añade un poco más incertidumbre al cóctel.



“SI HAY ALGO QUE NO QUIERO QUE MIS HIJAS SIENTAN NUNCA, NI POR ASOMO, ES VICTIMISMO”

# CAYETANA ÁLVAREZ DE TOLEDO

Llega puntual a nuestra cita, acompañada por una niña de 16 años que a todas luces es sangre de su sangre: parecen dos gotas de agua. “Mi hermana, que tiene 13, es sin embargo muy distinta a nosotras dos”, nos cuenta luego Caye (así es como la llaman en su círculo íntimo), mientras maquillan a su madre para la sesión de fotos. La hija mayor de Cayetana Álvarez de Toledo bromea sobre los looks de su progenitora –“¡he conseguido que al fin se ponga pantalones anchos!”– y más tarde se despide con cariño de ella y con muchísima educación del equipo de Mujerhoy. “Mis hijas y yo somos muy piña, nos divertimos mucho juntas”, nos desliza Álvarez de Toledo. Así es como presenciamos una faceta inédita, la distendida y maternal, de esta política que nos tiene acostumbrados a su rictus serio y su discurso implacable en las sesiones de control al Gobierno.

**MUJERHOY.** Me alegra que haya accedido a que le hagamos estilismo para las fotos que acompañan esta entrevista. La mayoría de las políticas españolas suele rechazarlo, por miedo a que se las tache de frívolas.

**CAYETANA ÁLVAREZ DE TOLEDO.** Miedo a la condena populista, ¿no? No hay que tener miedo nunca. A nada. La moda, además de una industria, es la manera en la que nos exhibimos ante el mundo, es una manera de

---

Es una de las caras más reconocibles de la oposición. Charlamos con ella del nuevo curso político, pero también sobre moda, feminismo, cumplir años y acerca de la importancia de cuidar las palabras.

---

representarnos. Yo no soy una experta, pero aprecio la belleza. Ese es otro de los tabúes de la política: la vinculación con la belleza. Siempre digo que hay que intentar cultivar la belleza en las formas y en el fondo.

**¿Diría que hoy asistimos al triunfo del feísmo?** Hay una degradación de las formas. Desde la manera de presentarse hasta la de expresarse. A mí me obsesionan las palabras. Mi madre me decía de pequeña: “Cayetana, las formas perfeccionan la verdad”. Cuando me expreso en el Parlamento siempre intento cuidar las palabras que utilizo. Eso se puede trasladar también a lo físico. En esto creo que hay un puntito de hipocresía: a todos nos gusta que nos digan que estamos guapos.

El fotógrafo Cecil Beaton sostenía que “el que ignora la moda se ignora a sí mismo”.

Yo soy muy clásica al vestirme. Miro una foto mía a los 18 años y llevaba vaqueros negros y camisa blanca, igual que he venido hoy. Sigo muy poco las tendencias y no me gusta disfrazarme. Tiendo a la simplicidad, a la síntesis. Pero eso es perfectamente compatible con apreciar la moda cambiante. Y ya digo que en esto hay mucha hipocresía: hay políticas que hacen demagogia y populismo de izquierdas y sin embargo tienen casi obsesión con la moda, con armarios mucho más extensos que el mío.

**¿En quién está pensando?**

No voy a decirlo, pero se lo puede imaginar...

**Habla de la belleza de las palabras. Se la acusa de ser excesivamente dura con las suyas.**

Lo moderado es decir la verdad. La verdad ha desaparecido como valor de la vida pública. Se han sustituido los hechos por opiniones, y entonces la conversación desaparece. Usted y yo podemos tener opiniones radicalmente distintas pero, si estamos de acuerdo en los hechos fácticos, sobre eso empezamos a construir una conversación, que puede llevarnos a una discrepancia civilizada o a un consenso. Si negamos la existencia de la verdad objetiva, no solo no vamos a poder pactar nada, sino que no vamos a poder siquiera discrepar. Cuando la verdad desaparece, la democracia fenecerá. Volviendo a la belleza de las palabras, la precisión es clave. En mis discursos nunca busco el atajo, las ►

La política lleva  
camisa de MANGO,  
vaqueros de LEVI'S  
y collar de SEZANE.



# LA CONVERSACIÓN

palabras fofas, flácidas, que son simple espuma... Intento que cada una de mis palabras quiera decir algo y esté sostenida en una verdad, y trato de hilvanarlas en un argumento racional. La razón puede ser emocionante, no hace falta apelar a las vísceras; hoy en día la política se ha vuelto visceral y emocional. **Entonces, ¿por qué le sigue mereciendo la pena dedicarse a ella?**

Porque no hay nada más importante que la política. Afecta a todos los aspectos de la vida humana, desde lo más nimio (el trazado de una carretera) hasta lo más drástico (cómo gestionar una pandemia, si ir o no a una guerra). Por eso es tan importante que a la política se dediquen los mejores: los más honestos, los más competentes, los más honrados, los más inteligentes... Necesitamos volver a prestigiar la política. Una vez le preguntaron a Torcuato Fernández-Miranda cómo había sido posible la Transición española. Y él dijo: "Con el corazón sujeto y en su sitio". Así es como se consiguen los grandes consensos políticos. **Pues parece que cada vez estamos más alejados del espíritu de la Transición...**

¿Por qué estamos hoy así? Porque hay una política deliberada, de un Gobierno que llega sin una mayoría, para intentar levantar un muro contra la otra mitad. Y la conversación queda arrasada. Yo lo veo en las sesiones de control. Tú le preguntas a un ministro "qué hora es" y él te responde: "Ultra, ultra, facha, facha". **Ha dicho antes que a la política deben dedicarse los mejores. Usted tiene un currículum brillante, con un doctorado por la Universidad de Oxford, pero otras personas –también de su partido, como el caso de Noelia Nuñez– se han dedicado a falsear el suyo.** Para empezar, mentir es intolerable en cualquier ámbito. En cuanto al currículum, Churchill no tenía formación universitaria y fue no solo una de las grandes figuras políticas de la Historia sino también Premio Nobel de Literatura. No hace falta un doctorado para ser un buen político, pero evidentemente hoy en día es preferible haberse formado y haber trabajado en la vida privada antes de acceder a la política. La política debería ser un servicio público temporal; hoy se ha vuelto un oficio arrasado por la mediocridad y la mendacidad.

El pasado mes de julio, Alberto Núñez Feijoo, presidente del Partido Popular, incluyó a Cayetana Álvarez de Toledo en su nuevo Comité Ejecutivo Nacional. Desde esa posición, la madrileña (nació en 1974 en la capital española, aunque también tiene las nacionalida-



Cayetana Álvarez de Toledo posa bajo la cúpula del Hotel Palace de Madrid con jersey de YLIANA YEPEZ, falda de SFERA EL CORTE INGLÉS y zapatos de AQUAZZURA.

des argentina y francesa) vislumbra un nuevo curso político durante el cual "las cosas se van a poner peor antes de mejorar". Es decir, que la tensión irá *in crescendo*, según su vaticinio. "Estamos viviendo un proceso de mutación de democracia plena a democracia fallida. El único objetivo del Gobierno es mantenerse en el poder al precio que sea, y eso nos va a llevar a niveles de tensión inéditos en los últimos 50 años. Esto se producirá a partir de septiembre. Las próximas fases de ese proceso de mutación van a ser la fragmentación del poder judicial (por exigencias de Junts), la liquidación de la solidaridad e igualdad económica y social de los españoles (por el cupo separatista) y, en tercer lugar, una forma de reconocimiento de la nación catalana, es decir la derogación de la nación española", resume.

**¿Qué ilusión puede encontrar el votante en el PP actual, cuando la desafección hacia todos los partidos políticos es enorme?** La ilusión de una esperanza para España. La esperanza de una España fuerte, moderna y de calidad. La esperanza de una gran regeneración democrática. La esperanza de unas instituciones despolitizadas. La esperanza de tantos constitucionalistas, en el País Vasco y Cataluña, que se han visto humillados por el nacionalismo. La esperanza de que no va a haber impunidad. Puedo seguir largamente... **¿Y qué papel juegan en todo esto los ciudadanos?** En su diario de 1936, Stefan Zweig escribió, refiriéndose a los españoles: "Uno observa asombrado la sabia indolencia de este pueblo, incluso ante una crisis como esta". ¿Usted cree que somos indolentes?

## “EN LAS SESIONES DE CONTROL, TÚ LE PREGUNTAS A UN MINISTRO ‘¿QUÉ HORA ES?’ Y ÉL TE RESPONDE ‘ULTRA, ULTRA, FACHA, FACHA’”

Yo creo que el Gobierno no se atreve a convocar elecciones porque sabe que los españoles castigarán esta degradación, y eso es una señal de esperanza también para los que nos dedicamos a la política. Sánchez sabe que la democracia es sinónimo de su derrota. La relación de los ciudadanos y sus representantes tiene que ser de confianza mutua. Yo confío en los ciudadanos, por eso les trato como adultos; los populistas les tratan como menores de edad: les gratifican los oídos, no les cuentan las verdades incómodas... Yo confío en su inteligencia. Mi responsabilidad como político no exime al ciudadano de la suya. España necesita militantes de la democracia. Eso significa movilización, no estar sentado en tu sofá diciendo “qué mal va todo”. El pesimismo es la coartada de los cobardes.

**¿Usted es valiente? ¿Considera que la valentía es uno de los rasgos de su personalidad?** Me gustaría que lo fuera. A mis hijas les repito que el valor es una de las cualidades más importantes de la vida. Decía Senillosa que en la vida se puede ser todo menos cobarde. La vida al baño maría no existe, mucho menos en política. Ante la disyuntiva de sumisión o conflicto, es preferible el conflicto.

**Ya que menciona a sus hijas: la mayor, Cayetana, me ha contado que durante las cenas en casa suelen hablar de política...**

Sí, pobres. (*Sonríe*). Inevitablemente.

**Para ellas no debe de ser fácil tener una madre con tanta exposición pública.**

Bueno, seguro que hay mucha gente que lo tiene mucho más difícil. En casa está proscrita la palabra *víctima*. Si hay algo que no quiero que nunca sientan, ni por asomo, es victimismo. *La vie est ondoyante*, la vida es ondulante, como decía Montaigne y repetía Pla. Y es verdad, a veces estás arriba, a veces abajo. Lo importante es tener la columna vertebral firme y la cabeza fría. Yo les digo a ellas: “Si te caes, te levantas”. Espero que piensen que su madre actuó por convicciones, con la mejor voluntad, y que plantó cara.

**En nuestro congreso de liderazgo femenino, Santander WomenNOW, la embajadora de Finlandia en España, Sari Rautio, defendió que si hubiera más mujeres al frente de los gobiernos existirían menos conflictos internacionales. ¿Comparte su punto de vista?**

Yo no hago esa distinción por sexos en el mérito, para nada. Desafío que las cualidades tengan sexo, color de piel, raza o religión.

**¿No hay diferencias, pues, entre el liderazgo ejercido por un hombre o por una mujer?**

No necesariamente. Es verdad que hay más hombres líderes que mujeres. Eso fue durante muchos siglos así porque las mujeres tenían vetado el acceso a los puestos de dirección; hoy no tanto. También tiene que ver con nuestras elecciones voluntarias. Está el famoso síndrome de la vicepresidenta, según el cual muchas mujeres llegan al segundo lugar y no al primero porque toman decisiones sobre la maternidad y el cuidado de los hijos que son prioritarias para nosotras mientras que para los hombres lo son menos, y eso tiene que ver no tanto con la cultura sino con la biología. A mí el feminismo victimista no me gusta. A mis hijas les enseño a ser fuertes y valientes, creo que es el mejor favor que puedo hacerles. **¿Cómo definiría el feminismo que sí le gusta?** El feminismo de las amazonas, que es un término que puso de moda Camille Paglia: las mujeres fuertes, valientes y que no se victimizan. Creo que este feminismo último ha hecho un flaquísimo favor a las mujeres.

**¿Tal vez por eso cada vez hay más chicas jóvenes que evitan declararse feministas?**

Claro. Y muchos hombres. Se ha producido un efecto péndulo fortísimo. Hay dos opciones: o bien le enseñas a una niña de 14 años que es una víctima de los hombres y del heteropatriarcado y la mantienes entre paños hasta que se dé de bruces con la vida, o bien le das armas. Armas intelectuales, morales, psicológicas... para defenderse y luchar en la selva que es cualquier vida. El segundo camino es en mi opinión el más benéfico para esa niña. **Pero el techo de cristal existe. ¿O es también un concepto victimista?**

¿Qué quiere decir, que hay cosas que nosotras no podemos aspirar a ser?

**Pregunto si acaso las mujeres no siguen teniendo más dificultades que los hombres para acceder a las posiciones de poder.**

Depende de dónde. En Irán, por supuesto que sí. En España las mujeres podemos –gracias a la lucha de muchas otras mujeres antes y al orden democrático liberal– aspirar a todo lo que queramos. Pero en un momento de la vida tenemos que tomar una decisión: si vamos a tener bebés. Hay un instinto biológico que nos lleva a las mamás a querer cuidar a nuestros niños de una determinada manera que no es idéntica a la de los hombres. Y eso hace que nosotras tomemos decisiones respecto a nuestro trabajo que son distintas. Muchas mujeres, puestas a elegir entre ser la número uno en la empresa o tener una vida familiar y laboral más equilibrada, prefieren lo segundo.

**Vive en Madrid y fue diputada por Barcelona.**

**¿Cómo ve la evolución de ambas ciudades?**

Barcelona era el centro de la libertad, ahora lo es Madrid. Incluso a nivel iberoamericano: Barcelona era la capital literaria y cultural iberoamericana en los años 70, en la época de Vargas Llosa, García Márquez... Ahora la capital iberoamericana es Madrid. Eso no pasa porque sí, pasa porque el nacionalismo ensimisma, encierra y apaga, mientras que las políticas liberales abren, expanden y atraen. **El año pasado cumplió 50. ¿Ha sufrido algún tipo de crisis al alcanzar esa edad?**

No, pero el paso del tiempo impresiona. Impresiona que tus hijos se hayan convertido en adolescentes con criterio, impresionan tus padres –su ausencia o su vejez– e impresiona verse en el espejo, porque tú te sigues sintiendo una niña y sin embargo eres ya muy adulta.

**¿Está satisfecha con el camino recorrido?**

Sí. En síntesis, sí. Yo nunca he planificado mi vida, todo ha ido sucediendo de manera espontánea, pero, cuando miro atrás, parece como si hubiera habido un guion. Miro esa historia que he escrito y pienso: “No está mal”. Me dedico a mi vocación, vivo en un país extraordinario, tengo dos hijas con las que mantengo una estrechísima relación y que son alegres, inteligentes y cariñosas. ¿Qué más puedo pedir? El balance entre lo personal y lo profesional me llena de una felicidad interior tranquila. ●

“LA VIDA AL BAÑO MARÍA NO EXISTE.  
ANTE LA DISYUNTIVA DE SUMISIÓN  
O CONFLICTO, PREFIERO LO SEGUNDO”

# PON UN COACH EN TU VIDA

**C**atalina (50 años, toda la vida dedicada al sector consumo) se encontraba en ese punto crítico de una carrera profesional: con un montón de experiencia acumulada, pero todavía con mucha carrera (y años por cotizar) por delante. Y tomó una decisión arriesgada. “Dejé la empresa para la que trabajaba para darme un tiempo y pensar en lo que quería hacer y cómo quería reinventarme. Pasaban los meses y me daba cuenta de que me gustan muchas cosas y no me gusta ninguna. Tenía muchos frentes abiertos, muchas cosas que me apetecía hacer, pero sin tener claro cómo vivir de ellas. Estaba desorientada. Necesitaba ayuda para ordenar todo eso y ver hacia dónde quería ir”, recuerda.

En una reunión social, un conocido le habló de su experiencia con una *coach* de carrera y le aseguró que había sido “el dinero mejor invertido” de su vida. Se quedó con el nombre de la especialista y, sin decir nada, la buscó y contactó por LinkedIn. “Llegué sin prejuicios, pero con exigencias porque había visto procesos de *coaching* que no habían llegado a ninguna parte. Yo no necesitaba un psicólogo, sino una persona con sentido común y conocimiento. Y la verdad es que a mí me funcionó. Creo que puede ser muy útil para cualquier persona que necesite un punto de vista externo y objetivo que le ayude a resolver una situación laboral concreta. Porque, al final, la gente que te quiere son juez y parte”, reflexiona.

Llega septiembre y, con él, la vuelta a la oficina. Con todos sus retos: desde gestionar a jefes y compañeros hasta aceptar que quizá deberías buscar otro trabajo o que ha llegado el momento de reorientar tu carrera. Para todo eso (y mucho más) existe esta figura. Te explicamos por qué la necesitas. O no...

Por Ixone DÍAZ LANDALUCE  
Ilustraciones Gonzalo MUIÑO

Cuando hablamos de *coaching*, y en concreto del *coaching* de carrera profesional, la palabra mágica es “acompañar”. “Consiste, básicamente, en una persona que quiere conseguir un objetivo y otra que la acompaña en ese proceso. Del punto actual, donde se encuentra hoy, al punto donde quiere estar”, resume la *coach* Cristina Monge. No tiene nada que ver, advierte, con una terapia

psicológica. Las diferencias básicas son tres: en el *coaching* no hay nada que sanar, siempre se trabaja desde “el presente al futuro y nunca se mira hacia atrás” y no se habla de pacientes sino de clientes. Pero hay más letra pequeña. “El *coaching* puro y puro, el que reconoce y certifica la Federación Internacional de Coaching (ICF), nunca da consejos. Y no juzga. Para el *coach* nada está ni bien ni mal y todo lo que se dice es absolutamente confidencial”, explica Monge.

El trabajo de un *coach*, efectivamente, es proporcionar herramientas para identificar fortalezas y áreas de mejora avanzando en la autoconciencia, pero también establecer metas y acompañar en el proceso de alcanzarlas, trabajar en la motivación o en el desarrollo de habilidades de comunicación y liderazgo. Todo depende, fundamentalmente, del *coachee*. Pese a todo, la práctica arrastra muchas etiquetas y prejuicios. “En España parece que si vas a un psicólogo estás mal de la cabeza y si vas a un *coach*, es un vendehumos. Tengo mucha gente que ha veni- ▶





do a verme y me confiesa que no se lo ha dicho a su mujer”, reconoce Judith Ruiz de Esquide, que además de *coach* es CEO de la compañía tecnológica Insulcloud y antes fue directora de Recursos Humanos en L’Oréal. Pero la realidad de las sesiones y de quienes buscan ese tipo de acompañamiento es mucho más ordinaria de lo que se podría pensar.

**L**a casuística, eso sí, es muy variada. Es cierto que hay muchos ejecutivos y profesionales con experiencia que aspiran a un ascenso, a afianzar su liderazgo o persiguen un ambicioso plan de desarrollo profesional. Pero también hay quien, simplemente, quiere mejorar sus habilidades o entender cuál debería ser su siguiente paso. “Hay personas, por ejemplo, que han llegado a donde querían, pero no saben si quieren estar ahí y están pensando en hacer algo nuevo: cambiar de sector, emprender, cambiar de empresa o de rol... Y luego, hay muchos profesionales

“El buen *coach* no pone nada de su salsa: está ahí para escuchar, reinterpretar y devolver. Así es cómo se van deshaciendo los nudos”

que necesitan mejorar sus habilidades comunicativas para hacer presentaciones, hablar en reuniones, para saber defender sus ideas, dirigir equipos... Ese tipo representa casi el 70% de mis clientes”, explica Cristina Monge.

Por el despacho de Judith Ruiz de Esquide pasan miembros de comités de dirección, pero también veinteañeras buscando orientar su carrera desde el principio. Según su experiencia, hay dos tipos de situaciones que se repiten una y otra vez. “La primera: estoy en un trabajo que no me hace feliz, pero no quiero cambiar forzosamente, quiero estar mejor. En esa situación, puedes acompañar para mejorar la manera en la que te posicionas en una empresa o gestionas tus relaciones profesionales. Eso se puede hacer mientras

el problema no tenga que ver con el sistema, es decir con la cultura de la compañía en la que trabajas o con el proyecto, que quizá no encaja conmigo. En ese caso, yo solo te puedo ayudar a cambiar de trabajo”, matiza. La segunda situación es la de aquellas personas que, desde el inicio, están buscando otra cosa. Aunque eso, luego, no siempre sea exactamente así. “Muchas veces no se trata de cambiar de trabajo. El *coaching* te ayuda a tener un espacio donde puedes pensar si realmente lo que estás haciendo tiene sentido con lo que quieres hacer, con tu misión de vida”.

Pero, ¿cómo se desarrolla exactamente una sesión de *coaching*? “El *coach* habla un 10% de la sesión, va preguntando cosas o dando *feedback* y es el cliente el que va desgranando las soluciones. El *coach* es el responsable de acompañarte en el proceso y el *coachee* es el responsable de los resultados”,

avanza Monge. “Lo primero es definir lo que quieres conseguir. En general, la gente viene con las ideas poco claras: quieren muchas cosas, pero a la vez no saben qué quieren. Vamos caminando pasito a pasito”, explica la especialista, cuyas dos principales herramientas de trabajo son las “preguntas poderosas” y el silencio, y que prefiere dejar a criterio de sus clientes cuándo se terminan las sesiones porque ya han conseguido su objetivo.

