LECTURAS

LECTURAS.COM

PVP: Península 2,70 € • Canarias 2,80 €
0 3 3 4
8 428019 000026

EXCLUSIVA

JOSÉ MARÍA PLANTA CARA A ALEJANDRA

"He hecho lo imposible por conocer al hijo de mi prima"

Kate atacada por su cambio de imagen

Sara Carbonero sale en su defensa

ROCÍO FLORES ROMPE SU SILENCIO

"No me gustaría tener a mi padre de enemigo"

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:

MARÍA DEL MONTE PIDE 28 AÑOS DE CÁRCEL PARA SU SOBRINO

RADIANT
Watches & Jewels
Distribuido por Geraa tel (34) 93 419 56 88
@radiantwatchesandjewels
/RadiantRelojes

SUMARIO

www.lecturas.com

Nº 3.834
17 septiembre 2025

4
JOSÉ MARÍA ALMOGUERA, EL HIJO DE CARMEN BORREGO
Posa con María 'La Jerezana' y estalla contra su prima, Alejandra Rubio: "He hecho lo que he podido por conocer al hijo de mi prima, pero nunca llega".

36
MARÍA DEL MONTE PIDE 28 AÑOS DE CÁRCEL PARA SU SOBRINO
Acusa a Antonio Tejado de ser el "autor intelectual" del asalto a su casa.

12 a 14. **Siete días**

20. **Muere la duquesa de Kent a los 92 años**
Adiós a Catalina de Kent tras una larga enfermedad.

22. **La infanta Sofía**
Se prepara para empezar la universidad en Lisboa.

24. **Rocío Flores**
"No me gustaría tener a mi padre de enemigo", dice.

28. **No es por maldad. Por Pilar Eyre**
Los 12 grandes misterios de la vida de Isabel Preysler.

32. **Mar Flores, sus memorias explosivas**
"Creía que no merecía seguir viviendo", cuenta.

34. **Montoya, su momento más oscuro**
"Salí al balcón y me replanteé mi vida", revela.

40. **Fátima Pereyra se casa con José Moro**
La jet set de Sevilla celebra un enlace lleno de emoción.

44. **Las Pombo se van de boda en Galicia**
Cónclave influencer en la boda de Alejandra Navarro.

46. **El hijo de Mariló Montero espera su primer hijo**
Alberto Herrera y Sandra Llandres anuncian que serán padres a pocos días de darse el 'sí, quiero'.

56. **Joaquín Prat**
"Me fastidiaban en el cole por ser hijo de mi padre".

62. **La hora negra. Por Mayka Navarro**

64. **George Clooney**
Tarde familiar junto a Amal y sus hijos en Italia.

66. **Festival de Venecia**
Todos los looks de la clausura del certamen.

68. **Giorgio Armani fallece a los 91 años**
Último adiós a un icono de la moda inolvidable.

74 a 76. **Actualidad**

78. **Nuestras series**

94. **Pasatiempos**

97. **Horóscopo**

6
EVA GONZÁLEZ
Reina en la gran fiesta de la televisión.

16
KATE, ATACADA POR SU NUEVA IMAGEN
Su nueva melena desata un huracán de críticas.

LECTURAS Práctica

80. **Salud** Logra despertar llena de energía.

82. **Nutrición** Proteínas alternativas a la carne.

84. **Belleza** Exfoliación capilar para un pelo radiante.

“No tengo ningún tipo de relación con mi prima. Me da mucha pena no conocer a su hijo, y más que eso, que ella no conozca al mío, ¿mi hijo qué ha hecho?

“Ella se ha olvidado de toda la relación que teníamos antes, a día de hoy no la conozco”

José María Almoguera (35) es el hijo mayor de Carmen Borrego con su primer marido. Está separado de Paola Olmedo, con quien tiene un niño de dos años.

EXCLUSIVA

JOSÉ MARÍA ALMOGUERA

“He hecho lo que he podido por conocer al hijo de mi prima, pero nunca llega”

En paz con su madre y a punto de irse a vivir con María ‘La Jerezana’, el hijo de Carmen Borrego estalla contra su tía, Terelu, y su prima, Alejandra: “Me duele su distanciamiento sin saber por qué”

José María y María ‘La Jerezana’ se conocieron en ‘GH DÚO’. Ambos entraron cerrados al amor pero la chispa saltó dentro de la casa y continuaron conociéndose fuera.

"Creo que María es, de mis parejas, con la que mi madre más ha congeniado. Me dijo una cosa que me sorprendió: 'A tu abuela le encantaría", revela el hijo de Carmen Borrego.

"La última vez que hablé con mi prima fue el 20 de agosto, estaba preocupada por una cosa que había salido en 'Tardear' que yo había dicho"

"Le dije lo de siempre: 'He dicho que te tengo cariño que quiero conocer a tu hijo, a tu marido a tu familia y que formes parte de la mía"

José María Almoguera es feliz y su felicidad tienen nombre propio: María Sánchez. La relación con su madre está en su mejor momento y él se siente un hombre renovado. Sin embargo, su felicidad no es completa, la empaña el distanciamiento de su prima, Alejandra Rubio que ha provocado que ni siguiera conozca a su hijo.

"María se lleva bien con toda mi familia, mi madre y mi hijo la adoran. A mi prima no la conoce"

▸La última vez que hiciste una entrevista para Lecturas tu vida era completamente diferente, ¿recuerdas?

-Sí, fue por mi entrada en 'GH DÚO', desde entonces ha cambiado todo mucho y podría decir que a muchísimo mejor, ahora estoy más tranquilo y podemos decir que más feliz.

▸¿En qué ha cambiado tu vida?

-El punto de inflexión fue el divorcio, fue cuando dije: "Yo no quiero esta vida. No quiero estar enfadado con todo el mundo, que los problemas me sobrepasen ". Y empecé a gestionar la vida de otra manera.

▸¿Divorcio o separación?

-Divorcio no existe, por lo tanto separación.

▸¿Y antes de tu separación también estabas enfadado?

-Sí, con mi madre.

▸¿Te arrepientes de eso?

-Viéndolo ahora no, porque me ha llevado a algo mucho mejor.

▸¿Con ella?

-Sí. A veces hay que dar un golpe en la mesa para que las cosas cambien. Y creo que el mantenerme en la postura correcta y defender la verdad me ha ayudado mucho, porque a día de hoy saben cómo soy y puedo tener una relación mucho más real con mi familia, con mi madre, con mi tía.

▸¿En que punto está tu relación con tu madre ahora?

-Maravillosa.

▸¿Cuando entraste en 'GH DÚO' estabas cerrado al amor?

-Completamente. Fue María la que me abrió al amor. Si no llega a ser por ella no me lo habría planteado. Ambos estábamos cerrados al amor.

▸¿Y qué te hizo abrirte al amor, que hizo o tenía María?

-Lo primero que es única su forma de ser, es tan natural que te hace sentir cómodo en cualquier situación. Es una persona con la que puedes hablar de cualquier tema, yo antes no había tenido una persona que me escuchara.

▸¿Cómo es la relación de María con tu familia?

-Con toda mi familia se lleva muy, muy bien. Mi madre la adora, y ella adora a mi madre. Mi hijo la adora, mi padre le tiene mucho cariño, con mi tía se lleva bien, no tienen tanta relación porque se han visto pocas veces. Con mi hermana se lleva genial. A mi prima no la conoce.

▸¿Podemos decir que es la pareja con la que más ha congeniado tu madre?

-Eso habría que preguntárselo a ella, yo creo que sí.

▸¿Te dijo algo que te llamara la atención cuando la conoció?

-Sí, me dijo una cosa que sorprendió bastante: "A tu abuela le encantaría". Por cómo es, a adoptaría como hija.

▸Eso es lo más bonito que te pueden decir.

-Sí. Es importantísimo y necesario que la persona con la que estés encaje en tu círculo. Si todo encaja bien es muy fácil seguir adelante. Y tanto es así que nos vamos a ir a vi-

"La forma de ser de María es única, es tan natural que te hace sentir cómodo en cualquier situación. Es una persona con la que puedes hablar de cualquier tema, yo antes no había tenido una persona que me escuchara", cuenta José María.

"Hay veces que de bueno, te tratan de tonto, y no es tan así. Yo, por no generar ciertas situaciones, me he callado"

vir juntos.

▸¿Estáis abiertos a dar más pasos en la relación, os casaríais?

-Yo primero me tengo que divorciar, vamos a ser claros. Y cuando me divorcie, sanar las heridas que generó ese divorcio, tanto emocionales como económicas, para yo poder afrontar un nuevo matrimonio desde cero. Un divorcio tiene unos costes, tanto económicos como mentales, porque tú pasas de un amor al odio, y del odio a la indiferencia. Yo estoy en ese momento de indiferencia pero cuando remueves ciertas cosas vuelve el odio, que no es odio como tal, pero vuelve ese sentimiento de incomodidad con esa persona. Tú no te puedes casar con una persona si tienes algún tipo de sentimiento bueno o malo por otra.

▸¿Qué frena ese divorcio?

-Pregúntaselo a ella.

▸¿Es ella la que frena, no pone fecha, o es que no quiere?

-Que yo sepa, quiere.

▸¿Entonces?

-No lo sé, pero no hay nada firmado.

▸¿Por su parte?

-Por su parte.

▸¿Y tú no tienes confianza con ella para preguntar por qué no firma?

-No.

▸¿No os lleváis bien?

-No tenemos relación. Y cuando le he preguntado siempre ha habido cambio de tema.

▸¿Y por qué crees que es?

-No lo sé. Me gustaría saberlo: qué le impide firmar todo esto y dejarlo ya a un lado.

▸¿En qué te ha cambiado la vida tener un hijo?

-Es casi imposible borrarme la sonrisa de la cara desde que soy padre. Es algo que es maravilloso, me la ha cambiado a mejor.

▸¿Te imaginabas que te iba a provocar eso ser padre?

-Sí. Yo quería ser padre y sabía que no iba a ser mal padre. Es más, sabía que iba a ser un buen padre.

▸¿Y cómo es tu madre de abuela?

-La hostia. La adora y ella está que se le cae la baba, mi hijo es muy bueno y es fácil cogerle cariño.

▸¿Con tu tía Terelu tienes buena relación?

-Yo tengo una relación normal, buena, de familia. De repente ha cambiado mucho.

▸¿Qué ha pasado?

-A ver, hablando mal y pronto, quizá yo he dejado de ser un niño para ser hombre y cuando eres niño obvias ciertas cosas que ni te llaman la atención, pero cuando eres más mayor y aprendes no te gustan, y entonces comentas y eso genera una diferencia de opiniones, y al haber diferencia de opiniones, la gente se aleja.

▸Hablamos de tu prima. ¿Podemos decir que cuando tú le has plantado cara o le has contestado, ella se ha echado para atrás?

-No lo sé. Hay veces que de bueno te tratan de tonto, y no es tan así. Yo, por no generar ciertas situaciones, me he callado.

▸¿Ante qué, por ejemplo?

-Ante ciertos comentarios que se hicieron sobre mí que me parecieron injustos.

▸¿De cosas que se han dicho en televisión o fuera?

-Yo fuera no tengo ningún tipo de relación. Nos hemos mandado cuatro mensajes en dos años. No hay tanta relación como teníamos antes, a ella se la ha olvidado toda la relación que teníamos antes.

▸¿Qué relación había ahí?

-Un primo mayor con una prima pequeña. Nosotros veraneábamos juntos en Marbella, íbamos juntos a todos lados.

▸¿Qué es lo que más te ha dolido, a lo mejor que no se preocupe de conocer a tu niño?

-El distanciamiento sin saber por qué. Que a lo mejor opines de ciertas situaciones que no conoces, que tengas siempre esta connotación tan negativa sobre mí.

▸¿Te da pena no conocer a su bebé?

-Sí, mucha. Más que yo no conocer a su bebé, es que a mi hijo no lo conozca, ¿mi hijo qué ha hecho?

▸¿Lo has intentado?

-He hecho lo que he podido. Siempre me dice: "Sí, sí, más adelante". Pero nunca llega. Eso es como un no.

▸¿Hay solución?

-No depende de mí. Yo he hecho todo lo posible, tengo aquí mi teléfono esperando a ver si algún día suena.

▸¿Tu último mensaje cuál ha sido?

-Hablamos hace poco, el 20 de agosto. Pero poca cosa. Tonterías. Estaba preocupada por una cosa que había salido en 'Tardear' que yo había dicho. Y yo no había dicho nada. Le dije lo mismo de siempre: "Yo he dicho que te tengo cariño, que quiero conocer ya no solo a tu hijo,

"Hace dos años toqué fondo. Llegué a no querer levantarme de la cama"

"Ahora soy otra persona, he aprendido a llevar mis emociones de forma más controlada"

a tu marido, tu familia, que formes parte de la mía".

▸¿Lo único que le importa es lo que dices en la tele, lo que vayan a decir de ella o lo que vaya a salir?

-Es posible, no lo sé. No me atrevería a decir que sí pero visto esto, es posible que le importe más lo que piensen otros que lo que piense yo.

▸Tú has hecho mucha terapia, ¿no?

-Sí, me parece que todo el mundo debería tener la obligación de tratarse igual que te tratas de un dolor de tripa o un hueso roto.

▸Qué buena decisión, porque te ha venido bien.

-Sí, soy otra persona. He aprendido a llevar mis emociones de forma diferente, más controlada. No controlada, pero a ser más lógico.

▸¿Cuál ha sido el peor momento de tu vida?

-Te puedo decir fechas. Septiembre y octubre de hace dos años. No me hablaba con mi madre, me había separado y se murieron mis dos abuelas. Ese fue el momento que yo creo y espero que toqué fondo.

▸¿Llegas a tocar fondo de verdad?

-Llegué a no querer levantarme de la cama. Fue todo... muchísimo.

▸¿Cambiarías algo del pasado?

-Todos nos equivocamos, pero todo lo que he hecho me ha traído hasta aquí. Si no te equivocas no aprendes. Sin tirarme flores yo, gracias a Dios, puedo decir que soy

José María se casó con Paola Olmedo en mayo de 2022. Nueve meses después del nacimiento de su hijo, en marzo de 2024, anunciaron que se separaban. Carmen Borrego estaba en 'Supervivientes' en aquel momento.

"El divorcio con Paola aún no está firmado y es por su parte. Me gustaría saber qué le impide firmar y dejarlo ya todo a un lado"

"Antes de pensar en casarme me tengo que divorciar y sanar las heridas que genere el divorcio, tanto emocionales como económicas"

José María fue auxiliar de producción en 'Viva la vida', el programa que sustituyó el '¡Qué tiempo tan feliz!' de su abuela, María Teresa Campos, también ha sido colaborador de 'Tardear'.

"Quiero crecer profesionalmente, hacia mi abuela. Ya he dado el paso, ya estoy dentro, no se me da mal"

una buena persona, y para mí es lo más importante. La gente cuando tiene trato conmigo, cuando me define, dice la misma palabra: noble. Y si soy noble es porque he pasado cosas que me han hecho ser así.

¿Esa nobleza te ha llevado a mantenerte en la misma postura de no hablar y proteger?

-Sí, claro. Suena muy mal lo que voy a decir, pero yo soy un incomprendido en mi familia. Yo estoy para cuidarles, y es mi trabajo, no voy a dejar de hacerlo.

¿Hay algo más que nos puedas contar?

-Sí, que para juzgar un libro primero hay que leérselo. Pero hay gente que no conoce y no quiere conocer. Es mejor conocer a la gente antes de prejuzgar y hacerte una idea equivocada y cerrarte ahí.

¿Eso es lo que te ha pasado?

-Sí. Creo que mi prima me ha prejuzgado antes de conocer la historia de verdad, y por eso está así conmigo. Ella conoce la versión que ha querido conocer, y a lo mejor es por eso que no quiere que me acerque a ella. Me encantaría saber el porqué.

¿Cómo definirías a tu prima?

-Me costaría mucho describirla ahora porque no la conozco. La conozco de niña, no de mujer, todavía no he tenido el placer.

¿Y cómo defines a Terelu?

-[Silencio] Es un poco más distante que mi madre. Es verdad que con la gente pone ese muro de distanciamiento. Mi madre es de otra manera, mi tía es más cerrada, más exquisita, es diferente.

¿Estás esquivando la palabra altiva?

-No, no tiene nada que ver con eso. Ella no te mira por encima del hombro, pero no se pone en tu lugar.

En el conflicto con tu madre, ella se puso de su parte.

-Yo lo respeto, es su hermana. Pero yo soy su sobrino. Creo que en ese momento las cosas se plantearon mal. Yo no he hecho ningún ataque, he hecho llamadas de atención, y después de hacerlo he conseguido solucionarlo todo. En parte se lo agradezco, que defendiera a mi madre, que por lo menos ella tuviera apoyo.

¿Qué le pides al futuro?

-Quiero crecer profesionalmente.

¿Hacia dónde?

-Hacia mi abuela. Ya he dado el paso, ya estoy dentro. ¿Por qué me voy a conformar con migajas? No se me da mal. No soy una persona que crea que sea fácil esto, y sé todo lo que hay detrás de un programa de televisión. Creo que es el momento de no estancarme. Mi evolución en poco tiempo, cuanto menos, es positiva.

¿Quieres llegar a presentar?

-Claro. No solo presentar, es ganarme el respeto y el cariño de la gente que me ve, como se lo ganó mi abuela en su vida. Hablo también de ser buena persona.

Por Esmeralda Delgado. Fotos: Garófano/Pedro Pernía. Peluquería y maquillaje: Marisa Jiménez. Agradecimientos: Weili Zheng y Relish.

LA BIOSTHETIQUE COLOUR

glam +colour®

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

THE CULTURE OF BEAUTY

Gris — un color de total actualidad.

Cada vez más personas se sienten orgullosas del cabello gris y desean lucirlo con orgullo, sea natural o coloreado. Transmite seguridad y elegancia, pero si amarillea pierde fuerza y muestra un aspecto poco cuidado.

Steel Grey .11. AA Colouring Shampoo y Steel Grey .11. AA Colouring Toner con sus pigmentos fríos neutralizan y matizan los reflejos cálidos, protegen frente a la pérdida del color y mantienen el brillo natural.

Los productos Steel Grey de la gama antiamarillo son unisex y por ello de los favoritos, tanto para él como para ella.

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

EN EL US OPEN EN NUEVA YORK

ROSALÍA, TARDE DE TENIS PARA VER A ALCARAZ

Tras arrasar en todo el mundo con su 'Motomami Tour', Rosalía (32) ha estado muchos meses centrada en su nuevo disco y sin apenas hacer apariciones públicas. La cantante catalana salió de su retiro por un motivo de peso: apoyar a Carlos Alcaraz, que jugó en el US Open de Nueva York. Allí se la vio con un look muy de su estilo, de la firma Gimaguas, con rebequita, enormes gafas y bailarinas a juego. Además de su próximo álbum, la artista graba la serie 'Euphoria', donde coincide con su expareja, la actriz Hunter Schafer.

Otro triunfo de Alcaraz

Alcaraz se alzó victorioso en Nueva York y se convirtió en el nuevo número uno del mundo.

ESTER EXPÓSITO

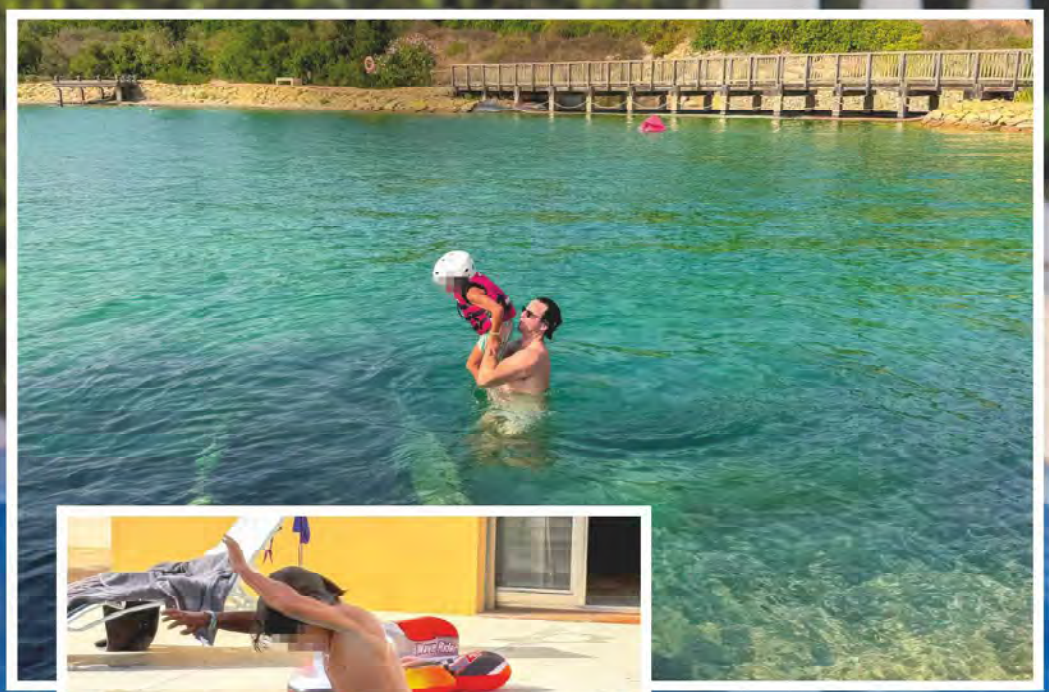
"Sufro parálisis del sueño, es horrible y se pasa fatal"

Ester Expósito (25) se ha propuesto embarcarse en proyectos que ayuden a demostrar todos sus registros. Su nueva película es 'El talento', un thriller sobre la lucha de clases. Para la promoción ha visitado 'El Hormiguero', donde ha explicado que sufre parálisis del sueño. "Es horrible", expresaba sobre esta situación que se da cuando "tu cuerpo está dormido, pero tu cerebro todavía no". "Se pasa fatal y se hace eterno, tiene que ver con el estrés, había noches que me pasaba varias veces seguidas", reveló la actriz a Pablo Motos.

EN TOPLES EN LA PISCINA DE SU MADRE

TAMARA FALCÓ SE DESPIDE DEL VERANO EN FAMILIA

Después de unas vacaciones de ensueño en Maldivas junto a su madre y su marido, Íñigo Onieva, Tamara Falcó disfruta en España de los últimos coletazos del verano. Entre sus planes, días en familia en la casa de Madrid de Isabel Preysler, donde ha disfrutado de la piscina. En toples y tumbada en una colchoneta, la marquesa de Griñón luce la medalla de la virgen María que ella misma diseñó para Tous en 2023.



Íñigo Onieva (36), en su faceta más familiar, divirtiéndose con los hijos de Ana Boyer (36).

