

# ¡HOLA!

NÚM. 3.955 • 20 MAYO 2020 • 2,20 €

Archie cumple un año  
**ASÍ ES LA LUJOSA  
MANSIÓN DE HARRY Y  
MEGHAN EN HOLLYWOOD**

Reflexiones durante la cuarentena

## ROCÍO CARRASCO HABLA PARA ¡HOLA! EN UN MOMENTO DE GRANDES CAMBIOS

«Fidel y yo llevamos  
veinte años de  
glorioso encierro»



**EUGENIA SILVA**  
NOS DESCUBRE SUS  
MEJORES TRUCOS DE  
BELLEZA SIN SALIR DE CASA



Fotografías exclusivas  
**ALEJANDRA ROMERO,**  
DUQUESA DE SUÁREZ,  
ESPERA UNA NIÑA  
QUE SE LLAMARÁ  
MARIAM



Exclusiva  
**MALÚ**  
SU MISTERIOSO  
ANILLO QUE PODRÍA  
SER DE COMPROMISO



EXCLUSIVA  
**ALFONSO MERLOS  
Y ALEXIA RIVAS**  
LAS IMÁGENES  
QUE RESUELVEN EL  
MISTERIO DE LA  
PAREJA DEL MOMENTO

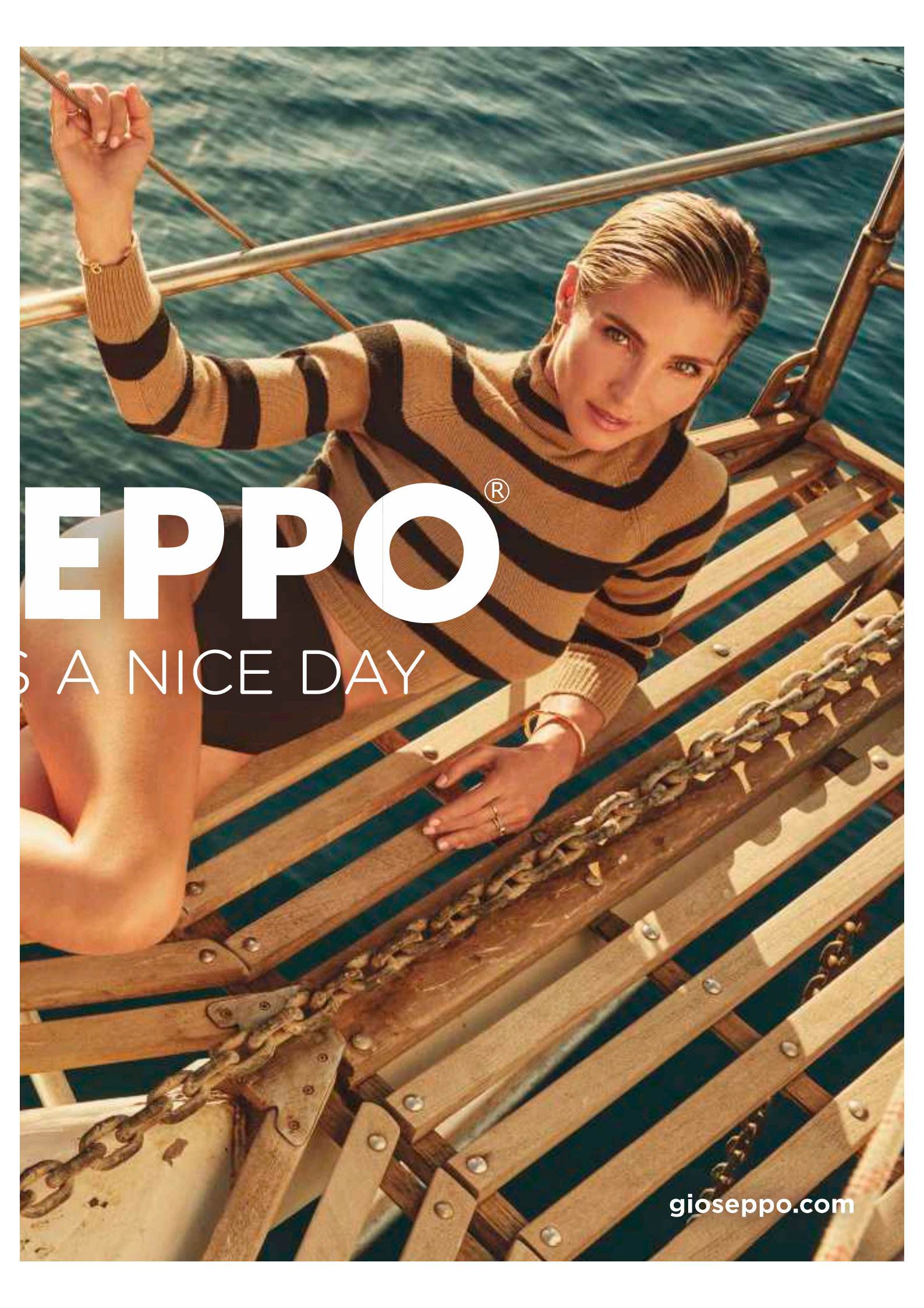


A close-up, low-angle shot of a person's legs sitting on a wooden boat deck. The person is wearing white sneakers with tan soles and laces. The boat's wooden planks and a rope railing are visible. In the background, the deep blue ocean is shimmering with sunlight, creating a sparkling effect. The overall mood is bright and summery.

**GIOS**

EVERYDAY IS

*Tabaky\**



**GIUSEPPE**®

IS A NICE DAY

[gioseppo.com](http://gioseppo.com)



En esta dehesa de Jerez, todo un referente del mundo taurino, conviven el toro, el caballo y la agricultura

**MERCEDES  
BOHÓRQUEZ  
DOMECQ  
ENTRAMOS CON LA  
INTERIORISTA  
EN «FUENTE REY»,  
SU CORTIJO FAMILIAR**

Es hija del carismático rejoneador y ganadero Fermín Bohórquez y de Mercedes Domecq, a la que, en su día, se referían como «la mujer más guapa de Jerez»



A la izquierda, Mercedes Bohórquez Domecq, que nos ha recibido en su cortijo familiar, «Fuente Rey», un paraje natural de referencia por ser uno de los cotos privados más importantes de cría de perdices autóctonas y por las labores agrícolas que contribuyen a conservar un ecosistema equilibrado. Arriba, impresionante vista del cortijo. Junto a estas líneas, patio de entrada a la vivienda



6

**Q**UIEN nos recibe en su cortijo familiar de «Fuente Rey» es Mercedes Bohórquez Domecq, hija del emblemático rejoneador y ganadero Fermín Bohórquez y de Mercedes Domecq, «la mujer más guapa de Jerez», como se decía cuando se iba a casar con su padre. Madre de tres hijos, Mercedes tiene cinco hermanos, es licenciada en Ciencias Empresariales, ha encauzado su vida profesional en el interiorismo —tiene su propio estudio ([www.merbohorquez.com](http://www.merbohorquez.com))— y ha sido ella quien ha reformado esta propiedad que ahora nos enseña. Su boda, en Jerez de la Frontera, en junio de 2012, fue el acontecimiento social del año, en el que se dieron cita relevantes nombres del mundo del toro, la sociedad y tam-

bién del deporte, pues no hay que olvidar que el marido de nuestra protagonista, Bruno Oliver Bultó, es un apellido legendario del motociclismo.