Pero, obviamente, cada maestrillo tiene su librillo. A Judith Ruiz de Esquide le gusta limitar el número de sesiones todo lo posible: un mínimo de dos y un máximo de cuatro. Y después, seguimiento a través de WhatsApp. La primera sesión, explica, consiste en escuchar y hacer tres o cuatro preguntas abiertas: quién eres, qué es importante para ti, cuáles son tus necesidades actuales o cómo te ves en el futuro.

“Para mí el buen *coach* no pone nada de su salsa. Estás ahí para escuchar, reinterpretar y devolver. Con eso vas construyendo un mapa y viendo si hay coherencia entre las cosas que esa persona te cuenta. Y vas deshaciendo los nudos. Cuando quien dices que eres y lo que dices que quieres van unidas, entonces empezamos con algo mucho menos holístico y mucho más de bajar. Ahí viene la parte de preparar el currículum, el perfil de LinkedIn, las búsquedas de empleo, la preparación para las entrevistas... Buscar trabajo es un trabajo a tiempo completo”, confirma Ruiz de Esquide.

**E**sa fue, efectivamente, la experiencia de Catalina. “Le fui contando de dónde venía y qué quería hacer mientras ella me hacía preguntas. También hicimos un plan para abordar los siguientes pasos. Eso me tranquilizó porque juntas construimos una estrategia a largo plazo. Me iluminó porque me ayudó a ordenar la realidad. Podía pasar lo que yo quería, pero no todo a la vez. Entendí que había un camino. Me sirvió para deshacer un nudo”, explica sobre su proceso. Eso sí, es importante medir las expectativas. “Quien se acerque a un *coach* pensando que va a poner sus contactos personales a tu disposición se equivoca. Lo que te ayuda es a activar los tuyos. No es alguien que se dedique a mover tu currículum por su red”, advierte la experta.

Paradójicamente, algunos de estos procesos no terminan en un ascenso, sino en todo lo contrario: una desescalada profesional. “En gente a partir de 40 años, son la mitad de los casos. Sobre todo, entre las mujeres. Ocurre porque algunos patrones se siguen por inercia: ‘Era lo que tenía que hacer, lo que se esperaba de mí, lo que pensaba que quería...’”, explica Ruiz de Esquide, para quien no tiene nada que ver hacer *coaching* con hombres, en los que a menudo detecta un exceso de confianza en sí mismos, y mujeres. “Con ellas el problema a menudo es que no se han parado a escucharse a sí mismas y no saben lo que quieren. O se han contado una película que no era. También hay bastante síndrome de la impostora. En las nuevas generaciones lo veo menos o, incluso, todo lo contrario”, matiza.

Es lo que Cristina Monge describe como creencias limitantes. “Una de las más típicas es pensar que no te mereces el trabajo que tienes o que van a descubrir que no sabes tanto o que nunca serás bueno. En las sesiones se trabajan mucho esas creencias. En cuanto cambiamos ese pensamiento, cambia automáticamente la manera en la que se sienten”, ilustra la experta, que coincide en que hacer *coaching* con hombres y mujeres son experiencias totalmente diferentes. “Nosotras estamos muy habituadas a expresarnos entre

nosotras, ellos no lo hacen y no son tan conscientes de sus emociones. Preguntarle a un hombre cómo está es una pregunta bomba. Muchas veces, nunca se han parado a pensar en eso”.

**S**in embargo, a las especialistas como Cristina o Judith les ha salido un competidor tan duro como, seguramente, desleal. Los *chatbots* de IA generativa, desde ChatGPT hasta otros más especializados como Career CoPilot o BetterUp, se han convertido en muy poco tiempo en los asesores de carrera de cabecera de millones de personas que, quizá, no pueden costearse la tarifa de un profesional. ChatGPT, por ejemplo, puede proponerte un “mapa de carretera” preciso para llegar al puesto y la situación a la que aspiras después de darle detalles muy concretos sobre tu experiencia, fortalezas y ambiciones. El fenómeno ya es clarísimo en países como Estados Unidos.

Judith Ruiz de Esquide, sin embargo, lo observa con mucha más curiosidad que recelo. “El año pasado, las consultas más habituales a ChatGPT eran búsquedas de información. Ahora, ya es la autoayuda y la terapia. A mí la IA me encanta. Es una herramienta más y es válida siempre y cuando haya supervisión. Yo la he probado personalmente. Le he contado, por ejemplo, que estaba enfadada con mi hija y ha sido capaz de calmarme. No me ha dado soluciones a largo plazo, pero me ha tranquilizado en ese momento. Y esa escucha ya es buena de por sí. Eso sí,

echo en falta más educación sobre lo que puede y no puede hacer por ti. Además de un marco legal, profesional y deontológico”, opina.

La última pregunta desafía el propio título de este reportaje: ¿realmente todo el mundo necesita un *coach* en su vida? Judith Ruiz de Esquide duda un momento. Luego, encuentra una respuesta perfectamente convincente y bastante poco corporativista. “Todo el mundo puede necesitarlo en un momento dado, pero no siempre. Hay momentos clave, como un cambio de decenio, o un desencadenante concreto. Y entonces es importante buscar un espacio seguro donde contrastar lo que te está pasando, ya sea con un *coach*, un amigo u otra persona. Igual que nos ocupamos de nuestro cuerpo y de lo que comemos, nos tenemos que ocupar de nuestra mente y de lo que pensamos y proyectamos. La realidad es que no nos damos suficientes espacios de reflexión y hacerlo es una manera de respetarnos a nosotros mismos”, concluye. ●

“Quien piense que va a poner sus contactos personales a tu disposición se equivoca. Un *coach* no mueve tu currículum por su red, te ayuda a activar la tuya”

# LEONOR WATLING

“SOY MUY FACILONA PARA LAS CRISIS Y LA DE LOS 50 TIENE ALGO MUY TREMENDO”

Por Ixone DÍAZ LANDALUCE Fotografía Dario ARANYO Estilismo Daniela GUTIÉRREZ

TRAS SEIS AÑOS SIN  
PISAR UN ESTUDIO,  
VUELVE A CANTAR.  
Y A COMPONER.  
Y HASTA SE HA  
SACADO EL CARNÉ  
DE CONDUCIR.  
ADEMÁS DE  
ACTUAR, CLARO.  
LA ARTISTA NOS  
HABLA DE SU  
MOMENTO MÁS  
DULCE. ESE EN  
EL QUE, POR FIN,  
TODAS LAS PIEZAS  
ENCAJAN.

**D**e pequeña fantaseaba con ser arquitecta, abogada o policía. Cualquier oficio parecía prometedor, aunque, en realidad, lo que estaba buscando era otra cosa. “De repente, te visten de funcionaria y vislumbras una vida paralela. Eso es lo divertido de ser actor”, explica con una sonrisa. Pero Leonor Watling (Madrid, 1975) ni siquiera es solo eso. Aunque sigue siendo una de las grandes estrellas del cine español, es una de las pocas que se han atrevido a cultivar una carrera paralela. Antes con Marlango y ahora con el cantante norteamericano Leo Sidran, con el que presenta disco, *LEO&LEO*, pero también una gira que en otoño les llevará a ciudades como Barcelona, Madrid, Palma de Mallorca o Vitoria. Entretanto, la actriz, que se ríe sin parar y es abierta y simpática, acaba de cumplir 50 años. Pero donde los demás ven a una mujer talentosa, polifacética y capaz de poner de acuerdo a todo el mundo (¿alguien conoce a una sola persona a la que no le guste Leonor Watling?), ella no deja de cuestionarse a sí misma. Y quizá por eso es tan divertido hablar con ella.

**MUJERHOY.** Vaya racha: series que arrasan, presentadora de los Goya, un disco, nueva película... ¿Tiene pulsado el botón del sí o es que recibió todas las llamadas de golpe?  
**LEONOR WATLING.** Es más una percepción que se tiene desde fuera que la realidad del día a día. Es cierto que ahora estoy rodando una película y que este año se estrenó *La vida breve* y luego fueron los Goya, todo de golpe. A mí también me ocurre cuando veo a otros compañeros y pienso: “¡No para! ¡Y a mí no me llaman! [Risas].”

**La suya es una profesión de altibajos. ¿Cómo los ha afrontado cuando los ha tenido?**  
Lo más difícil de este oficio es el día a día de no trabajar. Como le pasa a cualquier *freelance*, que se tiene que construir su propio andamio. Yo no cuento con muy buen andamiaje, pero sí con la suerte de tener una vida, de tener hijos que me hacen funcionar... Si no, a veces te dan ganas de quedarte en la cama y decir: “Cuando me llamen, ya salgo”. [Risas]. Creía que sería más fácil con la edad, pero no. Cuando tienes una racha de mucho trabajo y, de repente, paras, vuelves a estar a cero y piensas: ¿cómo se hacía esto de vivir?

**Perdón por la cursilería, pero desde fuera parece uno de esos momentos particularmente dulces para una artista. ¿Lo siente así?**

Es cierto que estoy en un momento muy bueno porque, además, por la edad no me correspondería demasiado. Acabo de cumplir 50 años, y eso, en teoría, para una actriz... ▶



La actriz y cantante lleva  
camisa, *blazer*, falda y  
bailarinas, de DIOR.

**Pero lo del edadismo ya no es lo que era, ¿no?**

Creo que ha ido cambiado, sí. Y he tenido la suerte de que lo hacía mientras yo iba cumpliendo años. Hay muchos más personajes. Existen. Otra cosa es que te los den, pero ahora existen.

**¿Cómo se ha gestado su regreso al estudio? Han pasado seis años...**  
Ha sido muy fácil y muy natural. Conozco a Leo (Sidran) desde hace tiempo y siempre que viene a España, voy a verle. Hace dos años, tocamos juntos en Vitoria y decidimos hacer algo juntos. Yo estaba en una sequía monumental como letrista. Como no escribía, no cantaba, y lo echaba muchísimo de menos. Y le pedí ayuda para arrancar. Elegimos canciones de su repertorio más otras dos nuevas. Una de ellas la compusimos por WhatsApp.

**¿Y cómo se hace eso?**

Íbamos escribiendo y mandándonos notas de voz. Es sobre una pareja que tiene su primera cita. Los dos llegan pensando: "Me tomo un vino y me voy". Pero se van quedando. Luego, escribí otra después de sacarme el carné de conducir el año pasado. Se llama *It's not too late* (No es demasiado tarde). [Risas].

**Entonces, ¿quiere decir que no ha tenido carné de conducir hasta casi llegar a los 50?**

“EN NUESTRA CASA HAY MUCHA MÚSICA Y ESO ES MUY BONITO, PERO A MÍ ME PREOCUPA QUE TAMBIÉN HAYA ORDEN Y NORMALIDAD”

Antes de cumplir los 18, ya había pagado porque me hacía mucha ilusión conducir. Me matriculé y pagué hasta cinco veces más. Una vez, me examiné y aprobé el teórico, pero me caducó. Ya era casi una superstición: cuando tenía trabajo pagaba de nuevo y luego, no podía hacerlo porque estaba rodando. Así que, al final, ¡me fui a Cuenca! Que es lo que tenía que haber hecho desde el principio. [Risas].

**¿Y ha aprobado a la primera?**

¡Sí! Cuando me lo saqué, pensé: ¡No se puede ser más imbécil que yo! [Risas]. La verdad es que creía que iba a ser una cosa más simbólica: "Me lo saco y ya está". Pero no, me gusta mucho conducir.

**El trabajo de estudio y el escenario son dos caras diferentes de la misma moneda. ¿Cómo han evolucionado esas dos facetas?**

Para mí el estudio es lo mejor. Y los ensayos. Hace mucho que no compongo, pero también me encanta. Aunque sufres, cuando sale algo bonito es maravilloso. Pero me gusta grabar, tocar todos juntos... No tienes presión porque todo es posible: puedes cambiar cosas o volver a cantar. Del directo solo me gusta el escenario. Ni cinco minutos antes ni cinco minutos después. Antes y después, siempre estoy pensando: "¿Por qué estoy aquí si podría estar en mi casa?". [Risas].

**¿Y qué se contesta a sí misma?**

Me digo: "Tienes razón, no tiene ningún sentido que estés aquí, pero date cinco minutos". Sé que va a pasar y también que voy a estar bien. Suele contar que es muy miedosa y tímida. Pero no hace más que lanzarse a proyectos nuevos con muchísima visibilidad...

Muchos tímidos nos dedicamos a esto. Parece una paradoja, pero creo que lo hacemos para forzarnos a salir. Te facilita una excusa, un contexto, un espacio, un personaje...

**¿Qué le proporciona la música que no le da la interpretación?**

Son complementarias. Este disco, por ejemplo, lo ha producido Leo, pero yo he opinado, me he metido en la producción y he sido parte activa. En un rodaje, te entregas. Haces lo que te piden, te vistes como te dicen y eso tiene una parte maravillosa que es formar parte de un gran grupo humano. En la música, el grupo de gente es más pequeño: todos somos jefes y responsables. Las dos cosas me gustan: dejar de ser yo y no decidir, pero también hacerlo.

**¿Entiende la música como una carrera secundaria o esas clasificaciones no sirven de nada?**

Hubo un momento en el que pensé que sería mejor hacer una sola cosa porque eso te permite concentrarte más. De esta manera, nunca estás al 100% presente en nada. Estás y te vas. Y eso tiene un coste. Si no estás todo el rato pedaleando, vas más despacio. Si solo hubiera hecho música, Marlango estaría en otro sitio. Laboralmente, no sé si es una buena idea, pero vitalmente sí lo es. Cuando llevo mucho tiempo sin cantar, lo necesito.

**¿Recuerda cuándo entendió que la música y la interpretación iban a vertebrar su vida?**

Este es mi oficio, pero la verdad es que siempre estoy pensando: ¿Y si abro una papelería? Siempre estoy buscando una escapada.



El top y la falda son de MAX MARA, el collar es de Tiffany & Co y los zapatos, de MOMONI.



“LA  
MENOPAUSIA  
ES OTRA  
ADOLESCENCIA:  
TE CAMBIA EL  
CUERPO. YO,  
QUE ESTOY  
EN LA ‘PERI’,  
ENTIENDO  
A MIS HIJOS”

Leonor, con vestido y sandalias de FENDI y reloj de CARTIER.

¿Una escapada hacia dónde? ¿Hacia el salario fijo?

¡Sí! Hacia la estabilidad. Cuando me preguntan los actores jóvenes, siempre les digo que tienes que tener una vida. Aparcarla un momento para rodar es fácil. No tener una vida y estar esperando a que te llamen para volver a respirar es otro tema. Pero a las actrices jóvenes las veo muy bien ubicadas. Tengo la sensación de que tienen la riendas.

¿Usted estaba más perdida a esa edad?

Yo empecé trabajando mucho y no me dio tiempo a colocar el andamio. Lo coloqué después. Supongo que la única diferencia de este oficio es que juega mucho con tu autoestima: siempre crees que es algo que has hecho o que has dejado de hacer. Otros trabajos no son tan personales e íntimos. Pero esto tiene que ver con tu cara, con tu voz, contigo. Y hay que aprender a disociarlo.

Acaba de cumplir 50 años. ¿Hubo fiesta por todo lo alto?

¡No! Nada de eso. Es rarísimo, la verdad. El año pasado le dije a mi chico [el músico Jorge Drexler]: “Qué fuerte, ¡voy a cumplir 48!”. Y me dice: “No, vas a cumplir 49”. [Risas]. Cierro los ojos, pienso en una mujer de 50 años y no me veo a mí misma. Una mujer de 50 años es alguien con las cosas claras, con cierta disciplina, bien colocada... Y yo me siento igual de dispersa y llena de cosas que todavía no he arreglado. Soy muy facilona para las crisis: la de los 30, la de los 40... [Risas]. Pero la de los 50 tiene algo muy tremendo.

**Muchas lo describen como una etapa mentalmente liberadora, pero físicamente complicada.**

La diferencia fundamental entre hombres y mujeres es la menopausia, claro. Es otra adolescencia: te cambia el cuerpo. Yo, que estoy ▶

con la *peri*, lo estoy viviendo a la vez que mis hijos su adolescencia. Y noto que hay cosas que riman con ellos. ¡Les entiendo! De repente, estoy súper bien y de repente, me miro y no me reconozco. Los hombres siguen jugando con la misma baraja.

**¿Hablar tan abiertamente de la menopausia es otra conquista?**

Está muy bien. Antes, veías a una señora con el abanico y pensabas: los sofocos. Pero son muchas cosas más: algunas incómodas y otras, buenas. Dicen, por ejemplo, que dejas de estar tan enfocada en cuidar a los demás y que eso se nota muchísimo. Ya te contaré.

**Me imagino su casa como un lugar bullicioso, creativo y alegre.**

**¿Es así o es mucho más mundano que todo eso?**

Es una casa normal. Con un poco de caos de calendario y con mucha ida y venida, como si fuéramos viajantes. Es verdad que hay mucha música y eso es bonito. Pero yo estoy preocupada de que haya un poco de lo otro: orden, normalidad... Mi pareja se preocupa muchísimo de lo académico. Todo es más normal de lo que se podría pensar.

**Dos músicos bajo el mismo techo. ¿Cuánto entran en el espacio creativo del otro?**

Lo hacemos muy bien y de una forma natural. Siempre hemos respetado mucho lo que el otro necesita. Yo, por ejemplo, no enseño nada hasta que no está terminado. Y él, en cambio, necesita enseñar mucho. Opinamos con mucho respeto y declinamos las opiniones con el mismo respeto. Lo tenemos muy separado de todo lo demás.

**Nunca han hecho un disco juntos. ¿Es algo pendiente?**

No hay más de dos o tres canciones que podamos tocar juntos. En esas situaciones en las que alguien saca una guitarra y nos pide que cantemos algo, nos miramos y es cómo: "¡Qué desastre!". Así que no creo que sea algo que vayamos a hacer. Bastante compartimos ya.

**Tiene dos hijos adolescentes, una edad muy vilipendiada. ¿O eso también tiene su gracia?**

Mi hermana, Laura Ceballos, es *coach* de adolescentes y me da muchas herramientas. Me dice: "Si te habla mal, no te lo tomes como algo personal". Lo que ocurre, en realidad, es que hay un duelo: ya no me necesitan como antes. Esa persona que yo era para ellos, capaz de cubrir todas sus necesidades, me hacía sentir muy capaz. Y, de repente, lo que necesitan ya no se lo puedo dar. Y luego hay otra cosa: llevas toda tu vida buscando rodearte de gente a la que caigas bien y, de pronto, en tu propia casa, hay ratos en los que no les caes nada bien. Es como cuando vivías con tus hermanos y decías: "¿Por qué tengo que vivir yo con este señor?" [Risas]. Pero eso pasa poco, solo un ratito. Mi hermana me dice: "Mírales con compasión. Es súper complicado. Pobrecitos".

**Más ahora. Ya no son solo las redes, hay quien tiene amigos o parejas de IA. ¿Qué es lo que más le inquieta en ese aspecto?**

**"CUANDO EN LOS EQUIPOS DE RODAJE NO HAY MUJERES, SE NOTA. FALTA LA OTRA MITAD"**

Hace poco escuché que no es una generación de nativos digitales sino de huérfanos digitales. Sus hijos serán nativos porque ellos sabrán gestionarlo, pero ellos son huérfanos porque nosotros no sabemos. Me aterra. Lo único que podemos hacer es armarlos hasta los dientes y enseñarles a disfrutar de un libro, de estar con gente... Que tengan cimientos para que, aunque todo esto les toque, no les tumben.

**¿Y qué cimientos proporciona el arte?**

Lo que hace el arte es sacudirte y recordarte que formas parte de una especie. Cuando vas a un concierto y lo vives a la vez que todo el mundo, entiendes que el otro es como tú, que no hay ellos y nosotros. Y ahora mismo esa conexión me parece fundamental.

**¿Los actores deben meterse en política o mejor evitarlo?**

Todos como ciudadanos tenemos que meternos en política y perfilar el mundo en el que queremos estar. Se puede ser más o menos verbal y creo que depende del momento personal y de lo claro que tengas las cosas. Hay momentos, como el de ahora, en el que me parece importante denunciar el genocidio en Palestina y otros en los que no sé si verbalizar lo que pienso ayuda o aporta más ruido.

**Volviendo a su oficio: el nuevo cine español tiene una mirada decididamente femenina. Desde fuera, parece que el cambio es real y no una cuestión de cuotas, como antes. ¿También desde dentro?**

Se nota en los equipos. Me encanta ver a las eléctricas o las directoras de foto, que antes casi no había, pero sobre todo se nota cuando no hay mujeres. Y dices: "¿Qué hago aquí?" "¿Qué es lo que falta?". Falta la otra mitad. Sí se nota, pero se tiene que notar mucho más.

**¿Y a usted? ¿No le pica el gusanillo de dirigir?**

Cuando has hecho muchas películas, dirigir o escribir es un paso natural para muchos actores. Y si yo tuviera algo que contar, lo haría. Pero no creo que pueda aportar nada en ese terreno. Además, me parece muy difícil. Te consume. Es una entrega y un compromiso muy distinto.

**¿Cómo se evita que algo tan vocacional se convierta en un trabajo rutinario más?**

No se puede evitar. Y también hay una parte bonita en decir: "Este es mi oficio". Como el carpintero al que, a veces, le llama un ebanista increíble y hace un mueble alucinante y otras, hace una cajonera funcional que se vaya a usar y la hace lo más bonita que puede. También hay que aceptar eso. Todos los que nos dedicamos a algo vocacional hemos tenido un momento de crisis donde, de repente, deja de ser un regalo y otra vez te tienes que subir a la *furgo* ocho horas para irte a una prueba de sonido o rodar de noche. Y te sientes súper mal por quejarte, porque encima puedes vivir de esto. Pero oye, también tienes derecho a hacerlo. Y no pasa nada.