Tamara Falcó (43) ha compartido en sus redes algunas imágenes de los días que ha pasado en familia en la casa de Madrid de Isabel Preysler (74). La marquesa de Griñón posó en toples sobre una colchoneta durante una jornada de piscina luciendo la medalla de la virgen María que ella misma diseñó para Tous hace dos años.

La Reina prestó mucha atención y se lo pasó en grande viendo las obras.

Supervisó la ampliación de una autopista

Un operario explica a la Reina cómo asfaltan la carretera.

VISITÓ UNOS PROYECTOS EN CONSTRUCCIÓN

LA REINA MÁXIMA, CON CASCO Y UNIFORME PARA LAS OBRAS

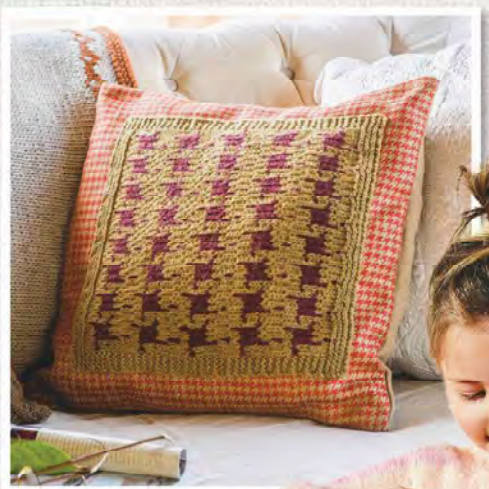
La vuelta al trabajo de Máxima de Holanda nos ha dejado una imagen poco habitual para la esposa del rey Guillermo. Lejos de los looks glamurosos a los que nos tiene acostumbrados, la argentina visitó con casco, el uniforme de obras –con chaleco reflectante incluído– y calzado de seguridad varios proyectos de infraestructuras en construcción, como la ampliación de una autopista, en la ciudad de Amstel.

La reina Máxima de Holanda (54) se reincorporó al trabajo tras sus vacaciones familiares en Grecia y después de pasar un día en la Fórmula I con su marido y con sus hijas: Amalia, Alexia y Ariane.

LABORES del hogar

PUNTO CREATIVO

80 proyectos fáciles y bonitos



A la venta el 12 de septiembre

RBA

Kate Middleton (43) ha retomado su agenda oficial tras varias semanas alejada del foco. La princesa no participaba en un acto público desde el pasado julio, cuando asistió a la final masculina del torneo de tenis de Wimbledon.

ESTRENA LOOK EN SU VUELTA AL TRABAJO

Kate, atacada por su nueva imagen

El cambio en su melena ha provocado muchas reacciones, incluso han llegado a apuntar que se trata de una peluca

Las vacaciones de la Familia Real británica han llegado a su fin. Tras disfrutar de unos días en un yate de lujo en las Islas Jónicas con sus tres hijos, Guillermo y Kate han retomado su agenda. La reaparición fue en el Museo de Historia Natural de Londres y la cita tuvo como protagonista indiscutible el nuevo look de Kate, que ha despertado todo tipo de reacciones.

MÁS RUBIA QUE NUNCA

El cambio ya se intuía en las imágenes que se pudieron ver de la princesa de Gales durante la misa que tuvo lugar a finales de agosto en Balmoral. En ellas se podía ver su cabello más claro que nunca. Ahora, su vuelta al trabajo lo ha constatado, con un peinado ondulado y con mucho volumen que

La princesa, al lado de los más pequeños

Kate es la mecenas del Museo de Historia Natural de Londres. Durante su visita, charló con los niños que participan en uno de los programas de aprendizaje que ofrece el centro.

Su apoyo en el primer verano tras el cáncer

El príncipe Guillermo (43) acompañó a su mujer durante su reaparición. El matrimonio y sus tres hijos han disfrutado este verano de las vacaciones en Grecia, donde han navegado en un yate de lujo.

El protagonismo se lo llevó el nuevo color de pelo de Kate. Completó el look con una americana de 'tweed' de Ralph Lauren, pantalones sastre y unos mocasines marrones acabados en punta.

Kate ha sorprendido al dejar atrás su castaño natural y apostar por un cabello más rubio

El antiguo peluquero de Lady Di dice estar "horrorizado y asqueado" por las críticas que ha recibido Kate

Kate volvió a escena pocos días después de reaparecer con su nuevo tono de pelo. La princesa pasó el sábado en Brighton para asistir a un partido de Gales contra Fiyi por la Copa Mundial Femenina de Rugby. Esta vez con el cabello recogido.

Kate se acercó a los vestuarios para felicitar personalmente a las jugadoras de la selección galesa. Desde que el príncipe Harry se desvinculó de la Corona en 2022, ella es la patrona de la Rugby Football Union.

Kate vive una etapa de cambios marcada por la mudanza de toda la familia

Dejan Adelaide Cottage, donde se recuperó del cáncer, para instalarse en Forest Lodge, la que será su residencia definitiva, incluso cuando Guillermo suba al trono

"Es el resultado de pasar más tiempo al sol este verano", señala la prensa británica sobre el nuevo color de pelo de Kate

ha provocado todo tipo de comentarios. Algunos tabloides británicos han asegurado que se podría tratar de una peluca. Otros medios más prudentes señalan que esta variación en el tono de su pelo sería "el resultado de pasar más tiempo al sol este verano". Entre las voces que han salido en defensa de Kate destaca la de Sam McKnight, antiguo estilista de Lady Di, que dice estar "horrorizado y asqueado" por las críticas que ha recibido la princesa de Gales. "El

cabello de una mujer es algo muy personal, es su armadura, su defensa y su confianza. No puedo creer la maldad y falta de empatía que hay en esos comentarios", se lamenta. Unos días después, Kate volvía a escena para asistir a un partido de la Copa Mundial Femenina de Rugby. Esta vez con el pelo recogido, dejando a la vista sus nuevos reflejos dorados.

UN AÑO DE CAMBIOS

Kate inaugura un curso escolar marcado por otro cambio significativo: su mudanza. La princesa se prepara para dejar atrás Adelaide Cottage –la casa donde se recuperó del cáncer– para instalarse en Forest Lodge, dentro de los terrenos de Windsor.

Por A. Monterrubio. Fotos: Agencias.

Un nuevo peinado con mucho volumen

El nuevo peinado de Kate tiene mucho volumen y unas ondas marcadas que permiten ver con facilidad los reflejos rubios.

SARA SALE EN DEFENSA DE KATE

Sara Carbonero ha alzado la voz sobre un juicio público que la ha dejado "alucinando, removida y triste". Lo ha expresado en sus redes: "En qué momento alguien tiene la poca empatía, bondad y compasión de, sabiendo el proceso de salud que ha atravesado o está atravesando esta mujer, hacer juicios de valor dañinos y abrir incluso un debate sobre si lleva una peluca o no". Sara, que padeció cáncer de ovarios en 2019 y reveló hace unos meses que tuvo que llevar peluca por el tratamiento, señala que "no se puede tener menos humanidad" con una persona que "simplemente está tratando de salir adelante, con su sonrisa, que la hace preciosa, y su coraje para aparecer en público". "Una vez más dejamos constancia de la sociedad que somos", sentencia apenada la periodista.

MUERE A LOS 92 AÑOS

Adiós a la duquesa de Kent, el verso libre de la Corona

La esposa del príncipe Eduardo, primo de Isabel II, se retiró de la realeza para trabajar como profesora de música

La duquesa era muy querida dentro de la Familia Real. Era especialmente cercana su relación con Diana de Gales, que admiraba su independencia y libertad.

Katharine y Eduardo de Inglaterra tuvieron tres hijos: George, Helen y Nicholas. Tras ellos, Katharine perdió otros dos niños: en una ocasión sufrió un aborto y en otra dio a luz a un niño muerto, lo que la sumió en una gran depresión que la hizo cambiar de fe.

Katharine de Kent, esposa del príncipe Eduardo –primo de Isabel II–, ha muerto a los 92 años. La duquesa era una 'rara avis' dentro de la monarquía, donde habitaba como un verso libre, sin nadie que le marcara la agenda.

UNA BODA ESPECIAL

A Katharine siempre le gustó romper moldes. En 1961 se negó a casarse con Eduardo en la abadía de Westminster, como mandaban los cánones, y quiso darse el "sí, quiero", en Yorkshire, donde no se celebraba una boda real desde hacía seis siglos. En 1997, provocó otro terremoto al convertirse al catolicismo, un movimiento delicado teniendo en cuenta que, en Reino Unido, la jefatura de la Iglesia Anglicana recae sobre el ocupante del trono. Pese al escándalo, Katharine de Kent siguió adelante y pasó a ser la primera royal en convertirse al catolicismo en 300 años de historia. En 2002 se retiró de la vida pública y renunció al tratamiento de Alteza Real. Pese a que entonces contaba con 69 años, no quiso jubilarse y decidió seguir su pasión para ser profesora de música en una escuela. Fue una mujer que hizo historia y se ha despedido en la misma línea. La Familia Real ha anunciado que su despedida se oficiará el 16 de septiembre en la catedral de Westminster, y será el primer funeral católico de la realeza que acoja el templo desde su inauguración en 1903.

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.

En la final de Wimbledon de 1993, la duquesa conmovió al mundo al consolar a la tenista Jana Novotna tras su derrota frente a Steffi Graf.

Este es el exterior de uno de los edificios del Forwarad College, en la Rua das Flores (Lisboa).

INICIARÁ LAS CLASES EL 22 DE SEPTIEMBRE

Sofía se prepara para empezar la universidad

La infanta ya está en Lisboa para unas sesiones preparatorias en las que conocerá las instalaciones y a sus nuevos compañeros

La infanta Sofía (18) estudiará un grado en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales, el mismo que en su día estudió su tía, la infanta Cristina. Ella lo hará en el Forward College, una institución con campus en Lisboa, París y Berlín.

Sofía vivirá en la residencia de estudiantes de la universidad, ubicada en el barrio de Benfica, en una habitación individual.

El campus cuenta con dos edificios, uno de ellos está situado en el Barrio Alto, en una antigua imprenta.

La infanta Sofía ya está en Lisboa dispuesta a escribir un nuevo capítulo de su vida y uno de los más importantes, ya que el próximo 22 de septiembre empezará su vida como universitaria. Lo hará en el Forward College, una institución con campus en la capital portuguesa, en París y Berlín, ciudades que irá visitando a medida que avancen sus estudios en Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales.

VIVIRÁ EN BENFICA

Antes de empezar las clases, Sofía ha atendido a unas sesiones preparatorias para conocer las instalaciones del centro y a sus nuevos compañeros, que proceden de hasta 40 nacionalidades distintas. También ha conocido estos días las instalaciones de la residencia de estudiantes en la que vivirá, que está ubicada en el barrio de Benfica, a unos 30 kilómetros en metro del campus universitario.

Por E.Cebrián Fotos. Agencias/Casa Real.

Las 'royals' vuelven a clase

Isabella de Dinamarca (18), arriba, afronta su último curso de Bachillerato. Alexia de Holanda (20), a la derecha, que estudió con Leonor en el internado de Gales, hará segundo curso de Ciencias e Ingeniería para el Cambio Social en Londres.

“El peor defecto de mi padre es que es muy mal enemigo. Cuando le tocan lo suyo, responde”

“Olga ha sido como una madre para mí, pero la realidad es que nos distanciamos tras su separación de mi padre”

Rocío Flores (28) es la mayor de los dos hijos que tuvieron Rocío Carrasco y Antonio David Flores.

Pese a que se ha especulado con un distanciamiento entre Rocío y Antonio David (49), la joven recalca: "Es un pilar en mi vida".

ROCÍO FLORES

"No me gustaría tener a mi padre de enemigo"

La hija de Rocío Carrasco y Antonio David reaparece después de tres años alejada de la tele y aclara cómo es la relación con su padre

Después de tres años alejada de los platós de televisión, Rocío Flores volvía a '¡De viernes!' con una impactante entrevista. La hija de Rocío Carrasco y Antonio David insiste en reclamar la atención de su madre –con la que lleva doce años sin hablarse–, al mismo tiempo que se refiere a ella como la persona que le ha "destrozado la vida". Con su padre parece seguir manteniendo una alianza férrea, si bien deja caer que Antonio David no es alguien a quien tener como enemigo.

▸Llevas tres años alejada de la tele. ¿El dolor más grande ha sido por ti o por los tuyos?

-[Llora]. Yo he actuado con piloto automático. Es como si me apuñalaran en el corazón y no sintiera nada. Así me he sentido durante todo este tiempo. Para mí lo principal siempre ha sido mi familia. Ver sufrir a mi familia como lo he visto me ha destrozado.

▸¿Has pedido ayuda en algún momento?

-Sí.

▸¿Eres feliz?

-Te podría decir que sí, pero no te voy a mentir. La realidad es que no. En el momento en el que me encuentro, me queda mucho para ser feliz. Dicho eso, me siento muy afortunada. Tengo una familia que nunca me ha de-

"Cualquier hija necesita a su madre y yo no soy distinta. Claro que he echado de menos a mi madre. Me ha hecho mucha falta"

Tras el impactante testimonio de Rocío Carrasco en la docuserie 'Contar la verdad para seguir viva', Antonio David fue despedido de su trabajo. Rocío asegura que estuvo al borde de la quiebra emocional más absoluta.

"He llegado a pensar que mi padre se iba a suicidar, que cualquier día iba a pasar algo"

"Le llamaba continuamente y a la mínima que no me cogía el teléfono, sentía pavor, le he visto hundido"

"Voy a ser sincera. Probablemente, los recuerdos bonitos junto a mi madre existan, pero mi cerebro los tiene bloqueados"

jado sola, que ha estado siempre conmigo. Me siento muy arropada por todos.

▸¿Echas de menos a tu madre en el día a día?

-Siendo totalmente honesta, cualquier hija necesita en su vida, en equis momentos al menos, a su madre. Y yo no soy diferente. Claro que la he echado de menos en muchos momentos de mi vida. Me ha hecho mucha falta.

▸¿Hay algún recuerdo bonito que guardes junto a tu madre?

-Qué buena pregunta... Voy a ser totalmente sincera. Probablemente, esos recuerdos existan, pero mi cerebro los tiene bloqueados. No soy capaz de recordar. No tengo. Es supertriste, pero es la verdad.

▸¿Qué sentimientos te despierta a día de hoy pensar en tu madre?

-¡Buf! [Solloza] Pues mira, ahora mismo tengo los sentimientos bloqueados. He gastado tanta energía en intentar durante mucho tiempo cosas que no han pasado ni por asomo que, a día de hoy, no espero nada de nadie.

▸Has llegado a decir que tu madre te ha destrozado la vida pero que tenías claro que era tu madre. ¿Sigues pensando lo mismo?

-Sigo pensando exactamente lo mismo. Me ha destrozado la vida pero es mi madre.

▸¿Tu padre qué pensaría si te reconciliases con tu madre?

-¿La verdad? Esto le va a sorprender a mucha gente, pero él siempre me ha apoyado en

mis decisiones de intentar retomar esa relación. Él nunca se ha opuesto. Al revés. Siempre me ha dicho: es tu madre.

¿Crees que si Rocío Jurado estuviese viva la situación familiar sería distinta?

-Creo no: sé a ciencia cierta que si mi abuela estuviese viva, nada de lo que ha pasado desde que ella fallece hasta el día de hoy, hubiese pasado. Pero nada es absolutamente nada.

¿Hay algo que le tengas que decir?

-Después de todos los intentos que he hecho por [comunicarme con ella], ya no tengo esa necesidad. Si llega, perfecto.

¿Si tu madre te pidiese ayuda se la ofrecerías?

-Por supuesto. Si a mi madre le pasara cualquier cosa en cualquier momento de su vida, ella puede tener por seguro que las dos primeras personas que van a estar ahí van a ser sus hijos.

¿Cómo es la relación con tu padre?

-Tengo muy buena relación. Es un pilar en mi vida.

¿Qué recuerdos tienes de tu infancia con él?

-Siempre ha sido un padre muy presente. Mi día a día era con él y con Olga.

¿Cuál ha sido su mejor virtud?

-Nunca ha soltado a sus hijos de la mano.

¿Algún defecto?

-No es una persona a la que tendría como enemigo. Como enemigo, es muy mal enemigo. Cuando le tocan lo suyo, responde.

¿En qué momento habéis sufrido más?

-Mi padre pasó una época en la que estuvo tres años en casa sin trabajar. Esa época me marcó. Pensé que de ahí no salía. El ver a mi padre destruido como lo he visto, sin apenas salir a la calle... Que le señalen por la calle...

¿Has temido por tu padre?

-La verdad es que sí. Llegó un punto en el que pensé que mi padre se iba a suicidar, que cualquier día iba a pasar algo. Llegó hasta tal punto que tenía que llamarle continuamente y a la mínima que no me cogía el teléfono, sentía pavor. Eso es lo más duro que he vivido: el tener esa angustia todos los días y el verlo tan hundido como lo he visto. Eso se me ha quedado grabado. Lo peor es que no tuve nunca el valor de sentarme con él y decirle que me daba miedo que hiciera una locura.

Cuando Lecturas publicó que Antonio David y Olga se separaban, ¿cómo reaccionaste?

-No me lo esperaba para nada. Fue totalmente inesperado. En mi casa nunca he visto que se llevaran mal. Mi vida ha cambiado completamente por esa separación. Sufrí mucho. Olga ha sido como una madre para mí.

¿Os distanciasteis Olga y tú tras la separación?

-La realidad es que sí. La situación nos vino grande a todos. No supimos cómo gestionarla.

¿Te gustaría que se dieran una segunda oportunidad?

-Me gustaría que, juntos o separados, fueran felices.

¿Cómo es tu relación con Ortega Cano?

-Es mi segundo abuelo. Me ha criado. Lo adoro.

Fotos: Getty/Europa/Redes.

> "Si a mi madre le pasara cualquier cosa en cualquier momento de su vida, puede tener por seguro que le ofrecería ayuda"

ROCÍO SE ENCARGA DE LA HIJA DE MICHU ANTE LA AUSENCIA DE GLORIA

Ahora que Gloria Camila está en Honduras participando en 'Supervivientes All Star', Rocío se está volcando en las atenciones de la hija de su tío José Fernando, huérfana de madre desde el trágico fallecimiento de Michu en julio. La pequeña de 8 años se ha quedado en Madrid junto a la familia de Ortega Cano y Rocío ha estado junto a ella. En estas imágenes, la vemos salir de la casa con la pequeña para desayunar en un bar cercano. Les acompañó Álvaro, el novio de Gloria Camila. "Lo viví como un shock", dijo Rocío en 'iDe viernes!' sobre la muerte de Michu. "Me tocó. No me lo esperaba y había una persona muy pequeña. Pensé que se repetía la situación que vivieron mis tíos con mi abuela".

Sobre el dilema de con quién debería estar la hija de Michu, si con los Ortega Cano o con la familia de su madre, Rocío responde: "Lo esencial es el bienestar de ella. Creo que lograrán entenderse".

Álvaro García, novio de Gloria Camila, acompaña a Rocío y a la hija de Michu a desayunar.

El próximo 22 de octubre, Isabel Preysler publica 'Isabel Preysler, mi verdadera historia', unas memorias en las que, según avanza la editorial, recorrerá los diferentes capítulos de su pasado, desde su infancia en Filipinas hasta sus grandes amores.

LO QUE DEBERÍAN CONTAR SUS MEMORIAS

Los 12 grandes misterios de la vida de Isabel Preysler

A pesar de las decenas de libros sobre su persona y las miles de entrevistas que ha concedido, nunca han llegado a aclararse

El gran enigma de la alta sociedad española

Isabel llegó a España con 18 años. Dicen que tenía novio formal en Manila y que lo dejó por un playboy de mala reputación e intentó fugarse. ¿Es verdad que fue por ese motivo que su padre la envió a España?

No es por maldad

por Pilar Eyre

Aunque debo confesar que a mí lo que me gustaría es que Isabel Preysler escribiera un libro sobre 'Cómo seducir a hombres importantes y hacer que se vuelvan locos por ti', me leeré 'Isabel Preysler, mi verdadera historia', que sale el día 22 de octubre, con gran interés. Tengo muchas ganas de saber si se desvelan de una vez los doce grandes misterios de su vida que, a pesar de las decenas de libros sobre su persona y las miles de entrevistas que ha concedido, nunca han llegado a aclararse.

1 **¿Es verdad que, pese a sus 17 años,** Isabel en Manila tenía novio formal, iba a casarse y preparaba su trousseau cuando conoció a un playboy de mala reputación, dejó al novio con gran escándalo social, intentó fugarse y fue por ese motivo que su padre la envió a España?

Si no se hubiera quedado embarazada en sus primeras citas con Julio Iglesias ¿se hubiera casado con él?

Las lágrimas de Isabel en su boda con Julio Iglesias no pasaron desapercibidas. Se casó estando embarazada y la prensa de la época escribió: "Nunca se ha visto una novia tan triste".

En 1980 Isabel se casó con Carlos Falcó, el Marqués de Griñón, con quien tendría a su hija Tamara.

2 **Si no se hubiera quedado embarazada** en sus primeras citas con Julio Iglesias ¿se hubiera casado con él el día 29 de marzo de 1971? ¿Es verdad que, aunque esperara un hijo, le confesó a Julio que no estaba enamorada y que el cantante la tuvo que convencer para que no se fuera a Estados Unidos a vivir con su tía "moderna" a dar a luz en solitario? ¿Es esa la causa por la que los periodistas escribieron, "nunca se ha visto a una novia tan triste y llorando tanto como Isabelita"?

3 **¿Es cierto que se sentía muy sola** cuando Julio empezó a serle infiel y a tener un gran éxito internacional y que inició entonces una amistad íntima con Carlos Falcó, marqués de Griñón, con el que se veía en secreto en su casa de la calle Fortuny? Isabel entraba por el garaje y nadie la pilló nunca. ¿Y que únicamente cuando él le pidió matrimonio, fue cuando se decidió a abandonar a Julio?

4 **Siete años después de esa boda entre lágrimas,** Isabel fue a buscar a Julio al aeropuerto para decirle que su matrimonio se había acabado, pero ¿qué le dijo exactamente? Alfredo Fraile, testigo de ese momento, contó que había pronunciado con mucha calma y frialdad una sola frase en la sala de equipajes, que se había dado media vuelta y que se había ido para siempre. Un Julio demudado empalideció, estuvo a punto de caer al suelo, fue a pasar la noche a la casa del mánager y se sumió en una profunda depresión de la que tardó mucho tiempo en recuperarse y que estuvo a punto de costarle la vida.

¿Es verdad que Mario Vargas Llosa y ella se gustaban ya en la época en que los matrimonios, los Boyer y los Vargas Llosa, eran amigos?