—¿Quién es Mercedes Bohórquez Domecq?

—Una persona muy familiar, con muchos amigos y a la que le encantan sus raíces andaluzas, la Semana Santa, la feria, los toros... En resumen, las vivencias. Una mujer tradicional que se siente orgullosa del lugar donde ha nacido.

—Estudiaste Empresariales, pero ahora te dedicas al interiorismo. ¿Cómo fue ese cambio en tu vida profesional?

—Siempre he tenido esa espinita. Desde muy joven, sabía que ese mundo me encantaba. Debido a circunstancias

(SIGUE)



En estas páginas, distintas estancias del cortijo, que ha sido reformado por Mercedes con la ayuda de su hermana Sol: «Me encanta mezclar distintos materiales y texturas y soy una amante de los tejidos de colores estampados, de cuadros, de flores, de rayas, etcétera. Soy cero minimalista»

**«Este cortijo tenía mucho sabor, pero necesitaba una reforma urgente, ya que estaba hecho sobre arena y había que ponerle cimientos. Mi hermana Sol me acompañó durante todo el proyecto»**



«Retiramos todos los materiales aprovechables, que fueron muchos: tejas, suelos, puertas, alguna reja, muchos muebles... Todo se restauró y lo que nos faltaba lo buscamos en derribos»



Sobre estas líneas, simpática imagen de Mercedes con su hija en el comedor del cortijo (izquierda). «Se mantuvieron todos los volúmenes de la construcción y sus dimensiones —nos cuenta—, pero el interior se redistribuyó por completo. Aunque fue una obra larga y compleja, creo que alcanzamos los objetivos que buscábamos en un inicio». A la derecha, la amplia cocina

de mi vida, he tenido que trabajar en ello y esa pasión siempre estaba viva. Soy muy observadora y autodidacta, estudio siempre basándome en casos prácticos. Me paso el día buscando y viendo materiales y las colecciones de telas y papeles. Para la técnica he hecho un máster de interiorismo de un año.

—¿Cuáles son para ti las reglas inexorables a la hora de decorar?

—Lo que más busco para cualquier espacio es una armonía colorista. Me encanta mezclar distintos materiales y texturas y soy una aman-

te de los tejidos de colores estampados, de cuadros, de flores, de rayas etcétera. Pero busco que cada casa y proyecto en su conjunto tenga un estilo totalmente determinado. Soy cero minimalista, más bien, todo lo contrario, pero siempre busco el equilibrio. Todos mis proyectos se intentan ajustar a las necesidades y presupuestos de los clientes, ya que una misma idea la puedes plasmar de casi infinitas posibles combinaciones, con lo que ello conlleva. Pero en todos se ve un toque acogedor.

—¿Cómo te inspiras?

—La inspiración me puede venir de algo muy sencillo o de algo muy laborioso, pero de todo saco alguna cosa. Me fijo en los detalles y aprendo de cada uno de ellos. El cliente me da pautas de lo que busca, estudio sus objetivos y pienso en opciones que puedan encajar con su estilo de vida.

—¿Qué proyecto futuro es tu favorito?

—Todos y cada uno de mis proyectos me hacen mucha ilusión, ya que todos son distintos, tanto por el cliente como por sus intenciones.

Pero si tengo que elegir uno, sería el segundo hotel en Marrakech de mi marido, Casa Abracadabra, del que esperamos, después de todo, poder empezar las obras antes de que finalice el año.

—¿Cuándo llega «Fuente Rey» a tu familia?

—La vida de mi abuelo estaba vinculada al campo. Obtuvo la medalla al mérito agrícola por todo lo que aportó al desarrollo de la agricultura en la posguerra. Siempre intentaba ayudar a quien estuviera en su mano.

[SIGUE]

**Casada con el empresario Bruno Oliver Bultó, nieto del fundador del imperio de motos Montesa y Bultaco, son padres de tres hijos: «Uno de mis proyectos más importantes es Casa Abracadabra»**





**«Gracias a mi padre, he aprendido cómo se puede reponer uno en la vida con baches muy grandes y sin perder nunca la dignidad y la ilusión»**

En la otra página, Mercedes nos revela, en otro rincón de su cortijo: «La vida de mi abuelo estaba vinculada al campo y obtuvo la medalla al mérito agrícola por todo lo que aportó al desarrollo de la agricultura en la posguerra». Junto a esa foto, Mercedes con sus tres hijos: «Compaginar trabajo con hijos suena caótico sobre el papel, pero luego, con una buena organización y disciplina, se consigue». En esta página, dos de los dormitorios del cortijo y cuarto de baño



Para mí, es un ejemplo cómo actuó en momentos tan difíciles, quizá parejos a los que estamos viviendo actualmente con esta terrible pandemia. Ojalá yo sepa dejar a mis nietos algo del legado que dejó él en mí, por poner su trabajo al servicio de los demás.

—**Acometer una reforma a este cortijo no debe haber sido nada fácil.**

—Este cortijo tenía mucho sabor, pero necesitaba una reforma urgente, ya que estaba hecho sobre arena y había que ponerle cimientos. Lo prioritario en toda esta obra era mantener la solera que siempre había tenido, sanear las construcciones y adaptar el cortijo a las comodidades actuales.

—**¿Cuáles han sido las grandes reformas realizadas?**

—Retiramos todos los materiales aprovechables, que fueron muchos: tejas, suelos, puertas, alguna reja, muchos muebles... Todo se restauró y lo que nos faltaba los buscamos en derribos. Se mantuvieron todos los volúmenes de la construcción y sus dimensiones, pero el interior se redistribuyó por completo. Aunque fue una obra larga y compleja, creo que alcanzamos los objetivos que buscábamos en un inicio. Y digo alcanzamos porque mi hermana Sol me acompañó durante todo el proyecto. Por eso, siempre comentamos juntas todo tipo de telas y materiales.