**La última: ¿qué es lo mejor de estar en sus zapatos en este momento de su vida?**

Que me ha salido bien. Nunca pensé que podría vivir de ser actriz y cantante, tener un proyecto musical como Marlango, hacer un disco con Leo Sidran, vivir bien de esto y encima, tener una familia. Además, estoy en un lugar donde no hay mucha presión. Puedo ir en metro y tener una vida normal y dedicarme a lo que me gusta, que es algo que normalmente tiene un peaje bastante caro. Yo lo he vivido y es duro. Pero me ha salido bien. ¡Y no me lo esperaba! ●

Maquillaje y peluquería: **María García (Sun Sea Sands)**.  
Asistente de fotografía: **Israel Lozano**. Asistente de estilismo: **Lola Puime**. Agradecimientos: **Raimunda (Madrid)**.

Con vestido y zapatos  
de FERRAGAMO y joyas  
de ARISTOCRAZY.





El actor lleva americana, jersey y pantalones de **GIORGIO ARMANI**.

# Álvaro Morte

## EL HOMBRE DE LAS MIL CARAS

Convertido en estrella global, este otoño se pondrá en la piel del presidente Adolfo Suárez e interpretará a un padre coraje. El actor disfruta del éxito sin aspavientos y sigue declarando su amor al teatro.

**D**urante su primer año estudiando Ingeniería de Telecomunicaciones en Canarias, Álvaro Morte (Algeciras, 1975) participó en un cortometraje en el que buena parte del equipo pertenecía a una compañía de teatro que estaba montando un espectáculo nuevo para el que necesitaban unos músicos en directo. “Un par de amigos y yo nos ofrecimos”, cuenta sobre la razón que le llevó a cambiar de carrera y decidirse por la interpretación. “No soy ningún profesional, pero me gusta mucho la música y toco algún instrumento. O lo aporro”, indica humildemente. “Durante los ensayos en el teatro, con las luces y el olor de las butacas, compusimos las canciones y fuimos probando cosas. Luego, llegó la magia del estreno y el juego escénico. Y nosotros formábamos parte de aquello, con el público entusiasmado y aplaudiendo. Ahí me inocularon un veneno que ya no pude soltar”, confiesa con una sonrisa. Casi tres décadas después, ese joven al que inyectaron el elixir hipnotizador de la interpretación es un actor conocido mundialmente gracias a su trabajo en *La casa de papel*, tiene diez millones

de seguidores en Instagram y atesora una carrera audiovisual que en las próximas semanas añadirá dos nuevos títulos: *Dos tumbas* (Netflix, estreno el 29 de agosto) y *Anatomía de un instante* (Movistar Plus+, durante el otoño). O lo que es lo mismo, pasará de interpretar a un peligroso hombre de negocios que sufre una terrible pérdida a ponerse en la piel del presidente Adolfo Suárez en el 23-F.

En la primera de estas tramas, un par de años después de la desaparición de Verónica y Marta, dos amigas de 16 años, la investigación se archiva por falta de pruebas y sospechosos. Con guion de los integrantes del colectivo literario *Carmen Mola*, la miniserie está protagonizada por Kiti Mánver, en el papel de la abuela de la primera adolescente, y el propio Morte, que interpreta a Salazar, el padre de la segunda. “Meterte en la piel de una persona que sufre una tragedia como esa y gestionar ese dolor conectado con la ira y la sed de venganza me pareció un viaje interesante al que enfrentarme como actor”, aclara el intérprete sobre un papel al que quiso dar su impronta a través de un acento más cerrado de lo que es habitual en él. “Era como hacer un pequeño homenaje a esos otros acentos y lugares que no se ven tanto en la ficción española, porque aunque puedan resultar toscos, me parecen muy bonitos”, revela.

Para el actor también era importante que *Dos Tumbas* fuera “un *thriller* en el que una señora mayor tira del carro y se enfrenta a todo ese proceso. Me pareció muy novedoso porque no estamos acostumbrados a ver cosas así. Y el hecho de que fuera Kitty Mánver quien hiciera ese papel de maravilla... trabajar con ella ha sido un gustazo”, admite. Otro de los grandes momentos que le ha brindado esa producción es que su madre, “que siempre ha tenido mucha inquietud artística”, hiciese un cameo en el último episodio de la producción a sus 84 años.

**S**i para interpretar a Salazar hubo que “matizar un poquito al personaje, porque originalmente era sueco y se llamaba Henry Sandberg”, para ser el protagonista de la adaptación del libro de Javier Cercas, *Anatomía de un instante*, Morte tuvo que sobreponerse a la sorpresa. “Las directoras de *casting*, Yolanda Serrano y Eva Leira, me dijeron que querían hacerme una prueba para el papel de Adolfo Suárez. Y pensé: ‘¿Cómo que yo?’ ▶

No creo que pueda hacer de Adolfo Suárez. Finalmente, con el trabajo que hemos hecho con Alberto Rodríguez (director y coguionista) y un guion tremendamente sólido, estoy muy contento con el trabajo realizado”, reconoce. La miniserie de cuatro episodios aún no tiene fecha de estreno –aunque la *première* mundial tendrá lugar en septiembre en el Festival de San Sebastián–, pero Morte avanza que es “un *thriller* lleno de intriga y suspense”, aunque también una parte “de nuestra historia tremendamente importante que las generaciones jóvenes, quizá, no tienen tan clara como nosotros. Alberto (Rodríguez) quería hacer un proyecto que ellos también pudieran disfrutar para entender la envergadura de todo lo que fue aquello”. Algo que también le ha sucedido a él porque “hay muchas cosas que se verán en la serie que yo no conocía al detalle, ni mucho menos”. Ante la responsabilidad de interpretar una figura como la del expresidente, Morte recalca que “hay una parte que a mí me apetecía mucho y era intentar mostrar lo que nosotros, desde el equipo, hemos entendido que también podía haber sido el Suárez humano. Poder humanizar a esos políticos que fueron tan importantes y entender las trabas que encontraron, los logros que consiguieron y las estrategias a las que tuvieron que enfrentarse”.

Es inesperado *casting* pilló al intérprete en Londres, donde pasó cuatro meses sobre las tablas del West End trabajando en la obra *Barcelona* junto a la actriz británica Lilly Collins, protagonista de *Emily in Paris*. “Subirte a un escenario en Londres es muy bonito, porque allí va al teatro gente de todo el mundo. En la representación hablábamos de muchas cosas, del prejuicio entre los pueblos, pero también de algo tan terrible como el 11-M. El que el público, que supo de los atentados a través de los medios de comunicación de una forma muy fría y supuestamente objetiva, pudiese verlo desde la perspectiva de una persona que lo había sufrido de una forma muy directa, te da un enfoque distinto”, analiza sobre la historia de su personaje.

En la vida laboral de Morte el teatro no es algo casual y, como si se tratase de las secuelas del veneno inoculado en su juventud, regresa a él cada vez que tiene ocasión. “Desde que llegué a Madrid he tenido la oportunidad y la suerte de trabajar mucho delante de la cámara, pero hubo un momento en el que era terrible estar esperando siempre a que te llamen para ofrecerte un trabajo. Así que decidimos (junto a su mujer, Blanca Clemente) que no íbamos a esperar más sino a intentar movernos para ver qué podíamos generar. Así surgió 300 Pistolas, una productora con la que llevamos obras de teatro clásico a los jóvenes de secundaria y bachillerato”, comenta. “La experiencia y la respuesta de los chavales fue absolutamente maravillosa. A pesar de ser autores de

los que se pueden sentir más alejados, por su forma de hablar o de expresarse, los temas que tratan en sus obras siguen vigentes. Y ponerse encima de un escenario para transmitirles que igual no estamos tan alejados de todo aquello, que hay mucho que aprender de esos textos que son tan valiosos, era muy gratificante”.

Admirador de Gene Kelly desde su infancia, el actor creció en Bujalance (Córdoba) en los años 80, pero renunció a apuntarse a danza porque “eso no era para niños”. Morte no olvida quién era antes del *maremagnum* de popularidad que supuso para él *La casa de papel*. “Intento hacer un esfuerzo por ser fiel a aquellas cosas en las que siempre he creído y que tiene que ver con no olvidarme nunca de dónde vengo. He pisado los escenarios más cutres de España y he hecho teatro en plazas de pueblo, montando yo el escenario y cambiándome, literalmente, en un corral en el que no había retrete, sino un agujero en la tierra”, explica. “Lo interesante, cuando te suceden cosas como *La casa de papel*”, prosigue, “es intentar ir creciendo y no echar a volar, porque si vuelas dejas de tener los pies en el suelo. Sin embargo, para poder crecer fuerte, cuanto más enraizado estés más seguro va a ser ese crecimiento, aunque sea más leve o paulatino”. Porque “el Álvaro de hace 15 años era un Álvaro currante, entusiasta, lleno de ilusión, que se tomaba cada papel que se le ponía por delante como si fuera el más importante de su vida, y no daba nada por hecho. Intento mantener esa misma actitud con cada cosa que se me plantea”.

Ilusionado con un proyecto de su productora “que es muy difícil de levantar, aunque lo vamos a intentar” (y mantiene en secreto), el actor señala que no tiene “más inquietudes interpretativas que dejarse sorprender”. Admite, sin embargo, que le gustaría trabajar en teatro “con titanes del escenario como Blanca Portillo o Carmen Machi” y en cine con los directores Paul Thomas Anderson, “porque sus largometrajes tienen algo muy especial”, o Wes Anderson, “porque es el equilibrio perfecto entre el cine y el teatro *quasi farsesco*”.

Tras un verano que le ha llevado al “Cabo de Gata, al norte con la familia y a Ámsterdam, porque viajar abre la mente y amuebla las cabezas”, Morte todavía está haciendo realidad las ambiciones que se instalaron en su mente cuando llegó a Madrid, anhelando vivir de la interpretación. “¿Sabes cuando estás viviendo en La Latina, en un apartamento terrible, y como cinéfilo sueñas con tener una habitación para ver cine? Acabo de poner una pantalla en mi casa. Afortunadamente, estoy consiguiendo cosas pequeñas que, para mí, son muy ilusionantes”, declara con una sonrisa. ●

“LO INTERESANTE CUANDO SUCEDEN COSAS COMO LA CASA DE PAPEL ES INTENTAR IR CRECIENDO, NO ECHAR A VOLAR”

Maquillaje y peluquería: **Nerina Freán**.  
Asistente de fotografía: **Cesco Rodríguez**.  
Agradecimientos: **Club Financiero Génova** (Madrid).



El actor lleva  
jersey de HUGO  
BOSS y pantalones  
y zapatillas de  
LOEWE.





# PARÍS, MON AMOUR

Representación urbana del romanticismo, encarnación cultural de la diversidad, cuna de la elegancia y la sofisticación... La editorial Assouline rinde homenaje a la Ciudad de la Luz en un volumen rebotante de imágenes que cuentan historias.

Por Aloña FDEZ. LARRECHI

---

## Genio y aliado

**En 1968 Francia puso fin a la prohibición de que las mujeres** vistiesen pantalones en su lugar de trabajo. Para entonces, Yves Saint Laurent ya llevaba siete años en el mundo de la Alta Costura y dos acercando la moda con su línea *prêt-à-porter* llamada *Rive Gauche*. “Siempre quise ponerme al servicio de las mujeres. Servir a sus cuerpos, a su forma de estar y de moverse, a su vida. Quise acompañarlas en este gran movimiento de liberación que se remonta al siglo pasado”, declaró el diseñador en 2002. Encargado de trasladar la palabra *libertad* al mundo de la moda –al igual que la capital francesa la aplicó a otros ámbitos–, Saint Laurent (en la imagen de la izquierda) posa en 1969 frente a una de sus tiendas parisinas junto a sus musas, Betty Catroux y Loulou de la Falaise.

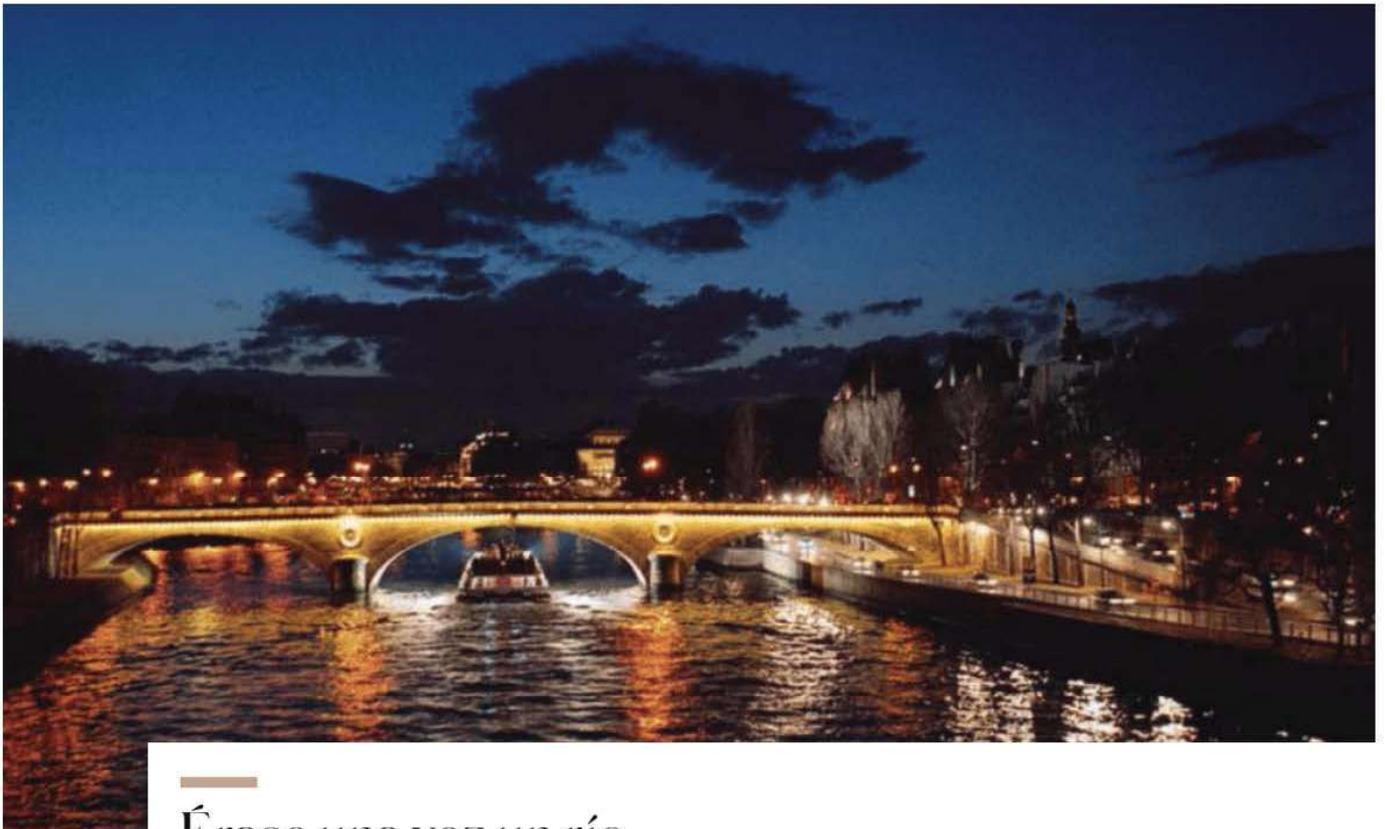
## Siempre a la última

**Adiós corsé, hola vestidos por encima de la rodilla.** Los años 20, y los cambios sociales y laborales derivados de la I Guerra Mundial, situaron a las mujeres ante un nuevo paradigma estético. En la capital francesa era habitual verlas en los cafés luciendo *looks* rompedores: el pelo corto, las faldas anchas más cortas de lo acostumbrado y los sombreros *cloche* eran las tendencias de la época (debajo).



## La vida es un cabaret

**En octubre de 1889 abrió sus puertas,** en el corazón del vibrante barrio de Montmartre, el Moulin Rouge. Fundado por Joseph Oller y Charles Zidler, sigue siendo reconocible a nivel mundial más de un siglo después de su inauguración por su arquitectura, coronada por su gran molino rojo, y sus espectáculos de revista, que atraen a miles de turistas cada año. Ha sido inmortalizado en numerosas películas y obras de arte, como la que pintó el artista Konstantin Korovin (arriba) en 1901.



## Érase una vez un río...

**Escenario de todo tipo de acontecimientos históricos,** como cuando el verano pasado los atletas desfilaron en barcos durante la inauguración de los Juegos Olímpicos, el río Sena es otra de las localizaciones parisinas que otorgan a la ciudad su encanto, aunque también la divide. Para salvar este obstáculo natural se han construido más de una treintena de puentes, como el mítico Pont Neuf, el Alejandro III o el Luis Felipe (en la foto).



## Jóvenes estrellas

**Tres años después de conocerse** en el aeropuerto de Orly y de comenzar su relación sentimental, Alain Delon y Romy Schneider se convirtieron en los actores “jóvenes y puros” que buscaba Luchino Visconti. Censurada en Italia, la obra *Dommage qu'elle soit une putain* (*Lástima que sea una puta*) se representó en el Théâtre de Paris en 1961 y, tras una de las funciones, Maurice Jarnoux inmortalizó, a orillas del Sena, a la pareja (arriba). Tan icónicos en la gran pantalla como en la vida real, el francés y la austríaca vivieron buena parte de su apasionada relación en la capital gala.



## Cuadro a cuadro

**Casi nueve millones** de personas visitaron el Louvre, y su pirámide, solo en 2024. Con más de 200 años de historia a sus espaldas, y convertido en un referente museístico mundial, el traspaso de las colecciones privadas a las galerías de propiedad pública fue el modélico comienzo de una colección que hoy supera las 35.000 obras de arte. Hogar de *La Gioconda*, *La Libertad guiando al pueblo* o el *Código de Hammurabi*, perderse en sus innumerables salas para deleitarse con el arte que acogen es viajar a través de su historia y la de la humanidad.



### MEMORIA FOTOGRÁFICA

El libro *Paris by Paris* (Assouline) nos invita a recorrer, de la mano de Ariel Wizman y Harold Colbert, una ciudad sin espacios insignificantes, ideal para ser paseada, pero también inmortalizada.

# CARLA

## “POR CULPA DE LOS MÓVILES, YA NO HAY ESPACIO PARA LA INTROSPECCIÓN”

Después de fascinar con sus dos primeras películas, la directora cierra su trilogía autobiográfica con *Romería*. Entrevistamos a la cineasta más brillante de su generación.

Por Begoña DONAT Fotografía Vicens GIMÉNEZ

**C**arla Simón (Barcelona, 1986) revisa en su móvil cuántas directoras suma el chat donde se concentra el grueso de la nueva savia femenina del cine español: “Somos muchísimas ya. Exactamente, 130”. En el grupo de WhatsApp al que se refiere dialogan realizadoras como Carlota Pereda y Estibaliz Urresola en una conversación ininterrumpida donde sus integrantes vuelcan sus dudas y se tienden la mano. Entre ellas no hay competencia, sino acompañamiento. Simón ha liderado, sin proponérselo, un cambio de rumbo en la industria. Con su ópera prima, *Estiu 1993* (2017), inauguraba una serie de siete premios Goya a mujeres en el apartado de Mejor Dirección Novel. Esta punta de lanza se volvió pica internacional con el Oso de Oro en Berlín a su segunda película, *Alcarràs* (2022), lo que la convirtió en la primera directora española en coronarse en ese festival. A aquel hito le seguiría un cortometraje, *Carta a mi madre para mi hijo* (2022), que rodó embarazada de su primogénito, Manel. En el montaje de su siguiente largo, *Romería*, que llega a los cines el próximo 5 de septiembre, también latía un nuevo corazón. En esta ocasión, el de Mila, nacida en julio. Con esta segunda doble gestación –o “mágica coincidencia”, como dice ella– cierra un ciclo. Después de ahondar en una infancia marcada por el fallecimiento de su padres, víctimas del VIH en la década de los ochenta, la directora ha forjado su propia familia. “Hay algo de punto y aparte y de ganas de mirar hacia el futuro y poder explorar nuevos territorios, de dejar de ir al pasado y todo lo que es tan personal”, nos reconoce en una conversación por Zoom escasos días después de dar a luz a su hija. La autoficción que ahora estrena ha supuesto una ruptura con respecto a su obra precedente. Sus anteriores largometrajes estaban ambientados en los paisajes catalanes de su rama materna, mientras que *Romería* transcurre en Vigo, la tierra donde se enamoraron sus padres con la ingenuidad de una juventud antisistema, ávida de libertad, pero también desconocedora del efecto devastador que tendría la heroína en sus vidas.

**MUJERHOY.** Cuando se estrenó *Alcarràs* consiguió reactivar las salas de cine después de la pandemia y que hubiera gente que empezara a comprar verdura y fruta de proximidad. ¿Qué efecto secundario espera de *Romería*?