5 **¿Es cierto que Isabel quiso conocer a Miguel Boyer** expresamente dos años después de casarse con el marqués de Griñón, cuando su hija Tamara tenía solo cinco meses? ¿Que en la primavera del 82 se autoinvitó a la tertulia en torno a unas lentejas que celebraba los martes Mona Jiménez, sabiendo que ese día acudiría el brillante político socialista, entonces casado con la doctora Elena Arnedo? ¿Que ya hubo flechazo y que su relación clandestina duró por lo tanto tres años?

6 **Los dos matrimonios, Miguel y Elena, Carlos e Isabel,** pasaron ese verano unos días juntos en Ibiza. La foto de los cuatro paseando por las calles de la isla recorrió todas las redacciones, porque era una amistad desconocida e inexplicable. Pero algo muy grave ocurrió una noche que fue estrictamente censurado, ¿se revelará alguna vez este misterio?

7 **El día de San Valentín de 1983 se recibió un ramo** de rosas amarillas en la dirección de Arga 1. Cuando las vio, Griñón dijo, "qué raro, yo las había encargado rojas". Por la noche estaban los dos ramos en el vestíbulo y Carlos nunca supo que el primero lo había enviado Boyer. ¿Es real esta historia? ¿Un hombre puede ser tan inocente?

8 **¿Es cierto que Isabel le dijo a su marido** que iba a hacer un curso de idiomas a París, cuando en realidad iba a encontrarse con Miguel Boyer, que viajaba con el seudónimo de señor García? Se les vio cenando con Carmen Martínez Bordiú y Jean Marie Rossi y entrando juntos en un hotel, pero esas fotos nunca se publicaron porque Miguel ya era ministro de economía.

9 **Una vez fallecido Miguel, en septiembre de 2014,** y siendo ella por tanto viuda, ¿es cierto que le tiró los tejos a Florentino Pérez?

10 **Apenas unos meses después, fue a ver a Mario Vargas Llosa** al teatro Español, donde interpretaba, muy mal, por cierto, un papel en su propia obra 'Los cuentos de la peste'. ¿Escogió el día en que su mujer estaba en Perú precisamente? ¿Es cierto que estuvo mucho rato con él en el camerino? ¿Es verdad que Mario y ella se gustaban ya en la época en que los dos matrimonios, los Boyer y los Vargas Llosa, eran amigos? Isabel siempre ha dicho que Mario ya estaba separado cuando empezaron a salir, pero Patricia y sus hijos le replicaron indignados que no, que tenían un matrimonio normal y que fue ella la que se metió en medio, ¿quién dice la verdad?

11 **¿Quién de los dos rompió su relación,** ruptura que se dio a conocer en diciembre de 2022? Los hijos del Nobel dijeron que fue su padre porque no le gustaba el ambiente frívolo que rodeaba a la filipina, pero Isabel afirma que fue ella la que se hartó de sus agobiantes celos. Pero, entonces, ¿por qué le regaló la espada que lució el día de su toma de posesión en la Academia francesa, el 5 de febrero de 2023? ¿Es cierto que Isabel ya se había comprado el traje que iba a lucir en esa ceremonia?

12 **¿Cuál es la razón de que siendo Isabel tan buena madre** y tan cuidadosa de su prole, se haya llevado tan mal con los hijos de sus tres últimas parejas? Con los de Carlos Falcó, con los de Miguel Boyer y con los de Vargas Llosa ha tenido situaciones conflictivas que se han hecho incómodamente públicas, con agresiones verbales incluso. Tampoco sus hijos Chábeli, Enrique o Julio José han tenido ninguna relación con sus hermanos por parte de padre, Miguel, Rodrigo, Guillermo y las gemelas Victoria y Cristina, fruto del matrimonio de Julio y Miranda. ¿Sabremos algún día el motivo?

Sigue la en www.lecturas.com

Isabel se separó de Carlos Falcó en 1985 y en 1988 se casó con Miguel Boyer, padre de su hija Ana. Estuvieron juntos hasta la muerte del famoso político, en 2014.

Su último amor conocido ha sido el escritor Mario Vargas Llosa. Patricia Llosa y sus hijos aseguran que el matrimonio del chileno y Patricia no estaba roto y que ella se metió en medio.

Mar Flores (56) acaba de publicar 'Mar en calma', un libro de memorias en el que cuenta cómo inició su carrera como modelo y cómo se vio envuelta en algunos de los escándalos del papel couché más sonados de los 90.

Mar desvela que durante su primer matrimonio intentó poner una denuncia por malos tratos en una comisaría pero no la creyeron

"Yo he escuchado la misma frase en boca de dos italianos: 'La venganza es un plato que se sirve frío'. Y yo, desde luego, me lo comí bien frío"

MAR FLORES

"Creía que no merecía seguir viviendo"

La modelo se atreve a denunciar por primera vez el machismo que sufrió en los años 90 y señala a dos culpables de enfangar su nombre: Carlo Costanzia, su primer marido, y Alessandro Lequio

La imagen pública de Mar Flores es un relato casi mítico construido a partir de los testimonios de maridos, amantes y familiares. Pero faltaba una versión para completar el retrato: la suya. Ahora la modelo se enfrenta a todos los clichés que pesan sobre ella en unas memorias explosivas: 'Mar en calma'. En el libro, Mar desvela por primera vez que, en 1999, harta de verse en el ojo del huracán por la publicación de unas fotos íntimas junto a Alessandro Lequio, estuvo a punto de quitarse la vida: "Sentía que no podía seguir causando tantísimo dolor a mi familia. Creía que no merecía seguir viviendo. Quería dormir y dormir y despertar cuando todo esto hubiese pasado. Pero no calculé bien. No quería irme, tenía un hijo y era mis responsabilidad. Solo quería dormir...".

MARCADA POR DOS HOMBRES

La portada con Lequio salió en un momento en que ella estaba con Cayetano Martínez de Irujo, pero el escándalo dinamitó el romance. "Si no hubiera salido esa portada... pues Cayetano y yo hubiéramos avanzado. Pero había dos personajes que me tenían mucha rabia y mucho odio y me la querían jugar", denuncia en una entrevista en Vanity Fair con el periodista Juan Sanguino para promocionar su libro. Mar se atreve ahora a denunciar el machismo del que fue víctima. Y señala a dos principales culpables por enfangar su nombre: Carlo Costanzia di Costigliole –su primer marido– y Alessandro Lequio. "Yo he escuchado la misma frase en boca de dos italianos: 'La vendetta è un piatto che va servito freddo' [la venganza es un plato que se sirve frío]. Y yo, desde luego, me lo comí bien freddo", asegura. Mar define a sus dos ex como "personas tóxicas". "Yo soy muy básica. Ya me puedes estar putcando todo el rato que yo lo justifico. Justifico los malos tratos, justifico las putadas. Yo no era madura para tomar decisiones y para darme cuenta que las personas pueden ser tan maquiavélicas", razona.

JUSTICIA CIEGA

Mar desvela que durante su primer matrimonio intentó poner una denuncia en una comisaría, acompañada de su hermana, pero no la creyeron. "Vieron a dos mujeres bastante nerviosas, yo no paraba de llorar, me faltaba un mechón de pelo en la cabeza y tenía signos de que había tenido, al menos, un accidente. No nos atendieron", lamenta. En los tribunales, volvió a encontrarse con un muro. "Yo llevé testigos de una paliza que me pegaron en la calle y el juez dijo que eso no me lo podía haber hecho nadie, que lo habrían fotografiado y hubiera salido en las revistas", denuncia.

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

Un matrimonio tormentoso

Mar estuvo casada entre 1992 y 1996 con Carlo Costanzia di Costigliole. Con él tuvo a su hijo Carlo.

Cayetano, la relación que no pudo ser

La modelo habla de Cayetano Martínez de Irujo con cariño. "Si no hubiera salido esa portada... pues Cayetano y yo hubiéramos avanzado", dice sobre las fotos con Alessandro Lequio que provocaron su separación.

POR EL VIOLENTO ASALTO A SU CASA

María del Monte pide 28 años de cárcel para su sobrino

La cantante señala el "abuso de confianza" de Antonio Tejado y lo acusa de ser el autor intelectual del robo, una posición refrendada por el juez instructor

María del Monte (63) ha presentado un escrito de acusación a través de su abogada en el que solicita que a su sobrino se le apliquen los delitos de robo en casa habitada y detención ilegal.

La justicia sigue estrechando el cerco sobre Antonio Tejado por el asalto a la casa de su tía, María del Monte, la madrugada del 25 de agosto de 2023. Esa fatídica noche, la cantante y su esposa, Inmaculada Casal, fueron víctimas de un violento robo en su hogar detrás del cual, según los investigadores, se hallaba Antonio como autor intelectual. Ahora hemos sabido que María del Monte pide a través de su abogada 28 años de cárcel para su sobrino.

UN ESCRITO DEMOLEDOR

La letrada de María asegura que el robo fue posible gracias a la información privilegiada que Antonio Tejado facilitó a la banda de ladrones. "Recabó y transmitió puntualmente todos los datos necesarios para que el asalto pudiera culminar con éxito", se puede leer en el escrito de acusación. Gracias a esa información interna, los asaltantes ataron y amordazaron a María y a su mujer, para posteriormente sustraer un botín que María e Inma valoran en un millón de euros entre joyas, relojes y efectivo. La acusación particular atribuye para Antonio y para los otros diez acusados los delitos de robo en casa habitada y de detención ilegal y, en el caso particular del sobrino de la cantante, hace hincapié en el agravante del "abuso de

"Antonio Tejado transmitió todos los datos necesarios para que el asalto pudiera culminar con éxito", dice la abogada de María

Antonio Tejado ingresó en febrero de 2024 en prisión, acusado de ser el principal informante de la banda que asaltó a su tía, María del Monte, liderada por el ruso el ruso Arseny Garibyan, amigo íntimo suyo. Tejado salió de la cárcel tres meses después en libertad provisional.

Atadas y amordazadas en su propio chalé

Este es el chalé en el que María del Monte y su mujer fueron asaltadas la madrugada del 25 de agosto de 2023.

María y su esposa, Inmaculada Casal, sufren trastorno adaptativo por estrés tras el robo. Dicho estado ha sido acreditado con informes durante el proceso judicial.

Antonio pidió el archivo del caso pero el juez lo rechazó porque "existen indicios racionales" del delito

confianza" por el vínculo familiar que existe entre ellos.

EL JUEZ NO CEDE

Este no es el único golpe que ha recibido Antonio Tejado. El juez instructor del caso ha desestimado el recurso que su abogado había presentado contra su procesamiento, en el que pedía el archivo de la causa. El magistrado cree que "existen indicios racionales de la perpetración de los delitos", según recoge en su auto, y vuelve a señalar a Antonio como "autor intelectual" de los hechos. "Comunicó y puso en conocimiento del resto de los asaltantes el momento en el que la propietaria de la vivienda se encontraba en su interior para que de forma coactiva pudiera

abrirles la caja fuerte, en orden a sustraer efectos y dinero en efectivo", argumenta el juez.

LA DECEPCIÓN DE ANTONIO

La reacción de Antonio Tejado a esta novedad judicial no se ha hecho esperar. A través de su entorno, el sevillano ha trasladado al programa 'Fiesta' que está "sumamente roto y decepcionado con su tía, María del Monte". Tejado asegura que en el volcado de su teléfono móvil no se han hallado datos que le comprometan en el diseño del golpe en casa de su tía: que no se ha podido encontrar ningún chat en el que envíe la dirección de la cantante o comparta con los otros detenidos los movimientos habituales de María, y que lo único que los investigadores han encontrado es "una conversación de los relojes". En consecuencia, Tejado sigue defendiendo su inocencia. "No entiende que su tía siga dudando de él ni por qué, a día de hoy, todavía no han mantenido una conversación", indican en 'Fiesta'.

Por A.F. Couceiro: Agencias.

Antonio Tejado afirma sentirse "sumamente roto y decepcionado" con su tía

Mantiene que no existen pruebas incriminatorias contra él y lamenta que María dude de él y no hayan podido mantener una conversación

El botín que Antonio Tejado y sus secuaces sustrajeron a su tía presuntamente asciende a un millón de euros, en él se incluye la colección de relojes de lujo de la cantante.

José Carlos Montoya (31) saltó a la fama en 'La isla de las tentaciones'. Nada más acabar este reality, se embarcó en 'Supervivientes'. Pero a su regreso de Honduras se alejó de los focos.

MONTOYA REAPARECE Y EXPLICA SU RETIRADA

"Salí al balcón y me replanteé mi vida, no le encontraba sentido"

El concursante de 'La isla de las tentaciones' y 'Supervivientes' revela que la fama le sobrepasó

Un regreso bañado en lágrimas

Montoya no pudo reprimir el llanto en su primera aparición televisiva en '¡De viernes!' tras dos meses sin pisar un plató.

Fue el fenómeno mediático más fulgurante del pasado curso televisivo. Su carrera por la arena en 'La isla de las tentaciones' lo convirtió en un ídolo viral, condición que siguió explotando en 'Supervivientes', donde continuó ofreciendo capítulos de su trepidante relación de idas y venidas con Anita Williams. Pero a la vuelta de Honduras, Montoya decidió parar. Se alejó de los focos y ha estado dos meses retirado, una ausencia envuelta en rumores que ahora ha querido despejar con una revelación impactante. Porque Montoya tocó fondo y llegó a coquetear con la idea de quitarse de en medio.

UN VISTAZO AL VACÍO

Así lo ha reconocido el andaluz en una entrevista a flor de piel en '¡De viernes!'. Todo partió de un viaje que hizo con su familia a la vuelta de 'Supervivientes'. "El límite es el límite, se me juntó una vorágine del éxito con una situación personal. Estás expuesto a las críticas, pero mi cabeza dijo basta", explicaba Montoya, emocionado. "Me llevé a mis padres de vacaciones, ellos estaban en la playa y a mí no me apetecía salir, y me asomé al balcón y, te lo juro, me replanteé mi vida, porque no le encontraba sentido ya", revelaba. "En mi cabeza me sentía como aplastado, y no le veía sentido a nada, y me preguntaba: '¿Qué he hecho?", recordaba sin poder reprimir el llanto.

DEMASIADA INTENSIDAD

Montoya asegura que 'La isla de las tentaciones' y 'Supervivientes' eran dos programas de una intensidad emocional demasiado potente como para haberlos encadenado en menos de seis meses. Y, aunque alcanzó la gloria, el peaje a pagar fue demasiado alto. "El éxito no lo es todo. Cuando yo me asomo a ese balcón, pienso que nada tiene sentido, que ya lo he hecho todo. Se ha atentado contra mi honor, se han dicho comentarios feos... Las audiencias y números no me dan la vida", se lamentaba.

RESPETO POR ANITA

De esta experiencia ha aprendido a poner delante su bienestar por encima de todo. Y eso que, en estos meses alejado de las cámaras, no le han faltado las propuestas de trabajo. "No todo vale. Si hubiera valido, hubiera aceptado muchas cantidades económicas, pero al final yo soy fan de la salud. Yo he rechazado lo que no está escrito, pero me priorizo a mí y a mi salud", asegura. Sobre su relación con Anita Williams, ha aclarado que su familia no fue la que le convenció para dejar definitivamente la relación: "Aunque tenía a toda España diciéndome que no volviera con Anita, yo estaba enamorado de ella y me daba golpes con la misma piedra, pero os aseguro que mis padres a mí nunca me han dicho lo que debo hacer". A su ex le dedica palabras cordiales. "Siempre sentiré respeto, más allá de todo. Ella ha sido parte importante de mi vida, la primera persona por la que he sentido ese amor y me quedo con lo bueno. Me han dolido mucho las cosas, como a ella las mías, y eso quedó en el pasado. Le deseo lo mejor", dice.

"He rechazado muchas ofertas económicas porque me priorizo a mí y a mi salud"

Por A.F. Couceiro. Fotos: Getty/Mediaset.

La relación con Anita estuvo marcada por las infidelidades cruzadas. En 'Supervivientes' hubo un conato de reconciliación pero finalmente han tomado caminos separados.

"Le deseo lo mejor a Anita", dice sin rencor

En 'Supervivientes', Montoya quedó tercero, por detrás de Álvaro Muñoz Escassi y Borja González, el ganador.

EN SEVILLA

La elegante boda de Fátima Pereyra y José Moro

La diseñadora de interiores y el bodeguero se dieron el "sí, quiero" ante 250 invitados entre los que había muchos rostros conocidos

Fátima Pereyra y el bodeguero José Moro se casaron en un torreón del lujoso Hotel Alfonso XIII de Sevilla.

La diseñadora de interiores apostó por un elegante vestido blanco de corte midi y estilo 'old Hollywood' para la primera ceremonia. Lo combinó con un sombrero XL y un bolso de mano de Yves Saint Laurent.

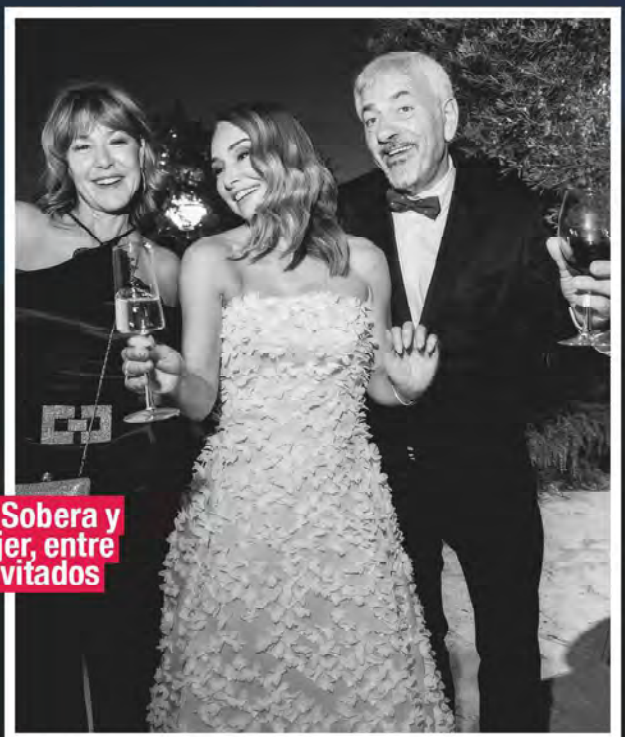
"Un sueño hecho realidad"

El primer paso fue firmar. El lugar: uno de los torreones del exclusivo Hotel Alfonso XIII de Sevilla, que antaño alojó a figuras de la talla de Diana de Gales. Fátima Pereyra y José Moro han sellado allí su amor, tras comprometerse el pasado enero. El empresario vallisoletano, responsable de las exitosas bodegas Cepa 21, le pidió matrimonio a la diseñadora de interiores durante una escapada a Austria. Ocho meses después han entonado el "sí, quiero". Él, elegante con su chaqué. Ella, con sombrero XL y un sofisticado vestido blanco de corte midi al más puro estilo Audrey Hepburn. Dos looks clásicos y elegantes en una ceremonia íntima, que precedía a una segunda celebración por todo lo alto.

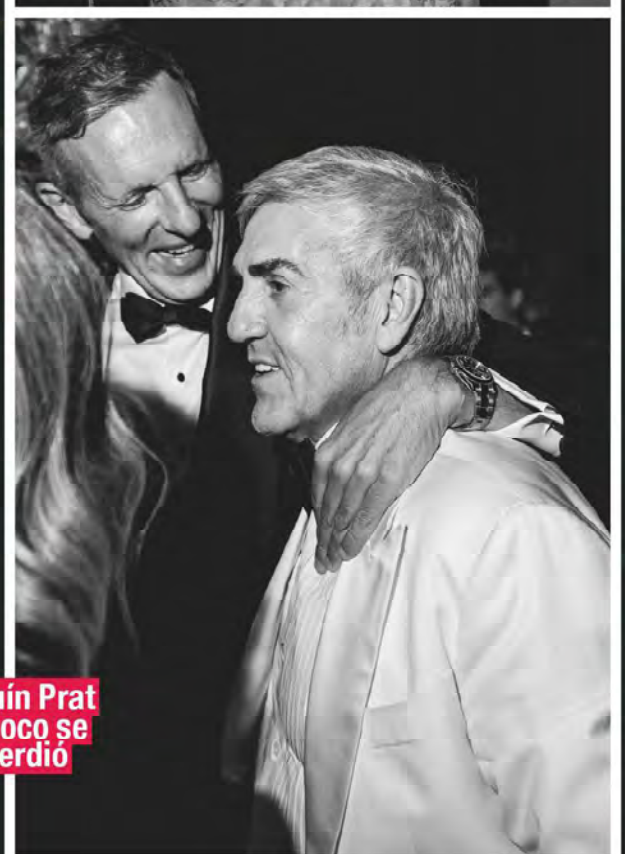
LA GRAN FIESTA

El día posterior, el ya matrimonio se desplazó hasta la Hacienda de Medina, una finca del siglo XVIII ubicada en el municipio sevillano de Carmona que es propiedad de la familia de Fátima para celebrar con sus seres queridos. Los novios enfatizaron el alto valor emocional que ha supuesto celebrar allí

La segunda parte del enlace tuvo lugar en la Hacienda de Medina, una finca del siglo XVIII ubicada en el municipio sevillano de Carmona que pertenece a la familia de Fátima.



Carlos Sobera y su mujer, entre los invitados



Joaquín Prat tampoco se lo perdió

Fátima y José contaron con más de 250 invitados al enlace que debían cumplir con un código de vestimenta: ellos de smoking y ellas de negro. Entre los presentes, caras tan conocidas como la modelo María José Suárez –a la izquierda con la novia–, Carlos Sobera y su mujer, Patricia Santamarina, Joaquín Prat, Fran Rivera, la influencer Susana Molina, el empresario José Luis López 'El Turronero' o el histórico jugador del Real Madrid, Chendo.

Vicky Martín Berrocal (52) es una de las grandes amigas de Fátima y tampoco faltó a la cita. "Esta boda la quiero disfrutar. Móvil apagado desde ya", expresó la diseñadora, que hizo las fotos con una cámara digital.

el evento: "No solo fue el escenario de una boda, fue el lugar donde una familia cumplió un sueño". Un sueño compartido entre vino y música en directo con los más de 250 invitados. Muchos de ellos conocidos, como Joaquín Prat, María José Suárez, Carlos Sobera o Fran Rivera. También Vicky Martín Berrocal, íntima de la novia, que expresó su emoción en redes: "Esta boda la quiero disfrutar. Móvil apagado desde ya". Todos cumplieron con el código de vestimenta: ellos con smoking y ellas de negro.

SE SIRVIÓ UN VINO ÚNICO

Fue hace tan solo dos años cuando la pareja cruzó miradas por primera vez. Se conocieron en 2023, en una fiesta organizada por el periodista Carlos Herrera. Un amor que ha nacido cuando ambos cuentan con una dilatada trayectoria profesional. José es uno de los más importantes bodegueros de nuestro país y Fátima lleva más de 25 años dedicada al diseño de interiores y tiene su propia marca de gominolas. Durante la celebración se sirvió un vino único creado por el novio especialmente para la ocasión.