—**Tu padre fue uno de los rejoneadores y ganaderos más importantes de España. ¿Qué admirabas más de él?**

—Con mi padre he tenido siempre una relación muy especial. Gracias a él, he aprendido cómo se puede reponer uno en la vida con baches muy grandes y sin perder nunca la dignidad y la ilusión.

—**¿Cuál es el gran legado emocional que os ha dejado a todos?**

—He aprendido que no se habla mal de nadie (para él, todo el mundo era buena gente, aunque le hubieran metido una espada por la espalda) y, lo más importante, la autenticidad, que ahora mismo tanto escasea. También me ha enseñado cómo el de arriba lo tenía agarrado de su mano y esa paz fue la que nos mostró cuando se fue. A lo largo de su enfermedad, tan solo el verlo transmitía un cachito de cielo en la Tierra.

—**¿Qué significa ser hija de «la mujer más guapa de Jerez», como se dijo en su día de tu madre? ¿Qué admiras de ella?**

—De mi madre qué se puede decir! Que todo lo guapa que es por fuera lo es mucho más por dentro. De ella he aprendido la fuerza y la valentía que tiene en esta vida, que es sobrenatural. Me ha enseñado la disciplina y la capacidad de trabajo infinita. La forma que tiene de

(SIGUE)




**«De la difícil situación que estamos viviendo saldremos con grandes problemas y con grandes pérdidas de seres queridos, pero con el corazón lleno de amor y con ganas de ayudar a todo el que lo necesite»**





AYUDANTE DE PRODUCCIÓN: CLAUDIA PINTADO/AYUDANTE DE FOTOGRAFÍA: ROCÍO RUDILLA/MACUILLAJE Y PELLUQUERÍA: MANUEL CECILIO PORTILLO/DECORACIÓN FLORAL: FLORENEA/ VESTUARIO: JO SEPHINE, MASSIMO DUTTI, MAX MARA, TOD'S, ZARA/ACCESORIOS: HERMÈS, JIMMY CHOO, MALABABA, MANGO, SPECIALE, UTERQUE, VERBENA

Los maravillosos caballos de pura raza, los caballos toreros y las yeguas de vientre en libertad son señas de identidad de la familia Bohórquez, a los que les ha dedicado, durante generaciones, su tiempo, trabajo y conocimientos. En la foto, Mercedes con dos magníficos ejemplares. Al lado, impresionante vista de la plaza de tientas y del picadero



«Quién me iba a decir a mí que, cuando llegué a Cataluña, hace años, mi suegro me daría una moto, me vestiría con todo el equipo y me pondría a hacer excursiones de lo más intrépidas»

tratar a todo el mundo por igual y la humildad, que es su mayor virtud.

—**Con tres hijos, ¿es complicado compaginar vida personal y laboral?**

—Sobre el papel, suena caótico, pero luego, con una buena organización y disciplina, y priorizando lo importante, se consigue, aunque, eso sí, no te da tiempo ni a tomarte una Coca Cola tranquila. Pero a mí me gusta el lío, si no, estaría demasiado aburrida.

—**¿Tu marido te ha revivido tu pasión por la arquitectura?**

—Mi marido me ha despertado la pasión que tenía por la arquitectura y también por la hostelería y muchas otras cosas... Cuando tuve mi primer hijo, decidimos montar un restaurante en plena crisis, con un

niño y con un trabajo. Ahí sí que fue un poco caótico, ya que tenía que compaginar muchas cosas y aprender cosas nuevas cada día. Fue entonces cuando trabajaba catorce horas al día sin que me pesasen por apasionarme el tándem de interiorismo y gastronomía.

—**¿No te ayudaba nadie?**

—Estuve mano a mano con mi cuñado arquitecto, Alvaro Oliver Bultó. Montamos todas las cartas, pruebas de platos y personal con el resto de los socios. Y, un año y medio más tarde, montamos el segundo restaurante, coincidiendo con mi segundo hijo. Lo volví a hacer con mi cuñado y abrimos ya hace más de cinco años el restaurante Toque de Sal. Estos años me han ido surgiendo

obras y reformas de pisos, casas de campo, restaurantes y también un hotel en Marrakech.

—**¿Y la pasión por las motos?**

—Quién me iba a decir a mí que, cuando llegué a Cataluña, hace años, mi suegro me iba a dar una moto de enduro, me vistiera con todo el equipo y me pusiera a hacer excursiones de lo más intrépidas. Las mismas a las que van mis hijos, apasionados y encantados. Me hace mucha ilusión ver cómo disfrutan. A mí lo de quedarme en el sofá no me gusta demasiado.

—**¿Cómo estás viviendo estos terribles días de pandemia?**

—Es un momento muy difícil en todos los sentidos, desde el afectivo al económico. A todos nos está afectando mucho de una manera u otra. Lo

que sí es importante es no perder la ilusión por las cosas y ser conscientes de que este parón nos está acercando al camino de la verdad. Lo más importante es que aunque saldremos, porque saldremos, con grandes problemas y con grandes pérdidas de seres queridos, lo haremos con el corazón lleno de amor y con ganas de ayudar a todo el que lo necesite. Todo este tiempo de confinamiento he empleado mucho tiempo en rezar, en mi familia, en el trabajo y también me he apuntado a un curso intensivo de Revit para fortalecer la herramienta, que parece que tiene desarrollos infinitos.

Producción: INÉS DOMEQO  
Fotógrafo: CHESCO LÓPEZ (X ARTIST MANAGEMENT)



**¡HOLA!**

TODOS LOS QUE HACEMOS ¡HOLA!  
TE AGRADECEMOS QUE LEAS  
NUESTRA REVISTA, DESDE TU  
DISPOSITIVO DIGITAL O EN PAPEL

PARA QUE PUEDES SEGUIR DISFRUTANDO  
DE ¡HOLA!, NO LA COMPARTAS,  
SUSCRÍBETE O CÓMPRALA Y ANIMA  
A TUS AMIGOS Y FAMILIARES  
A QUE HAGAN LO MISMO

**PUEDES COMPRAR AHORA MISMO  
CUALQUIER EJEMPLAR DE ¡HOLA! AQUÍ**

**DIGITAL +  
CANJE EN PUNTO DE VENTA**

SUSCRIPCIÓN A ¡HOLA! SEMANAL,  
MODALIDAD COMBINADA: **TARJETA  
¡HOLA! DE CANJE EN QUIOSCO Y  
ACCESO A LA VERSIÓN DIGITAL**

OFERTA  
EXCLUSIVA

**35%  
DE DESCUENTO**



ELIGE TU MODALIDAD PREFERIDA EN

**SUSCRIPCIONES.HOLA.COM**

fashion **¡HOLA!** living VIAJES **¡HOLA!** cocina NIÑOS ALTA COSTURA «PRÊT-À-PORTER» **¡HOLA!** NOVIAS