**CARLA SIMÓN.** Agitar los recuerdos de la gente que vivió los ochenta o a la que le han tocado de cerca. Es una generación de la que hemos hablado muy poco, pero fueron los responsables de poner patas arriba los valores conservadores tras la dictadura. A raíz del dolor que provocaron el sida y la heroína, del estigma y el tabú, las familias lo vivieron con mucho secreto. Lo taparon o lo pusieron bajo la mesa para dejar de verlo. Recuperar a sus protagonistas y hacerlo sin juicio, poniéndolos en su lugar, me parece importante.

**El estreno en Cannes coincidió con otros dos títulos sobre el mismo tema: *Alpha* y *La misteriosa mirada del flamenco*. ¿Es coincidencia?**

Creo que la pandemia nos hizo reflexionar. Es curioso que hayamos avanzado tan rápido desde el punto de vista científico, porque hoy cualquiera puede vivir con VIH, pero que la aceptación social y psicológica siga siendo tan difícil. La prueba es que los jóvenes no saben casi nada sobre el sida porque no se habla de ello. Aunque no sea un tema de moda, los creadores lo revisamos de vez en cuando porque implica historias complejas.

**¿Es su cine una forma de poder explicar la historia familiar a sus hijos?**

Sí, porque me interesa la memoria familiar y el archivo. Yo solo tengo algunas fotos de mis padres navegando y un vídeo de mi madre. Así que, al menos, mis hijos tendrán mi mirada, mi ficción y mi perspectiva.

**Manel cogió 26 vuelos durante sus primeros ocho meses de vida...**

Sí, fue muy loco...



# SIMÓN

La directora, en la playa de El Masnou, con blusa y pantalón de KM by LANGE, sandalias de ABOUT ARIANNE y pendientes de MÔULE.

“Tengo la fortuna de poder hacer lo que quiero y como quiero. El reconocimiento sirve para avanzar sin tener que comprometer nada”

## ¿Cómo afronta la promoción con el segundo bebé?

Mila nos va a acompañar porque le doy el pecho, pero será todo un poco más medido. Con un bebé es muy bonito, pero ahora no es tan fácil. Ya somos cuatro y el mayor tiene tres años. Así que vendrá a algunos sitios, pero en otros casos tendrá que quedarse con mi pareja.

## Bebés aparte, tampoco es que a usted le guste mucho dormir...

Dormir me parece una pérdida de tiempo increíble. Ojalá no lo necesitáramos. Rodando me he dado cuenta de que es imprescindible. Filmó de una manera si he dormido ocho horas y de otra, si han sido seis. Con los niños te das cuenta de que puedes sobrevivir sin dormir mucho, con momentos de sueño profundos y cortos. Hasta que te afecta al humor.

## ¿Qué tipo de trabajo personal ha tenido que hacer en esta película?

Romería plantea un tipo de búsqueda que nunca va a terminar, porque indaga en cómo fue la historia de amor de mis padres. Como ellos no están, resulta muy difícil reconstruir ese relato. Pero esta película no es el punto final. Puede que siga descubriendo cosas, cuando conozca a gente que los conoció o cuando mi familia se acuerde de algo. La película me ha servido para estar en paz con la frustración que sentía por no poder reconstruir ese pasado y darme cuenta de que la memoria también se puede inventar. Lo que necesitamos es crear nuestro propio relato para poder construir nuestra identidad y estar en paz.

## ¿Diría que su mirada cinematográfica le sirve como una manera de redescubrir a sus padres?

Creo que sí. Supe que quería hacer cine siendo una adolescente. Cuando cumplí 18 años, me regalaron una cámara e, inmediatamente, empecé a grabar a mi familia.

## El personaje al que da vida Llúcia Garcia, su alter ego en la ficción, accede al diario de su madre. ¿Cómo fue leer sus palabras?

El diario de la película no es real, sino una compilación de las cartas que mi madre les escribió a sus amigas. Es lo más valioso que conservo de ella, porque tienen su voz. Es como si pudiera escucharla. Tenía una forma de hablar moderna para la época, pero que ahora resulta pasada de moda. Es casi un retrato generacional, porque cuenta su vida diaria con las drogas, sin filtro, con espontaneidad, y no habla del trabajo o las obligaciones.

## ¿El pasado guarda más secretos que este presente de sobreexposición que vivimos?

Antes era más misterioso, porque resultaba más difícil acceder a los recuerdos. Pero pese a tener tantas fotos y vídeos a nuestro alcance, la memoria va a seguir siendo igual de poco fiable.

## ¿Cuándo reparó en lo engañosos que pueden ser los recuerdos?

A medida que iba preguntando sobre la historia de mis padres me fui dando cuenta de que nadie tenía una verdad absoluta, porque los recuerdos son selectivos y subjetivos: cada uno los moldea a su conveniencia. No recordamos el hecho, recordamos la última vez que lo recordamos, así que la memoria se va transformando. De ahí esta libertad para inventar lo que no sé si pasó, porque lo cierto es que nunca voy a saber si sucedió exactamente así o de otra manera.

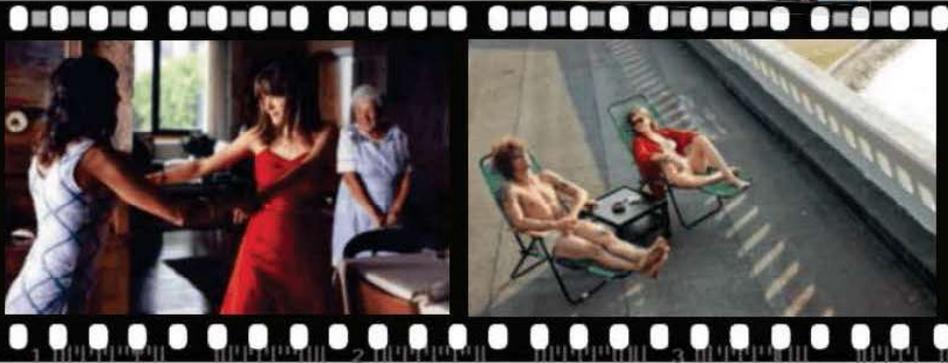
## ¿Qué ha descubierto de aquella época digno de tener en cuenta hoy en día?

A veces siento nostalgia de cómo vivieron su juventud mis padres. Era una forma de vivir más suelta, por la falta de móviles. Una amiga de mi madre me dijo: “Estábamos todo el tiempo esperando. La gente no llegaba a la hora que habíamos quedado”. Hoy no hay tanto espacio para la introspección. Cuando vivimos el apagón, me sentí muy bien. Pensé más. No había nada que hacer. ¿Cuántas cosas nos estamos perdiendo por los teléfonos?

## Usted se crió en el campo. ¿Qué le atrae más ahora: la vida de pueblo o la que se desarrolla en los núcleos urbanos?

Me gusta todo. El campo me gusta mucho porque crecí ahí. Me parece muy poético y hay algo muy hondo, que tiene que ver con la sensibilidad de la infancia, que se te queda dentro. Pero rodar *Romería* en Vigo ha sido muy refrescante, porque venía de dos películas rurales. Vigo es una ciudad muy particular, tiene muchas caras: el aspecto industrial, el casco viejo y esa geografía de la ría,

En *Romería*, la cineasta indaga en la historia de amor de sus padres. A la derecha, la directora dando indicaciones a Tristán Ulloa y Celine Tyll. Abajo, fotografías de la cinta, también protagonizada por Mitch y Llúcia Garcia.



donde entra el mar. Había algo místico en estar rodando en esos escenarios donde sabía que mis padres habían vivido su historia de amor. Volver a esos sitios pensando que los pisaron ellos.

**De niña jugaba a ser espía cuando escuchaba hablar a los mayores. ¿Sigues poniendo la oreja en conversaciones ajenas?**

Sí, lo hago mucho, en todos lados, pero por mi naturaleza curiosa. Siempre pienso que hago cine porque soy muy cotilla. Y eso me lleva a querer saber qué le pasa a la gente. También me pasa que cuando hay muchas personas, no me conformo con estar en una conversación, sino que, a veces, necesito poner la antena en otras y resulta difícil.

**Solía contar que tenía una relación conflictiva con las promociones, los festivales y los premios. Por eso, me llama la atención lo fácil que es hablar con usted, lo relajada que se le nota. ¿Ha ganado en comodidad en su relación con la prensa?**

Las entrevistas no me incomodan. Cuando decidí hacer películas no calculé que hay una parte que consiste en reflexionar sobre muchas cosas, a veces sobre algunas de las que no tienes una opinión clara. Hay partes de la promoción, la temporada de premios sobre todo, que vas aprendiendo a transitar, pero emocionalmente no es súper fácil: la prensa misma habla de que nuestras películas están batallando por el Goya, emplean un lenguaje bélico que nosotros no vivimos así. No hemos hecho una película para luchar contra nadie. Y, a veces, cuando llegas al final del camino, hay un momento que llevas muchas entrevistas encima y una se cansa. Contar una película puede abrir muchos temas y muy profundos.

**¿Le gusta, por ejemplo, participar en coloquios con el público?**

Sí. El clic que me llevó a hacer cine fue darme cuenta de su capacidad para invitarnos a pensar sobre la condición humana. En Bachillerato tuve una profesora que nos ponía películas para luego hacer un debate. En ese momento, yo quería estudiar Periodismo, pero descubrir que cuando hablábamos se revelaba mucho más de lo que habíamos visto me hizo cambiar de idea.

**En 2023 se convirtió, después de Carmelo Gómez, en la segunda ganadora más joven del Premio Nacional de Cinematografía. ¿Cómo logra abstraerse de las expectativas para seguir trabajando con normalidad?**

Hay momentos del proceso en el que se te viene encima esa presión, pero luego hay otros en los que estás trabajando y no piensas en esas cosas. Si yo rodara pensando en si la película va a entrar o no a competición en Cannes, sería un desastre. Así que, te olvidas. Aunque sí hay un momento de una gran fragilidad cuando entras en la sala de montaje. Es entonces cuando ves los brutos y reparas en los aciertos, pero también en los desaciertos. Otro momento en el que siento esa presión es cuando la película está terminada y empiezo a enseñarla. Por suerte, yo lo he vivido siempre de una forma muy ágil, porque tanto en el caso de *Estiu 1993* como en el de *Alcarràs* las presentamos sin terminar en Berlín y nos dijeron que sí. Y con *Romería* sucedió lo mismo en Cannes. Así que no he vivido una espera de festivales o de concreción de estrenos. Ahí es donde pones en duda la película.

**¿Con cuál de sus películas ha experimentado más presión?**

Con la primera y la segunda, aunque a partir de *Alcarràs* también me sentí muy liberada. A partir de entonces, tengo la fortuna de hacer lo que quiera como quiera. Creo que el reconocimiento sirve para avanzar en tu camino sin comprometer nada. No lo percibo como algo negativo, sino como la suerte de poder hacer las pelis que pretendo. *Romería* tiene muchos riesgos que tomamos sin mucha certeza, pero también con la confianza de que iba a funcionar. ●

## LA COLECCIONISTA DE PREMIOS

Tres únicos largometrajes han encumbrado a Simón hasta la élite del cine independiente.



*Cannes*

En su primera incursión en el festival francés, Simón cosechó ovaciones y una gran acogida de la crítica a su tercera película, *Romería*. En la foto, junto a la productora, María Zamora, y los actores, Lúcia García y Mitch.

*Berlinale*

Para su segunda película, *Alcarràs*, sobre una familia de agricultores, escogió a actores no profesionales. La cinta ganó el Oso de Oro de la Berlinale en 2022.



*Premio Nacional de Cinematografía*

Es la segunda persona más joven en recibir el Premio Nacional de Cinematografía. El jurado destacó su "cine de calidad y comprometido" y su papel como referente de una nueva generación de cineastas

*Goya*

Con *Estiu 1993*, sobre su primer verano después de la muerte de su madre, Simón irrumpió en la industria por todo lo alto. Obtuvo ocho nominaciones a los Goya y se llevó el premio a la Mejor Dirección Novel.

## LA APUESTA DEL MES



### Una mirada de lujo

“El secreto de la elegancia está en ser uno mismo”, escribió Christian Dior en 1957. Más allá de los tejidos o las siluetas, para el modista la verdadera belleza tenía que ver con la autenticidad. Y pocas cosas la revelan tanto como la mirada. Fiel a ese legado de cuidar cada detalle, la *maison* Dior aplica hoy su avanzada investigación a esa zona tan frágil y expresiva con una rutina completa de dos productos. *Pro-Collagen Shot* y la *Crema Contorno de Ojos*, de la línea *Dior Capture*, combinan biotecnología, texturas sensoriales y precisión en la aplicación para devolver firmeza, luz y definición al contorno ocular, además de revelar una mirada descansada y luminosa, que también es sinónimo de salud.

CELEBRAMOS *con* **ARMANI**  
TODOS *los* ANIVERSARIOS  
POSIBLES *y* ECHAMOS *la* MIRADA  
ATRÁS *para* REPASAR *la* MODA  
*más* NOSTÁLGICA. PONEMOS *en*  
PRÁCTICA *los* **MAQUILLAJES**  
*de la* TEMPORADA *y nos* COLAMOS  
*en la* CASA PARISINA *de la*  
EMPRESARIA LORENA VERGANI.  
TAMBIÉN DESCUBRIMOS *los*  
TOCADOS *de* ALEXIA ÁLVAREZ  
DE TOLEDO *que* FASCINAN *a*  
*la* ALTA SOCIEDAD, VIAJAMOS  
*al* **CORNUALLES** *más*  
AUTÉNTICO *y* EXPLORAMOS  
*los* HOTELES *para* SENTIRSE  
*como en* CASA.

---

MODA

# Pretérito perfecto

LAS TENDENCIAS MIRAN  
AL PASADO PARA REINTERPRETARLO.  
ESTE OTOÑO LLEGAN CON UNA MIRADA  
NOSTÁLGICA PERO INNOVADORA.

*Fotografía* Pepe LÓBEZ *Estilismo* Greta MACCHI





Vestido, de N21 ;  
top, zapatos y collar, de  
BIMBA Y LOLA; calcetines, de  
CALZEDONIA. En la mano derecha,  
anillo *Cabochon* y anillo *Serpenti  
Viper*; en la mano izquierda, anillo  
*Serpenti Viper* en oro rosa con  
pavé de diamantes, todos de  
BVLGARI.

En la página anterior, vestido,  
zapatos y pañuelo, de  
GUCCI; medias, de FALKE;  
pendientes, de GRASSY  
y bolso de BVLGARI.



Vestido de crochet,  
de BEMEKNES; top,  
de MANGO; pantalón,  
de TOD'S; guantes, de  
GUANTE VARADÉ y  
collar de CHANEL.

En la página siguiente,  
abrigo, de EL CORTE  
INGLÉS; body, de MANGO  
X SUPRIYA LELE y  
collar *Serpenti Viper*,  
de BVLGARI.







Americana y top de  
cuello alto, de VERSACE;  
*leggings*, de MANGO X  
SUPRIYA LELE.

En la página anterior,  
top y cárdigan de  
punto, de RABANNE;  
blusa lencera, de  
WOMAN FIESTA en  
EL CORTE INGLÉS;  
pantalón vaquero, de  
GUESS, y pendientes y  
anillos, de TOUS.



Vestido y pendientes,  
de CHANEL, y medias,  
de FALKE.

En la página siguiente,  
blusa, de STINE GOYA;  
falda de cuero, de  
ZIMMERMANN, y bolso de  
perlas, de CHANEL.



Modelo: *Tiko* (View Management). Maquillaje y peluquería: *Miguel Ángel Tragacete*. (The Crew Art). Asistente de fotografía: *Jota Martínez*. Asistente de estilismo: *Patricia Hinojal*. Auxiliar de estilismo: *Anna Morales*.



ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegam

O escanea el código QR:



# IMBATIBLE ARMANI

A sus 91 años, el diseñador italiano celebra éxitos en todos los pilares de su negocio: el 50º aniversario de su firma homónima, el 25º de su línea de hogar y el 20º de la exclusiva alta costura. Repasamos la figura de un hombre incansable.

Por Paula PEÑA Fotografía German LARKIN

**N**o se conquista la industria de la moda sin hacer lo propio con la del cine. Giorgio Armani (Piacenza, 1934) puede presumir de haberlo logrado en ambas y de dominar, asimismo, todas las que se han puesto en su camino: la decoración, la gastronomía, la hostelería... además de reinventarse unas cuantas veces. El primer largometraje para el que Armani diseñó el vestuario fue *American Gigoló* (1980), y con él moldeó el imaginario moderno del hombre elegante, tan solo cinco años después de crear su célebre casa de modas. Sus looks convirtieron a Richard Gere en un símbolo del buen gusto. Otro de los más sonados fue *Paranoia* (2013), en el que además de vestir a Harrison Ford creó el set del apartamento principal con su división Armani/Casa. Hoy puede presumir de haber participado en más de 200 largometrajes en toda su carrera. Por no hablar de las alfombras rojas y las celebridades a ▶

FOTOS: SPRG (BIBI KHALIFA, DESFILE PRIVÉ 2020) Y TETRÓ (LA SCALA) / ALFREDO PICOIA (PRIVÉ 2019) / ANA BELÉN FERNÁNDEZ (ANGELA MOLINA) / GETTY IMAGES (BESTO DE CEI FERRETTI) / DEI FINO (SISTO FORNARI) / SUILOS (CORTESÍA DE GIORGIO ARMANI)



Zendaya

Casa Armani



Nicole Kidman

Armani Hotel Dubai



Demi Moore



Armani Privé



Angela Molina

Tienda Giorgio Armani



### INFINITAS IDEAS

Desde la izq. y en sentido de las agujas del reloj: Ángela Molina con vestido a medida. Exposición Armani/Silos (2015). Zendaya con diseño Privé. Interiorismo de Armani/Casa. Nicole Kidman. El Burj Khalifa (Dubái), donde abrió su primer hotel. Demi Moore. El teatro La Scala de Milán decorado por Armani/Fiori. Diseño de Armani Privé, de otoño 2018. Desfile de Armani Privé, de otoño 2019. Centro decorativo de la línea Fiori. Penélope Cruz. Panettone de la línea Dolci. Cate Blanchett. Imagen del primer desfile de Giorgio Armani, en 1975.



Teatro La Scala Milán



Giorgio Armani Privé otoño 2018



Cate Blanchett



Penélope Cruz



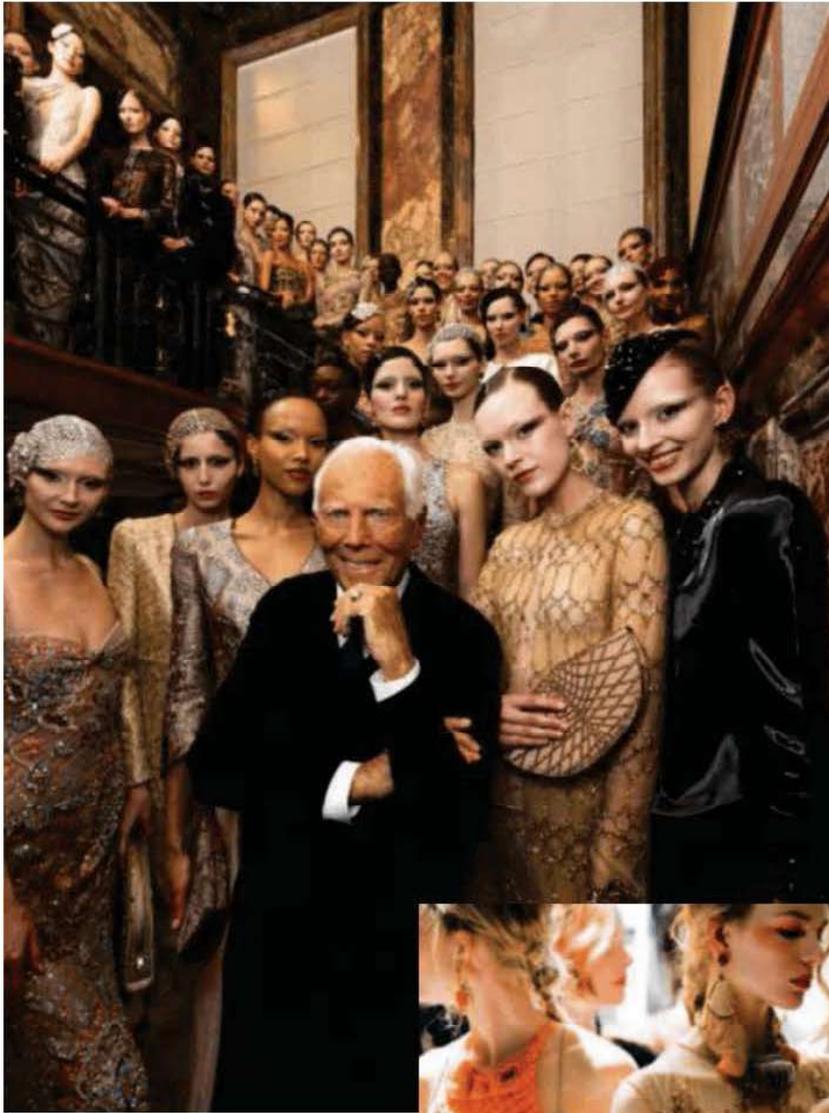
Armani Fiori



Giorgio Armani Privé otoño 2019



Panettone



## “LE DI A LA MUJER LA CHAQUETA, LOS PANTALONES Y LA CAMISA DEL HOMBRE”

las que ha vestido. ¿Un ejemplo inolvidable? Enfundada en un Armani de chaqueta y falda, Diane Keaton recogió su primer Oscar a Mejor Actriz por *Annie Hall*, de Woody Allen, en 1978. Un estilismo que es historia de la moda por todo lo que implica.