La pareja se conoció en 2023, durante una fiesta organizada por el periodista Carlos Herrera

Por A. Monterrubio. Fotos: Cortesía/Redes.

También estuvieron la madre y la hermana de Vicky Martín Berrocal, Victoria (78) y Rocío.

Alejandra Navarro Basanta (29), que también es creadora de contenido, se dio el "sí, quiero" con Carlos Fuente, tras 12 años de noviazgo. Quiso que la boda fuera un homenaje a su tierra.

EN EL ENLACE DE ALEJANDRA NAVARRO

Las influencers se van de boda en Galicia

Entre las invitadas que acudieron a Ribadeo estaba María Pombo, embarazada de su tercer hijo y gran amiga de la novia

Las influencers entre vacas y gaitas

María junto a otras influencers. De izquierda a derecha, María G. de Jaime (29), Bea Gimeno (28), María F. Rubíes (34) y su hermana Marta Pombo (33).

El banquete tuvo lugar en la finca que los padres de Alejandra tienen en Ribadeo.

Llegaron al convite en un todoterreno

Bea Gimeno y su marido Nacho Aragon (30), que acaban de celebrar un año de casados, también están esperando su primer hijo.

Alejandra dio una sorpresa a sus dos amigas embarazadas, María Pombo y Bea Gimeno: en su mesa había unos pañuelos con los nombres de sus futuros bebés

María Pombo (30) apostó por un vestido de seda y tul en color teja de la firma Claro Couture, con transparencias en la zona del abdomen para dejar a la vista su tripa de premamá.

El universo digital se ha fusionado con la tradición por la boda de Alejandra Navarro en A Mariña, Galicia. La influencer entonó el "sí, quiero" con Carlos Fuente, su pareja desde hace 12 años. Alejandra estuvo arropada por todas sus amigas de la profesión, entre las que destacaba María Pombo, íntima de la novia. María, que espera su tercer hijo junto a Pablo Castellano, lució orgullosa su tripa de premamá. Alejandra quiso que su boda fuera un homenaje a su tierra y fueron recibidos al son de las gaitas en el banquete, y el menú contó con delicias gallegas.

Por Adrián Monterrubio. Fotos: Redes.

Alberto Herrera (33) y Blanca Llandres Parejo (29) son pareja desde hace un año. "¡El mayor regalo que nos ha hecho la vida!", han escrito en redes sobre el bebé que esperan.

Mariló y Carlos Herrera, abuelos primerizos

Alberto es hijo de Mariló Montero (60) y Carlos Herrera (68), separados desde 2011. De ellos ha heredado la pasión por la comunicación y trabaja con su padre como locutor del programa de radio 'Herrera en COPE'.

Con la mirada puesta en su inminente boda, Alberto Herrera Montero celebra una nueva alegría en el terreno personal. El hijo mayor de Mariló Montero y Alberto Herrera ha anunciado que espera un bebé junto a Blanca Llandres Parejo, la psicóloga sevillana con la que se dará el 'sí, quiero' el próximo 18 de octubre tras casi un año de relación. Fue Blanca quien compartió en las redes la noticia de su embarazo. "¡El mayor regalo que nos ha hecho la vida!", expresa emocionada en la publica-

SU HIJO SE CASA EL 18 DE OCTUBRE EN CÁDIZ

Mariló Montero y Carlos Herrera serán abuelos

Su hijo, Alberto Herrera, y Blanca Llandres Parejo, que es sobrina de José Manuel Soto, han anunciado que esperan su primer hijo

ción donde muestra una ecografía del bebé y otra tierna imagen de Carlos tocando su incipiente tripa.

BODA INMINENTE

La ceremonia en la que los futuros padres entonarán el 'sí, quiero' será en la iglesia de Santo Domingo, en la localidad gaditana de Sanlúcar de Barrameda, aunque en un primer momento pensaron celebrar el enlace en Sevilla. Rocío Crusset, la hermana pequeña de Alberto, será la encargada de diseñar el vestido de su futura cuñada junto al modisto Nicolás Montenegro. Blanca es sobrina del cantante José Manuel Soto y prima de Lourdes Montes, esposa de Fran Rivera. Su relación con Alberto comenzó en agosto de 2024, a pesar de que se conocían desde mucho antes por amigos en común. La joven se dedica a la psicología en el ámbito de los recursos humanos, mientras que él ha seguido los pasos de sus padres en los medios y actualmente trabaja con su padre en el programa 'Herrera en la COPE'.

Por Adrián Monterrubio. Fotos: Redes.

Rocío Crusset (31), hermana pequeña de Alberto, es la encargada del vestido que Blanca lucirá en su boda. La joven acaba de romper su relación con el empresario italiano Maggio Cipriani tras seis años juntos.

Pablo Garna (34) es granadino. En su cuenta de Instagram mezcla fotos suyas posando como modelo, a veces en bañador, con reflexiones moralizantes sobre la familia tradicional y los valores cristianos.

PABLO GARNA

El influencer que cambia los likes por la sotana

Tiene 700.000 seguidores en Instagram, pero este modelo anuncia que abandona las redes para ordenarse sacerdote: "Lo único que quiero en esta vida es ser santo", proclama

La vida de Pablo Garna está a punto de dar un giro de 180 grados. Este modelo e influencer, que acumula 700.000 seguidores en Instagram, va a dejar de vivir hacia fuera, es decir, hacia las redes, para vivir hacia dentro. "Hago este vídeo para despedirme de Instagram. En unas semanas voy a entrar al seminario. Y si Dios quiere en unos años seré sacerdote", anunciaba en su cuenta para sorpresa de todos.

MUY UNIDO A SU MADRE

"Soy consciente de que es una decisión que el mundo puede no entender. Me va bien en la vida, tengo mis viajes, mi coche, gano dinero, tengo un trabajo que es el sueño de muchas personas... ¿Pero de qué me sirve todo eso si en el fondo de mi corazón hay otra cosa?", reflexionaba Pablo. Y dejaba claro que su ambición

El influencer, en una de sus visitas a Ciudad del Vaticano. "Yo muchas veces le digo al Señor: '¿Pero por qué me llamas a mí, que soy un zopenco?' Pero bueno, ya se apañará él, que sabrá lo que hace", dice sobre su destino como cura.

cra una vida de servicio a los demás: "Lo único que quiero en esta vida es ser santo". Lo cierto es que el contenido de las redes de este granadino apuntaban ya en esta dirección. Es muy popular entre sus seguidores la serie de vídeos titulada "La familia, la mejor empresa", en la que comparte elogios a la familia tradicional y critica "el adulterio" y la falta de compromiso. "¿Qué amor es más importante para ti, el de tu esposo o el de tu hijo?, le pregunta a su madre en uno de estos vídeos. "En primer lugar, me debo a mi marido", le responde su madre, con la que suele compartir viajes. En otro vídeo, Pablo asegura que el éxito de 'La isla de las tentaciones' "es síntoma de una sociedad enferma". Ahora podrá llevar esas reflexiones de Instagram al púlpito.

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

EL NUEVO SANTO QUE ILUMINA A PABLO

El compromiso de Pablo Garna con el sacerdocio no es una anécdota en una iglesia cada vez más digitalizada. León XIV acaba de canonizar a Carlo Acutis, un joven italiano que falleció a los 15 años en 2006 de leucemia. Considerado oficialmente el primer "santo milenial" por su edad, Acutis fue un pionero de los evangelizadores de Internet, pues abrió el camino de los influencers creando contenido católico en su página web. Para Garna, un referente en su camino a la santidad.

A la izquierda, David Broncano (40), que sorprendió con el pelo teñido de rubio platino. En el centro Lalachus (35), su compañera en 'La Revuelta', con vestido de transparencias de Johanna Calderón. A la derecha, la actriz Silvia Alonso (35), pareja del presentador.

EN VITORIA

El Festival reúne a las estrellas de la tele

Presentadores, actrices y celebrities inauguraron la temporada televisiva en una gala con galardón para 'La Revuelta' y sin Alaska presente para recoger el premio por su documental

Eva González (44) presenta la nueva temporada de 'La Voz'. "La terapia ayuda mucho", reveló sobre cómo gestiona los efectos que trabajar en televisión tiene sobre su salud mental.

Anne Igartiburu (56), con look naranja a juego con la alfombra del festival, sigue al frente de 'D Corazón' en La 1, ahora en emisión los fines de semana.

Bárbara Rey (75) es una de las concursantes de la nueva edición de 'Bailando con las estrellas' en Telecinco.

Joaquín Sánchez (44) y su mujer, Susana Saborido (49), más unidos que nunca tras los rumores que pusieron su matrimonio en jaque. Presentan 'Emparejados' en Antena 3.

Samantha Vallejo-Nágera (55), Pepe Rodríguez (57) y Jordi Cruz (47) forman el jurado de 'MasterChef'.

En la previa al inicio de la nueva temporada televisiva, los rostros más influyentes de la pequeña pantalla se han reunido en la ciudad de Vitoria. Una vez más, la alfombra naranja del FesTVal ha visto desfilar a presentadores, actrices y celebrities. Algunos con la alegría de saberse galardonados.

PREMIO PARA 'LA REVUELTA'

Consagrado como uno de los formatos revelación de la pasada temporada, 'La Revuelta' de TVE fue uno de los progra-

Boris Izaguirre (59), que llevó un traje naranja de Lapo Elkann para Ecoalf, presentó la nueva temporada de 'Lazos de sangre'.

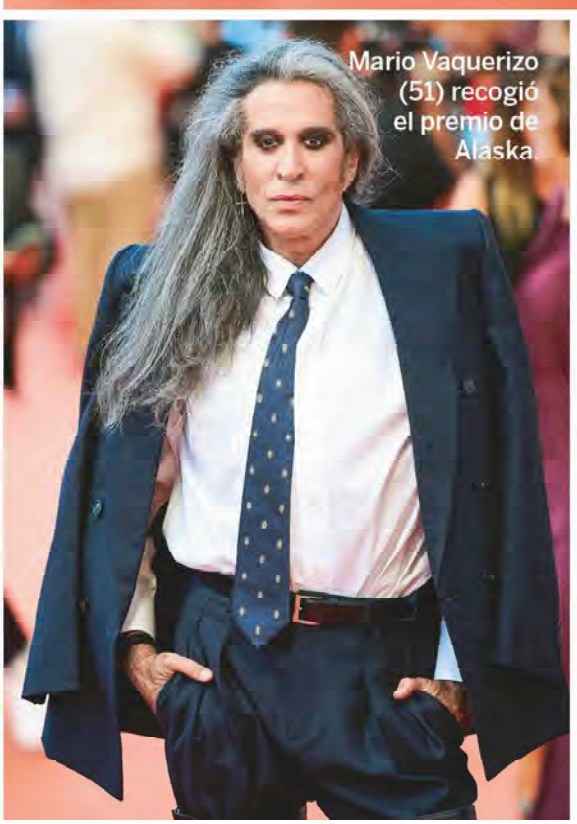
mas que se hizo con uno de los premios otorgados durante la gala de clausura del certamen. "Después de un año, hemos demostrado ser un programa digno de la televisión pública", expresó David Broncano, presentador del espacio, durante el discurso de agradecimiento. A sus palabras se sumó la emoción de Lalachus, colaboradora del programa y su compañera en la presentación de las últimas Campanadas de Fin de Año en La 1: "Para una chica que era recepcionista, esto es demasiado". 'El Hormigue-

Ramón García (63), presentador del 'Grand Prix del verano', posó junto a sus dos hijas en común con la periodista Patricia Cerezo (53). A la izquierda Natalia (23), la mayor, y a la derecha Verónica (18), la pequeña.

La periodista Beatriz Archidona (41) acudió en representación del programa '¡De viernes!' de Telecinco, premiado como referente en el ámbito del entretenimiento.

Jesús Vázquez (60) y Valeria Mazza (53) vuelven a formar tándem para presentar 'Bailando con las estrellas'.

Jesús Calleja (60) fue premiado por su capacidad para inspirar a la audiencia a raíz del documental sobre su viaje al espacio.



Mario Vaquerizo (51) recogió el premio de Alaska.

ro' de Antena 3, así como '¡De viernes!' y 'La isla de las tentaciones' de Telecinco, también figuraron en el listado de formatos premiados este año.

ALASKA AUSENTE

El jurado otorgó su premio especial a Jesús Calleja por 'Calleja en el espacio', el formato que recoge la travesía del aventurero hasta el espacio exterior. También se puso en valor la trayectoria de presentadores como Risto Mejide o Vicente Vallés. Este último contó con la sorpresa de que fue Matías Prats, compañero de 'Antena 3 Noticias', quien apareció en escena para hacerle entrega del

Elena Rivera (33) y Manu Baqueiro (47) protagonizan 'Perdiendo el juicio' de Atresmedia, premiada como mejor serie.

La actriz Megan Montaner (38), espectacular con un vestido negro brillante de la marca GOROF.

Marta Hazas (47) forma parte del reparto de 'La agencia', la nueva comedia sobre una agencia de representación artística que estrena Telecinco.

Pablo López (41), que celebrará el 20 de septiembre una segunda boda con su ya mujer, estuvo presentando la nueva temporada de 'La Voz'.

galardón. Una de las grandes ausencias fue la de la cantante Alaska, premiada por el documental sobre su vida 'Alaska Revelada', que no pudo acudir porque ese día tocaba con su grupo, Fangoria, en Zaragoza. La cantante agradeció el premio a través de un vídeo que grabó en su casa: "No voy a tener falsa modestia, 'Alaska Revelada' es un gran documental. Fue muy satisfactorio para mí poder hacerlo, también muy duro, pero estuve muy feliz de poder realizarlo". Su marido, Mario Vaquerizo, fue el encargado de recoger el premio en su lugar.

Por A. Monterrubio. Fotos: Agencias/Cedidas.

“Para mí el trabajo de mi padre era una condena, me hacían lo que ahora se llama bullying”

“Me decían que mi padre era un payaso de la tele. A veces me callaba y otras quedábamos para pegarnos en el patio”

Joaquín Prat (50) debutó como presentador en 2008 y un año después pasó a formar parte de la plantilla de ‘El programa de Ana Rosa’, su universidad televisiva. Ahora lidera ‘El tiempo justo’ en las tardes de Telecinco.

JOAQUÍN PRAT

"Me fastidiaban en el cole por ser hijo de mi padre"

El presentador estrena nuevo programa en las tardes de Telecinco, 'El tiempo justo', cuyo nombre hace un guiño al gran referente que guía sus pasos: su padre

Su padre marcó una época con 'El precio justo'

Joaquín Prat padre, fallecido en 1995, presentó 'El precio justo' entre 1988 y 1993.

Joaquín Prat cambia de franja horaria y deja las mañanas para presentar por las tardes en Telecinco 'El tiempo justo'. Con un claro guiño a su padre: Joaquín Prat con su mítico espacio 'El precio justo' en el título, el comunicador conducirá un magacín donde habrá política, actualidad y corazón.

¿Estás nervioso frente al estreno?

-Sí. El día posterior a que me comunicaran lo del programa, me fui a Mallorca con el peque y desconecté. El niño se merece un padre atento y mi pareja se merece que esté con ella. Pero al regresar de vacaciones ya me empecé a meter en la dinámica de las reuniones. Estoy nervioso por la responsabilidad de que empiece a fluir todo desde el principio.

¿Sientes presión?

-No tengo presión. Yo a 'Cuatro al día' llegué con un 2 % de audiencia y no sentía presión. Intento liberarme de la presión de las audiencias todos los días, del examen. Me fastidia porque me condiciona más una mala audiencia que una buena audiencia, es decir: sufro más un mal dato de lo que celebro un buen dato.

Has dicho en la presentación que a veces te has visto desubicado en el trabajo, con falta de pasión.

-Sí. Y se me notaba. Cuando llevas dos horas y media hablando de desgracias, y te cascas diez entrevistas, a cual más dramática, acabas agotado, a pesar de llevar 17 años en esto. A Ana Rosa le pasa-

"No me siento cincuentón. Mi reloj dice que tengo una edad biológica de 46"

Joaquín sale desde 2022 con la enfermera y empresaria Alexia Pla (38). "Cuando tienes una pareja mas joven que tú, les encanta meter el dedo en la llaga llamándote señor", dice.

"La clave es poder cenar con mi hijo"

El presentador tiene un hijo de 10 años fruto de su matrimonio con Yolanda Bravo, de la que se separó en 2021 tras 12 años juntos.

ba lo mismo. Llegas cansado porque pones toda la carne en el asador, yo no sé trabajar de otra manera. Y es un problema porque, si estás hablando de un señor que está viviendo un drama, no puedes transmitir ese cansancio. Yo estaba un poco como de regalo, un poco en piloto automático. No siempre estás con la misma motivación. Pasarme de diez entrevistas tan exigentes, desde el punto de vista humano, a ese punto de frivolidad que tiene el corazón, a veces me desmotivaba.

▸Quizás el hecho de que se te noten tanto las cosas pueda ser la clave de tu éxito.

-Igual sí, para bien y para mal. Se me nota todo demasiado, hasta cuando tengo una discusión con mi pareja. Mira que mi padre me decía que nunca me fuera a dormir si había tenido una discusión con la pareja, porque te levantas al día siguiente hecho mierda y vas arrastrando los pies. Pues a mí se me nota.

▸¿Qué es lo que más me apetece, a nivel de contenido?

-Volver a tocar la política, que es un tema que me apasiona, aunque la gente está hasta el moño. Y, a nivel de redes, te pegan unas hostias que te dejan turulato.

▸¿Te afectan las críticas negativas?

-Ya no. Durante una etapa de mi vida sí, pero las críticas no me pagan la nómina.

▸¿Has hablado con Ana Rosa? Ella también pasó de la mañana a la tarde.

-Fue la primera que me llamó al salir de la reunión con Telecinco. Le dije que tenía muchas ganas.

▸¿Cómo te afecta este cambio a nivel personal?

-Es que es el horario de las mañanas es muy cómodo, porque yo dejaba al peque en la parada del bus y lo recogía.

"En vacaciones desconecto. Mi hijo se merece un padre atento y mi pareja, que esté con ella"

En 'El tiempo justo' queríamos tener a compañeros del equipo de 'Vamos a ver' y nos han dicho que no, para conciliar mejor, y se han quedado por la mañana. Y lo entiendo. Yo no puedo. Pero como vivo cerca de la tele, y acabamos a las 18:30, me da tiempo a llegar a casa, hacer los deberes con mi hijo y cenar juntos, que es la clave, poder cenar con tus hijos. Sentarse a la mesa, con cero pantallas y cero televisión, y tener una charla y un momento relax.

▸¿En casa han entendido el cambio de horario?

-A mi hijo le interesa cero mi trabajo. Para mí el trabajo de mi padre era una condena, porque en mi época por ser "hijo de..." te fastidiaban la vida en el cole, lo que ahora se llama bullying. Y ahora, en cambio, todo suma, ahora les renta ser hijo de famoso. Ha cambiado mucho.

▸¿Qué te decían en el cole?

-Me decían de todo, me decían que mi padre era un payaso de la tele. Algunas veces me callaba, y otras veces quedábamos para pegarnos en el patio. Así funcionaban las cosas. Al acosado le jodían la vida y, a veces, el acosado se convertía en acosador. La sociedad avanza y hay que adaptarse a esos cambios. Yo a mi hijo le digo que no les haga ni caso, que hable con la profe, aunque lo primero que me sale es otra cosa. Pero a mi hijo se la bufa mi trabajo.

▸¿Qué crees que pensaría tu padre de este proyecto?

-Yo soy creyente, creo mucho en las energías, tengo una idea de que hay otro mundo más

allá del que nos rodea, que trasciende lo que vemos. Hay tantos paralelismos entre la carrera de mi padre, recalcando que eran otros tiempos y que mi padre era mucho mejor profesional que yo, y la mía, que dan miedo. Esto es otro ejemplo más.

¿Cómo ves ese enfrentamiento profesional con Sonsoles?

-Es mi amiga, pero quiero ganarle. Hablé con ella al día siguiente de saber la noticia. Cuando salí de la reunión llamé a mi pareja y a mi madre, que me dijo que ya era hora. Sonsoles es una de las mejores amigas de mi hermana. Vamos a cenar a su casa, su pareja es amigo mío. En lo personal es maravilloso y, en lo profesional, quiero ganarle. Desde el respeto máximo, espero mirar a los programas de la competencia por el retrovisor.

¿Cómo llevas haber cumplido los 50?

-Por nuestro aniversario Alexia me regaló un reloj inteligente que te monitoriza todo, me hace hasta electros. El otro día me dijo que tenía una edad biológica de 46,7 años. ¡Así que de cincuentón nada! Llevo bien los 50 pero no me siento un cincuentón, así que llamé a Alexia para decirle la edad de mi reloj. Cuando tienes una pareja mas joven que tú, les encanta meter el dedo en la llaga llamándote señor.

Si no te hubiera llegado este proyecto, ¿te hubieras planteado dejar la mañana?

-No. Tengo dos hipotecas y el colegio del niño. Me queda un año de contrato. Yo he sido buen soldado, a veces demasiado, igual me tenía que haber puesto firme.

Por L. Martín. Fotos: Agencias/

"Hay tantos paralelismos entre la carrera de mi padre y la mía que dan miedo"

"Yo soy creyente, creo mucho en las energías y en que hay otro mundo más allá del que nos rodea"

El gran heredero de un mito de la televisión

La relación de Joaquín con su madre es muy estrecha. Ella fue una de las primeras personas a las que informó de que tenía nuevo programa. "Mi madre me dijo que ya era hora", revela.

Joaquín es uno de los cuatro hijos que su padre tuvo de su segundo matrimonio con Marianne Sandberg.

Una viajera experta y precavida

María Matilde Muñoz tenía 72 años, era profesora de yoga y recorría sola el mundo, especialmente Asia. Tenía una persona de referencia en España a la que siempre mantenía informada de su itinerario.

MATI DESAPARECIÓ EL 1 DE JULIO

Una española asesinada en un hotel de Bali para robarle 150 euros

Dos meses después de que se le perdiera la pista, el cadáver de Mati fue hallado en una playa cercana al hotel donde se hospedaba. Fueron detenidos dos hombres vinculados al establecimiento

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegram

Ó escanea el código QR:

x.com/byneontelegram

La hora negra

por
Mayka Navarro

El día de su desaparición, Mati había pagado veinte noches del establecimiento en efectivo y por adelantado

Los responsables del hotel atendían a los familiares con respuestas ambiguas, contradictorias y sospechosas

No era habitual que Mati se mantuviera tanto tiempo en silencio. A los amigos de María Matilde Muñoz Cazorla, Mati para todos desde siempre, les empezó a preocupar que la mujer, gran viajera, no respondiera a sus mensajes de WhatsApp. No importaba en que rincón del mundo estuviera, ella siempre tenía un momento para contestar y narrar con el entusiasmo que le caracterizaba las cosas que le sucedían en sus viajes por el mundo.