Fotografiado en Barcelona, donde reside junto a su familia, con una camiseta del Ejército español

## EL DUQUE DE FERIA FIEL A LOS PASEOS CON SUS MASCOTAS, EN LA GUERRA CONTRA EL CORONAVIRUS

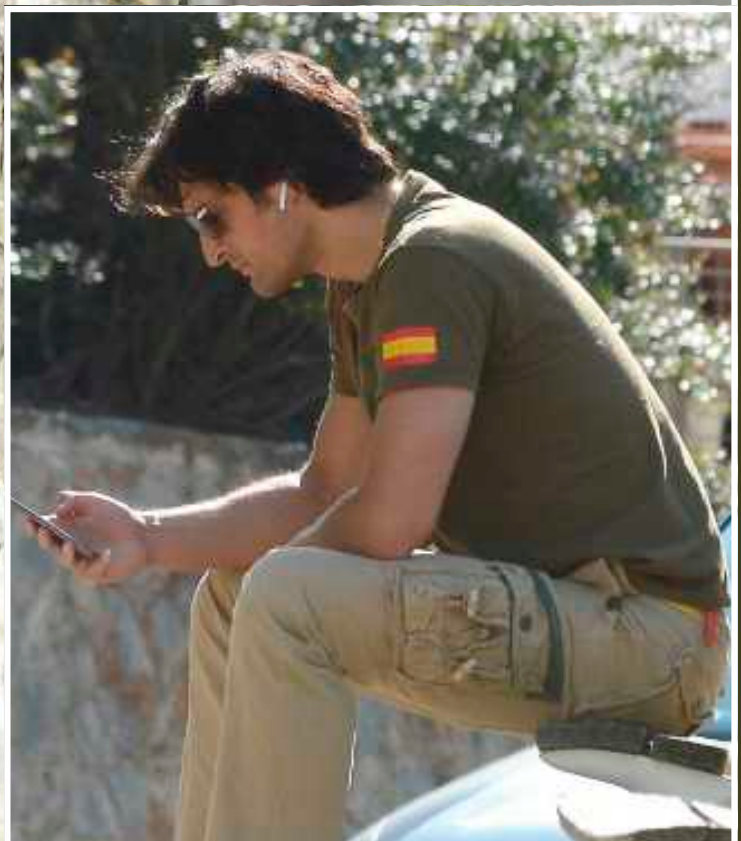
LOS perros han supuesto, desde el comienzo del estado de alarma, un soplo de aire fresco, ya que sacarlos a pasear ha estado permitido en todo momento y, gracias a ellos, sus dueños han podido pisar la calle... Eso sí, sin olvidar nunca que seguimos en pie de guerra contra la pandemia, algo que tiene muy presente Rafael de Medina, quien también lo refleja con su estilo. La semana pasada, el duque de Feria era fotografiado, en las inmediaciones de su domicilio, en Barcelona, con una camiseta del Ejército español, con la bandera de España en la manga, que combinó con un pantalón cargo de color arena. Un «look» perfecto para salir «de maniobras» junto a las inseparables compañeras de batalla de su familia en su día a día, sus dos perritas teckel de pelo corto, «Wilma» y «Rumba».

Rafael y su mujer, Laura Vecino, pasan el confinamiento en la Ciudad Condal, donde se mudaron, hace más de cinco años, junto a sus mellizos —Rafael y Laura, que ya tienen siete años— y sus dos perritas.

El matrimonio, que el próximo mes de octubre celebrará su décimo aniversario de boda, trabaja en la industria de la moda y ha encontrado allí su sitio, aunque continúa pasando temporadas en la capital. «Vivo en Barcelona, pero sigo pasando mucho tiempo en Madrid y otras ciudades. Supongo que el hecho de estar feliz en ella y el ser una ciudad apasionante hace que mi creatividad esté más activa», nos contaba, a principios de año, Laura sobre su trabajo como diseñadora y empresaria al frente de su firma.

Fotos: RAM

Junto a estas líneas, Rafael de Medina pasea por la calle con «Rumba», una de sus dos teckel, con una camiseta de Ejército, con la bandera de España en la manga, y pantalón cargo en color arena



# CAYETANO RIVERA

## DENUNCIA ANTE LA GUARDIA CIVIL LAS AMENAZAS DE MUERTE RECIBIDAS POR ÉL Y SU FAMILIA

**L**A pesadilla de Cayetano Rivera parece no tener fin. Al incierto futuro de la tauromaquia, a causa de la pandemia, se suma el agrio momento que vive debido a su última polémica con algunos antitaurinos que han vertido, contra él y su familia, descalificaciones y amenazas de muerte, hechas públicas por el torero en sus redes sociales. «Decidí hacer todo esto público para concienciar a la gente de que existen estas personas y de que están ahí. Además de que están locas, puede haber personas que lleven esas amenazas a los hechos», contaba el diestro en «Espejo público». Llegados a este punto, y tal como había anunciado, Cayetano ha decidido poner en manos de la Justicia dichas advertencias recibidas con tonos amenazantes, además de presentar una denuncia en el cuartel de la Guardia Civil de Mairena del Alcor (Sevilla). Al parecer, el hijo de Carmina Ordóñez estaría harto de esta situación y muy enfadado, por lo que llegará hasta el final con sus acciones judiciales.

Fotos: LAGENCIA/EUROPAPRESS

**Cayetano Rivera está harto y muy enfadado, por lo que llegará hasta el final con sus acciones judiciales tras las descalificaciones recibidas en las redes sociales por parte de algunos antitaurinos. A la derecha, el torero fotografiado a la salida del cuartel de la Guardia Civil de Mairena del Alcor (Sevilla), localidad en la que está pasando el confinamiento junto a su mujer, Eva González, y su hijo, Cayetano**



# AITANA SÁNCHEZ-GIJÓN

## PASEO Y YOGA EN PLENA CALLE, JUNTO A SU MARIDO, TRAS PASAR EL CORONAVIRUS

Después de confesar que ha pasado la enfermedad, la popular actriz ha estallado contra aquellas empresas que buscan lucrarse con la crisis sanitaria

Aitana y su marido, Alejandro Lucadamo, salieron a dar un paseo por los alrededores de su domicilio, en Madrid. Al llegar a un rincón más apartado, el artista argentino, padre de los dos hijos de la actriz, no dudó en realizar una complicada asana de yoga (derecha)

**A**ITANA Sánchez-Gijón y su marido, Alejandro Lucadamo, ya han salido a pasear y a hacer deporte por las calles de Madrid, donde incluso el pintor y escultor argentino aprovecha para realizar asanas de yoga, ajeno a todas las miradas.