**L**e di a la mujer la chaqueta, los pantalones, la camisa... la idea era utilizar piezas del imaginario masculino, de manera femenina”, le contaba al diario italiano *Domenica del Corriere*, en 1983. Elegancia, pero no extravagancia. Esas son las máximas que ha defendido desde sus inicios en esta fascinante industria y que, a sus 91 años, aún profesa. La primera prueba histórica es el mencionado conjunto de Keaton, pero el estilo trajeado de otras mujeres icónicas como Marlene Dietrich también coincide singularmente con la visión de la moda del diseñador. El *power suit* femenino

fue solo una prolongación de lo que ya había hecho en la moda masculina: deconstruir el traje con una chaqueta más ligera y pantalones sin pinzas, para otorgar libertad y ligereza al cuerpo. Sus colores fetiche también contribuyeron a idear el nuevo concepto de la mujer moderna y elegante, con ese toque de practicidad que caracteriza a sus diseños: el *greige*, esa mezcla entre el gris y el beis que es cálido, sin dejar de ser elegante, atemporal y neutro; y el *azul Armani*, inspirado en el río Trebbia, que pasa por su ciudad natal. “Siempre me ha gustado el paisaje que rodea sus aguas azules, su sensación de

evasión. Nunca dejaré de estar ligado a ese mundo”, asegura. No fue hasta enero de 2005 cuando descubrimos la primera colección Armani Privé, es decir, la de alta costura. Su nombre evoca lo privado, lo exclusivo. “Veinte años de Privé han sido un viaje liberador, que sigue llenándome de satisfacción tanto desde el punto de vista creativo, como desde la perspectiva empresarial, que nunca es un aspecto secundario”, sintetiza el modisto. Confeccionadas en su *atelier* parisino bajo los estándares de la Federación de la Alta Costura y Moda francesa, los sueños suelen ser un tema recurrente de sus creaciones; así como la artesanía, los tejidos exquisitos y los bordados-joya, constantes innegociables. Por el camino, ha conquistado a actrices como Demi Moore, Nicole Kidman, Penélope Cruz, Zendaya, Cate Blanchett... y las ha vestido en premios como los Oscar. En España, en 2021, Ángela Molina recibió su Goya de Honor con un Armani Privé confeccionado a medida.



### DE HITO EN HITO

Arriba, Giorgio Armani en el desfile Armani Privé primavera-verano 2025. A la izq., restaurante Nobu Milán, decorado por su estudio. A la dcha., desfile Armani Privé primavera-verano 2017. Debajo, boceto de 1981 y Giorgio Armani en el Aeropuerto de Linate con su logo (1996).



**E**l suyo es un caso de éxito como pocos. En 1982, la revista *Time* lo consagró como hombre del año, a la vez que lanzaba su primer perfume. Este 2025, *Forbes* le otorga el cuarto puesto de hombre más rico de Italia. Entre diseñadores, es el primero del mundo. Detrás de esas cifras hay una trayectoria para nada ordinaria: dejó su ciudad natal para mudarse a Milán y estudiar Medicina. Tras ser escapatista en La Rinascente, descubrió que la moda era su verdadera pasión y dejó la carrera. “Empecé diseñando de forma independiente, pero Nino Cerruti fue mi verdadera escuela. El encuentro con Sergio Galeotti, que vio todo el potencial de mi visión, desembocó en el lanzamiento de la empresa Giorgio Armani en 1975. El resto, como suele decirse, es historia”, resume emocionado. En Italia lo llaman el rey de la moda y, con más de 300 tiendas en todo el mundo, no es para menos. Pero es un referente en muchas otras cosas más.

también reflejaba mi deseo de trasladar el estilo Armani a todos los ámbitos imaginables”, reflexiona sobre el último. Poco a poco lo ha conseguido. En el año 2000 realizó el interiorismo del restaurante Nobu Milán, para después abrir 24 cafés y restaurantes con su sello, en todo el mundo. Otra de las divisiones, Dolci, presume de bombones y vuelve virales sus *panettone* cada Navidad.

**S**i el cine es el séptimo arte y no se le resiste, el teatro no podía ser menos: para el reestreno de *Macbeth* en el majestuoso teatro La Scala de Milán, la división floral de la compañía, Armani/Fiori, irrumpió con una espectacular puesta en escena con más de 10.000 rosas y 3.000 orquídeas decorando los palcos. “De parte de Giorgio Armani y de todo Milán, ibienvinidos de nuevo!”, rezaba el cartel que el fundador mandó instalar en via Broletto, a cinco minutos andando del escenario. “Trabajar con flores



**A**rmani/Casa, por ejemplo, es otro aplaudido proyecto, que además le toca muy de cerca: “Empecé a aplicar mi estética al diseño de interiores muchos años antes del lanzamiento oficial. Era la evolución lógica de mi mundo creativo”, simplifica. Su primera creación, en los años 80, fue la lámpara Logo, que hoy es un icono. Pero no fue hasta dos décadas después cuando fundó la línea con la que aterrizó otro de sus grandes logros: el primer Hotel Armani, en el emblemático Burj Khalifa de Dubái, inaugurado en 2010, y decorado, naturalmente, por su estudio. El segundo lo abrió en Milán solo un año después. Tras ellos, ha diseñado incontables residencias de lujo e incluso un yate de varias decenas de millones de euros. Pero la restauración y los servicios ya eran parte de su universo: abrió el Armani Spa en 1976 y el primer Emporio Armani Café llegó a París en 1998. “Era un concepto pionero. Un lugar donde la gente pudiera hacer una pausa. Pero

es apasionante, porque la creatividad y la vitalidad de la naturaleza brillan en todo su esplendor. Siempre es enriquecedor y está lleno de sorpresas”, confiesa. A esta pasión, la editorial Rizzoli le dedica el libro homónimo y repasa sus creaciones inolvidables.

El año 2000 fue prolífico para Giorgio Armani, pues también lanzó Armani Cosmetics. Tan bello como las flores es para él ese mundo del maquillaje, que le resulta fundamental “para completar los looks y el mensaje de cada colección”, de la misma forma que la perfumería le parece “una de las tareas de expresión más interesantes”. Lo prueba el incontable número de fragancias que ha lanzado en su carrera. Una de las más especiales, *Acqua di Giò*, se inspira en la isla de Pantelaria, donde tiene una villa con más de 50 habitaciones y en la que capturó la esencia del Mediterráneo, con la misma precisión con la que le enseñaron a formular química en los años que cursó Medicina. Todo cala y todo queda en la mente del diseñador más exitoso del mundo. ●

Arriba, a la derecha, desfile prêt-à-porter de Giorgio Armani para este otoño. A la izquierda, el desfile Armani Privé para la misma temporada.

A TODO BRILLO

Collar de oro blanco y diamantes, de la línea de alta joyería Princess Star.



# NUEVO FAVORITO

Roberto Coin conquista Hollywood: Dakota Johnson es su nueva embajadora y Nicole Kidman, una de sus adeptas.

Por Paula PEÑA



Anillos de oro, diamantes, rubelita (ambos) y madreperla (el de arriba), de la línea Tiaré de alta joyería.



Pendientes Princess Star de oro, diamantes y zafiro amarillo.

Colarse en las más altas esferas de Hollywood es todo un reto. Conseguir que celebridades de la talla de Nicole Kidman, Cynthia Erivo o Scarlett Johansson se interesen por tus joyas y las luzcan en alfombras rojas, más aún. Que Dakota Johnson firme como embajadora global de tu firma, casi un imposible. No para Roberto Coin (Venecia, 1944), el joyero italiano que se reinventó tras dedicarse a la hostelería y creó una firma de joyería en Vicenza, ciudad italiana que destaca por su saber hacer artesano: los talleres de casas como Bottega Veneta o Damiani se encuentran allí. Este 2025, el empresario celebra con orgullo la decisión de Johnson: “Ella es auténtica, profunda y tiene una habilidad única para conectar. Estamos orgullosos de darle la bienvenida”, comentaba en el evento en el que hicieron pública la noticia, celebrado en Nueva York. “Es un honor dar vida a unas joyas con un significado tan profundo”, decía ella con emoción. De la máxima calidad, encierran un secreto: un rubí oculto en el anverso de cada una de ellas que porta buena fortuna a sus dueñas. ●

“ES UN HONOR DAR VIDA A UNAS JOYAS CON UN SIGNIFICADO TAN PROFUNDO”

# Rutina PRE Y POST EJERCICIO

La nueva línea Ziaja Sport cuida tu piel y tu energía antes, durante y después del entrenamiento.



**S**eptiembre es el mes de volver a empezar: la alarma a las 7h, la agenda a tope de reuniones y también las ganas de recuperar los hábitos saludables: el gym, la clase de pilates o salir a correr. Para eso es importante preparar la piel: cuando hacemos deporte, sube la temperatura corporal, los poros se abren y liberamos toxinas.

Pensando en las mujeres que viven con ritmo, Ziaja, la marca de productos cosméticos de alta calidad basados en ingredientes naturales, ha lanzado su nueva gama, Sport, con ocho productos para el cuidado facial, corporal y

capilar. Toda la línea es vegana, ultrahidratante, refrescante, energizante y proporciona una hidratación activa mientras refuerza la barrera cutánea, dejando la piel con un efecto notable.

La línea Sport incluye todo lo que necesitas antes y después de entrenar: un tónico con minerales marinos que favorecen una hidratación profunda (120ml, 3,60€), una crema facial con SPF50 para protegerte del sol (50ml, 8,49€), un sérum rejuvenecedor que además es ideal como base de maquillaje (50ml, 5,60€), productos dos en uno como el gel de ducha y champú (200ml, 4,40€)

o el bálsamo corporal y acondicionador capilar (200ml, 7,49€), un gel para piernas que hidrata, refresca y proporciona ligereza y bienestar (100ml, 3,80€), una crema para pies y manos que ayuda a reducir la rugosidad y mejora el aspecto general de la piel (100ml, 4,70€), y un antitranspirante con acción calmante que deja un agradable y duradero perfume (60ml, 3,70€). Y es que cuidar tu piel y tu cabello también forma parte de tu entrenamiento.

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



Ziaja, la marca de productos cosméticos de alta calidad basados en ingredientes naturales, ha lanzado su nueva gama, Sport, con ocho productos para el cuidado facial, corporal y capilar.

DOBLE  
ROSADO

Los ojos se enmarcan con las sombras rosadas de la paleta *Eye Color Solo*, tono *Beach Pebbles*. El look se completa con un toque de luz conseguido con el iluminador *Luminizing Face Enhancer*, en tono 201, y una boca a juego con la mirada con el *Lipstick* en tono *Flair fo Fuchsia Golden*, todo de CLÉ DE PEAU.

Camisa, de PEDRO DEL HIERRO; shorts, de SIMORRA y pendientes, de GOLD & ROSES.

# Oda al COLOR

Rosa, azul, amarillo, rojo... Lejos de perder intensidad, los maquillajes del próximo otoño suben de tono. Los probamos de la mano de Clé de Peau Beauté.



## AZUL CIELO

Los ojos acaparan el protagonismo gracias a una sombra irisada en tono azul por todo el párpado, con el *Azul Blue Sea* de la paleta *Eye Color Quad*. La piel se ha iluminado en los puntos clave con *Luminizing Face Enhancer* en el tono 20, todo de **CLÉ DE PEAU**.

Jersey, de **SPORTMAX**; pendientes, de **TOUS** y anillo, de **CARTIER**.

## AMARILLO ENCENDIDO

Este look huye del clasicismo gracias a la sombra aplicada del lagrimal al párpado: se trata del *Eye Color Quad*, en el tono *Beach Pebbles*. El maquillaje se completa con un rubor en las mejillas con la paleta *Powder Blush Duo*. Todo, de CLÉ DE PEAU.

Camisa, de TINTORETTO (de venta en EL CORTE INGLÉS); anillo, de VAN CLEEF & ARPELS.





## EXTRA DE NEGRO

La máscara de pestañas se convierte en el producto clave de esta propuesta, con *Perfect Lash Mascara*, uniendo las pestañas para un efecto más dramático. De CLÉ DE PEAU.

Tocado, de VIVAS CARRIÓN y guantes, de GUANTE VARADÉ.

BELLEZA

### ROSA ROMÁNTICO

Una piel rosada conseguida con un toque de color en las mejillas con *Powder Blush Duo Regard* en tono 102, a juego con unos labios jugosos, con *Cream Rouge Sparkless*, en tono 303, todo de CLÉ DE PEAU.

Vestido de gasa, de ZIMMERMAN.



### 'NUDE' DIFUMINADO

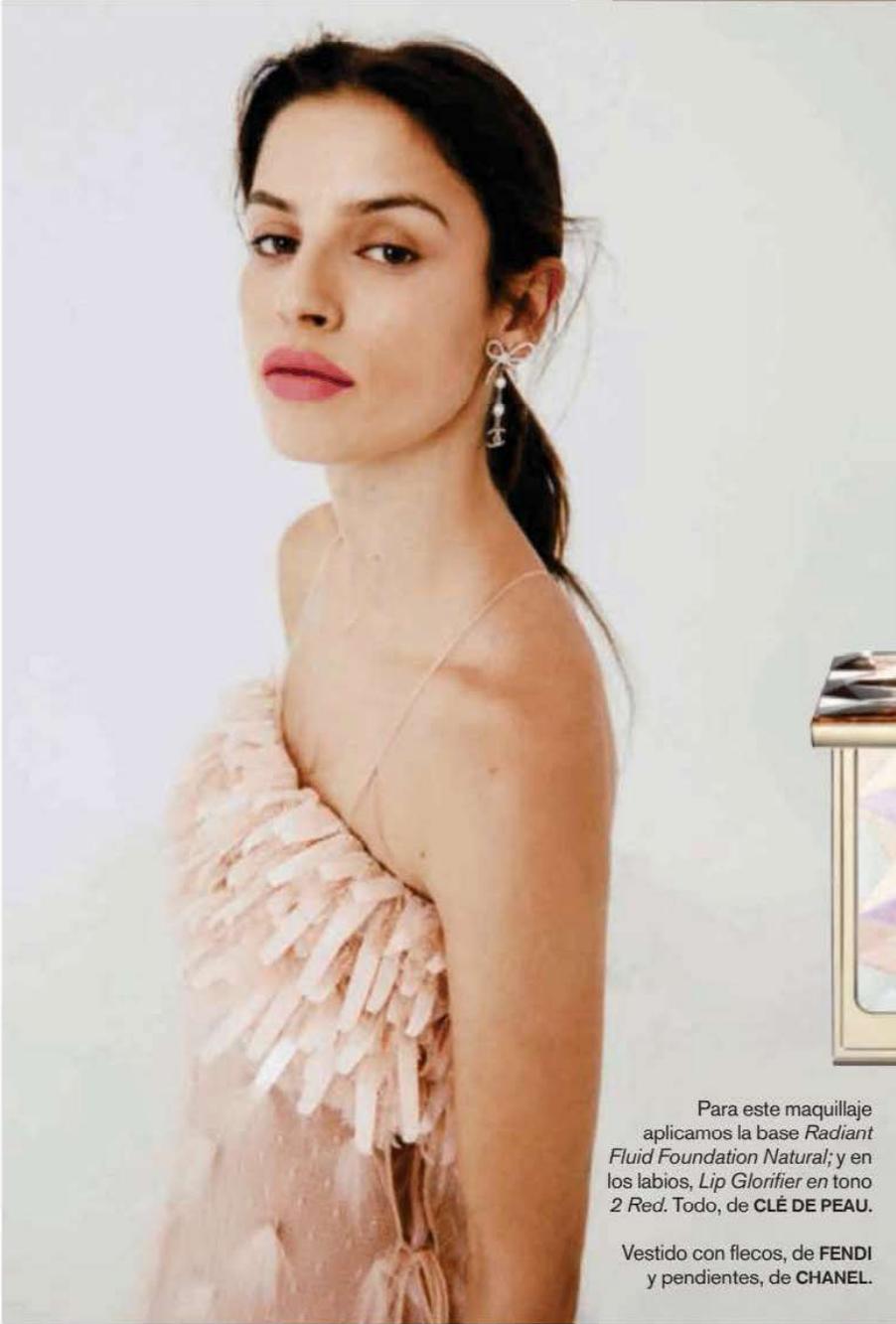
La clave de este maquillaje es la aplicación de las sombras, en tonos *nude*, de la paleta *Eye Color Quad Caviar Pearls*. Para realzar el efecto, la piel está muy hidratada. Se ha aplicado primero *Le Sérúm* y, después, la loción equilibrante *Hydro-Softening Lotion*. Todo, de CLÉ DE PEAU.

Pendiente de concha, de PIPIA;  
y pendiente de aro, de TOUS.

# BÁSICOS INFALIBLES

Si quieres recrear cualquiera de estas ideas de *make up*, estos son los imprescindibles que no pueden faltar en tu neceser. Productos para preparar la piel, iluminadores, base de maquillaje y paleta de sombras serán tus aliados.

1. Iluminador *Lumining Face Enhancer*, en tono 201 (70 €). 2. Loción equilibrante *Hydro Softening Lotion* (125 €). 3. Base de maquillaje *Radiant Fluid Foundation Natural* (145,50 €). 4. Tratamiento *Le Serum* (207 €). 5. Iluminador *Lumining Face Enhancer*, en tono 17 (43 €). 6. Paleta de sombras *Eye Color Quad Caviar Pearls* (58 €). Todo, de CLÉ DE PEAU.



Para este maquillaje aplicamos la base *Radiant Fluid Foundation Natural*; y en los labios, *Lip Glorifier* en tono 2 Red. Todo, de CLÉ DE PEAU.

Vestido con flecos, de FENDI y pendientes, de CHANEL.



Modelo: *Marta Aguilar (Uno Models)*.  
Asistente de fotografía: *David Martínez*.  
Asistente de maquillaje: *Alba Medina*.

## AZUL OCÉANO

Otra idea para incluir color en la mirada: un *eyeliner* marcado en azul, conseguido con la paleta de sombras *Eye Color Quad* en el tono *Azure Blue Sea*, y un toque de luz con el iluminador en el párpado con *Luminizing Face Enhancer* en tono 17, todo de **CLÉ DE PEAU**.

Chaqueta, de **REDONDO BRAND**;  
bolso-perla, de **CHANEL** y pendiente y pulsera a modo de pendiente, de **PDPAOLA**.

1



2



3



4



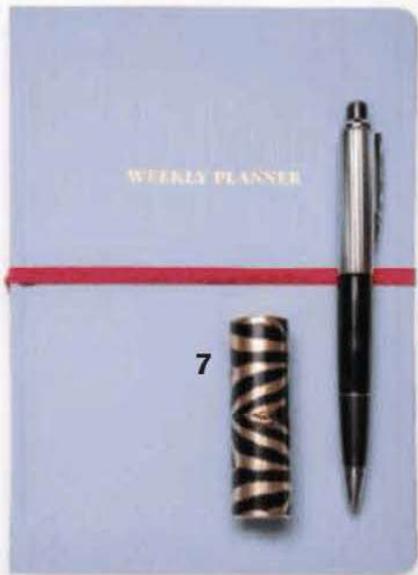
5



6



8



9



10



7

RELACIONES PÚBLICAS

1. Ordenador MacBook Air, de APPLE (1.199 €). 2. Bolso Pochette Accessoires 21 Monogram, de LOUIS VUITTON (c.p.v.). 3. Aceite Huile de Soins Nourissante, de CAUDALIE (9,50 €). 4. Gafas de sol cuadradas, de MAX MARA (176 €). 5. Polvos bronceadores Prisme Libre Bronzer, de GIVENCHY (58 €). 6. Lazo marrón, de ROGER VIVIER (450 €). 7. Barra de labios Phyto-Rouge Velvet, de SISLEY (55,50 €). 8. Agenda, de FLYING TIGER COPENHAGEN (6 €). 9. Perfume Eaux d'Artifice, de FENDI (300 €). 10. Polvos bronceadores Luminous Silk Bronzing Powder, de GIORGIO ARMANI (339 €). 11. Charm, de LOEWE (550 €).

11





1

2

3

### SOCIAL MEDIA MANAGER

1. Funda de ordenador *Never Still Flat Pouch in Taupe*, de RIMOWA (400 €).
2. Cartera *Pebble* pequeña, de LOEWE (600 €).
3. Gafas de sol, de ALAÏA (550 €).
4. Protector solar *UV Expert Supra Screen*, de LANCÔME (49 €).
5. Barra de labios *Dramalips Glassy Pearly*, de RABANNE (35 €).
6. Máscara de pestañas *Pradascope Lash Extending Volume*, de PRADA (45 €).
7. Perfume *Atelier des Fleurs Vanilla Planifolia Eau de Parfum*, de CHLOË (230 €).
8. Crema de manos *Mandarine Basilic*, de GUERLAIN (56 €).
9. Planificador, de FLYING TIGER COPENHAGEN (7 €).
10. Zapatillas *Minimalist*, de AQUAZZURA (695 €).