El cadáver de Mati estuvo un mes y medio escondido en un almacén del hotel, los detenidos cambiaron el cadáver de sitio cuatro veces hasta llevarlo a la playa

SEIS MESES DE VIAJE POR ASIA

Nacida en Ferrol y afincada en Palma de Mallorca, esta azafata jubilada y profesora de yoga, tenía 72 años y recorría sola el mundo, especialmente Asia. Había encontrado la fórmula que le permitía pasarse seis meses de viaje, financiado con el alquiler vacacional de su casa en Baleares. Como experta y precavida viajera, tenía a una persona de referencia en España, una amiga en Sant Feliu de Guixols, a la que mantenía informada de su itinerario y los lugares en los que se hospedaba. A Mati le perdieron la pista en Lombok, una isla paradisíaca al oeste de Bali, donde se alojaba en un hotel muy próximo a la playa, el Bumi Adiitya. Justo el día que desapareció, el 1 de julio, había pagado 20 noches del establecimiento en efectivo y por adelantado. Tras varios días de silencio angustiante, su familia y amigos denunciaron en comisaría.

RESPUESTAS SOSPECHOSAS

El entorno optó por la discreción en las primeras semanas, confiando en la actuación de la diplomacia española y de las autoridades judiciales y policiales de la isla. Pero no tardaron en tener la sensación de que el caso estaba "parado" y de que nadie se tomaba en serio la investigación. Para colmo, los responsables del hotel atendían amablemente a los familiares, pero con respuestas completamente ambiguas e incluso contradictorias y claramente sospechosas. Al final, el entorno de la mujer dio el paso de llamar a las puertas de los medios de comunicación y difundir la desaparición en las redes sociales. Así lograron situar la ausencia de la española en la agenda de las au-

La policía de Lombok cree que los detenidos contaron con colaboradores o encubridores entre el personal del hotel

toridades asiáticas que, vista la gran repercusión del caso, empezaron a tomarse las cosas en serio.

UNA APARICIÓN EXTRAÑA

El exmarido de Mati, sus amigas de yoga y numerosos españoles residentes en Indonesia que la conocían de las veces que visitaba la zona, empezaron a difundir la imagen de Mati solicitando colaboración. Los interlocutores de la familia advirtieron desde el primer momento de sus sospechas sobre algunos trabajadores del hotel. Y sin tapujos explicaban que había algo turbio que los empleados y responsables del establecimiento hotelero no estaban contando ni a la familia, ni a los investigadores. Tras varias semanas de investigación policial que no daba resultados, algunas pertenencias de Mati aparecieron inexplicablemente en el cuarto de las basuras del hotel. El hallazgo no hizo más que generar más incertidumbre porque no tenía sentido que en todo el tiempo transcurrido no hubieran aparecido antes.

CONFESARON EL CRIMEN

En la misma proporción que crecía el interés informativo de la desaparición, las autoridades locales incrementaban los recursos para la investigación. No en vano la isla vive casi exclusivamente del turismo internacional y el caso estaba empezando a repercutir negativamente. El 30 de agosto, la investigación confirmó las peores sospechas. A escasos metros del hotel, junto a la playa de Batu Bolong y sepultado a poca profundidad bajo la arena apareció el cadáver de Mati. Horas antes habían sido detenidos dos hombres de 34 y 30 años, vecinos de la isla y vinculados al establecimiento. Uno todavía trabajaba, mientras que el segundo fue despedido dos años antes acusado de un robo. En un principio ambos confesaron el crimen, asegurando que se aprovecharon de la confianza con la que Mati se hospedaba en el establecimiento, para acceder en su habitación y robarle unos tres millones de rupias, algo más de 150 euros al cambio. El robo debía ser por sorpresa, sin que la mujer se diera cuenta, mientras dormía. Ellos mismos contaron en su primera declaración que accedieron al bungalow por una de las ventanas, que la víctima se despertó, les sorprendió y la asfixiaron para que no les delatara. Después envolvieron el cuerpo con una sábana y lo escondieron en uno de los cuartos que hace funciones de almacén. Durante varios días los sospechosos estuvieron pensando qué hacer con el cadáver. Finalmente decidieron enterrarlo en la playa cercana, a la que trasladaron a los investigadores cuando fueron detenidos. Esa fue una versión, pero la cambiaron para contar que todo se debió a un malentendido por la música. Que la tenían muy alta, que Mati les afeó el volumen de madrugada y que tras una discusión la empujaron y cayó de tal manera que se golpeó muriendo en el acto.

A escasos metros del hotel, junto a la playa de Batu Bolong y sepultado a poca profundidad bajo la arena apareció el cadáver de Mati. Allí han depositado una foto de ella.

FOTO: DAVID FUENTES

Según los detenidos, el robo debía ser sin que la mujer se diera cuenta mientras dormía, pero se despertó y la asfixiaron para que no les delatara

CONTARON CON AYUDA

La autopsia determinará las causas de la muerte. Una autopsia a la que asistieron media docena de estudiantes que están realizando prácticas de forenses. Una circunstancia que destacó Ignacio Vilariño, sobrino de la mujer e interlocutor de la familia. "Mi tía es-

Dos trabajadores del hotel, sospechosos

Los detenidos son dos hombres, de 34 y 30 años. Uno de ellos fue despedido del hotel hace dos años por otro robo. A la izquierda, el bungalow del hotel de Lombok donde Mati residía y fue asesinada

taría orgullosa de saber que sus restos mortales han valido para que jóvenes indonesios aprendan. Ella, que enseñaba español e inglés de manera altruista y aprendía indonesio, siempre quiso hacer el bien", aseguró. Los investigadores tienen previsto apurar los sesenta días legales que disponen desde que se produjeron las dos detenciones, antes de pasarlos a disposición judicial junto al atestado que entregarán a la fiscalía. Ambos se enfrentan a penas que podrían ir de los 20 años a la cadena perpetua. La policía no descarta la posibilidad de ampliar el número de detenciones entre el personal del hotel que pueda estar relacionado directamente con el crimen, o que simplemente ocultaron los hechos. Que el cadáver de Mati permaneciera escondido dentro del establecimiento casi un mes y medio, avala la tesis de que contaron con colaboradores o encubridores. Los detenidos cambiaron hasta en cuatro ocasiones de escondite el cadáver, hasta que finalmente decidieron llevarlo a la playa, apenas una semana antes de ser arrestados. La familia de Mati espera que la investigación se cierre cuanto antes para que los restos se puedan incinerar y repatriar.

Tras varias semanas de investigación, las pertenencias de Mati aparecieron en el cuarto de las basuras del hotel

VIAJAR EN LIBERTAD

Mati era una mujer libre a la que le gustaba recorrer el mundo con los ojos, el corazón y todos los sentidos abiertos. No era ninguna irresponsable, ni imprudente. Asia es un destino en el que abundan las viajeras solitarias que viven la experiencia con absoluta plenitud. El asesinato de Mati no puede ser utilizado para lanzar mensajes de miedo para todas aquellas que viajan solas. Todas las mujeres que se embarcan en este tipo de aventuras en solitario conocen los riesgos y los valoran. Su caso nos emplaza a todas a recordarla con cariño, admirarla y mantener la pasión por el recorrer el mundo sin miedo, pero con la prudencia necesaria. No se trata de ser heroínas. Se trata de ser libres y que no haya espacio en el mundo que se nos vete por el mero hecho de ser mujeres que viajamos en solitario.

Seguiremos recorriendo el mundo por ti Mati.

Síguela en www.lecturas.com

EN SU CASA ESTIVAL DEL LAGO DE COMO

George Clooney y Amal, tarde en familia

El actor, que se ausentó de los actos de día del Festival de Venecia por una sinusitis, se muestra ahora recuperado junto a su mujer y sus mellizos de 8 años

George juega al ajedrez con su hijo Alexander

Alexander es un apasionado del ajedrez. "Lo uso para enseñarle valores. Cuando pierde, se enfada, pero le insto a que dé la mano al rival", explica el actor.

No hay mejor medicina que el calor de tus hijos. Eso ha debido pensar George Clooney mientras se recuperaba de la sinusitis que le obligó a ausentarse de la presentación matutina de su última película, 'Jay Kelly', en el Festival de Venecia. El actor se ha refugiado con su familia en su casa estival del Lago de Como, en la paradisíaca Lombardía italiana, para superar este bache de salud.

UN PADRE DIVERTIDO

En estas fotografías podemos ver como nunca antes la complicidad entre George y sus mellizos, de 8 años de edad. Alexander y Ella son el pilar del actor. Considerado durante años el gran soltero de oro de Hollywood, la vida de Clooney dio un giro de 180 grados cuando conoció a Amal y se convirtió en un padre de familia. "Mis niños son claramente hijos de su madre. ¡Son genios! Hablan italiano con fluidez. Así que mi trabajo como padre es hacer cosas estúpidas con ellos. Les enseño a hacer bromas pesadas", ha confesado con humor.

Por A.F. Couceiro. Fotos: Gtres.

George (64) y Amal Clooney (47) se casaron en Venecia en 2014. Tres años después llegarían sus mellizos, Ella y Alexander.

La complicidad entre Amal y su hija Ella

Amal es abogada especializada en derechos humanos. "George me ayuda en todo. Cuando tengo que dar un discurso en la ONU, él se ocupa de los niños".

Hace años George dijo que quería centrarse más en la dirección que en la interpretación. Ahora ha cambiado de parecer. "Dirigir exige viajar más y estar alejado de mis hijos. Así que prefiero actuar", aclara.

Amal y George llegaron a su residencia de verano en barco. El actor compró su casa del Lago de Como en 2002 por 10 millones de euros. La mansión tiene 25 habitaciones.

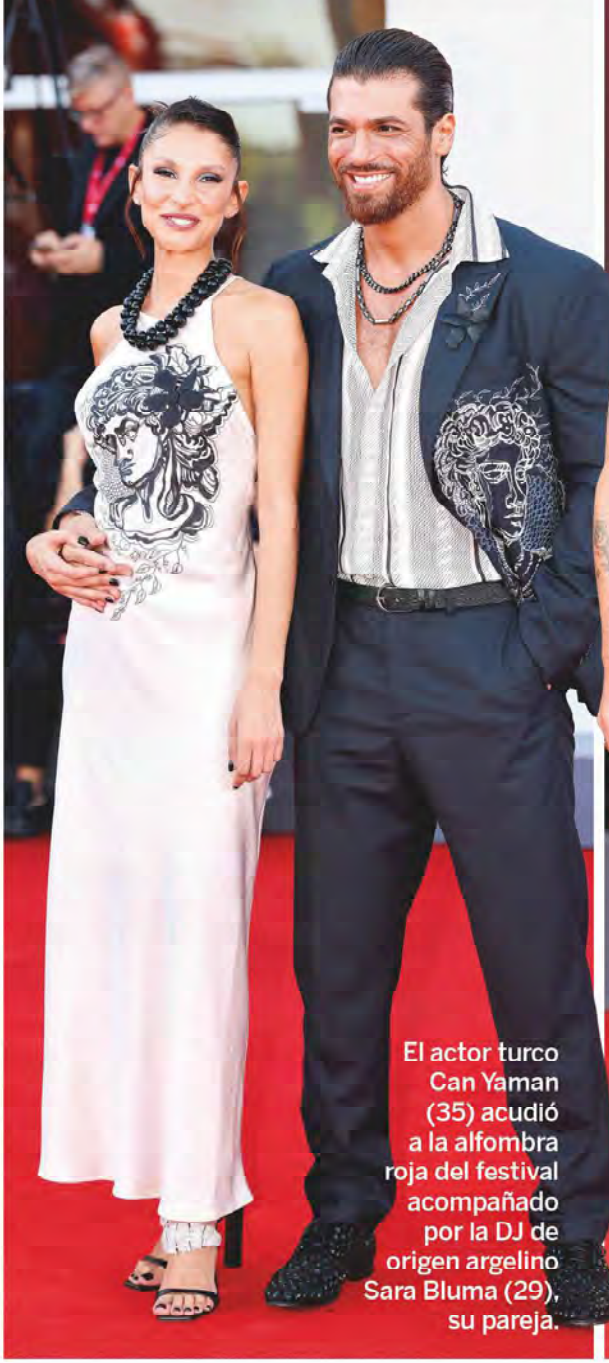
EN EL FESTIVAL DE VENECIA

La hija de Cindy Crawford presenta a su novio

Kaia Gerber elige la alfombra roja del certamen italiano para oficializar su relación con Lewis Pullman

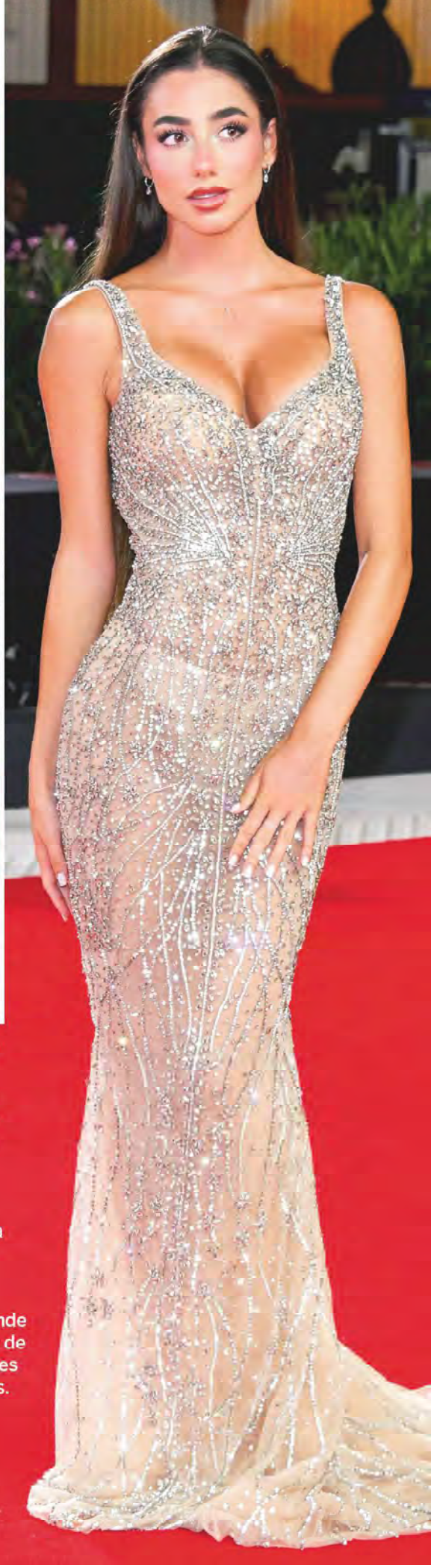
Él también es hijo de una estrella

El nuevo novio de Kaia Gerber (23) es Lewis Pullman (32). Es hijo del actor Bill Pullman (71), conocido por su trabajo en películas como 'Mientras dormías' o 'Casper'.



El actor turco Can Yaman (35) acudió a la alfombra roja del festival acompañado por la DJ de origen argelino Sara Bluma (29), su pareja.

Pelayo Díaz (39) fue uno de los invitados a la clausura. El estilista acaba de hacer público su compromiso con su chico, el gerente de lujo Gal Marom.



La influencer Lola Lolita (23) llevó un espectacular vestido de la firma Chic & Holland. "Me sentía una auténtica princesa", ha escrito en su perfil de Intagram, donde acumula más de cuatro millones de seguidores.

Nada como una alfombra roja para presentar a un amor. Kaia Gerber, la hija de Cindy Crawford y el empresario Rande Gerber, ha elegido la del 82º Festival de Venecia para hacer lo propio. La joven, modelo como su madre, apareció junto al actor Lewis Pullman. Él es hijo del mítico intérprete Bill Pullman, a quien muchos recuerdan por sus papeles en cintas como 'Mientras dormías' o 'Casper'. Kaia rompió su relación con el actor Austin Butler a finales de 2024 tras tres años juntos. En julio surgieron rumores sobre un posible romance con Lewis. Con motivo de la presentación de una nueva película de él, decidían acudir juntos a la ciudad italiana y acabar con las sospechas.

ENTRE INFLUENCERS

En las últimas jornadas del certamen tampoco ha faltado la presencia española. Influencers como Lola Lolita se dejaron ver en la isla de Lido, mientras que el estilista Pelayo Díaz fue uno de los invitados a la clausura.

Por Adrián Monterrubio. Fotos: Agencias.

El diseñador deja un patrimonio valorado en 11.500 millones de euros que incluye un yate, un club de baloncesto y propiedades en Milán, París y el Caribe

Sus restos descansan en el cementerio de Rivalta, en el mausoleo familiar junto a sus padres y su hermano Sergio

La capilla ardiente fue en su teatro de Milán

Una alfombra de farolillos llevaba hacia el féretro y un imagen del diseñador presidía el lugar con una frase suya: "El legado que espero dejar es el compromiso por el respeto y cuidado por las personas y la realidad".

GIORGIO ARMANI FALLECIÓ A LOS 91 AÑOS

Adiós al gran genio de la moda italiana

El diseñador, que redefinió la elegancia italiana y fue el favorito de las estrellas, falleció por problemas derivados de una infección pulmonar

El mítico diseñador rodeado de las modelos de su desfile One Night Only en 2021. Estuvo trabajando hasta el final.

Durante muchos años fue el diseñador fetiche para las grandes ocasiones de Penélope Cruz (51). Para ella creó este vestido que llevó en los Oscar de 2012.

Eugenia Silva (49), musa indiscutible del diseñador, en el Festival de Venecia en 2023.

En 1990 Julia Roberts (57) hizo historia en la moda al recoger su Globo de Oro por 'Magnolias de acero' con este traje de Armani.

"El mundo ha perdido a un gigante de elegancia, creatividad y genialidad, yo he perdido a un hermano", se lamenta Sofía Loren

Su ausencia en la presentación de su última colección masculina en junio y de la Alta Costura en julio hizo saltar todas las alarmas y empezaron a circular rumores sobre el delicado estado de salud de Giorgio Armani. Días antes de su cumpleaños, el 11 de julio, tuvo que ser ingresado por una infección pulmonar, dolencia por la que falleció el pasado 4 de septiembre en su residencia de Milán. A su lado se encontraba su inseparable Leo Dell'Orco, que había sido su compañero y mano derecha en los últimos veinte años. Él, la hermana del diseñador,

Sofía Loren (90) era musa, clienta y, sobre todo, amiga. Ella fue la madrina de un desfile que tuvo lugar en 2023 en Venecia.

La realeza también se rendía a sus pies. Beatrice Borromeo (40) lo escogió para que diseñara dos de sus trajes de novia para su boda con Pierre Casiraghi en 2015.

De Armani era el traje que Letizia (52) llevó en el anuncio de su compromiso.

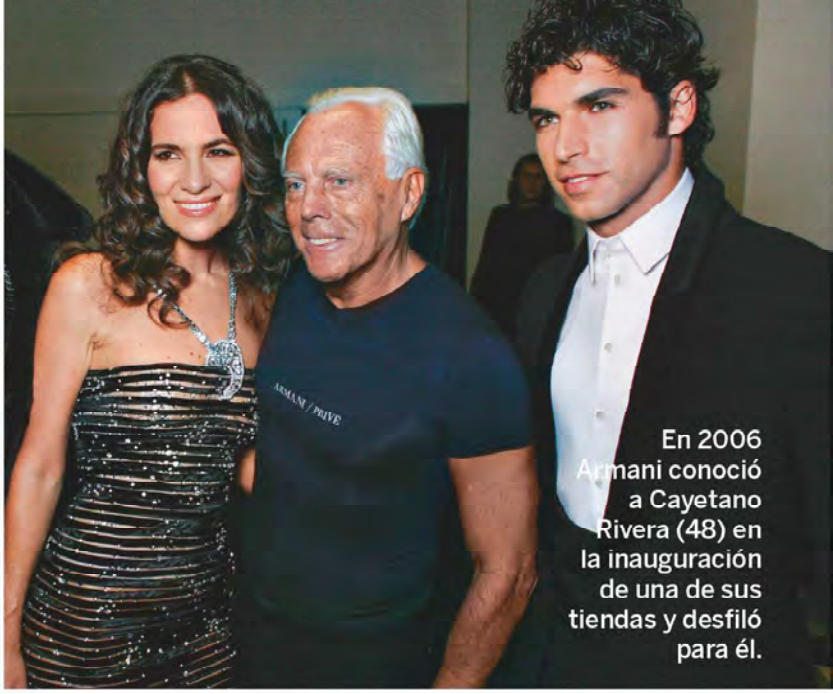
Charlene de Mónaco (47) en 2010 en la boda de la princesa Victoria de Suecia con un modelo de Armani.

Rosanna, y los tres sobrinos de este, serán los principales herederos del impresionante patrimonio que deja Armani, valorado en 11.500 millones de euros.

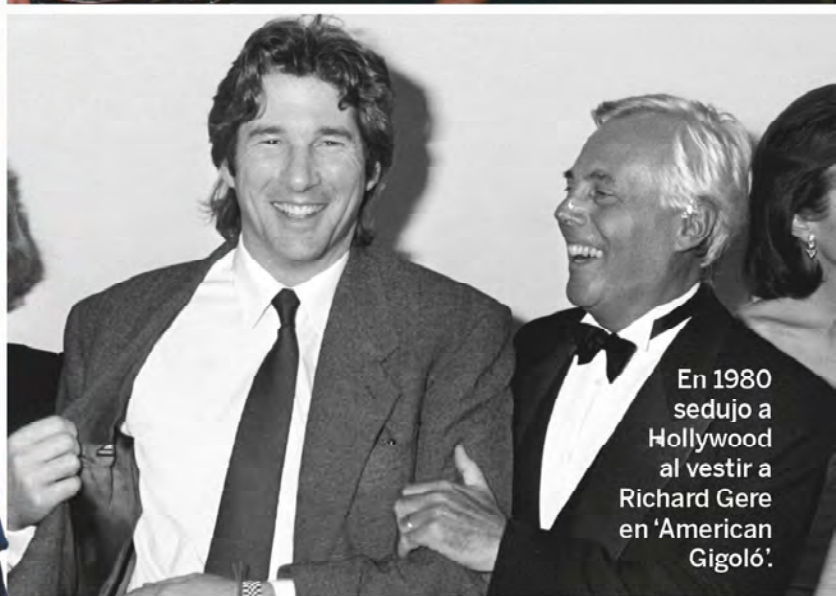
UN FUNERAL PRIVADO

No es para menos, ya que estamos hablando de uno de los grandes genios de la moda, no solo por su indiscutible talento que le llevó a redefinir la elegancia italiana y a revolucionar la moda en los años 80, también por su increíble mente para los negocios. Armani se ha despedido como el segundo diseñador más rico del mundo, solo superado por

A finales de mes tendrá lugar un desfile en la Semana de la Moda de Milán que conmemora los 50 años de la creación de Armani.