La actriz ya está recuperada tras haber pasado el COVID-19, tal y como ella misma confesó en un mensaje que compartió con sus seguidores, denunciando a aquellos que buscan lucrarse con la crisis del coronavirus: «Es indignante que haya gente que se lucra con las desgracias. Ya lo venimos viendo con el aumento del precio de mascarillas o de los guantes de lá-

tex». La popular intérprete de «Velvet» desveló que se había hecho un análisis serológico, en un laboratorio privado, para determinar si ya tenía los anticuerpos y, de esta forma, «no contagiar a nadie» y «poder abrazar a mi madre con tranquilidad cuando pueda volver a verla».

Aitana aclaró que decidió pagarse el test debido a que «el Gobierno no puede asumir en estos momentos análisis para toda la población». El precio de la prueba fue lo que la indignó, ya que, subrayó, «la semana pasada esta prueba costaba 40 euros y hoy me han cobrado 60 euros».

Fotos: LAGENCIA



Tras la muerte de Beatrice von Hardenberg en medio de la pandemia

# OLIVIA DE BORBÓN EL FINAL DE UNA PESADILLA: DOS MESES DESPUÉS, LE ENTREGAN LAS CENIZAS DE SU MADRE

Primer paseo junto a su marido, Julián Porras-Figueroa, y sus hijos, Flavia y Fernando Enrique

Coincidiendo con las medidas de relajación del confinamiento, Olivia de Borbón y su marido, Julián Porras-Figueroa, han salido a dar un paseo por Marbella junto a sus dos hijos, los pequeños Flavia y Fernando Enrique. Ellos son la gran alegría de Olivia y quienes la están ayudando a superar los difíciles momentos de los últimos meses

**P**OCO a poco, Olivia de Borbón recupera la normalidad. En febrero, la hija mayor del duque de Sevilla perdió a su hermana, Cristina, y un mes después, en medio de la pandemia de coronavirus, a su madre, Beatrice von Hardenberg. Por si fuera poco, Olivia tuvo que sufrir otra odisea: la de no poder despedirse de su madre como ella quería y la de tener que luchar con las autoridades para que le entregaran las cenizas de su ser querido. Hace unos días, tras semanas de gestiones, finalmente lo consiguió.


Después de pasar por todo esto, Olivia empieza a hacer vida normal. Coinci-

diendo con las medidas de relajación del confinamiento, la aristócrata y su marido, Julián Porras-Figueroa, han salido a dar un paseo por Marbella junto a sus dos hijos, los pequeños Flavia y Fernando Enrique. Ellos son su gran alegría y quienes la están ayudando a superar los difíciles momentos que ha vivido en los últimos meses.

Cargados con cubos y palas, Olivia y su familia se acercaron hasta una zona del paseo marítimo de Marbella, cerca del lugar donde residen, y pudieron pisar la arena y divertirse durante unas horas.

Fotos: GTRES





Tras su separación, en abril del año pasado, la cantante británica comenzó su gran transformación con una estricta dieta hipocalórica y la ayuda de un entrenador personal

#### LAS BASES DE LA DIETA «SIRTFood»

Desarrollada en 2016 por los nutricionistas Aidan Goggins y Glen Matten, se basa en el consumo de alimentos ricos en enzimas sirtuinas, como manzanas, trigo sarraceno, arándanos, col rizada, aceite de oliva virgen extra, cebollas rojas, perejil, rúcula, pavo, gambas, té verde... Además, permite otros prohibidos en la mayoría de las dietas, como chocolate, café y vino. Según sus creadores, las enzimas sirtuinas, que regulan los procesos metabólicos, mejoran la capacidad de quemar grasas, incrementan el músculo, retrasan el proceso de envejecimiento de las células y activan el metabolismo. Ha de realizarse siempre bajo la supervisión de profesionales y consta de dos fases, la primera de ellas es la más estricta y, poco a poco, se van introduciendo más alimentos.



## ADELE LAS CLAVES DE SU NUEVA Y COMENTADA IMAGEN TRAS PERDER SETENTA KILOS

**D**ESPUÉS de varios meses sin dar señales de vida, Adele reaparecía la semana pasada, con motivo de su treinta y dos cumpleaños, con una imagen que ha dejado a todo el mundo boquiabierto y preguntándose «¿realmente es ella?». Las pasadas Navidades ya sorprendía con una nueva silueta y, ahora, más delgada todavía, la cantante británica está casi irreconocible en esta fotografía, que ha dado la vuelta al mundo, en la que luce tizado con un minivestido negro, tras haber perdido, según apuntan, casi setenta kilos.

Un cambio radical que no ha ocurrido de la noche a la mañana. Hace un par de años, comenzó a cuidarse, sin embargo, la increíble transformación comenzó la pasada primavera, una época en la que anunciaba su separación de Brian Konecki, tras siete años de relación y una boda sorpresa, en 2016. Al parecer, tras la ruptura, no solo decidió dar un giro a su vida sentimental, sino también a sus hábitos alimenticios, según dicen,

para estar lo más saludable posible, motivada por su hijo, Angelo, de siete años.

Detrás de esta nueva silueta hay mucho esfuerzo, deporte y una dieta hipocalórica muy estricta llamada «Sirtfood», que ha llevado con el seguimiento de nutricionistas. Su entrenadora personal, Camila Goodis, contaba hace unos meses que la intérprete de «Someone like you» está haciendo ejercicio, como pilates, pero que, sobre todo, ha bajado de peso gracias a la dieta, en la que las primeras semanas se reduce mucho la ingesta de calorías (tan solo 1.000). «Se ve increíble, ha cambiado su estilo de vida y su dieta», afirmaba.

Adele comienza ahora una nueva vida no solo con nueva imagen: hace unas semanas, firmaba su divorcio —con una fortuna en juego de 160 millones de euros y sin acuerdo prenupcial—, del que no han trascendido los detalles porque han querido llevar este duro trámite con la mayor discreción.

Fotos: GETTYIMAGES/@adele

# IRINA SHAYK Y SU HIJA LEA DE SEINE PASEANDO A MAMÁ

La supermodelo y su hija,  
fotografiadas en las calles  
de Nueva York



**D**EBIDO a la pandemia mundial, Irina Shayk puede dedicarse ahora en cuerpo y alma a su pequeña, Lea de Seine. La supermodelo y su niña han sido fotografiadas mientras daban un paseo por las inmediaciones de su domicilio, en Nueva York. Una breve salida en la que la hija de la «top model» rusa y del actor Bradley Cooper lo pasó en grande con su mamá. Tras salir de casa, plácidamente sentada en su carrito, la pequeña, que ya tiene tres años y una preciosa melena rubia, decidió que quería intercambiar los papeles con su madre y que esta ocupara su sitio mientras ella empujaba la sillita de paseo. Madre e hija iban vestidas para un día de lluvia, Irina con gabardina y Lea con botas de agua, y llevaban también las mascarillas recomendadas por la autoridades sanitarias, aunque cuando vieron que no había nadie a su alrededor, decidieron quitárselas.