4



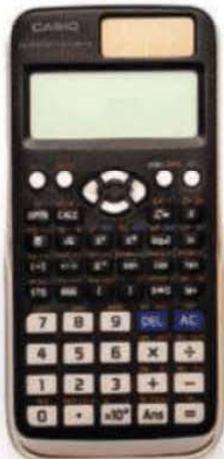
8



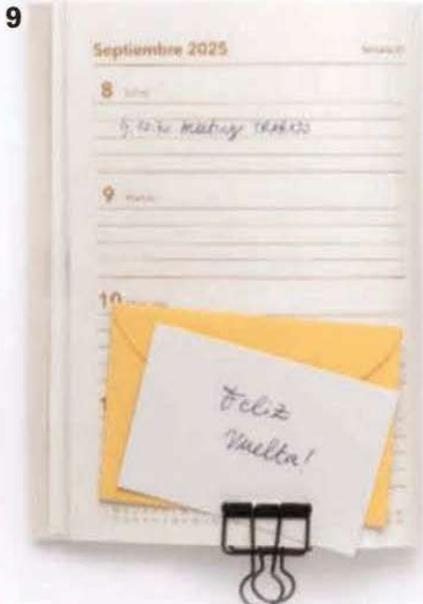
5



6



7



9



10



**DIRECTORA DE RECURSOS HUMANOS**

- 1. Bolso *Spy* grande, de **FENDI** (4.600 €).
- 2. Jersey de *cashmere*, de **YLIANA YEPEZ** (344,95 €).
- 3. Labial *Lipglass Air Non-Sticky Gloss*, de **MAC** (27 €).
- 4. Laca de uñas *Le Vernis*, de **CHANEL** (33 €).
- 5. Tinte líquido *Benetint*, de **BENEFIT** (28 €).
- 6. Bálsamo multiusos *Le Baume*, de **DIOR** (56 €).
- 7. Botella *Dopper Steel*, de **DOPPER** (18,95 €).
- 8. Móvil *Galaxy A56*, de **SAMSUNG** (529 €).
- 9. Perfume *Eau de Toilette Néroli & Orquídea Eau Harmonieuse*, de **L'OCCITANE** (60 €).





## JEFA DE MARKETING

1. Bolso *Bauletto* pequeño, de **MAX MARA** (1.019 €).
2. Collar *Lulu* en latón chapado en oro de 24 quilates, de **YLIANA YEPEZ** (388,95 €).
3. Cinturón con hebilla de leopardo, de **ROGER VIVIER** (450 €).
4. Aceite *Huile de Magnolia*, de **LEONOR GREYL** (39 €).
5. *iPhone 16 Pro Max*, de **APPLE** (1.469 €).
6. Base de maquillaje *Everlast Foundation*, de **DOLCE & GABANNA** (59 €).
7. Barra de labios *Fabulous Kiss Lipstick*, de **CAROLINA HERRERA** (131 €).
8. Perfume *L'Eau Nue*, de **YVES SAINT LAURENT** (125 €).
9. *Apple Watch Series 10*, de **APPLE** (799 €).
10. Zapatos *Lykke*, de **VAGABOND** (85 €).



# LA COSMÉTICA QUE VIENE

Más sostenibles, más eficaces y cada día más innovadoras. Las formulaciones del grupo L'Oréal desafían todos los límites de lo conocido: desde cultivos verticales hasta tecnologías revolucionarias para extraer fragancias directamente de las flores. Nos sumergimos en el futuro de la belleza.

Por Ixone DÍAZ LANDALUCE

La naturaleza es la fábrica más elegante del mundo porque siempre encuentra la forma más refinada de minimizar los errores y conseguir que el proceso sea lo más eficiente posible. Para Ana Kljuic, vicepresidenta de Investigación y Desarrollo de L'Oréal for the Future, no hay ninguna fuente de inspiración mejor que esa para desarrollar uno de los trabajos más difíciles y apasionantes de la industria de la belleza: desarrollar, reformular y aplicar la biotecnología más puntera a la cosmética. En otras palabras: diseñar los productos de belleza del futuro. "Las ciencias ecológicas, o *green sciences*, son un conjunto de disciplinas científicas que se ocupan de encontrar nuevas maneras de obtener y transformar los ingredientes", resume sobre su trabajo esta doctora en Genética y Dermatología, que llegó al grupo L'Oréal desde la Universidad de Columbia hace más de dos décadas.

Repensar la cosmética para que sea más respetuosa con el medio ambiente es uno de los desafíos más grandes del ambicioso L'Oréal for the Future, el programa de sostenibilidad de la marca francesa que impregnará toda la estructura y la estrategia del grupo hasta 2030. Para Kljuic, la clave para producir fórmulas altamente eficientes es "entender qué es lo que estás tratando de resolver y qué beneficio cosmético quieres ofrecer al consumidor". A partir de ahí, hay dos opciones: sustituir algunos ingredientes de la fórmula o reinventarla por completo. "Tienes que pensar qué aporta cada ingrediente, su funcionalidad. ¿Añade hidratación? ¿Brillo? Para hacer una crema hidratante, por ejemplo, ¿cuáles son los ladrillos que necesito poner juntos? ¿Y cómo hago para que sean lo más sostenibles posibles? Hay ingredientes de sustitu-

ción uno a uno, como se hacía en la química convencional, pero a veces requiere empezar la formulación desde cero", explica la experta.

Todo empieza, efectivamente, por la materia prima. El objetivo es que los ingredientes sean renovables, abundantes, que tengan un origen sostenible y trazable. Para conseguir eso, hay muchas vías. "Hay innovaciones que usan bacterias y otras que utilizan microalgas e incluso otras partes de las plantas, como las raíces, para obtener nuevos ingredientes que se pueden utilizar en la formulación", indica la científica. Pero existe un paso previo: obtener la biomasa que dará lugar a esos ingredientes. Reinventar ese proceso también forma parte del reto. "Puede ser mediante procesos agrícolas regenerativos, pero también explorando técnicas como los cultivos verticales", explica Kljuic. Para eso, el grupo L'Oréal ha establecido una colaboración con la *startup* francoamericana Interstellar Lab, que también trabaja con la NASA desarrollando prototipos de cultivos espaciales, y que está especializada en el desarrollo de *biopods*. Estas plantaciones verticales de aspecto futurista utilizan Inteligencia Artificial para crear condiciones biosféricas óptimas de manera que plantas, hongos y microorganismos crezcan más rápido y en las mejores condiciones.

Luego, esa biomasa debe transformarse en ingredientes para las formulaciones. Todo, con el menor impacto medioambiental posible. Y ahí tampoco faltan soluciones imaginativas. Una de las más audaces es Osmobloom, una revolucionaria tecnología de extracción de captura de aire para ingredientes de fragancias presentada hace unos meses y que anuncia una nueva era para la perfumería. El proceso es extremadamente elegante: un flujo de aire captura las moléculas ex- ▶

La Inteligencia Artificial crea condiciones óptimas para que las plantas crezcan



haladas de forma natural por la flor, dejándola intacta y obteniendo extractos de alta fidelidad, incluso de flores cuya extracción natural era antes imposible. Es el caso, por ejemplo, de flores *mudas*, como el lirio de los valles y el jacinto, la flor de azahar o el nardo. “No usa agua ni calor y es muy respetuoso con el medio ambiente”, explica Kljuic sobre la tecnología.

Aunque no todos los productos cosméticos y de higiene suponen el mismo desafío, claro. “Los champús y los acondicionadores para pelo normal son más fáciles de transformar. El maquillaje, en cambio, es uno de los más difíciles desde el punto de vista técnico. Son fórmulas muy complejas porque necesitan tener una emulsión lo suficientemente fuerte para retener todos los pigmentos y tienes que asegurarte, además, de que todo lo que cambias no va a repercutir en el color y la durabilidad”, ilustra la experta.

A pesar de los desafíos que representa un porfolio tan amplio de cosméticos y artículos de higiene, el grupo francés está reinventado la formulación de todo tipo de productos. Un buen ejemplo es la bruma solar ecológica *Water Lover*, de Biotherm. Sus ingredientes han sido seleccionados por su perfil medioambiental y testados para asegurar que no tienen un impacto negativo en la vida acuática. O el gel limpiador purificante de La Roche-Posay *Effaclar*, cuya innovadora formulación incluye el ingrediente activo *Phylobioma* que, potenciado por la ciencia del microbioma, equilibra el pH de la piel. La biotecnología es una gran aliada del departamento que dirige Kljuic para producir ingredientes de alto rendimiento. Por ejemplo, la vitamina C que enriquece el sérum de Garnier *SkinActive Vitamin C Brightening* o el ácido hialurónico del champú de Kérastase *Blond Absolu Bain Lumière*, cuyo extracto de edelweiss, además, se obtiene por un método de ecoextracción. Ni siquiera los discos desmaquillantes son los que eran. Los *ecopads* reutilizables de microfibra de Garnier *SkinActive* están hechos de algodón y se pueden lavar para volver a usar.

Y es que el final de la vida útil de cualquier producto, sea un *ecopad*, una base de maquillaje o un champú, también es una variable esencial en el diseño de cualquier formulación. “Es lo que llamamos *ecodiseño*. Analizamos el ciclo de vida de principio a fin: hay que pensar en el origen de un ingrediente, de dónde viene, cómo se transforma y cómo se obtiene, pero también en el final de su vida útil, dónde termina y cuál es su impacto y biodegradabilidad. Es algo

totalmente integrado en el trabajo de investigación e innovación”, explica ilustrando que en los productos de enjuague, por ejemplo, se ha avanzado mucho en la eliminación de microplásticos. Es el caso, por ejemplo, del champú de Garnier *Fructis Hair Food*. Su fórmula vegana, que no contiene siliconas, es biodegradable al 98% y de origen natural en un 97%.

La IA, por supuesto, también tiene mucho que decir en todo esto. Ya está presente mejorando la eficiencia de muchos tipos de cultivos, pero también en otro tipo de soluciones técnicas. Un buen ejemplo es Astra –“una especie de ChatGPT”, apunta la científica–, que utiliza Inteligencia Artificial aplicada a la biomimética, la disciplina que estudia la naturaleza para imitarla y aplicarla a la resolución de todo tipo de problemas. “Nos permite aprovechar la inventiva de la propia naturaleza para aportar soluciones a la industria”, apunta Kljuic.

El mayor obstáculo –y no solo en lo que respecta a la formulación, sino a la estrategia global de sostenibilidad del grupo– es conseguir escalar las soluciones para que tengan un impacto realmente revolucionario en el sector. “Estoy convencida de que la ciencia y la tecnología van a salvar el mundo, pero muchas de las innovaciones empiezan a pequeña escala. Hay que pensar que muchos de estos avances están surgiendo en pequeñas empresas”, cuenta Ana Kljuic.

Para acelerar ese proceso hay varios mecanismos. Desde colaboraciones a tres bandas –una *startup*; un socio tradicional, como puede ser un proveedor, y un grupo como L’Oréal capaz de comercializarlo en todo el mundo–, pero también trabajar codo con codo con la competencia. La casa francesa, por ejemplo, se ha asociado con el gigante Unilever y con la *startup* Geno para crear Future Origins, que usa biotecnología para desarrollar “cadenas moleculares que se transformarán en surfactantes” (uno de los grupos de materias primas más importantes en la producción de cosméticos) y diferentes tipos de ingredientes básicos que se necesitan a gran escala y precio bajo. “Tiene mucho sentido que nos unamos a nuestros competidores para avanzar rápidamente en su escalaje”, explica la experta.

Aunque todo lo que se hace en los laboratorios del grupo L’Oréal ya es puro futurismo, en realidad solo es el inicio. ¿Cómo se producirán los cosméticos del futuro dentro de 20 o 30 años? “Creo que para entonces esta será una orquesta perfecta que utilizará la naturaleza, la ciencia y la tecnología para dar lugar a nuevos ingredientes con un desarrollo diferente y una nueva experiencia para los consumidores”. Una orquesta perfecta y quizá tan elegante como la propia naturaleza. ●

## COSMÉTICA RESPETUOSA



1. Champú para cabellos rubios con ácido hialurónico *Blond Absolu Bain Lumière*, de KÉRASTASE (31,50 €).
2. Bruma solar altamente biodegradable *Water Lover*, de BIODERM (40 €).
3. Gel limpiador purificante *Effaclar*, de LA ROCHE-POSAY (26,20 €).
4. Aceite capilar recargable *Huile Originale Elixir Ultime*, de KÉRASTASE (67 €).
5. Champú de formulación vegana y origen natural *Fructis Hair Food*, de GARNIER (6,02 €).

El ecodiseño analiza el ciclo de vida de un producto de principio a fin: de dónde viene y cuál es su impacto



Detalles de los cultivos verticales de Interstellar Lab. Arriba, la tecnología de extracción de fragancias Osmobloom.

### COMPROMISO CON EL FUTURO

La reformulación de sus productos solo es una de las patas de L'Oréal for the Future, la ambiciosa estrategia de sostenibilidad de la multinacional hasta 2030. Los esfuerzos por reducir el impacto medioambiental de su negocio impregnan toda su estructura. Y los avances ya son significativos. En todos los ámbitos. Las 73 instalaciones europeas del grupo ya operan con el 100% de energía renovable, el 66% de su agua industrial es reciclada o reutilizada y las operaciones de la compañía en el continente han conseguido reducir sus emisiones de CO2 un 25% desde 2019. Además, el ecodiseño de los envases y el esfuerzo por promocionar los cosméticos recargables a través de campañas como Join The Refill Movement representan otro de los compromisos más firmes y visibles del grupo L'Oréal con la sostenibilidad y el futuro.

líderesconproposito.vocento.com

#ForoLíderesConPropósito

# II FORO LÍDERES CON PROPÓSITO

Un proyecto de **Vocento**

Un espacio de diálogo y reflexión en el que **destacados pensadores humanistas, científicos y CEOs** de las compañías pertenecientes a la comunidad de Líderes con Propósito hablarán sobre la **importancia del concepto 'humanismo'** como antídoto ético y estratégico para las organizaciones en tiempos dominados por la automatización y la IA. ¡Apúntate ya!

**8/10/25**

Fundación Francisco Giner de los Ríos

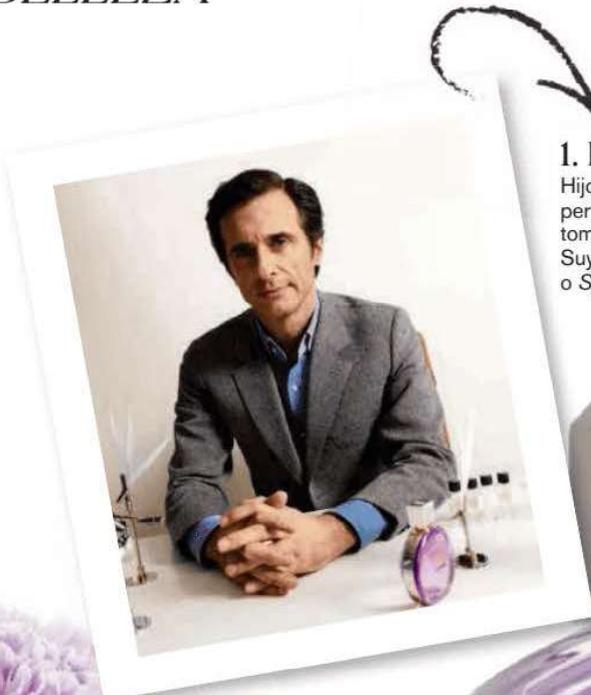
Pº Gral. Mtnez. Campos, 14. Madrid

REGÍSTRATE



Deloitte.





### 1. El creador

Hijo de Jacques Polge (el legendario perfumista de Chanel), Olivier Polge tomó el testigo de su padre en 2015. Suyas son creaciones como *Comète* o *Sycomore*, entre otras fragancias.



### 2. La inspiración

Los perfumes de la *maison* siempre van en sintonía con sus propuestas de moda. La elegancia atemporal está presente tanto en los trajes de *tweed* como en las fragancias que conforman la colección *Chance*.



### 3. Los ingredientes

Frambuesa, rosa y violeta. Esas son las tres notas clave de *Chance Eau Splendide*, con las cuales Olivier Polge ha concebido un aroma chispeante.



**S**e puede capturar una emoción en un frasco de perfume? Según Olivier Polge, sí. Esa es la intención que tenía el nariz de Chanel cuando creó *Chance Eau Splendide* desde el estado de ánimo más positivo: la alegría. “Quería que esta nueva versión de la línea atrapara desde el primer instante, como una bocanada de aire fresco, alegre pero sofisticada”, afirma Polge. Para lograrlo, eligió la frambuesa como punto de partida; luego añadió notas de rosa y violeta, que aportan energía. “Me atraía esa idea de una frambuesa que no fuera dulce, sino sofisticada, que diera ganas de volver a olerla una y otra vez”, explica. El perfume evoluciona hacia un corazón floral dominado por el geranio rosa, cultivado por la *maison* en Grasse (Francia). Esta flor, poco común dentro de la perfumería femenina, le da estructura y una frescura que equilibra el carácter afrutado. Para redondearlo todo, el frasco se tiñe de violeta, un color que nació, según cuenta el perfumista, de forma casi instintiva al oler la fórmula final. “Cada *Chance* tiene su propio tono, y este se impuso por sí solo”, concluye. ●

# LUJO AFRUTADO

Radiografiamos el perfume más alegre de la temporada. Descubre lo que hay detrás de la última creación olfativa de Chanel.

Por Sandra CÁRCEL

## VERÓNICA COSTA

# “Haz deporte y serás autosuficiente”



La entrenadora e *influencer* compartirá su receta vital en WeLife Festival 2025.

**V**erónica Costa ha convertido el bienestar en una forma de vida. Conocida en redes sociales como Vikika, su discurso inspira a más de un millón de seguidoras a ejercitar la fuerza y la constancia. Hablamos con ella del *boom* del autocuidado, la importancia de la disciplina y la necesidad de vivir sin imponernos grandes restricciones.

**MUJERHOY. ¿Cómo definiría el equilibrio entre cuerpo y mente?**

**VERÓNICA COSTA.** Es la clave que todo el mundo busca. Es saber que, cuando te cuidas, lo haces por y para ti. Cuando estás en consonancia con lo que piensas, lo que haces y lo que sientes, ese equilibrio fluye.

**A lo largo de su trayectoria, ¿ha cambiado su visión sobre la salud y el fitness?**

Sí. Antes se entrenaba con el foco puesto en el cuerpo. Con los años se ha demostrado que es cuestión de salud: hay que entrenar para envejecer con calidad de vida, ser autosuficiente y disfrutar de los tuyos hasta el final.

**Además de entrenar por salud, defiende comer sin obsesiones. ¿Cómo se consigue?**

Un nutricionista debe enseñarte, no prohibirte. La mejor elección un día puede ser un helado. Y eso no es *portarse mal*, es vivir.

**Siempre transmite energía positiva, pero ¿cómo afronta los días sin motivación?**

Es un tema de disciplina y constancia. Si un día no puedes entrenar, no pasa nada. Lo importante es volver al día siguiente y conseguir crear un hábito.

**En una sociedad que no para, ¿cómo practica el descanso consciente?**

Aunque tengamos poco tiempo de descanso, tiene que ser parte de nuestra rutina. Descansar no es tirarse en el sofá y ver Netflix, puede ser un paseo por la montaña o por la playa.

**¿Por qué no deberíamos perdernos su charla en WeLife Festival 2025?**

Porque compartiré secretos útiles para estar en forma sin volverse loca. A veces es tan sencillo que la gente no se lo cree. ●

**welife**<sup>\*</sup>  
A new way of living

UNA CITA  
PARA  
SENTIRSE  
BIEN

Los días 20 y 21 de septiembre, el Real Teatro de Retiro de Madrid acogerá WeLife Festival, el gran encuentro anual de bienestar, salud y desarrollo personal. Además de Verónica Costa, el festival reunirá a grandes referentes como Toni Nadal, mentor y entrenador de Rafa Nadal; Emilio Duró, economista y conferenciante experto en liderazgo y motivación; o Sari Arponen, médica experta en salud integrativa y autora del libro *¡Es la microbiota, idiota!* Las entradas están disponibles en [welifestival.es](http://welifestival.es).



**LA ANFITRIONA**  
La consultora Lorena Vergani, en la escalera situada junto a la biblioteca que conecta el salón y el piso superior.

## Una caja de sorpresas

Por fuera es un típico palacete francés. Por dentro, un hogar donde los muebles conviven con obras de arte contemporáneo. Este espacio insólito se encuentra en Le Marais, uno de los barrios más bohemios de París.

Por Elena CASTELLÓ Fotografía Oleg COVIAN



Arriba, a la izquierda, escultura del dúo danés y noruego Elmgreen & Dragset. A la derecha, patio de entrada al palacete. Sobre estas líneas, comedor con sillería de los años cincuenta y obra del alemán Hans Hartung.

**L**a casa parisina de la consultora de estilo de vida y lujo Lorena Vergani es un *hôtel particulier*: un palacete francés del siglo XVII, conocido como el Hôtel d'Ecquevilly, enclavado en el barrio de Le Marais, el núcleo de galerías de arte, restaurantes y negocios de vanguardia en la capital francesa. Antes fue residencia noble, convento, depósito comercial y hasta sala de exposición de una fábrica de sanitarios. En el año 2014, fue adquirido por la familia de Lorena, que se instaló en el ala norte del edificio. Pero, además de ser una construcción llena de belleza e historia, este palacete es como una caja de sorpresas, porque en su interior acoge una espectacular colección de arte contemporáneo, que exhibe un espíritu colorista, rompedor, reflexivo y lleno de sentido del humor.