En 2006 Armani conoció a Cayetano Rivera (48) en la inauguración de una de sus tiendas y desfiló para él.



En 1980 sedujo a Hollywood al vestir a Richard Gere en 'American Gigoló'.

Ralph Lauren. Más de 16.000 mil personas se acercaron al Teatro Armani de Milán, donde fue instalada su capilla ardiente durante el fin de semana. Amigos y admiradores quisieron decir adiós a un genio ejemplar y muy querido. El lunes tuvo lugar un funeral privado en la pequeña localidad de Rivalta en la Piacenza, donde nació el diseñador en 1934 en el seno de una familia humilde. Por petición del propio modisto, solo asistieron veinte personas. Rivalta es un pueblito medieval con apenas cien habitantes que fue completamente cerrado al público por las autoridades por motivos de seguridad. Tras una emotiva ceremonia religiosa en la Iglesia de San Martín, los restos del diseñador fueron enterrados en un mausoleo del cementerio de Rivalta donde también reposan sus padres y su hermano Sergio, que falleció en 1992.

50 AÑOS HACIENDO HISTORIA

Armani iba para médico y estudió durante tres años para ello pero el destino quiso que, tras el servicio militar, acabara en el taller de Nino Cerruti. Trabajando allí conoció en los años 70 a una de sus grandes musas y amigas: Sofía Lo-

Donatella Versace (70) fue una de las primeras en acudir a la capilla ardiente en Milán.

Miguel Ángel Silvestre (43) ejerció de modelo y embajador de la firma en muchas ocasiones.

Antonia Dell'Atte (65) estaba muy afectada por la pérdida de su amigo. Armani fue su descubridor en los años 80.

Valeria Mazza (53), que pronto empezará las grabaciones de 'Bailando con las esrellas'.

ren. En 1975 fundó su empresa junto a Sergio Galeotti, el gran amor de su vida al que perdió por complicaciones del sida en 1985 y a quien dedicó uno de su grandes éxitos: el perfume Acqua di Gio, inspirado en los vacaciones que pasaron juntos en la isla de Pantelleria. El próximo 28 de septiembre está previsto que tenga lugar en la Semana la Moda de Milán un gran desfile que conmemorará los 50 años de la fundación de la firma Armani y que el diseñador estuvo supervisando casi hasta el final, mientras su salud se lo permitió.

Por E. Cebrián. Fotos: Agencias.

ACERCAN POSTURAS

JEIMY BÁEZ DA A LUZ A SU HIJO CON YULEN PEREIRA

La ex de Carlo Costanzia y el ex de Anabel Pantoja, que vivieron un breve romance a principios de año, ya son padres. Tras asegurar que iba a ser madre soltera, Jeimy Báez (28) ha dado a luz a su bebé en el Hospital de Reus, en Tarragona. Hasta allí se desplazó Yulen Pereira (30), el padre del niño, evidenciando que las diferencias entre ellos se han relajado.

PEDROCHE REAPARECE TRAS DAR A LUZ

"HE TENIDO ALGÚN BAJÓN, PERO NADA QUE VER CON EL PRIMER PARTO"

Dos meses después de dar a luz a su segundo hijo, Cristina Pedroche (36) ha reaparecido. La presentadora, que tuvo un duro posparto con su primera hija, ha hablado abiertamente en sus redes sobre cómo vive su nueva maternidad después un mes y medio fuera del foco: "Algún momento de bajón he tenido pero nada que ver con la otra vez. Me paso todo el día con uno, con la otra o con los dos a la vez en la teta".

Paula Vázquez (50) estuvo unos años apartada de la tele por una depresión, pero en 2023 volvió para presentar 'El puente de las mentiras'. También estuvo al frente de 'Bake Off: famosos al horno'.

PAULA VÁZQUEZ

"DE NIÑA HACÍA LOS DEBERES EN LA PELUQUERÍA DE MI MADRE"

La presentadora, que ahora graba el programa 'Hasta el fin del mundo', nos desvela cómo afronta el paso de los años

Paula Vázquez es la primera embajadora oficial en España de It Cosmetics. En su presentación junto a la marca, la conductora de 'Hasta el fin del mundo' –el nuevo programa de supervivencia de TVE– nos cuenta cómo se siente tras este verano de mucho trabajo.

▸Es un orgullo ser imagen de una marca con 50 años con tanta estrella emergente.

-Realmente sí. Me parece muy importante que desde jóvenes aprendan a cuidarse la piel porque es un hábito y todas queremos que se nos siga viendo saludables.

▸Estás grabando un programa de aventuras, ¿viajar cambia tus rutinas?

-Claro que sí. Son muchas horas y pasamos por muchas temperaturas, montañas, desiertos... Para que la piel no esté cansada se necesita una buena rutina, pero además es algo que me gusta. Mi madre era peluquera y de pequeña hacía los deberes en la peluquería. Tenía pasión por todo lo que viniera en botes y oliera rico.

▸¿Cómo está siendo 'Hasta el fin del mundo'?

-Todavía no puedo contar mucho. Son muy extremas las localizaciones y eso requiere de forma física y descanso. Está siendo muy enriquecedor poder viajar y ver la cultura de otros países. Creo que este programa no solo nos va a cambiar por fuera, sino también por dentro a todos un poco.

▸¿Hay concursantes que están sorprendiendo?

-Sí. Ellos mismos también se están sorprendiendo y aún les faltan 16.000 kilómetros. Son personas que están muy acostumbradas a no salir de la zona de confort y este programa les ha sacado completamente. Vamos a ver evoluciones en sus personalidades.

▸¿Te preocupa mucho el paso de los años?

-Con 20 o 30 tenía menos preocupación porque la piel lo aguantaba todo, y ahora con 50 me doy cuenta de que tenía la piel con 30 peor que ahora. He aprendido a cuidarla más y a saber elegir lo que de verdad ayuda a mi piel.

▸¿Te quedas con la Paula de antes o la de ahora?

-Hay momentos en que no me doy cuenta cuando pasa el tiempo, pero siento a la Paula de ahora más trabajada. No solo en terapia, también en la vida. Ahora soy más consciente de todo y más egoísta en el buen sentido. Me cuido más a mí misma en todos los sentidos y eso me gusta.

Por Noelia Zazo. Fotos: Pedro Pernía.

FUERON INVITADOS AL FESTIVAL DE CINE

PELAYO VIAJA A VENECIA CON GAL MAROM TRAS ANUNCIAR SU BODA

El estilista, diseñador y colaborador televisivo Pelayo Díaz (39) se ha dejado ver por el Festival de Venecia acompañado de su pareja, Gal Marom, para asistir a la premiere de la película 'Chien51'. Lo ha hecho días después de anunciar que Gal le había pedido matrimonio y él había respondido con un entusiasta "sí". La pareja –que se presentó oficialmente en una entrevista Lecturas– empezó a salir en 2023 tras conocerse durante una semana de la moda en París. Será el segundo matrimonio de Pelayo, que en 2021 se divorció de Andy McDougall.

CARME CHAPARRO HABLA DE SU SALUD

"No saco fuerzas ni para levantarme de la cama"

El pasado marzo, Carme Chaparro (52) anunció que un problema de salud la obligaba a cancelar hasta septiembre la promoción de su nueva novela, 'Venganza'. Ahora la periodista ha hablado en sus redes sobre cómo se encuentra: "Tengo días buenos y otros en los que no saco fuerzas ni para levantarme de la cama. Ya estamos llegando al final del proceso. Confío en los médicos".

ANTONIA SAN JUAN

"Tengo cáncer, pero voy a hacer todo lo posible por curarme"

Antonia San Juan (64) ha anunciado su retiro de los escenarios por motivos de salud con un vídeo publicado en redes. "Tengo cáncer", exponía tras someterse a pruebas por llevar más de un año con problemas de garganta. Optimista, la actriz añadía que confía en el tratamiento: "Voy a hacer todo lo posible por curarme".

lecturas.com
LA ACTUALIDAD DEL CORAZÓN AL INSTANTE
LAS EXCLUSIVAS MÁS BUSCADAS
LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS EN MODA Y BELLEZA
LECTURAS
lecturas
revistalecturas
Lecturas
revistalecturas

Megan Montaner (38) es Sara Campos, psicóloga criminalista que trabaja con la Guardia Civil resolviendo crímenes. En la cuarta temporada, deberá enfrentarse al duelo por la pérdida de su expareja, Víctor.

EN SU CUARTA TEMPORADA

'LA CAZA' SE DESPLAZA A LA SELVA DE IRATI, EN NAVARRA

Cada temporada de 'La caza', la serie policíaca en la que agentes de la Guardia Civil siguen el rastro de crímenes macabros en la España rural, se ambienta en un enclave paradisíaco de nuestro país que esconde tantos secretos como oscuridad. Si en anteriores ocasiones la ficción nos llevó al Valle de Benasque, a la Sierra de Tramuntana o a Sanlúcar de Guadiana, ahora la trama se desplaza al bosque de Irati, en Navarra. Allí, en un ambiente de mitología y folclore, la psicóloga Sara Campos se enfrentará a un posible asesino en serie.

▶ **Movistar+**

Megan Montaner y Félix Gómez, dos investigadores implacables

Félix Gómez (47) regresa a la serie como Ernesto Selva, el fiel compañero de Sara.

LOS MEJORES ESTRENOS DE LA SEMANA

1 LA NOVIA. Robin Wright protagoniza y dirige este thriller paranoide sobre una madre que sospecha de la novia de su hijo. PrimeVideo, 10/9

2 LAS MUERTAS. Dos hermanas erigen un imperio criminal explotando y asesinando a mujeres en el México de los 60. Netflix, 10/9

3 PUBERTAT. Leticia Dolera dirige y explora en esta serie la huella de una agresión sexual en un grupo de jóvenes. HBOMax, 24/9

James Nelson-Joyce (36) es Michael Kavanagh, mano derecha del líder mafioso de Liverpool que debe elegir entre disputar el trono del crimen o tener una vida apacible con su prometida, Hannah Onslow (27).

Liderada por Sean Bean de Juego de tronos

LA SERIE QUE HA BATIDO RÉCORDS EN REINO UNIDO

'Los amos de la ciudad', guerra mafiosa en Liverpool

Sean Bean es Ronnie Phelan en 'Los amos de la ciudad', un capo mafioso de Liverpool que desata una guerra sucesoria entre su hijo biológico y su mano derecha, al que trata como hijo adoptivo, cuando decide retirarse. La serie, que ha sido un fenómeno de audiencias en Reino Unido, rodó en Marbella algunas de sus localizaciones.

▶Movistar+

'TASK', TENSIÓN DURANTE SIETE CAPÍTULOS

El juego del gato y el ratón entre un agente del FBI y un padre de familia que asalta casas

El sello HBO (series adultas, crudas, bien dialogadas y con personajes complejos) vuelve con fuerza gracias a 'Task', una intensa miniserie policíaca de siete episodios protagonizada por Mark Ruffalo. El actor, famoso por dar vida a Hulk en el universo Marvel, interpreta a un inspector del FBI al que encargan atrapar a una banda que ha perpetrado varios robos domésticos con violencia en los suburbios de Philadelphia. El líder de esa banda no es un ladrón al uso, sino un padre de familia (al que da vida Tom Pelphrey) que se ve absorbido por el lado oscuro de la vida criminal. La ambigüedad moral de ambos personajes (el policía obligado a comandar un grupo de élite inexperto y el ladrón atrapado por una doble vida que le supera) nos llevará por un camino de tensión. La serie está creada por Brad Ingelsby, responsable de 'Mare of Easttown', miniserie que acaparó titulares en 2021 gracias a una formidable Kate Winslet.

▶HBOMax

VUELTA A LA RUTINA

Cómo despertarte con más energía

Te explicamos los tres pasos más sencillos y eficaces que te ayudarán a estar activa desde primera hora de la mañana

Eres de las que les cuesta mucho levantarse de la cama? Puede que no hayas dormido lo suficiente, pero también que tengas lo que se conoce como 'inercia al sueño' o, lo que es lo mismo, que tu cuerpo te pida seguir durmiendo un poquito más. La doctora Elena Urrestarazu, especialista de la Unidad del Sueño de la Clínica Universidad de Navarra, nos explica cómo romper esa inercia.

1. SAL ENSEGUIDA DE LA CAMA

Si usas despertador, no actives la repetición de alarma, levántate inmediatamente la primera vez que suene. Posponerlo cinco o 10 minutos para dormir un poquito más va a provocar que te cueste más espabilarte y levantarte.

- **Cada vez que suena** la alarma cortas tu sueño. Si no te levantas, vuelves al inicio del mismo, no retomas la fase REM, que es la que predomina al final de la noche y en la que ya no tienes un sueño profundo. Aunque lo vivas como si continuaras durmiendo y creas que te vas a levantar más descansada, no es así. Solo consigues alargar esa dificultad de levantarte por la mañana. Además, como pones el despertador más temprano para apagarlo varias veces, al final duermes menos.
- **En cambio, si te levantas** en la fase del sueño REM, te despiertas muy bien, muy activa y más descansada.
- **La inercia al sueño** es cierto que puede estar detrás de tu dificultad para levantarte.

Prepárate para dormir

DOS HORAS antes de acostarte el cuerpo empieza a producir melatonina. En ese momento hay que evitar exponerse a la luz azul (la de las pantallas y los dispositivos electrónicos) porque hará que la segregación de melatonina sea más lenta.

CUANDO TE DUERMES, la melatonina sigue aumentando y empieza a bajar unas dos horas antes de tu hora de despertar.

Foto: Intimissimi

ASÍ DESCANSARÁS MEJOR

Ventila la habitación durante las horas más frescas del día. O usa el ventilador o el aire acondicionado: el calor es el gran enemigo del sueño. También es importante dormir a oscuras, está demostrado biológicamente que el sueño es mejor si hay oscuridad completa.

Dúchate con agua tibia por la noche en verano. Aunque parezca contradictorio, baja la temperatura del cuerpo. Con agua fría, el cuerpo reacciona generando calor porque le ha bajado demasiado rápido la temperatura y al poco de ducharte vas a sentirte peor.

Duerme de lado. Hay que evitar dormir boca arriba, sobre todo quienes roncan o tienen apnea. Es mejor dormir de lado y, si se tiene reflujo, sobre al costado izquierdo pues disminuye las molestias.

Es innata y unas personas la pueden tener más que otras. Pero también tienes que plantearte si duermes las horas necesarias y si el motivo de que te cueste levantarte es porque tienes falta de sueño.

2. DESAYUNA AL LADO DE UNA VENTANA

Una vez te hayas levantado (¡a la primera!), acércate a un lugar de la casa donde entre luz natural y exponte unos minutos a ella. Puedes, por ejemplo, desayunar al lado de una ventana. Esto tan sencillo ayuda al cuerpo a despertarse, a que se ponga en modo día, y a que se active.

• **La luz natural bloquea toda la melatonina** (la hormona del sueño) que pueda tener el organismo en ese momento. Y facilita que el cuerpo se despierte y se ponga totalmente en modo vigilia. Si te levantas y todavía acumulas melatonina, irás un poco al ralentí.

• **El desayuno** también puede ayudarnos a arrancar por la mañana. Porque hay alimentos que te van a dar más energía. Por ejemplo, tostadas integrales, granos enteros, bayas, frutas frescas, avena, nueces, yogur... Sin embargo, hay que evitar los que contengan mucho azúcar y harina blanca refinada (pan blanco, galletas, dulces...).

Cuando te despiertes, levántate rápidamente de la cama, exponte a la luz natural y muévete

3. ACTÍVATE POR LA MAÑANA

Realizar alguna actividad por la mañana es el tercer paso que ayudará al cuerpo a despertarse ya que también favorece la eliminación de la melatonina, junto con la luz natural.

• **Intenta activarte** físicamente lo antes posible. En casa mismo, antes de salir a la calle. Puedes hacer algún ejercicio o estiramiento, pero también bailar, cuidar las plantas... Todo movimiento vale. Mejorará tu energía general.

Por Lluïsa Sanmartín

Y NO SON CARNE

Cinco alimentos ricos en proteínas

De origen animal y vegetal, si sustituyes parte de la carne que consumes por ellos, tomarás menos grasas

En general, consumimos carne en exceso y el abuso de la roja y la procesada se relaciona con cáncer y otras patologías. Si la tomas más de tres veces por semana, empieza a sustituirla por estas fuentes alternativas de proteínas.

HUEVOS

Una ración (dos unidades) aporta 12,7 gramos de proteínas, lo suficiente para un segundo plato completo. Además, esas proteínas son de alto valor biológico, pues contienen todos los aminoácidos esenciales. El huevo es también **una de las pocas fuentes de vitamina D** y aporta hierro, aunque menos biodisponible que el de la carne.

Semillas (pipas, lino...), levadura de cerveza, germen de trigo... son otras formas de añadir proteínas a tus platos

PESCADO

Con tanta proteína como la carne, el blanco aporta más agua y menos grasa. Esta abunda en el azul, pero es omega 3, grasa cardiosaludable. La Fundación Española de la Nutrición apunta que **el pez más rico en proteínas es la anchoa salada en aceite** (27,4 g/100 g de porción comestible escurridas).

FRUTOS SECOS

Muy proteicos pero también muy calóricos, **no tomes más de 30 gramos al día.** Sus proteínas no son completas (no aportan todos los aminoácidos esenciales); para completarlas, combínalas con otras proteínas vegetales, como las legumbres (potaje de garbanzos con picada de nueces, por ejemplo) o animales.

LEGUMBRES

Con excepciones como la soja, a sus proteínas le faltan igualmente aminoácidos. Por eso es bueno tomarlas junto a otras.

También **aportan hierro, fibra y vitaminas del grupo B.**

QUESO

Parmesano y manchego son los campeones en proteínas, pero tienen mucha grasa. **Opta mejor por los magros:** mozzarella, feta, ricotta o Burgos.

Por Carmen L. Santamarta

CUÁLES SON SUS FUNCIONES

Las proteínas son la fuente de nitrógeno del organismo y su función principal es formar, así como reparar, las estructuras del cuerpo, porque son el componente principal de nuestras células. **Resultan imprescindibles** para la salud y para mantener un cuerpo más joven y unos músculos bien tonificados que contrarresten la flacidez que afecta a la piel con los años. **En una dieta equilibrada,** "la proteína debe aportar del 10 al 15 % de la energía total consumida", según asegura la Fundación Española de la Nutrición.

TRAS LAS VACACIONES

BATIDOS DETOX: NI LOS NECESITAS NI SON RECOMENDABLES

• Primero, porque tu cuerpo se las arregla solo. Muchos zumos y batidos, comerciales o caseros, prometen desintoxicar de los excesos alimenticios. Pero no son necesarios: riñones, intestinos e hígado ya hacen esa función.

• Segundo, porque tienen sus peros. Esos zumos o batidos son menos saciantes que frutas y verduras enteras. Y te hacen creer que tomas suficiente cantidad de ambos alimentos y que estás contrarrestando los efectos de una dieta poco saludable. Además, contienen compuestos no recomendables. Como los oxalatos, que pueden dañar el hígado y dificultar la absorción de ciertos nutrientes.

• La mejor opción. Volver cuanto antes a una dieta equilibrada rica en frutas y verduras enteras.

Consultas

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

¿Podemos tener el arroz cocido más de 24 horas en la nevera?

Es cierto que el arroz cocido es delicado. El principal problema es que puede contener una bacteria llamada Bacillus cereus. Esta forma esporas, estructuras muy resistentes al calor que es posible que no eliminemos durante la cocción. Si después del cocinado dejamos el arroz a temperatura ambiente durante mucho tiempo, la bacteria puede germinar y multiplicarse, además de producir toxinas también resistentes al calor. Así, podríamos enfermar por la infección causada por las bacterias, o bien por la intoxicación provocada por las toxinas. Por eso, si no vamos a comer el arroz inmediatamente después de cocinarlo, se recomienda guardarlo en el frigorífico cuanto antes. El frío ralentiza la multiplicación de la bacteria y dificulta la producción de toxinas, pero no lo evita. Por tanto, para prevenir y reducir riesgos, se recomienda no dejarlo en la nevera más de 24 horas.

¿Por qué las uvas tintas son más grandes y claras que antes?

Yo también recuerdo esas uvas. Me gustaban, pero solían ser pequeñas, con poca pulpa y muchas pepitas, bastante ácidas y muy astringentes, es decir, dejaban sensación de aspereza en la boca. Hoy en día ese tipo de uva se utiliza casi exclusivamente para elaborar vino. Con los años se han seleccionado y mezclado variedades para obtener uvas nuevas que respondan a los gustos de la mayoría de la gente: grandes, sin semillas, con piel suave y pulpa carnosa. En cuanto al sabor y la textura, se intenta que sean dulces, poco ácidas, no astringentes y crujientes al masticarlas.

Las uvas se han adaptado a los gustos del mercado

Buenas infusiones digestivas

MANZANILLA
Alivia molestias como la indigestión, las náuseas o los espasmos gastrointestinales al relajar el músculo liso del tracto digestivo.

JENGIBRE
Reduce la hinchazón, los gases y el estreñimiento. Ayuda con el mareo por movimiento o las náuseas del embarazo.

HINOJO
Sus aceites esenciales y flavonoides lo hacen carminativo y antiespasmódico. Ayuda con los gases y otras molestias gastrointestinales.

Margot Robbie (35)

LA GRAN OLVIDADA

Exfoliación capilar: qué es y cómo se hace

Promueve el crecimiento del cabello, regula el sebo, calma el picor... Te explicamos cómo realizar un paso básico de la rutina de belleza del pelo

A veces nos olvidamos de que el cuero cabelludo también es piel. Y de que necesita una limpieza profunda (exfoliación), sobre todo después del verano, para eliminar el cloro y otras impurezas. Un cuero cabelludo sano tendrá un cabello fuerte y con volumen.

PARA QUÉ SIRVE

Limpia el cuero cabelludo en profundidad, desobstruye los poros y acelera la renovación celular de la epidermis. Como resultado:

• **El pelo dura limpio** más tiempo. Por eso, los cabellos más grasos notarán especialmente sus efectos.

• **Evita la caspa.** Porque elimina la piel muerta y el exceso de grasa que puede producir caspa o dermatitis seborreica.