Recientemente, Irina fue fotografiada, también en Manhattan, junto a Vito Schnabel, unas imágenes que provocaron un sinfín de suposiciones sobre la naturaleza de su relación. Aunque no se les ha vuelto a ver juntos, los dos están solteros, por lo que el marchante de arte podría ser la nueva ilusión de la modelo.

Fotos: GTRES

Irina Shayk y Lea de Seine pasearon por las inmediaciones de su casa, en Nueva York, y, en un momento dado, cambiaron los papeles (arriba). Madre e hija llevaban sus mascarillas (a la derecha), retirándoselas de la cara cuando veían que no había nadie alrededor

# GOLDIE HAWN, KATE HUDSON Y RANI ROSE ABUELA, HIJA Y NIETA DE UNA DE LAS FAMILIAS MÁS QUERIDAS DE HOLLYWOOD, POSAN JUNTAS POR PRIMERA VEZ

«La cualidad que más me gustaría que Rani heredara de mi madre es su capacidad de reír», dice Kate

EN medio del ajetreo de un estudio fotográfico, en un día fresco de Los Ángeles de principios de febrero, Rani Rose Hudson Fujikawa, de apenas dieciséis meses de edad, grita mientras camina hacia su abuela Goldie Hawn, a quien sus seis nietos llaman cariñosamente «GoGo». Ella sonríe enternecida mientras observa cómo su hija, Kate Hudson, lanza a Rani de nuevo a sus brazos. Como la mayoría de los estadounidenses, estas tres generaciones de mujeres no tenían idea de que gran parte del país estaría pronto en confinamiento, luchando contra la pandemia del coronavirus. «Definitivamente, es un momento interesante para reflexionar sobre lo que es realmente importante», dice dos meses después Kate, de cuarenta y un años, desde la casa de Los Angeles que comparte con el padre de Rani, el músico Danny Fujikawa, de treinta y tres años, y con sus hijos, Ryder, de dieciséis, y Bing, de ocho, nacidos de relaciones anteriores.

Goldie, de setenta y cuatro años, se encuentra ahora aislada con quien ha sido su pareja desde hace treinta y siete, Kurt Russell, de sesenta y nueve años. La actriz comenta que superar esta crisis ha significado centrarse en «la meditación, la crianza, la bondad amorosa para todos en mi corazón y quedarme a salvo en casa». La incertidumbre ha hecho que la familia esté más unida y sus miembros más agradecidos entre sí. «La vida nunca se había percibido tan frágil —dice Kate— y no quiero perderme nada de lo bueno que tiene». Después de que Rani se retirara de la sesión de fotos para dormir una siesta, Goldie y Kate se sentaron para hablar abiertamente de su relación, entre digresiones y muchas risas, tal y como ha publicado la revista «People».

—GOLDIE: Cuando supe que íbamos a estar en la portada, me puse nostálgica, porque ya lo habíamos hecho antes.

—KATE: Y ahora con la pequeña Rani Rose. Es muy emocionante, las tres generaciones.

—G.: Cuando tu hija tiene una hija, es algo muy grande.

—K.: Ya había muchos niños...

—G.: Ya tenemos demasiados niños. (Los hermanos de Kate son los actores Oliver Hudson, de cuarenta y tres años, y Wyatt Russell, de treinta y tres, y el otro hijo de Kurt, Boston, de cuarenta). ¿Recuerdas que una noche nos quedamos en casa y los chicos fueron a hacer «motocross»?

—K.: Un viaje de chicos a San Diego.

—G.: Entonces nos dijiste a mí y a Rani: «Nosotras haremos un viaje de chicas».

—K.: Este va a ser muy diferente. Y tenemos que llevar suficientes zapatos, porque esa es la obsesión de Rani.

—G.: Tus zapatos son como edificios. No sé cómo puedes caminar con ellos.

—K.: Siempre que mi madre se asoma a mi armario dice: «¿Cómo puedes ponerte esto?».

—G.: ¡Me siento enana!

—K.: Cuando veníamos de camino, recordé la primera vez que hice una portada, con mamá (en mil novecientos noventa y seis). Luego, estuve pensando en Rani: «Me pregunto qué es lo que ella decidirá hacer con su vida».

—G.: ¡Me acuerdo! Las dos llevábamos «jeans».

—K.: Un día llegué a casa después de la escuela y mamá me dijo: «Ven a hacerte una foto», y resultó ser una portada. Más tarde pensé en que aquello fue un interesante empujón para mi carrera. De hecho, mi madre me cedió ese espacio para poder ayudarme a sentirme lo suficientemente segura y para hacerme saber que yo era dueña de mi vida. Y hoy, aquí estamos, con la pequeña Rani. Ahora pienso: «Wow, espero poder cederle a Rani el escenario de la misma manera».

«MI MEJOR ANIMADORA»

—G.: Gracias, cariño.

—K.: Es verdad. Mamá fue mi mejor animadora. Y me hizo pensar en Rani cuando veníamos en el coche. Espero darle esa clase de confianza, ¿sabes?

Las dos mujeres admiten que tienen estilos muy diferentes de ejercer la maternidad.

—G.: Soy más indulgente, mucho más indulgente.

—K.: Yo soy muy estricta.

—G.: Ella es Atiila el Huno (ríen).

—K.: Fuiste estricta cuando necesitabas serlo. Siempre fuiste honesta.

—G.: Me enfadaba cuando había comportamientos sin amabilidad. Nunca me molesté por los errores.

—K.: Creo que soy una persona más estructurada, probablemente, ¿cierto?

—G.: Lo eres. Igual que tus zapatos (risas). Dibujas tus mapas de ruta con mucha firmeza. Y creo que eso es muy bueno. Mira, nuestros niños son nuestros mejores maestros. Y como madres, debemos estar abiertas para aprender, porque no lo sabemos todo. Un día... ¡pero si ya tienes un hijo adolescente! Y es tan inteligente.

—K.: Él es asombroso

—G.: Pero él no eres tú. Y tú no eres yo. Y ese es un aspecto que siempre debemos recordar.