En 2017, el interiorista argentino Luis Laplace realizó una reforma integral, convirtiendo el espacio en un depurado *loft* en el que exponer decenas de obras de algunos de los artistas más sorprendentes del momento. Pero también se preocupó por rescatar la majestuosidad del edificio y devolverle su esplendor. La gran escalera que une, desde sus orígenes, los dos pisos del palacio, se respetó en su integridad, evitando, eso sí, que sacrificara algún muro en el que poder exhibir una obra.

En una atmósfera diáfana de estilo *midcentury*, acogedora y elegante, las obras de la italiana Paola Pivi, del francés de origen alemán Hans Hartung, del belga Wim Delvoye, del estadounidense Josh Sperling o del francés Xavier Veilhan encuentran su lugar. El palacio, situado cerca de un pequeño parque que es un oasis silencioso en medio del bullicio parisino, contagia esa paz que contribuye al protagonismo de las obras. ▶



Sobre estas líneas, Lorena Vergani, frente a una obra de Bernard Frize. A la derecha, la escalera principal del palacio, con torre gótica en acero cortado con láser del belga Wim Delvoye y escultura circular de pared del estadounidense Josh Sperling. Junto a estas líneas, detalle de la cocina.



**P**ero esta casa familiar no es un museo, sino un lugar lleno de vida, donde las creaciones artísticas cambian de sitio, el espacio se adapta a ellas y las piezas interactúan con sus habitantes y quienes les visitan. La obra estrella de este palacete es, para muchos, el oso volador azul de la italiana Paola Pivi, confeccionado con plumas y situado en el techo del salón. “Forma parte de la familia e impresiona a todos los que vienen”, cuenta Lorena Vergani.

Precisamente aquí otra escalera, en madera de roble, conecta la estancia con el piso superior, desplegándose a lo largo de una biblioteca que atesora decenas de libros de arte y catálogos de exposiciones. “Lo curioso es que, cuando voy a casas en las que no hay nada de arte, me resulta extraño, porque yo vivo rodeada de obras y forman parte de la vida de todos los días”, explica.

Las esculturas se adaptan a esta vida e incluso tienen nombres que les han puesto los dos hijos de Lorena, de diez y cinco años. De origen argentino y alemán, Vergani se educó en España, en el Liceo Francés de Alicante,



“Hay que escoger si queremos que destaque el mueble o la obra; las dos cosas al mismo tiempo no puede ser”, dice Vergani



y se formó posteriormente en ESADE Business & Law School. Hace una década, fundó *LVBespoke*, su empresa de consultoría de lujo, experiencias para marcas y viajes a medida, que hoy es una de las más prestigiosas de París.

Entrar en su casa es acceder a un lugar construido con un código propio, donde reina el arte, que puede ser contemplado y explorado. “Es como una mini galería, pero debemos seleccionar bien las piezas, porque vivimos en ella”, explica Vergani. “Hay que escoger si lo que queremos es que destaque el mueble o la obra, las dos cosas al

mismo tiempo no puede ser, resulta recargado, las piezas pierden sentido. Hay que dejar que el arte respire, que ocupe su espacio. Hay muchas obras que, al principio, me parecían difíciles, pero que hoy admiro por su frescura o su lirismo. Mis preferidas son las que tienen un significado menos evidente, que alimentan el misterio. Mis hijos les dan las buenas noches antes de irse a dormir”, ríe. Por eso, la armonía es esencial. “Algunas obras no tienen cabida, es como si no tuvieran la energía adecuada”, apunta la consultora. ●

Sobre estas líneas, oso volador azul, de Paola Pivi. Arriba a la izq., escultura del francés Xavier Veilhan y cuadro de Pierre Soulages. A la derecha, vestidor en madera de roble.

# LA MODA juega en casa

Vestir el hogar como lo hacemos con nuestros cuerpos. Esa es la idea en la que se basan las colaboraciones de la firma Louis Vuitton con los grandes nombres del diseño.

Por Paula PEÑA

## COLOR Y TEXTURA

A la derecha, los objetos de la colección *Botanik* de Jaime Hayón para Louis Vuitton. Bajo estas líneas, los bocetos del artista madrileño, que posa con imágenes de algunas de sus piezas.



## JAIME HAYÓN

“El diseño debe provocar emociones, más allá de ser meramente funcional”

El punto de partida era crear objetos bonitos”, resume Jaime Hayón (Madrid, 1974) sobre cómo ha trabajado junto a Louis Vuitton para idear su colección *Botanik*. El reconocido diseñador ha ideado una suerte de jarrones, candelabros, bandejas y otros objetos decorativos basados en la naturaleza. “Formas orgánicas y redondeadas, texturas naturales... Mi gran inspiración han sido las plantas y las flores”, asegura Hayón sobre este trabajo repleto de objetos que “parecen tener vida propia”. En su propuesta, el creador no renuncia a su

sello de identidad, que él mismo resume con estas palabras: “El diseño puede ser divertido a la vez que sofisticado y debe provocar emociones más allá de ser meramente funcional. La creatividad no tiene límites”.

Presentada en el marco de la Milano Design Week –junto a los *Decorative Objects* que otros artistas internacionales han desarrollado también para las *Home Collections* de Louis Vuitton–, la línea de Hayón se expuso en el Palazzo Serbelloni, un entorno “magnífico, icónico, increíble” para realzar estas coloristas creaciones.

## PATRICIA URQUIOLA

“Me encanta explorar la vida nómada, combinando artesanía y flexibilidad”

Jarrones de vidrio con bases de piel, cuencos decorativos confeccionados en el mencionado –e inesperado– material natural e incluso una alfombra inspirada en el arte cinético. No es la primera vez que la arquitecta y diseñadora Patricia Urquiola (Oviedo, 1961), flamante Premio Nacional de Diseño 2025, colabora con Louis Vuitton para decorar las casas más sofisticadas.

Su primera toma de contacto con la firma tuvo lugar en 2010, cuando se interesó por sus orígenes centrados en los viajes de lujo. “Me fascinaba la idea de reinterpretar sus históricos baúles”, recuerda. Sobre el presente, resume: “Mi relación con la casa es un diálogo en el que mi visión y sensibilidades se funden con su legado e historia”. Tras diseñar piezas como la famosa silla *Palaver*, que forma parte de los icónicos *Objets Nomades* de la firma, Urquiola participa este 2025 en la creación

de diferentes objetos para las *Home Collections* de Louis Vuitton. El más especial tal vez sea el jarrón *Diago*, con una base confeccionada en piel y madera –que emula a la mencionada silla– y una estructura de vidrio. Sus bandejas *Pétalo*, confeccionadas en piel, marcan la diferencia por su acabado a todo color; y la alfombra *Vibration*, elaborada en lana, cambia la energía de cualquier espacio. En el futuro, a Urquiola le encantaría “explorar la idea de la vida nómada, combinando artesanía y flexibilidad, como ocurre en las microarquitecturas”.

### AIRE SOFISTICADO

Sobre estas líneas, la diseñadora Patricia Urquiola. Debajo, su boles *Pétalo*. A la derecha, los jarrones *Diago*, dos de los *Decorative Objects* que ha creado para las *Home Collections* de Louis Vuitton.





UN ATELIER CON ALMA

A la izda., Alexia Álvarez de Toledo, rodeada por algunas de sus creaciones. Bajo estas líneas, su mesa de trabajo y su máquina de coser y, más abajo, un libro sobre los sombreros favoritos de la reina Isabel II.



# ALEXIA ÁLVAREZ DE TOLEDO PARA PONERSE el sombrero

Entramos en el taller madrileño donde la diseñadora crea elegantes pamelas, borsalinos o tocados, rodeada de rafia, hilos y cintas de colores.

Por Elena CASTELLÓ Fotografía Uxío DAVILA



## CABEZAS BIEN AMUEBLADAS

A la izda., distintos modelos para probar: tocados con redecilla o elaborados en tejido sinamay, pero también casquetes y turbantes. Bajo estas líneas, *canotier* con cinta de colores y cuadro con una de las creaciones de la diseñadora.



El escaparate de la pequeña tienda-taller en la que trabaja Alexia Álvarez de Toledo en pleno centro histórico de Madrid resulta irresistible: no hay paseante de la tranquila calle Cervantes que no se detenga a curiosear, aunque solo sea un momento. En su interior, y a lo largo de las paredes del local, las cabezas de mimbre y madera están coronadas por pamelas, casquetes, tocados, fedoras, *canotiers* y borsalinos. Son de la colección de verano y están decorados con lazos, flores, bandas o plumas, todos artesanales y elaborados a medida en paja, yute, hoja de palma, rafia y paja toquilla. En el interior del taller ya está preparada la lana merino, junto al fieltro o el pelo de conejo –que tiene las mismas propiedades que el *cashmere*– para empezar a diseñar los modelos de invierno. Todos evocan escenas de cine, elegantes jornadas en el campo o románticos paseos por la playa. Y bodas, por supuesto, en los que se han vuelto a poner muy de moda.

Esta atmósfera, que emana una elegancia antigua y refinada, refleja con precisión el alma de su creadora. “Yo siempre he sido una amante de los sombreros, porque siempre he sido una loca de la vuelta al pasado”, recono-



## ARTESANALES Y A MEDIDA

Así son todas las piezas de Alexia Álvarez de Toledo. Arriba, su mesa de trabajo, donde las pamelas se mezclan con redecillas de colores, retales de tela y cintas de medir.

ce Alexia Álvarez de Toledo, rodeada de sus creaciones. “Me fascinan esos *looks* de los años cuarenta, cincuenta o sesenta, con sus casquetes. Siempre he ido un poco a contracorriente. Creo que la manera de romper la uniformidad de las modas es jugar con todos los complementos. Además, los sombreros son muy funcionales”, apunta. Y es cierto: adornan, abrigan y protegen.

Alexia, que estudió Comunicación, había colaborado con muchos emprendedores. Inspirada por su amor por la moda y los sombreros, y su admiración por quienes ponen en pie su propio negocio, decidió formarse en alta sombrerería en la Escuela ISA de Madrid. Quería hacer realidad su singular fascinación. La forma de arrancar su proyecto también fue especial. “Hice los tocados de casi todas las invitadas de mi boda”, desvela. Empezó cosiendo en su casa, hasta que llegó la pandemia y se quedó sin clientas. Entonces, cambió de estrategia y empezó a diseñar sombreros de campo. Buscó proveedores y sacó su primera colección, que vendió a pesar del confinamiento o, quizá gracias a eso, puesto que muchas personas se habían instalado en sus casas de pueblo. Así, en 2021, decidió abrir su propia tienda para crear sombreros a medida y a buen precio. “Mi propósito es *ensombre-rar* a todo el mundo sin que tenga que ser un lujo”, dice con humor.

El primer paso en la creación de un tocado, explica, es medir la cabeza y luego probar las hormas, el ala, la copa, y escoger las cintas y los colores. “Lo esencial es asesorar a la clienta y hacer bien los patrones”, cuenta. Por eso son tan importantes los grandes espejos que decoran la tienda. Hay que contrastar bien las delicadas estructuras, el tamaño, el colorido... El taller, en la parte trasera, es como un gigantesco costurero, lleno de carretes de hilo, de todos los tamaños y colores; de cintas métricas, alfileros... Los tejidos y las telas, las hormas o los pantones para elegir los tonos se extienden sobre las mesas de trabajo y alrededor de las máquinas de coser. Junto a una de ellas, descansa una flor rosa a la espera de encontrar su ala. Al lado, muestras con las que combinar tocados o teñir el sinamay de seda en el color exacto. Todos pasarán por la plancha, el primer y último paso en la elaboración de un maravilloso sombrero. ●

# INDÓMITA Cornualles

Playas de aguas turquesas, acantilados de vértigo, castillos medievales y pintorescos puertos pesqueros se entrelazan en uno de los paisajes más bellos de Inglaterra.

*Por Geles RIBELLES*

Playa de Porth  
Beach, en Newquay.

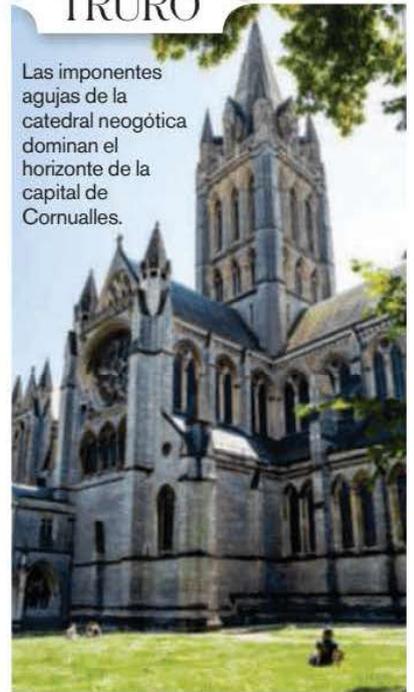


**S**alvaje y arrebatadora, la península de Cornualles, en el extremo suroeste de Inglaterra, se despliega como un vibrante lienzo plagado de sorpresas donde la naturaleza, el arte y las antiguas leyendas celtas dibujan el concepto de la perfecta armonía. Una docena de Áreas de Excepcional Belleza Natural, como el Reino Unido cataloga a las zonas de especial valor paisajístico, se extienden entre unos exóticos jardines subtropicales (como los de Eden Project, Glendurgan o Heligan) que contrastan con la costa agreste y fotogénica por la que discurre el famoso Sendero de la Costa Sudoeste (South West Coast Path). Cornualles, además, goza de un clima suave que acaricia calas recónditas mientras el graznido de las gaviotas llama a descubrir su esencia marina.

No es de extrañar que sus escarpados acantilados, playas de mareas cambiantes bañadas por una luz cautivadora, cielos abrumadores y pueblos marineros anclados en el tiempo hayan hechizado a artistas, escritores y cineastas a lo largo de la historia. Ha sido el evocador escenario de la serie *Poldark*, de las películas basadas en relatos de Rosamunde Pilcher o de las novelas de Daphne du Maurier –*Rebeca*, *Jamaica Inn* y *Los Pájaros*–, que fue residente del pueblo de Fowey y cuyas obras fueron adaptadas al cine por Hitchcock. “Nunca había visto tantas bellezas naturales en un lugar tan pequeño como las que he visto aquí”, afirmó el célebre pintor William Turner cuando en el verano de 1811 recorrió los pueblos de Boscastle, Padstow, St. Ives, el Mon- ▶

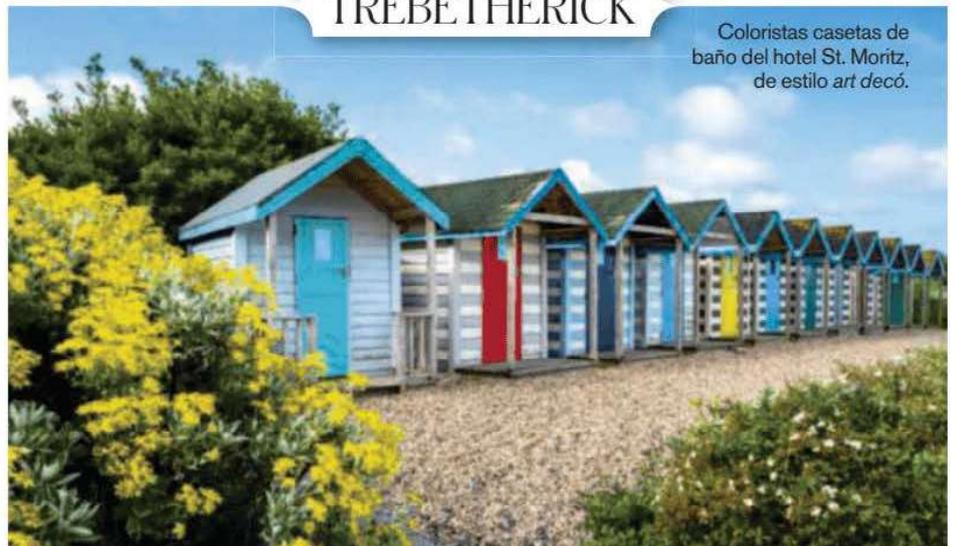
## TRURO

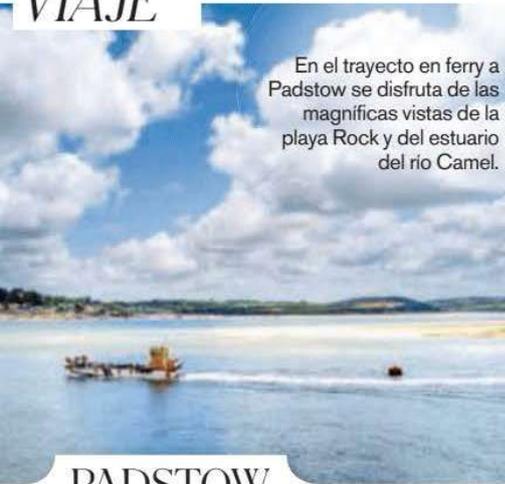
Las imponentes agujas de la catedral neogótica dominan el horizonte de la capital de Cornualles.



## TREBETHERICK

Coloristas casetas de baño del hotel St. Moritz, de estilo *art déco*.





En el trayecto en ferry a Padstow se disfruta de las magnificas vistas de la playa Rock y del estuario del río Camel.

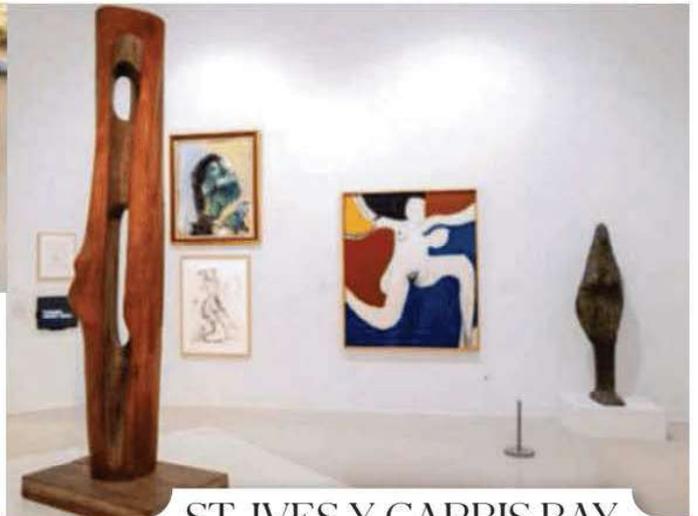
## PADSTOW



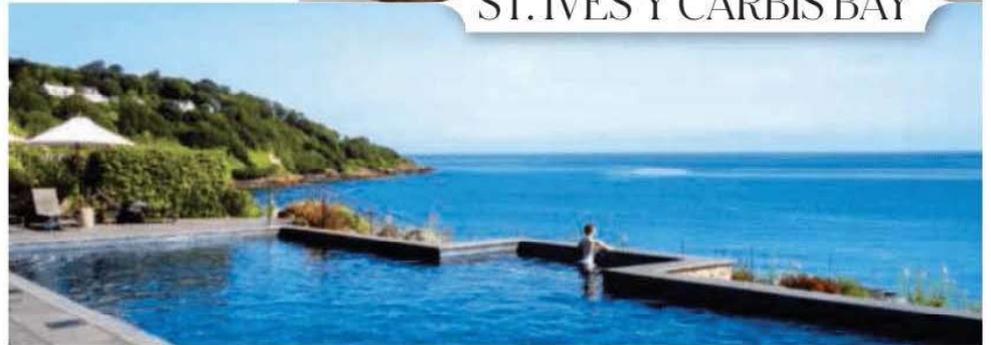
El Seafood Restaurant, en Padstow, es el buque insignia del reputado chef Rick Stein.



Vieiras del restaurante Cintra, en el puerto de St. Ives. Sala de la Tate Gallery con escultura de Barbara Hepworth en el centro. Debajo, la ubicación del Hotel Carbis Bay, frente a la playa, que es inigualable.



## ST. IVES Y CARBIS BAY



A la izq., castillo medieval de St. Mawes, construido por el rey Enrique VIII, que hoy es un museo. Abajo, salón del coqueto hotel boutique Idle Rocks, en St. Mawes.

## ST. MAWES



te St. Michael, Falmouth y Lands End. Lugares que se han mantenido casi imperturbables desde que el artista los plasmara en sus cuadros. Lo ideal es alquilar un coche y aventurarse por las sinuosas carreteras cubiertas por una densa vegetación que, en ocasiones, forma túneles de bosques.