PASO A PASO

Destinados a todo tipo de cabellos, los exfoliantes capilares pueden adaptarse a necesidades específicas: cuero cabelludo graso, caspa, cabello fino... Así se usan:

• **Humedece la melena** y aplica el exfoliante. Los hay en formato champú o prechampú con partículas en forma de granos; o ácidos suaves, como el ácido salicílico.

•**Masajea** el exfoliante por todo el cuero cabelludo durante unos minutos con la yema de los dedos realizando movimientos circulares. Hazlo suavemente y sin frotar para evitar irritar la piel. También puedes usar un masajeador de cuero cabelludo que, además, activa la circulación.

• **Enjuaga** con abundante agua tibia para que no queden residuos y lava el pelo como haces habitualmente.

En general, conviene realizar la exfoliación capilar una vez a la semana, aunque depende del tipo de pelo. Si es normal, con una vez al mes tienes más que suficiente.

Por Lluïsa Sanmartín

UN PLUS DE CUIDADOS

Para mantener un cuero cabelludo sano, usa champús sin sulfatos y mascarillas capilares.

SEGÚN TU TONO DE PIEL

Descubre el color de rubor que más te favorece

Si aciertas al elegir el tuyo, conseguirás un rubor de aspecto supernatural. **Los tonos rosados** como el coral aportan inmediatamente un brillo saludable y un efecto fresco a las pieles claras. Para un acabado discreto, apuesta por los rosas pálidos. Aplícalo solo en las manzanitas (en el centro de las mejillas) o también puedes difuminarlo hacia la sien. **Los naranja,** terracota, ciruela o fucsia realzan las pieles oscuras o bronceadas. Para un acabado natural, difumínalos bien y lograrás que se fundan con la piel. Si prefieres mucho contraste, satura más el color y aplícalo sin difuminar.

TRUCO

Si tienes la piel grasa, elige colorete en polvo. Si la tuya es seca, mejor en crema.

MAQUILLAJE

Una manera sencilla de que las cejas despobladas se vean densas

Hay muchas maneras de maquillar las cejas para que parezcan más densas si las tienes muy finas o despobladas. Te explicamos una muy sencilla en la que solo necesitarás tres productos cosméticos: cera para cejas y dos lápices, uno en tono gris (que usarás como base) y el otro un poco más oscuro, pero no demasiado más porque endurecerías la mirada. Para que el resultado sea muy natural no utilices el negro porque queda bastante artificial; y evita la saturación de maquillaje, con poca cantidad basta.

Aplica la cera primero y luego cepilla las cejas de abajo arriba. Después pasa el lápiz gris, dibujando los pelitos en las zonas más escasas de vello. Al hacerlo encima de la cera, esta difuminará el pigmento y dará un efecto relleno muy natural. El paso final consiste en usar el lápiz un poco más oscuro para redibujar la forma de las cejas, rellenar los huecos y acentuar un poco su arco para, de esta forma, elevar la mirada visualmente.

PUBLIRREPORTAJE

Grupo stop

Dra. María Luz Rentero
Directora Médica de Grupostop

¿Sabes lo que tu piel necesita tras los efectos del verano?

Septiembre es uno de mis meses favoritos para ver a pacientes en consulta. No solo porque volvemos a la rutina, sino porque el verano —por maravilloso que sea— deja huella en nuestra piel: manchas, deshidratación, pérdida de luminosidad, poros más marcados, signos de flacidez... La buena noticia es que todo eso **tiene solución**, recurriendo a tratamientos médicos que ayudan a **recuperar, reparar y prevenir**.

Los tratamientos que más recomiendo tras el verano son los **cócteles vitamínicos** o hidratación con **ácido hialurónico no reticulado** que nos aportan elasticidad. Para combatir las manchas solares, una de las mejores opciones es el tratamiento con **IPL (luz pulsada)**. Y si se trata de renovar nuestra piel en superficie, los **peelings médicos** son ideales.

Dentro de los tratamientos de última generación, destacaría los realizados con **energía lumínica con láser de Tulio (Lase MD) o con energía termo mecánica (Mezotix)**, que activan los procesos de reparación profunda de la piel y mejoran la calidad en todas sus capas, sin uso de agujas.

Pero cada piel es distinta, por eso el primer paso sigue siendo el diagnóstico médico personalizado. ¿Tienes la piel castigada tras las vacaciones? Este es un excelente momento para empezar a cuidarla como realmente necesita.

¿Nos vemos en la consulta?

Sin mitos, con la verdad por delante y siempre con criterio profesional.

www.grupostop.com
900 828 410

Casa al día

DECO VEGETAL

Las plantas más bonitas para colgar en casa

Entre las variedades de plantas que se prestan a este tipo de decoración colgante, encontramos:

- **La hiedra.** Tiene un estético efecto trepador si se instala a lo largo de un mueble alto.
- **La ceropegia woodii.** Destacan sus hojas en forma de corazón.
- **El scindapsus pictus.** Te encantarán sus originales hojas verdes moteadas de plata.
- **Además...** puedes colgar macctas con plantas como cactus, helechos e incluso aromáticas en la cocina.

ORDEN

Muebles 2x1: la solución para los salones mini

Chaise longe abatible. Es ideal para guardar mantas o cojines de otra temporada. Incluso los edredones o rellenos. También hay sofás con asientos elevables que ocultan compartimentos para guardar cosas, como si fuera un canapé.

Puf con almacenaje. Si no te cabe la chaise longue, es otro buen salvavidas para almacenar las mantas o algún cojín extra

Banco a medida con tapa. Bajo una ventana, es una buena opción para aprovechar ese espacio. Con unos cojines encima, puedes usarlo para leer con luz natural.

Mesa de centro con cajones. O bien con tapa (tipo baúl) o con una balda inferior en la que organizar las revistas o los mandos del televisor y las consolas en bonitas cestas de fibras naturales.

MUY EFICAZ

Jabón de Marsella: un quitamanchas natural

Va muy bien especialmente para eliminar manchas difíciles de la ropa. Debe usarse antes del lavado. Humedece la mancha y frótala con la pastilla de jabón. Deja actuar 15 minutos y enjuaga o lava la prenda en la lavadora. Muy útil para limpiar cuellos de camisa, manchas de fruta, de sudor y de hierba.

CON PINTURA

Para que una estancia parezca más grande

Te explicamos los mejores trucos para ampliarla visualmente.

- **Opta por colores** claros en las paredes. Prioriza los tonos pastel o neutros al blanco, que crea una atmósfera fría.
- **Pinta una sola** pared. Esta técnica añade más profundidad a la habitación. O pinta todas las paredes del mismo color y deja el techo blanco.
- **Para que parezca** más ancha, pinta una pared del mismo color que el techo y deja el resto en blanco. Una gran solución para pasillos largos y estrechos.

LAS RECETAS DE **AQUÍ LA TIERRA** EN LA REVISTA **SABER COCINAR**

Por primera vez, la revista Saber Cocinar y el famoso programa de RTVE Aquí la Tierra se unen para editar un libro muy especial. Un recetario que invita a recorrer España a través de su cocina más auténtica y sus platos más representativos. Transmitidas de generación en generación, las recetas que incluye son más que una combinación de ingredientes, son memoria, paisaje, cultura. ¡No te lo pierdas, ya está en tu kiosco!

BUENOS TRUCOS

APROVECHA MEJOR TUS ARMARIOS ROPEROS

Con estas ideas te parecerá que has multiplicado su espacio

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

1. Si no tiene zona para ropa larga (vestidos, monos...). Dale la vuelta a la prenda en cuestión, estírala bien por los hombros, dóblala por la zona de las sisas y cuélgala de ellas con las pinzas de una percha para faldas. Así consigues que la prenda acorte su longitud y que las pinzas no se queden marcadas.

2. Para sacar más partido a las baldas en altura. Una buena opción es equiparlas con contenedores de los que se apilan. De esta manera puedes crear fácilmente varios niveles en los que guardar y clasificar las diferentes prendas.

3. Emplea la técnica del 'aforo limitado'. Se trata de fijar una zona para cada categoría y de limitar el número de piezas que pondrás en ella. Por ejemplo, si le otorgas un cajón a las camisetas de verano, estudia cuántas te caben sin estar apretadas y de tal forma que te resulte fácil cogerlas y dejarlas. Si compruebas que son 15, has de mantener siempre, como máximo, esa cantidad, así que si ya la has alcanzado y te compras una nueva, debes deshacerte de otra.

Es nuevo

FARMADORSCH
LO MEJOR DE UNA CREMA HIDRATANTE Y UN FOTOPROTECTOR

'SPF 50 Cream' es mucho más que un fotoprotector. Es un tratamiento facial global con protección solar muy alta (SPF 50) que protege la piel de las radiaciones solares UVA y UVB, de la luz azul y la polución, y que contiene activos hidratantes, reparadores y calmantes. Una crema que ofrece varios beneficios en un solo producto: protección solar, hidratación, acción calmante y efecto antiedad y antimanchas. https://farmadorsch.com

PUNTROMA
NUEVA COLECCIÓN

Inspirada en la elegancia serena, la fuerza femenina y la comodidad activa, esta propuesta viste a una mujer segura y contemporánea. www.puntroma.com/ES/es

ZJAJA
LÍNEA PARA DEPORTISTAS

La línea Sport contiene 8 productos veganos, ultrahidratantes y energizantes para cuidar la piel antes y después de hacer ejercicio. www.zjaja.es

NIBA, LA START-UP DE IBERDROLA 100 % DIGITAL

Con Niba, Iberdrola ofrece una nueva forma de relacionarse con la compañía de la luz: 100 % digital e inteligente, para complementar su oferta comercial. https://niba.es

DIMEFAR
EL PODER DE LA CREATINA

'Creatina' de Dimefar ayuda a potenciar la salud muscular y el bienestar cognitivo. Está especialmente indicada para favorecer el crecimiento de la masa muscular, aumentar el rendimiento deportivo y reducir la fatiga mental. https://dimefar.com/es

MUY VISTOSAS

Riquísimas recetas de merluza

Te proponemos cinco formas deliciosas de disfrutar de este saludable pescado blanco de sabor suave y textura delicada

CON PATATAS Y GUISANTES

4 · 45 min

- 600 g de lomo de merluza limpia
- 4 patatas, 1 cebolla
- 2 ajos, 200 g de guisantes
- Perejil picado
- 1 cda. de pimentón dulce
- 1 guindilla pequeña
- Harina, aceite, sal

Corta el pescado en tacos grandes y sala. Corta la cebolla en juliana y las patatas, peladas, en rodajas de 1-2 cm. Confítalas juntas, sumergidas en aceite a fuego lento, hasta que estén tiernas. Escurre y sazona.

Desgrana los guisantes y escáldalos en agua hirviendo salada 1 minuto. Escúrrelos y resérvalos calientes. Lamina y rehoga los ajos con la guindilla troceada. Aparta del fuego, retira la guindilla, añade el pimentón y mezcla bien.

Enharina los tacos de merluza, sacudiendo el exceso. Fríelos por tandas para que no se enfríe el aceite y escurre bien. Reparte las patatas con cebolla confitada en una fuente y distribuye por encima los guisantes. Añade la merluza en el centro, salsea con la ajada, espolvorea con perejil y sirve.

EN PAQUETITO SOBRE LECHO DE VERDURAS

4 · 1 h

- 600 g de lomo de merluza
- 1 paquete de pasta brick
- 2 cebollas blancas
- 25 ml de miel, 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde, 1 zanahoria
- 1 pimiento amarillo, 1 huevo
- 1 cebolla morada
- 2 cdas. de semillas de sésamo dorado, 4 tallos de cebollino
- Aceite de oliva, pimienta, sal

Corta las cebollas blancas en juliana y dóralas. Añade la miel, sazona y cuece, a fuego lento y removiendo, hasta que se caramelicen. Retira del fuego. **Limpia los pimientos** y raspa la zanahoria. Lava estas hortalizas y escúrrelas. Pela la cebolla morada. Corta todas las verduras en juliana fina y saltéalas a fuego fuerte, removiendo. Salpimiéntalas y retira. **Corta la merluza** en 4 porciones y salpimiéntalas. Dóralas en un hilo de aceite y retíralas. Precalienta el horno a 180°. **Separa 8 hojas** de pasta brick y colócalas en una fuente refractaria con papel vegetal, superpuestas de dos en dos para obtener 4 láminas dobles. Pincélalas con el huevo batido, pon 1 porción de merluza sobre cada una y reparte por encima la cebolla caramelizada. **Envuelve el pescado** en la pasta brick. Espolvorea con el sésamo y hornea 8 minutos. Reparte las verduras salteadas en 4 platos, pon encima los paquetitos y decora con cebollino.

CON TOMATES CEREZA Y PIÑONES

4 · 50 min

- 4 lomos de merluza de unos 200 g cada uno
- 350 g de tomatitos
- 50 g de piñones
- 150 g de pasas
- 150 ml de cava
- 1 cdta. de azúcar
- Unas hojas de hierbaluisa
- Aceite de oliva, sal, pimienta

Lava los tomatitos y pártelos por la mitad (deja alguno entero y también una ramita de tomates igualmente entera para decorar). Pon los piñones y las pasas en remojo. **Saltea los tomatitos** partidos durante 1 minuto. Agrega el azúcar, salpimienta y rehoga 1 minuto más. Vierte el cava, deja reducir y apaga el fuego. Agrega los tomatitos enteros y la rama, deja que se hagan con el calor residual y reserva. Escurre piñones y pasas. **Precalienta el horno** a 180°. Corta 4 hojas de papel sulfurizado y pon 1 lomo en cada una; salpimienta, riega con aceite y añade unas hojas de hierbaluisa. Cierra el papel formando 4 paquetes y hornéalos durante unos 10 o 12 minutos. **Saltea los piñones** y las pasas en una sartén con un poco de aceite, añade los tomatitos y mezcla con cuidado. Para acabar, saca los lomos de merluza del horno y sírvelos junto con la salsa de tomatitos y con un poco más de hierbaluisa picada por encima.

TRUCO

Para una versión sin alcohol, sustituye el cava por ½ zumo de naranja reducido en la sartén.

PASTEL DE MERLUZA

4 · 1 h 15 min

- 600 g de lomo de merluza o pescadilla limpia y cortada en 2 o 3 trozos
- 1 puerro, 1 ajo, 3 zanahorias
- 100 g de judías verdes
- 2 huevos, 50 ml de nata
- 1 plancha de hojaldre, eneldo
- 50 ml de mayonesa ligera
- 1 limón, pimienta negra, sal

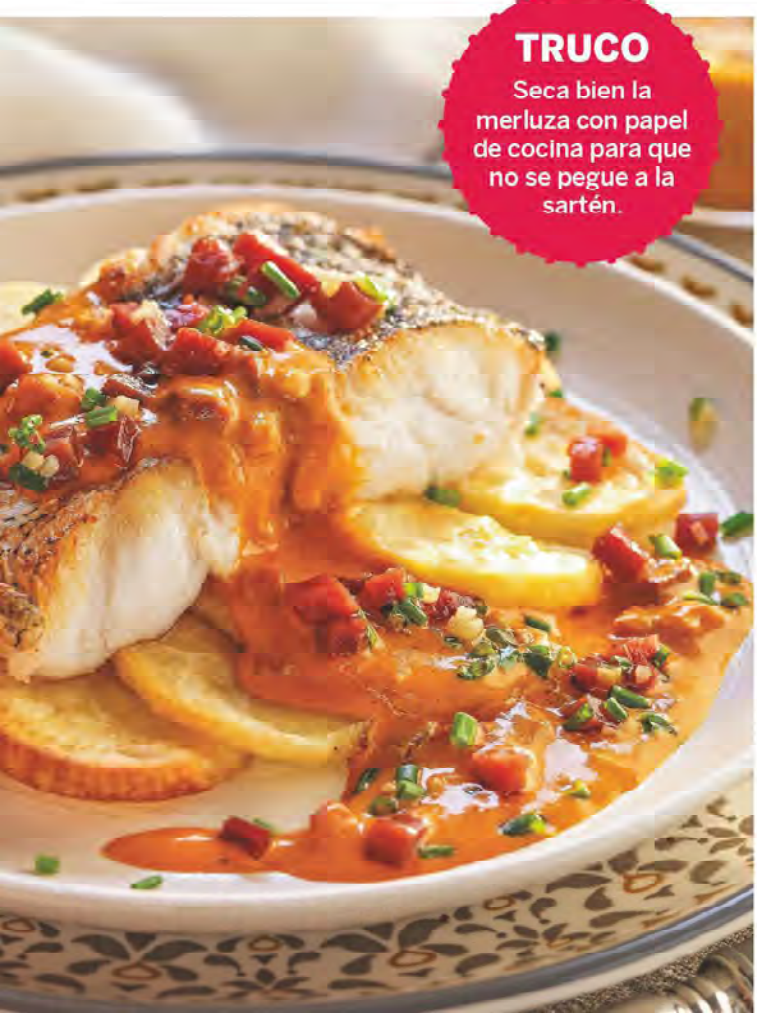
Sala la merluza y cuécela en agua a punto de hervir durante 5 minutos. Escurre, retira la piel y las espinas, desmígala y ponla en un bol. Limpia y corta el puerro en aros. Pica luego el ajo.

Rehoga el puerro y el ajo en una sartén con aceite y agrégalo al bol. Pela 2 zanahorias y lava las judías, corta ambas en daditos, cuécelas durante 1 minuto en agua hirviendo y añádelas también.

Bate un huevo con la nata, sal y pimienta, agrégalo al bol y mezcla bien. Extiende el hojaldre sobre papel de hornear, píntalo con el otro huevo batido y pon el relleno bien compactado en un extremo.

Precalienta el horno a 180°. Envuelve el relleno con el hojaldre y dobla las puntas debajo del pastel. Pinta también con huevo batido y hornea durante 30 minutos.

Deja reposar unos minutos y sirve con unas rodajas de limón y un poco de mayonesa, espolvoreado todo con el eneldo lavado y picado.



TRUCO
Seca bien la merluza con papel de cocina para que no se pegue a la sartén.

MERLUZA CON SALSA DE JAMÓN SERRANO

4 · 50 min

- 4 trozos de merluza de 160 g
- 4 patatas grandes
- 100 g de daditos de jamón serrano, 1 guindilla
- 50 ml de nata líquida
- 50 ml de tomate frito
- 20 ml de vinagre de Jerez
- 2 tallos de cebollino
- 2 dientes de ajo
- 1 cdta. de pimentón dulce
- Sal, aceite de oliva

Corta las patatas peladas en rodajas no muy finas. Sazónalas, riégalas con un poco de aceite y hornéalas 45 minutos a 180°, hasta que estén blanditas y doradas. Resérvalas al calor.

Pela y pica los dientes de ajo, y saltéalos en un fondo de aceite hasta que estén doraditos. Añade la guindilla, los dados de jamón y el pimentón dulce, y mezcla bien.

Vierte el vinagre, la nata y el tomate, y lleva a ebullición, removiendo de vez en cuando, mejor con una cuchara de madera. Si la salsa es muy espesa, añade agua y sal.

Lava la merluza y límpiala. Sécala, sazónala y sofríela 3 minutos por cada lado en una sartén con 2 cucharadas de aceite. Reparte las patatas en platos llanos y añade las porciones de merluza.

Riega todo con la salsa de jamón y nata, espolvorea con el cebollino lavado y picado, y sirve enseguida.

COLECCIONABLE

LA COCINA DE LA ABUELA

SALMÓN CON TOMATITOS

4 · 45 min

- 600 g de lomo o suprema de salmón
- 2 ajos, 1 cebolla
- 24 tomates cereza
- 12 aceitunas negras
- 50 g de alcaparras
- 200 ml de vino blanco
- 400 ml de caldo de pescado, albahaca
- Aceite, sal, pimienta negra

Limpia el salmón de piel y espinas. Lávalo, sécalo y córtalo en 4 porciones. Salpimienta. Pela y pica los ajos. Pela la cebolla y córtala en juliana. Lava los tomatitos y sécalos con papel absorbente. Escurre las aceitunas y las alcaparras de su líquido de conservación.

Calienta una sartén con un fondo de aceite y dora los filetes de salmón ligeramente por los dos lados. Retira y reserva. Baja el fuego, pon la cebolla y rehógala hasta que esté tierna.

Agrega los tomates, el ajo, los encurtidos, las hojas de albahaca y el vino, y reduce a la mitad. Incorpora los trozos de salmón y vierte el caldo. Deja cocer a fuego fuerte 5 minutos, salpimienta y sirve recién hecho.

TARTA DE PUERRO

4-6 · 1 h

- 1 masa brisa refrigerada
- 7 puerros, 3 huevos
- 150 g de beicon en tiritas
- 100 g de mozzarella rallada
- 250 ml de nata
- Mantequilla, pimienta
- 50 g de anacardos
- Nuez moscada, sal

Desecha la primera hoja externa de los puerros. Quita la siguiente hoja de uno de ellos y resérvala. Elimina los dos extremos y parte los puerros por la mitad.

Derrite 25 gramos de mantequilla y rehoga los puerros 5 minutos. Apaga el fuego, tapa la sartén y deja reposar. Bate los huevos con la nata, salpimienta y pon una pizca de nuez moscada rallada.

Forra un molde con papel de horno, coloca encima la masa brisa y pincha el fondo con un tenedor. Reparte el beicon y la mozzarella en la base y vierte la preparación de huevos y nata.

Pon los puerros encima en forma de radios y, en el centro, la hoja en forma de flor. Tapa y hornea 25 minutos a 180°. Destapa y hornea 10 minutos más. Sírvela tibia con los anacardos.

TARTA DE NATA Y QUESO FRESCO

6-7 · 1 h 30 min

- 300 ml de nata para montar
- 100 g de cobertura de chocolate
- 300 g de azúcar
- 3 huevos, 6 yemas
- 400 g de queso fresco cremoso, azúcar glas
- 200 g de galletas
- 20 g de mantequilla
- Frambuesas frescas

Tritura las galletas con el chocolate y la mantequilla derretida. Forra un molde con papel de horno. Reparte el preparado y presiona.

Precalienta el horno a 180°. Mezcla la nata, 3 huevos, el queso y la mitad de azúcar. Bate con varillas eléctricas y rellena la tarta con esta mezcla y la mitad de las frambuesas.

Tapa la tarta con otro papel sulfurizado y hornéala 40 minutos. Destapa, apaga el horno y deja la tarta dentro, con la puerta entreabierta, 10 minutos. Retira.

Calienta 75 ml de agua con el resto de azúcar en un cazo y forma un almíbar. Agrega las yemas, pon el cazo a fuego muy bajo y remueve. Reparte la crema sobre la tarta. Cuando esté fría, decora con el resto de las frambuesas y azúcar glas.