—K.: El mejor consejo que me has dado fue cuando estaba embarazada de Ryder. Estábamos en casa y me preguntaba: «¿Por qué me siento tan triste?». Mi madre respondió: «Porque en el momento en que salen de tu cuerpo ya no te pertenecen». Creo que fue la cosa más poderosa que me has dicho.

—G.: Está aprendiendo a dejar ir. Creo que muchas madres, especialmente con sus hijas, se sienten impotentes cuando creen que ya no se las necesita.

—K.: ¡Yo necesito a mi madre! (risas).

(SIGUE)

20 Una imagen única de Goldie Hawn, de setenta y cuatro años; su hija, Kate Hudson, de cuarenta y uno, y su nieta, Rani, de dieciséis meses, que, según nos cuenta su madre, «puede llegar a ser muy simpática y es increíblemente habladora». «Su nueva palabra favorita es “no”, por supuesto... Y tengo el presentimiento de que va a ser su preferida por un tiempo», dice Kate. «El amor que hay en mi corazón por mis hijos es una alegría que no se puede cuantificar», afirma Goldie





**KATE:** «Mamá siempre me ha dicho: “Nunca dejes que un hombre opaque tu luz”»



—G.: Cuando mi hija iba a nacer, me pateó tan fuerte que decidí cambiar su nombre, porque era dura. Había pensado llamarla Rebecca, y cuando íbamos por la autopista cuatrocientos cinco me dije: «No, esta es una Kate».

—K.: La llegada de Bing fue realmente asombrosa porque era la primera vez en nuestra familia que alguien nacía de forma natural. Y tú tenías que estar ahí.

—G.: Yo estaba tan feliz de haber sido invitada.

—K.: Estábamos convencidos de que era una niña, hasta que él salió.

—G.: Lo vi nacer y observé... un pene. Luego, lo envolví en la manta rosa que tejí mientras lo esperaba.

—K.: La tercera vez estaba segura: «Voy a ser mamá de un niño». Así que hicimos una revelación, y ¡Dios mío!, estaba en «shock», muy emocionada.

—G.: Cuando tuvo a Rani, yo estaba allí, muy cerca (risas).

—K.: Cada minuto de aquel nacimiento fue realmente hermoso.

#### «UN EJEMPLO A SEGUIR»

Cuando se trata de «fitness» y salud, Goldie siempre ha sido un modelo a seguir para Kate, que es portavoz del programa de bienestar de WW (Weight Watchers).

—G.: No es lo que dices, es lo que haces, ¿verdad? Como padres, debemos comportarnos de la manera en que hablamos, así les enseñamos.

—K.: Yo siempre estaba como (mueve su cabeza de lado a lado): «Mamá, mamá, mamá, mamá. ¡Mamá! Mamá». Ella no sabía estar quieta.

—G.: No me acuerdo. Es gracioso, soy hiperactiva. Tengo que moverme, tengo que salir... Sin mencionar el sexo...

—K.: Nosotras hablamos mucho de sexo

—G.: Así es. En cierta ocasión, cuando eras muy

joven, estábamos en el coche y te dije: «Quiero que entiendas algo sobre mamá: no soy una mojigata, me encanta el sexo».

—K.: Oh, es cierto. Y luego dijiste: «El sexo es muy divertido. Pero es mejor cuando es con una sola persona». Y esa fue una buena lección. Tú y papá habéis estado juntos durante tanto tiempo... y a veces me pregunto: «¿Cómo lo hacéis?». Aún estoy trabajando en eso.

—G.: Todo el mundo está trabajando en ello.

—K.: Pero lo que es hermoso es que lo haces. Estar a la altura de eso es una verdadera meta. Solo el hecho de que hayan podido mantener la unidad para todos nosotros, también en tiempos difíciles, los hace ser el centro de todas nuestras vidas.

—G.: Es muy importante cuando quieres criar una familia. Cuando tienes hijos y estás junto a un hombre que los ama, es un vínculo muy sólido.

**(SIGUE)**

**GOLDIE:** «Creé un programa para ayudar a los niños a entenderse a sí mismos y a ser felices. Lo que creas es lo que eres. Lo principal que te tienes que preguntar en la vida es ¿qué es lo que quiero?, ¿cuál es mi propósito?»



Goldie Hawn y su compañero desde hace treinta y siete años, Kurt Russell, coprotagonizaron «Overboard», en 1987. El suyo es un amor de película: «La otra noche me miró y me dijo: “No puedo creer lo hermosa que eres”», cuenta Goldie. Derecha, Goldie y Russell con Rani, pocos días después de nacer esta: «Llegó y todo era perfecto», revela la feliz abuela. Arriba, Goldie Hawn junto a Kurt Russell, sus hijos, Oliver y Kate Hudson y Wyatt Russell, y sus nietos Wilder, Rio, Bing, Ryder y Godhi, en la gala anual de la Fundación Goldie Hawn, en 2016





**«Cuando tuvo a Rani, yo estaba allí, muy cerca», dice Goldie. «Cada minuto de aquel nacimiento fue realmente hermoso», recuerda Kate**

Kate Hudson, de cuarenta y un años, comparte casa en Los Ángeles con el padre de Rani, el músico Danny Fujikawa, de treinta y tres años, y con sus hijos Ryder, de dieciséis, y Bing, de ocho, nacidos de relaciones anteriores de la actriz (arriba). «Lo más hermoso de mi madre son sus ojos», afirma Kate: «Cuando te regala su mirada amorosa, no existe mejor sentimiento»

GOLDIE: PELLUQUERÍA: KACEY WELCH; MAQUILLAJE: JOEY MAALOUF; THE ONLY AGENCY/KATE: LONA VIGI, VIRTUE LABS, SWA AGENCY; MAQUILLAJE: DEBRA FERULLO, TRACEY MATTINGLY/GOLDIE & KATE: MANICURA: QUEENIE NGUYEN, ESSIE, NAILING HOLLYWOOD. PROP. ESTILISMO: DANIELLE VON

**KATE:** «Hace mucho tiempo, yo decía: “No me parezco nada a mi madre”. Ahora, cuando digo algo pienso: “Oh, Dios mío, sueño como ella”. Y quiero decir que ahora me siento feliz de ser como mi madre»



—K.: Mamá siempre me decía: «Nunca dejes que un hombre opaque tu luz». Eso es lo que me dio mi mamá.

**«SOLO QUIERES QUE SEAN FELICES»**

—K.: La mayor similitud entre nuestros estilos de crianza es la amabilidad. Somos muy estrictas en tener empatía con la gente. Por otra parte, solo quiero que mis hijos sean felices y sean buenas personas en el mundo.