### Leyendas medievales y delicias gastronómicas

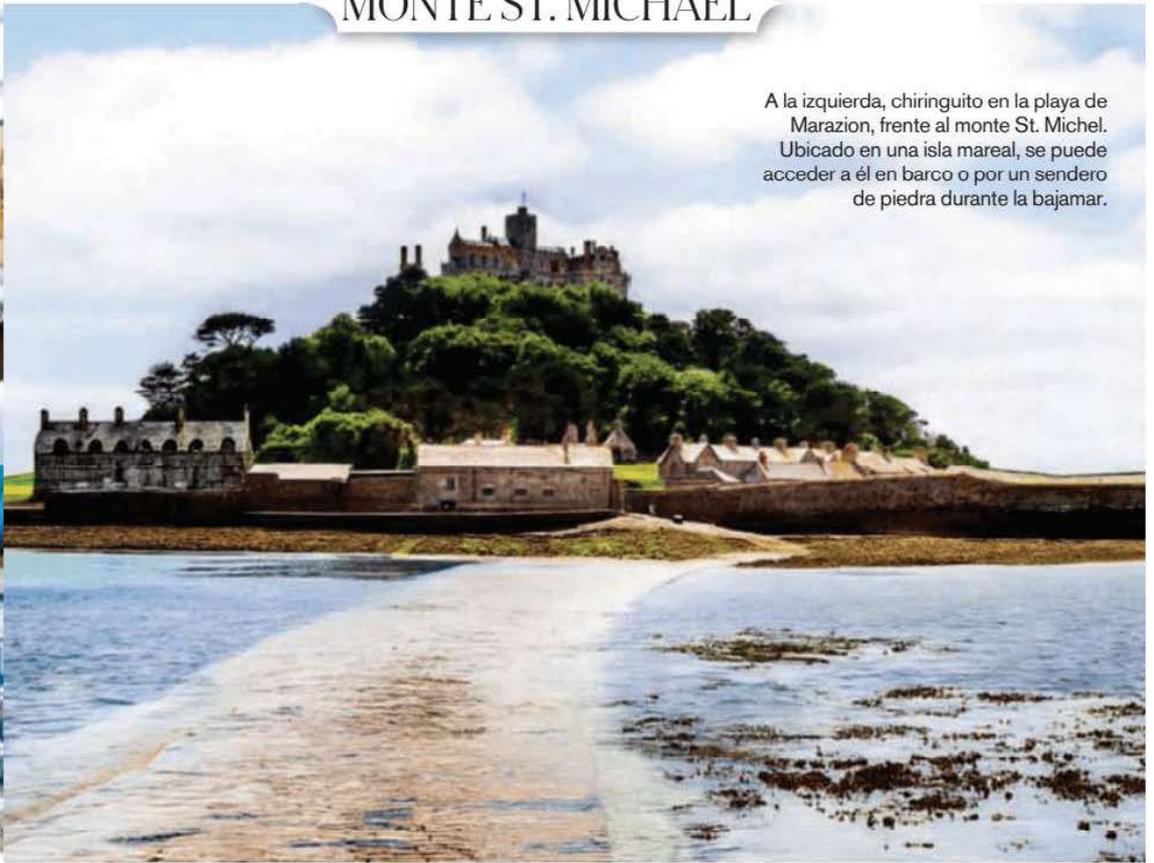
Salvaje y agreste, la costa norte es un excelente punto de partida para descubrir los pueblos de postal de Bude, Port Isaac o Boscastle. Destacan sus casitas de piedra y un río que serpentea hasta los acantilados donde el curioso Museo de Brujería y Magia se alza como un símbolo de esta tierra de leyendas. Muy cerca está el Castillo de Titangel. Ahora en ruinas en lo alto de un acantilado, la leyenda sostiene que allí nació el rey Arturo. Un paseo frondoso conduce a las ruinas por un puente colgante que regala unas preciosas vistas al atardecer y a la colina presidida por una estatua del mítico monarca.

Bordeando la costa surgen playas surferas, como Polzeath, con chiringuitos en los que comer descalzo y bares con música en directo. El pueblo de Trebetherick, entre la bahía de Daymer y la solitaria playa de Greenaway, a la que se accede desde el Hotel St. Moritz, es un remanso de paz y un punto estratégico para explorar el estuario del río Camel. Un ferry cruza el río hasta el puertecito de Padstow o "Padstein", apodado así por los tres restaurantes del reputado chef Rick Stein donde pueden saborearse mariscos, pescados frescos y hasta las clásicas *fish & chips*. También hay que probar las *cornish pastries*, las icónicas empanadillas de carne y verduras de la zona.

### Luz mágica y galerías de arte

St. Ives es, sin duda, uno de los puertos más encantadores de la zona. Su ambiente artístico y bohemio atrajo a artistas en el siglo XIX por la magia de su luz. Una buena opción es tomar el tren panorámico desde la estación de St. Erth. Es un trayecto corto que merece la pena por las vistas espectaculares de las playas kilométricas y las bahías de Hayle y Carbis. El olor a salitre impregna el puerto, animado por tiendas y restaurantes, y las calles

## MONTE ST. MICHAEL



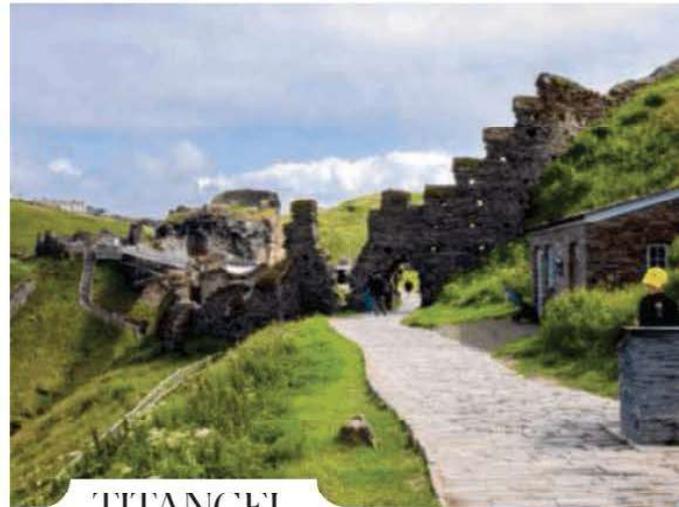
A la izquierda, chiringuito en la playa de Marazion, frente al monte St. Michel. Ubicado en una isla mareal, se puede acceder a él en barco o por un sendero de piedra durante la bajamar.

empedradas discurren flanqueadas por casitas de evocadores nombres marinos, estudios de pintores y galerías de arte. Frente a la playa de Porthmeor se encuentra un singular edificio que antaño perteneció a la compañía de gas y ahora acoge la sucursal de la Tate en St. Ives, con exposiciones de arte moderno y obras de artistas que residieron aquí, como Ben Nicholson, Mark Rothko o la escultora Barbara Hepworth, cuya casa-museo con un precioso jardín preserva su estudio y sus obras. El paisaje de Cornualles también fue fuente de inspiración para Virginia Woolf, quien pasaba los veranos de su infancia en su casa familiar de St. Ives y sería huésped también del histórico Hotel Carbis Bay, frente al faro de Godrevy plasmado en su novela *Al Faro*. Un alojamiento idílico frente a una playa solitaria y exuberantes jardines donde los amaneceres y atardeceres tienen un aura especial por los cielos de nubes rasgadas y nieblas que se disipan como un encantamiento en la playa.

### Un paseo por el fin del mundo

El Monte St. Michel es otra de las joyas ineludibles de esta costa. Aquí se formaban los monjes de la localidad francesa homónima, en la Bretaña, que solo eran admitidos en la abadía de Saint Michel si resistían tres inviernos en la isla. Coronada por un castillo, una capilla y varias torres brinda vistas a los jardines, a la playa de Marazion y a la ciudad de Penzance, de la que parte una ruta hasta Lands' End, el punto más occidental de Inglaterra donde sentirse, literalmente, al borde del mundo.

St. Mawes, enclavado en una zona de gran belleza, es otra visita obligada que ha atraído a la realeza y celebridades por su tranquilidad. En la playa de Tavern destaca, entre casas y mansiones enclavadas, un hotel de lujo como Idle Rocks y su fantástico restaurante. Un ferry conecta con Falmouth ofreciendo vistas de ambos pueblos y sus castillos. Y, en Truro, el broche lo pone su catedral y la arquitectura victoriana de la capital, testimonio de la prosperidad minera que floreció en el ducado de Cornualles en el siglo XIX. Su museo es el colofón perfecto que entreteje el eco del pasado con el presente vibrante y la belleza fascinante de esta península. ●



## TINTANGEL

Las ruinas de su castillo evocan la leyenda del rey Arturo. Abajo, escultura del monarca con la mítica espada Excalibur.



1. Perelada



## COMO EN CASA

¿Buscas un hotel donde te sientas cómoda y relajada? Te proponemos nueve alojamientos, repartidos por toda España, en los que lo vas a conseguir mientras disfrutas de su diseño y su cautivadora historia.

Por Aloña FDEZ. LARRECHI

2. Granada





3. Madrid

### 1. HOTEL CASTELL DE VALLGORNERA Respiro RURAL

Rodeado de pintorescos pueblos medievales y famosos viñedos, este castillo, reconocido como un preciado tesoro cultural cuya historia se remonta al siglo XII, está situado en Perelada. Remodelado recientemente, cuenta con diez habitaciones que combinan el encanto histórico con un interiorismo contemporáneo cuidado al detalle. ([castelldevallgornera.com](http://castelldevallgornera.com))

### 2. PALACIO GRAN VÍA Histórica ELEGANCIA

La antigua sede de la Banca Rodríguez Acosta, en el corazón de Granada, se ha convertido en un hotel *boutique* de cinco estrellas bajo la prestigiosa marca *A Royal Hideaway*. Las vistas a la Alhambra desde su espectacular *rooftop*, el *hamman* con baño turco o su deliciosa propuesta gastronómica se suman al atractivo de su pasado, una esencia que sigue presente. ([barcelo.com](http://barcelo.com))

### 3. RELAIS & CHATEAUX HOTEL ORFILA Viajar CON CLASE

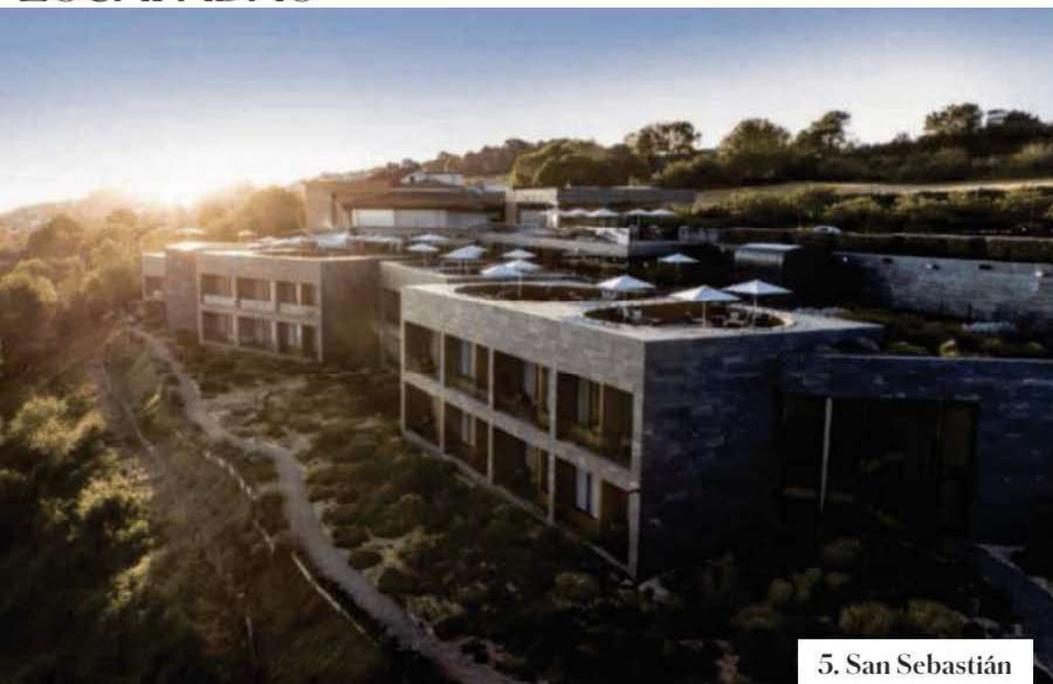
Lujo, refinamiento y comodidad son las señas de identidad de este establecimiento, ubicado en un palacete del siglo XIX. Con Lorenzo Castillo a cargo del renovado interiorismo, Mario Sandoval como chef ejecutivo y un jardín que es una de sus señas de identidad, descubrir Madrid desde un entorno urbano exclusivo es posible en el centro de la capital. ([hotelorfila.com](http://hotelorfila.com))

### 4. NOMAD HOTEL & SPA ALTEA Artesanal y SOSTENIBLE

El primer hotel de España revestido en su totalidad de *chukum*, un material ecológico y orgánico traído de México, se inspira en una casa tradicional mediterránea para proponer a sus huéspedes una experiencia que conquista los cinco sentidos. Del tacto se encargan en su spa y del gusto, *La Naya by El Xato*, su restaurante con estrella Michelin. ([nomadhotelcollection.com](http://nomadhotelcollection.com))

4. Altea





5. San Sebastián

## 5. AKELARRE HOTEL R&C A la VANGUARDIA

Distinguido con dos llaves Michelin, el proyecto hotelero concebido por Pedro Subijana y dirigido por su hija Oihana invita a descubrir la riqueza cultural del territorio desde la ladera del monte Igueldo de San Sebastián. Vistas abiertas al mar Cantábrico y una percepción holística del descanso en 22 habitaciones que llevan al huésped a fundirse con el paisaje. ([akelarre.net](http://akelarre.net))

## 6. CASA PIZARRO HOTEL Refugio INTERIOR

En el centro de la Ciudad Monumental de Cáceres, junto al Museo de Arte Contemporáneo Helga de Alvear, esta casa señorial del siglo XIX se ha convertido en un hotel con encanto que transforma cada escapada en un viaje inolvidable. Historia, tradición y buen gusto para descansar y relajarse después de explorar una ciudad repleta de atractivos. ([casapizarrohotel.com](http://casapizarrohotel.com))



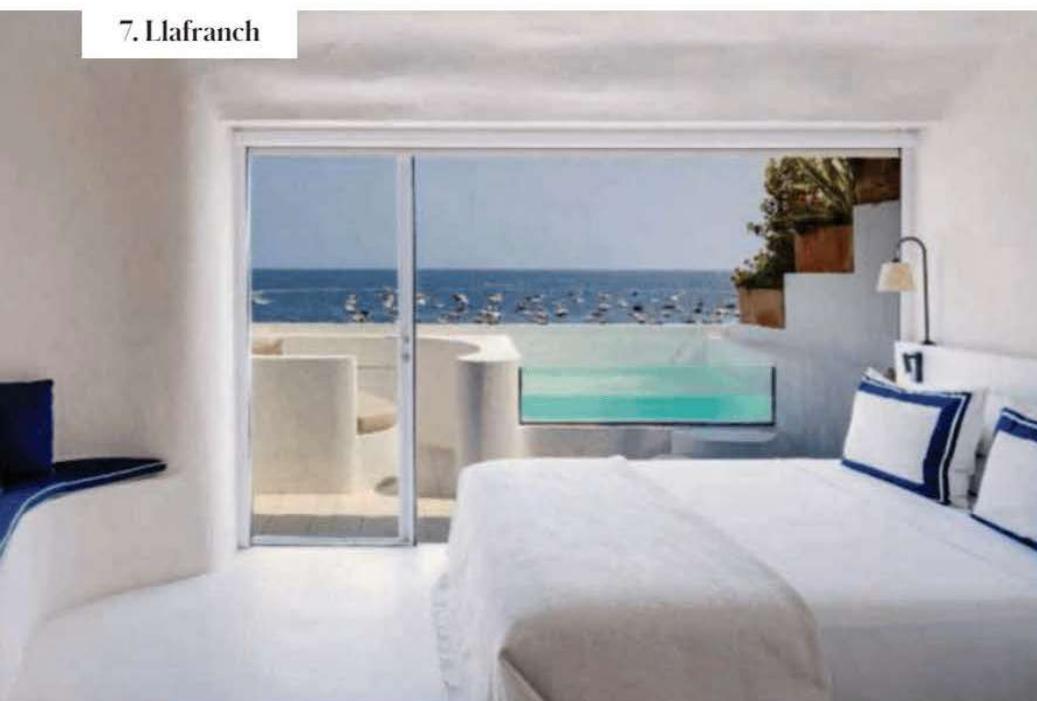
6. Cáceres

## 7. ISABELLA'S Mirando al MAR

En primera línea de playa, este hotel *boutique* recupera desde la localidad gerundense de Llafranch la esencia de la naturalidad, plasmando su amor por el Mediterráneo en sus 26 habitaciones. Una pasión que trasladan a la carta de su restaurante, fusionando los sabores clásicos de la zona con la tradición italiana, que se disfrutan en su espectacular terraza. ([grupoisabellas.com](http://grupoisabellas.com))

## 8. CAN ALBERTI 1740 Alma INSULAR

Desde el corazón histórico de Mahón (Menorca), esta casa señorial del siglo XVIII propone a sus huéspedes explorar la isla desde su esencia más refinada. Su azotea, perfecta para contemplar el atardecer, su diseño elegante y atemporal y su vibrante programación cultural son algunos de sus grandes atractivos, reconocidos recientemente con una llave Michelin. ([hotelcanalberti.com](http://hotelcanalberti.com))



7. Llafranch



8. Mahón



9. Lastres

### 9. COOLROOMS PALACIO DE LUCES Conexión VITAL

Entre el mar Cantábrico y los Picos de Europa, en un entorno natural privilegiado, este reformado palacete del siglo XVI es el lugar perfecto para conectar con la naturaleza y vivir experiencias personalizadas en Asturias. Con zona *wellness*, amplios espacios para eventos y varias terrazas que permiten disfrutar del entorno, su restaurante propone al comensal platos tradicionales de elaboración artesanal, producto ecológico y de proximidad. ([coolrooms.com](http://coolrooms.com))



#### VIAJAR CON ESTILO

El camino también forma parte de la escapada. Para que cada momento sea inolvidable qué mejor que moverse con la edición especial del Toyota Yaris Cross, creada en colaboración con la firma de calzado Cayumas para unir el diseño artesanal con la innovación automovilística.

Una alianza que fusiona el estilo mediterráneo con el carácter urbano a través de un *print* exclusivo en tonos naranjas y azules. "Para este estampado me he inspirado en la decoración de mi propia casa, en los tapizados, el textil. Porque en casa, como en un Toyota Yaris Cross, se está seguro y se pasan buenos momentos en familia", explica Ana Cerrato, fundadora de la marca de venecianas.

#MujerhoyGoFamily

ORGANIZAN



vocento

# M MUJERHOY GO FAMILY

Un evento lleno de energía, diversión y juegos para pasar un día inolvidable... ¡en familia!

**SÁBADO  
13 SEPTIEMBRE**

FUNDALAND  
Monasterio de las Huelgas, 15. Madrid

**10:00h - 16:00h**



descarga  
**GRATIS** tu  
**INVITACIÓN**  
[gofamily.mujerhoy.com](http://gofamily.mujerhoy.com)

AFORO LIMITADO

PATROCINAN



COLABORA



# ESTO va en serio (O NO)

por Miriam  
Giovannelli



A la izquierda, fotograma de la serie *Friends*. Junto a estas líneas, jarrón japonés y, debajo, entrada de cine.



La silla *Ant*, de **Arne Jacobsen**, editada por **Fritz Hansen**. A la izquierda, pluma de **Sailor King of Pens** y mocasín de **Carmina**. Abajo, la escritora **Annie Ernaux** y un ejemplar de *Los años*.



Los años dejaron de ser años para convertirse en cursos. Septiembre lo confirma.

## ¿Y si esta vez sí?

Hay que decirlo: pocas cosas unen tanto a un grupo de adultos como el primer día de clase tras las vacaciones escolares. Esa reunión anual a las puertas del centro –con sonrisas que no son de cortesía sino de reconocimiento por haber sobrevivido a niveles de energía que harían temblar a un reactor nuclear– deja claro que la *maternidad en verano es amor, sí*, pero también que requiere más logística que una mudanza.

Y mientras ellos –los niños– desfilan con mochilas, da igual si eres madre, tía o simplemente alguien que pasa frente a la puerta de un colegio: ese aire de inicio te alcanza. Porque, como escribió Annie Ernaux, *hubo un momento en que el calendario escolar sustituyó al paso del tiempo* y los años dejaron de ser años para convertirse en cursos. Septiembre lo confirma cada vez que vuelve.

Los grupos de WhatsApp resucitan: el de la oficina, el del pádel, el del curso de cerámica japonesa que nadie retomó, pero que tampoco se atrevió a abandonar. *Regresan las listas con propósitos, las sublistas con ansiedad y las agendas que parecen sudokus*. Y reaparecen los intentos de organizar una cena que todos decimos querer, pero no lo suficiente como para hacerla realidad. Esa contradicción resume bien el espíritu del mes.

Septiembre no es enero. Es más sobrio, como esos mocasines que hacen que parezca que sabemos adónde vamos. Más posible. Y eso, francamente, *es todo lo que necesitamos a estas alturas del año*: una posibilidad. La de que, tal vez, consigamos ese equilibrio siempre pospuesto. Tal vez incluso logremos decir que no a planes que no nos apetece.

Sin excusas. Simplemente: “No me apetece”. Qué utopía. Qué lujo. Qué madurez. Porque hay algo en este mes que nos hace pensar que quizá sí. *Y esa ilusión ya es un comienzo*. Con humor. Con un café de especialidad que cuesta lo mismo que una entrada al cine. Y con la certeza de que no hace falta tenerlo todo resuelto para continuar. Que, a veces, basta con las ganas.

# BÉABA®

## MILKEO® PLUS

El preparador de biberones automático

### UN BOTÓN, UN BIBERÓN



Práctico y fácil de usar:  
dosifica, calienta y dispensa



Una temperatura para cada  
necesidad



Preparación ultrarrápida para  
un ahorro de tiempo diario





**Zip Antique**  
Collar transformable  
en pulsera

# Van Cleef & Arpels

Haute Joaillerie, place Vendôme desde 1906



vancleefarpels.com  
+34 914 149 303\*