CONEJO ASADO A LAS HIERBAS

4 · 45 min

- 800 g de conejo troceado
- 4 dientes de ajo
- 250 g de champiñones
- 400 g de patatas pequeñas
- 1 vaso de vino blanco
- Perejil, romero, orégano
- Aceite, sal, pimienta

Lava y cuece las patatas sin pelar en abundante agua salada 25 minutos. Escurre y pela. Precalienta el horno a 240°. Lava el conejo, ponlo en una fuente refractaria, salpimienta y rocía con aceite. Hornea 8 minutos. Baja la temperatura a 180°, dale la vuelta y vierte el vino. Asa 10 minutos más.

Limpia los champiñones. Agrégalos a la fuente, con las patatitas, y cuece 10 minutos más. Pela y pica los ajos. Lava 2 ramitas de romero y 1 de perejil. Reserva 1 de romero y pica el resto con el perejil. Mezcla los ajos con el orégano y las demás hierbas.

Retira la fuente del horno y recoge los jugos de cocción. Riega con ellos el conejo, los champiñones y las patatas. Espolvorea el picadillo de hierbas y gratina 4 minutos, hasta que el ajo esté doradito. Decora con el romero reservado.

La receta de Rafuel

EL CHEF QUE TRIUNFA EN INSTAGRAM (@rafuel55)

INGREDIENTES

2 · 15 min

- 50 g de trufas
- 12 g de mantequilla
- 100 g de queso Arzúa-Ulloa
- 100 g de jamón ibérico
- 4 rebanadas de pan de molde

Bikini trufado con jamón

Un sándwich también puede ser de lujo

1. **Lasca la trufa** sobre un plato. A continuación, engrasa una plancha puesta a fuego medio con la mantequilla.

2. **Dora cuatro rebanadas** de pan de molde sobre la mantequilla, primero por un lado y luego por el otro.

3. **Funde el queso** en el horno o el microondas y repártelo sobre dos rebanadas de pan. Pon trufa por encima.

4. **Pon el jamón** sobre la trufa y déjalo sudar un poco sobre la plancha. Tapa los sándwiches con las otras rebanadas.

LOS TRUCOS DEL CHEF

- **Aunque puedes usar** cualquier queso fundente, te animo a probar el Arzúa-Ulloa: 100 % de vacas gallegas, me encantan su textura cremosa y húmeda; su sabor con notas de yogur, vainilla y frutos secos; y su gran capacidad de fundido.
- **También está muy rica la versión** con pan de brioche, queso brie, jamón ibérico de bellota, trufa negra y huevo frito. Es una opción aún más consistente.

LECTURAS

Nº 3 834 - 17 de septiembre de 2025

DIRECTOR Luis Pliego

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

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

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

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

DIRECTORA EDITORIAL REVISTAS PRÁCTICAS Caterina Miloro

COLABORADORES EXTERNOS Isabel Bertral, Álvaro Corbalán, Anxo F. Couceiro, Enric Gisbert, Montse Jolis, Laura Martín, Sonia Murillo, Berta Navarro, Noelia Zazo

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

RBA BRANDS

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

MADRID Y NORTE:
DIRECTORA DE OFICINA Arantxa Sánchez
DIRECTORAS DE PUBLICIDAD Belén Pérez-Bedmar, Belén González
SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD Silvia Montalbán
JEFA DE PUBLICIDAD Juncal Utrilla
COORDINADORA DE PUBLICIDAD Yolanda Trigueros
PUBLICIDAD MADRID López de Hoyos, 141. 28002 Madrid. Tel. 91 510 66 00 - Publimad@rba.es

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

RBA REVISTAS

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

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

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

Atención al suscriptor y lector: suscripciones@rba.es

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

© RBA REVISTAS. S.L. 2025

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

Pasatiempos

Autodefinido por Olissip

Salir por patas / Itinerario en las grutas

Igualé con el rasero / Después de la tierida

Da voz a una ruptura inesperada

Activador de aparatos / Natural de Teherán

Toro que corre en Amposta / Colisiona en plena terapia

Reclutamiento / Limpia y pura

Típico masculino / Raza despectiva

La mesita de la esquina / Cachas melenudo

Pintar de colores / Rua desorganizada

Paso previo a incubar / Tren sin locomotora

Parásito entre peluches / Factoría de universitarios

Corto de raíz / Avanzar hacia Irlanda

Pifia desvocalizada

Indicador de carencias / Arma blanca deportiva

Boba en Venecia / Aparcamiento

La cola del tren / Chiita, en breve

Punzar con el aguijón / Pequeño gran hombre

Besé el suelo a mi pesar / Corteza del huevo

No pudo salir intacto / Unidad de sonoridad

Triplicadas en el chachachá / La patria y su gente

Conductor inexperto / Cachondo y lujurioso

Undécima consonante / Portador de una carta

Ascendencia de familia noble

Unidad de radiación / Comer bajo la luna

Cargada de brazos silvestres

Capa de sílice y aluminio / Eco inacabado

Cincuenta y un romanos / Vino absorbido por la cuba

Entera al 100 % / La mitad de cero

El primer hombre / Desperdicio tras la poda

Onda media radiofónica / La llave del agua

Dúo muy parecido

Tela de seda sin brillo / Ansioso hasta la codicia

A principios de abril / Mesa consagrada

Pina tropical / Capítulo por añadidura

Camino de Alicante / Carta en la manga

Aragonesa o mallorquina / Trenza gruesa de la caballería

Clara y dispersa

Era muy caótica / Ala sin plumas

Cambiar de rumbo / Sorteo en Navidad

Tajada de cualquier carne / Hombre de Liverpool

Cada maestra tiene una o dos, depende

Se quieran, así sea

Simplemente atontada / Puertas del garaje

Engaño algo doloroso / Parte del total

Señal o indicio de algo / La primera del quinteto

Principios de lealtad / Quinientos romanos

Trabajan la tierra en el valle pirenaico

Veredas y sus respectivas vías

SUDOKUS ★ fácil

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

★★ medio

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

SOPA DE LETRAS

Hemos escondido dentro de esta sopa de letras el nombre de 15 países latinoamericanos, esos estados que se encuentran al otro lado del océano Atlántico. ¡Encuéntralos!

- Argentina
- Bolivia
- Brasil
- Chile
- Colombia
- Cuba
- Ecuador
- Honduras
- México
- Nicaragua
- Panamá
- Paraguay
- Perú
- Uruguay
- Venezuela

A	B	U	C	D	I	I	R	Y	B	E	N
A	I	N	A	D	H	O	I	P	R	C	Y
Y	C	V	U	N	D	C	A	E	A	Y	A
H	A	I	I	A	I	O	H	A	S	U	U
O	R	U	U	L	C	T	U	I	I	A	G
N	R	C	G	I	O	G	N	R	L	A	A
D	E	O	X	U	A	B	I	E	E	E	R
U	R	E	U	R	R	N	U	A	G	P	A
R	M	A	A	L	Y	U	M	N	I	R	P
A	E	C	V	E	N	E	Z	U	E	L	A
S	I	P	A	N	A	M	A	B	E	A	A
N	R	C	O	L	O	M	B	I	A	A	N

Por Olissip

WORDOKUS

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

H	I		V		C		U	
		U		A				
L		E		U			I	
		A	E	R	V			
			A	H	L	E		
	U			I		H		A
				L		C		
	C		R		H		E	U

Pista: Servir de vehículo a algo.

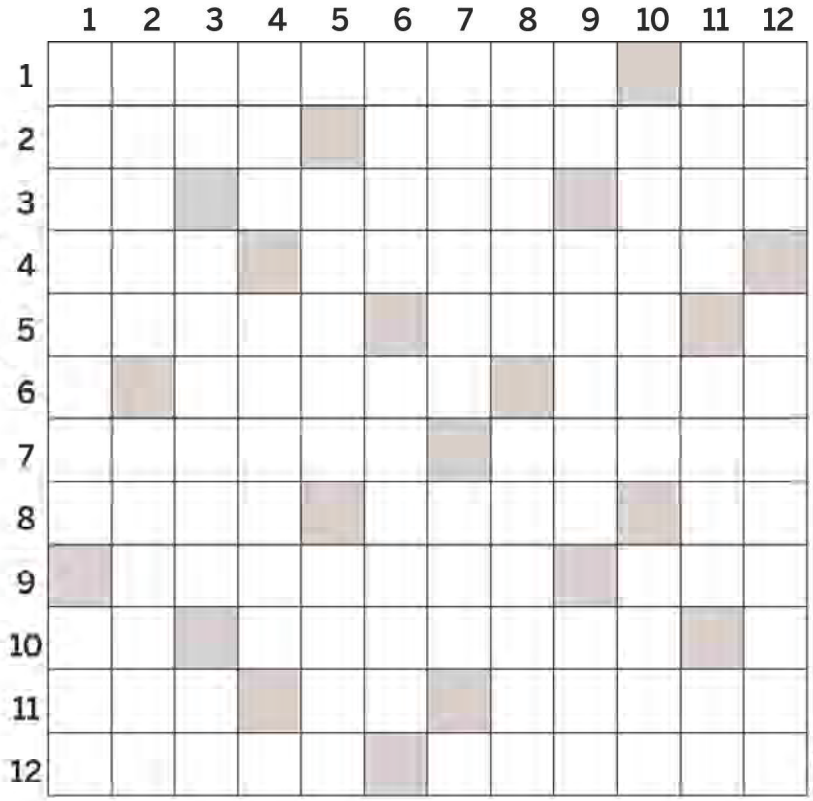
	O	X			S			
	E		R		T	O		I
		S			C			
T					O	A		
O								R
		R	S					O
			C			I		
C		E	O		I		X	
			X			T	R	

Pista: Sabe cómo exorcizar al demonio.

Por Olissip

Pasatiempos

CRUCIGRAMA



Horizontales

1. Sustitución de una persona por otra. Nota posesiva. 2. La tercera en discordia. Montar la tienda bajo las estrellas. 3. Empiezan cada semana. Pasar la lengua. La letra más española. 4. Interjección que levanta niños. Religioso que usa buenos zapatos. 5. Porrazo o bofetada que dan las vacas. Tejido de algodón absorbente. Oxígeno. 6. Cruz cristiana. Tribunal para contenciosos. Subir tirando de la cuerda. 7. Movimiento corporal del alemán. Mazorca tierna de maíz mexicana. 8. Lisa, libre de estorbos. Embrión con fama de feo. Sobre, encima de. 9. La gallardía de Don aire. Una fase inacabada. 10. La P griega. Sentimiento grato y vivo. Pico nevado. 11. Alga verde fijada al fondo. Algo alicaído. Emperador pirómano. 12. Campesino catalán. Goza con lo que es desagradable.

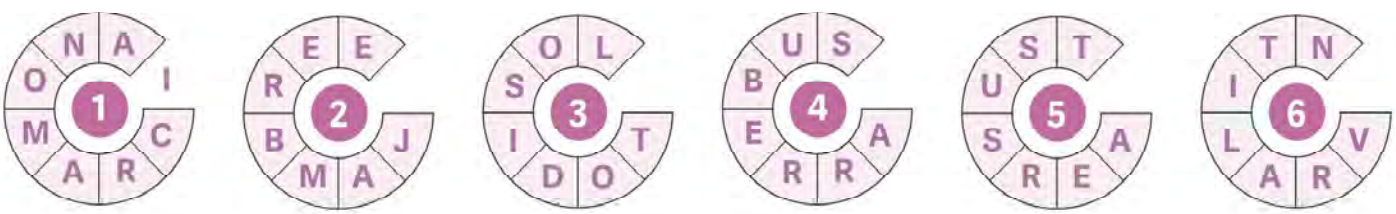
Verticales

1. Nacer una cosa de otra. Capicúa musical. 2. Disco de vinilo. Cosa que se da gratuitamente, sin IVA añadido. 3. Artículo muy masculino. Vía de entrada a un lugar. Qué dolor, Carmela. 4. El de ojo, un influjo maléfico. Muy comprensible, ella. Europa. 5. Fósforo, no cerilla. Paramento de un muro. Extremos de fútbol. 6. Maestro tibetano. Falto de puntualidad y exactitud. 7. Planta hortense comestible. Unidad de trabajo. Un metro. 8. Arbusto espinoso. Una sin principio ni fin. 9. Onda Media en la radio. Amparo, o así lo veo yo. Instituto de Enseñanza. 10. Quiero uno de la tarta de cumpleaños. Sirve de señal al navegante. 11. Aragonés poco diestro. Una que mina la moral divina. Podría ser buena ocasión. 12. Andaré tras alguien o algo. Nacida en una provincia gallega.

Per Clissip

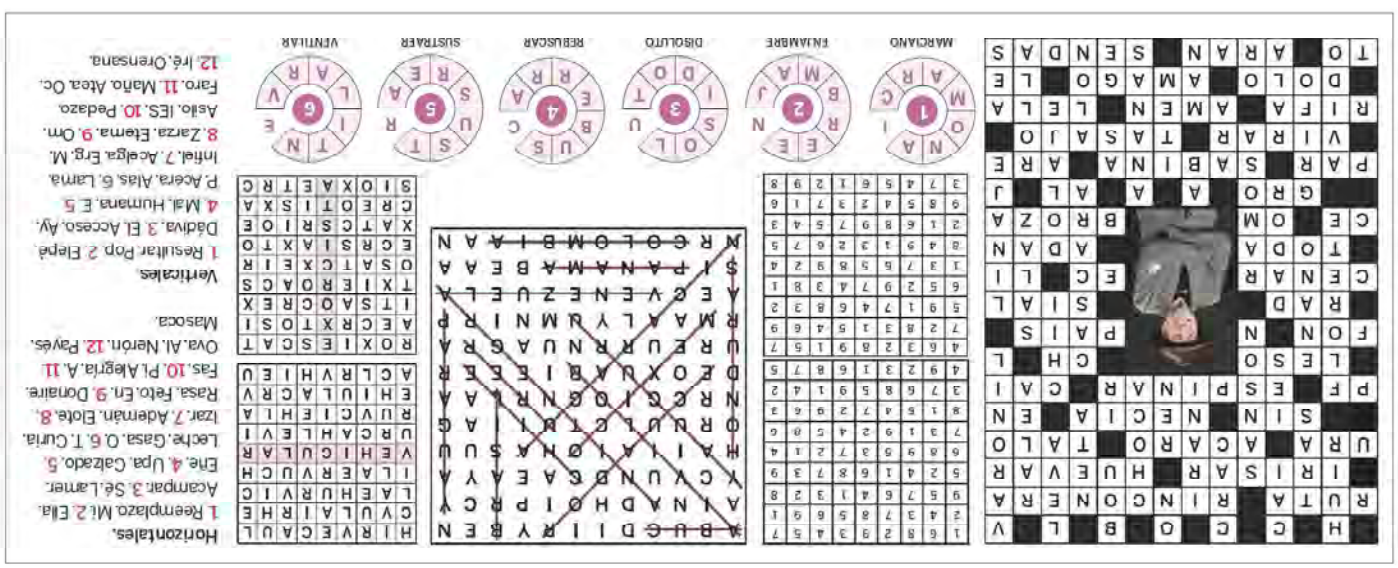
PALABRAS ENROSCADAS

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



MARCIANO

SOLUCIONES



Horizontales. 1. Reemplazo. Mi. 2. Ella. Acampar. 3. Se. Lamer. Ene. 4. Upa. Calzado. 5. Lecho. Gasa. O. 6. T. Curia. Izar. 7. Ademán. Elote. 8. Rasa. Feto. En. 9. Donaire. Fas. 10. Pi. Alegría. A. 11. Ova. Al. Nerón. 12. Payés. Masoca.

Verticales. 1. Resultar. Pop. 2. Elepé. Dádiva. 3. El. Acceso. Ay. 4. Mal. Humana. E. 5. P. Acera. Atas. 6. Lama. Infiel. 7. Acelga. Erg. M. 8. Zarza. Etema. 9. Om. Asia. IES. 10. Pedazo. Faro. 11. Malo. Ataa. Oc. 12. Ire. Orensana.

Horóscopo

Michelle Jenner (39).

VIRGO

23 agosto-22 sept

Por fin el ámbito económico dejará de darte preocupaciones durante esta semana, lo que contribuirá mucho a levantar tu ánimo. **Estás en un ciclo bastante favorable en numerosos aspectos,** aunque no en el terreno sentimental. Darás con alguien que, aunque te parecerá muy especial, pronto demostrará no ser el amor con el que llevas tiempo soñando. Lo mejor es que no te entregues por completo a esa persona o al final te tocará sufrir.

ARIES

21 marzo-19 abril

Tendrás ocasión de hacer realidad tus deseos y la energía para llevar a cabo tus cometidos con éxito. Iniciarás algunas cosas con las que soñabas desde hace tiempo. En el terreno sentimental, valora más tu situación actual, aprecia los pequeños detalles de tu pareja para demostrarte su amor.

TAURO

20 abril- 20 mayo

Un bajo estado de ánimo por causa de la Luna hará que veas los obstáculos como insalvables. **No tomes decisiones ahora, espera a tener mayor objetividad.** Podrían surgirte problemas sentimentales justo por este bajo estado de ánimo y también quizá porque no has dado con la persona adecuada.

GÉMINIS

21 mayo-20 junio

Te encontrarás con situaciones complicadas que tendrás que resolver, pero **las ideas fluirán a tu mente como un río** y encontrarás las soluciones más adecuadas. A la hora de hablar, contrólate un poco, no vayas a decir cosas de las que luego tengas que arrepentirte, sobre todo con tu pareja.

CÁNCER

21 junio-22 julio

Te sentirás libre para hacer las cosas a tu aire y eso te ayudará a que tus sueños se materialicen. Este cambio de perspectiva te dará resultados muy positivos. Tu vida amorosa también mejorará. Si estabas algo incómoda con ciertos comportamientos de tu pareja, apreciarás las cosas de otro modo.

LEO

23 julio-22 agosto

Presta especial atención a los celos, tanto por tu parte como por la de tu pareja, pueden causaros conflictos importantes. **Tendrás ahora tu vena seductora en alza** y este puede ser el origen de vuestras complicaciones. Serán días de emociones fuertes y también de trabajo intenso. Haz acopio de energía.

LIBRA

23 sept-22 octubre

Surgirán complicaciones en tu entorno laboral y la tensión se mantendrá hasta el fin de semana. Pasa de puntillas por los temas incómodos. Para compensar, **tendrás una buena racha en el amor.** Te sentará bien iniciar una actividad en la que intervenga la parte espiritual: yoga, meditación...

ESCORPIO

23 oct-21 nov

Podrías tener problemas por ciertos prejuicios. Ahora tu primera impresión sobre personas o situaciones no será la correcta. No juzgues y analiza. En cambio, estás en muy buena época laboral y social. **Relaciónate y acepta propuestas para reunirte con gente.** En alguno de estos lugares el amor acecha.

SAGITARIO

22 nov-20 dic

La Luna, a punto de iniciar su cuarto menguante, te llenará de melancolía. Intenta superarla, estos días son clave para concretar temas importantes, en especial profesionales. Pon atención a tu relación de pareja, se acerca peligrosamente a la rutina. **Vuélcate en el amor, intenta reavivar la chispa.**

CAPRICORNIO

21 dic-20 de enero

Tu situación laboral será excelente pero no confíes en los que quieren aconsejarte. Los astros también influirán ahora positivamente en el amor, **dale una oportunidad a alguien que te ronda hace tiempo.** Si estás en pareja, buen momento para avanzar en la relación y adquirir más compromiso.

ACUARIO

21 enero-19 febrero

Con la energía a tope y una salud óptima, podrás hacer frente a cualquier obstáculo, aunque te esperan días de calma en muchos aspectos. **Tus ganancias aumentarán** y te surgirán opciones para mejorar también tu posición profesional. El amor se mantendrá tranquilo, pero debes controlar los celos.

PISCIS

20 febrero-20 marzo

Tu situación financiera seguirá su camino ascendente y no te causará preocupaciones. Sucederá todo lo contrario con tu vida sentimental, en la que surgirán ciertas luchas de poder con tu pareja. Un tiempo de soledad te iría bien para reflexionar y decidir cuál es el mejor camino a seguir.

PERSONAJES QUE TAMBIÉN CUMPLEN AÑOS

81
JACQUELINE BISSET

57
SANTI MILLÁN

80
CARMEN MAURA

41
PRÍNCIPE HARRY

53
LETIZIA ORTIZ

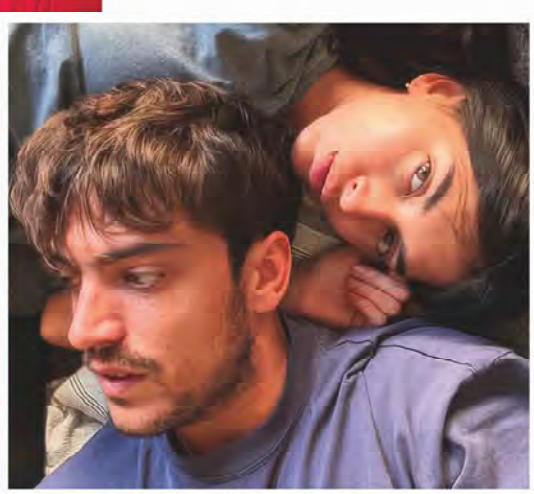
Felizcumpleañ

Tenía tres años cuando Cayetano Rivera la adoptó

Tras los pasos de su madre, Blanca Romero

Lucía empezó a hacer sus pinitos como modelo con 14 años y su carrera se afianzó al cumplir 18. Duante un tiempo vivió en Milán.

La hija de Blanca Romero mantiene una relación desde hace un año con Fernando Wagner Sampol, un 'broker' inmobiliario que vive en Mallorca.



LUCÍA RIVERA

CUMPLE 27 ARROPANDO A SU PADRE EN SU PEOR MOMENTO

La modelo pasó unos días en Mallorca con Cayetano Rivera y su hijo tras la detención del torero

Lucía Rivera tenía tres añitos cuando su madre, Blanca Romero, se casó con Cayetano Rivera. Lucía nació el 11 de septiembre de 1998 y no supo quién era su padre hasta que tuvo once años, pero para ella su padre siempre ha sido el torero, que la adoptó al poco de casarse. Lucía, que ha seguido los pasos de su madre en el mundo de la moda desde muy joven, es hoy uno de los grandes apoyos del torero en su peor momento, tras su ruptura con María Cerqueira y el incidente por el que acabó en el calabozo. Estas vacaciones las han pasado juntos en Mallorca con el hijo de Cayetano y Eva González.

EL AUTOR DEL QUIJOTE DEJÓ UNA HISTORIA INCREÍBLE SIN CONTAR.
LA SUYA.
EL
CAUTIVO
UNA PELÍCULA DE
ALEJANDRO AMENÁBAR
12 DE SEPTIEMBRE SOLO EN CINES
PENDIENTE CALIFICACIÓN POR EDADES

AIRE
BARCELONA
Colección 2026
airebarcelona.com