—G.: Y se sienten conectados, ¿sabes? A veces

Kurt comentaba que yo no era lo suficientemente estricta y decía: «Solo quieres que todos sean felices». ¿Y adivina qué he hecho con mi vida? Creé un programa (MindUP) para ayudar a los niños a entenderse a sí mismos y ser felices. Lo que creas es lo que eres. Lo principal en la vida que te tienes que preguntar es ¿qué es lo que quiero?, ¿cuál es mi propósito? Y todas esas cosas, en realidad, se suman a una vida plena.

—K.: Eso me gusta, mamá

—G.: ¡Escríbelo!

—K.: Todos los días me siento como mi madre. Hace mucho, mucho tiempo, yo decía: «No me parezco nada a ella». Ahora, cuando digo algo, es como: «¡Oh, Dios mío! Sueño como ella». Y quiero decir que sí, ahora me siento feliz de ser como mi madre. La cualidad que más me gustaría que Rani heredara de mi madre es su capacidad de reír.

Entrevista: JULIE JORDAN/«PEOPLE»  
Fotos: COLIENA RENTMEESTER/TRUNK ARCHIVE  
©2020 TI Gotham Inc. Todos los derechos reservados.  
Bajo licencia de People y publicado con el permiso de TI Gotham Inc. Se prohíbe la reproducción total o parcial en cualquier idioma sin autorización escrita.

**Junto al Rey en el Día de la Liberación y al  
borde de las lágrimas**

## **LA ROMPEDORA IMAGEN DE LA REINA MÁXIMA DE LUTO, EN UN ÁMSTERDAM COMPLETAMENTE VACÍO**

**L**A Reina de los Países Bajos dejó atrás los colores primaverales, con los que ha puesto una nota de alegría a la cuarentena durante las últimas semanas, para conmemorar, de luto riguroso, el Día de la Liberación. Fecha en la que se recuerda la retirada del Ejército nazi del país y el fin de la segunda guerra mundial, en 1945.

Junto al Rey Guillermo, la monarca irrumpió, cabizbaja, en la histórica y desierta plaza Dam, de Amsterdam, donde guardaron un minuto de silencio y colocaron flores ante el Monumento Nacional. Una ceremonia, muy diferente y sin público, que dio paso a la proyección de algunos de los tristes testimonios de hijos y nietos de supervivientes de los campos de concentración.

Durante el solemne acto, marcado por la pandemia, Máxima no pudo evitar que las lágrimas se asomaran a sus ojos, mientras que el soberano hacía historia con un discurso —el primero de un Rey neerlandés en setenta y cinco años de ceremonia— en el que no faltó un guiño crítico a su bisabuela Guillermina, quien vivió los años de la contienda en Londres: «Se hace extraño que el Dam esté vacío, pero sé que estamos celebrando el día todos juntos. Durante estos meses excepcionales, hemos tenido que renunciar a una parte de nuestra libertad. Nuestro país no había visto algo así desde la guerra».

Fotos: CONTACTO/CORDON

Sobre estas líneas y a la derecha, Máxima en la histórica y vacía plaza Dam, donde conmemoró, junto al Rey, el Día de la Liberación, con el que se recuerda la retirada del Ejército nazi de los Países Bajos. La Reina vistió de negro y largo y llevó un sombrero de fieltro estilo «fedora»



# GUERLAIN

MAXIMIZA LA LUMINOSIDAD DE TU JUVENTUD

## ABEILLE ROYALE

ACEITE & SÉRUM  
JUNTOS, MÁS QUE UN DÚO



LA PIEL ESTÁ MÁS LISA **97%**

LA PIEL ESTÁ MÁS LUMINOSA **87%**

LA PIEL ESTÁ MÁS TERSA **85%**

DESDE LOS 7 DÍAS, DOTADA DEL PODER REPARADOR DE LAS MIELES Y DE LA JALEA REAL GUERLAIN, LA PIEL PARECE MÁS JOVEN. \*\*

**ETAPA 1: ACEITE ACUOSO DE JUVENTUD.** Su fórmula revolucionaria **reconstruye al instante** la piel desde su corazón. Está perfectamente preparada para recibir el sérum cuya **difusión y eficacia se ven maximizadas**.

**ETAPA 2: SÉRUM DOUBLE R RENEW & REPAIR.** Su tecnología doble exclusiva con efecto **peeling y lifting** alisa, reafirma e ilumina tu piel.

ABEILLE ROYALE, REVITALIZACIÓN NACIDA DE LA CIENCIA Y LA ABEJA

\* Aceite Acuoso de Juventud y sérum Double R Renew & Repair utilizados al mismo tiempo, prueba de autoevaluación, 60 mujeres, 2 aplicaciones diarias durante un mes en Japón.

\*\* Pruebas in vitro con ingredientes.

Meghan lee el libro preferido de Arch y Harry, detrás de la cámara, celebra los primeros balbuceos de su hijo en español: «¡Bien! ¡Bravo!»



Las primeras fotos de su nueva vida en Los Ángeles

## ARCHIE EL NUEVO PRÍNCIPE DE HOLLYWOOD, CUMPLE UN AÑO

Claves y secretos de unas imágenes muy esperadas, que han sorprendido al mundo por sus claros mensajes

**A** RCHIE acaba de celebrar su primer año. Doce meses, cargados de cambios y lugares de residencia, en los que ha ido creciendo detrás de las cámaras. De ahí la gran expectativa creada por verlo de nuevo y descubrir a quién se parece, tras seis meses sin imágenes.

En lugar de las tradicionales fotografías, los duques enmarcaron su gran día con un vídeo que fue grabado por su padre. En él se ve al pequeño sentado en el regazo de Meghan, mientras esta, convertida en «cuentacuentos», le lee «¡Pato! ¡Conejo!», de Amy Rosenthal.

Archie, simpático y curioso, sonrío, «ayuda» a pasar las páginas y, también, intenta ir por libre atrapando y dejando caer dos veces otro libro, que pilla al vuelo. Momento en el que Meghan, intentando centrar su atención, descubre que lo llaman «Arch».

Enfocados cada vez más en su faceta solidaria, los duques han querido vincular su reaparición con una iniciativa benéfica —@savewithstories—, lanzada en Estados Unidos por Jennifer Garner, para dar a conocer el trabajo de Save The Children y recaudar fondos para niños durante la pandemia. Un gesto que la actriz les agradeció con un mensaje: «Queridos Meghan y Harry, gracias por compartir a vuestro precioso hijo con el mundo y permitirnos celebrar su primer cumpleaños... «Viéndote comentar los dibujos mientras tu inteligente Archie pasa las páginas nos animas a todos...».

### LAS SORPRESAS DE ARCHIE

Archie tenía seis meses cuando se «despidió» de Inglaterra. No ha pasado ningún tiempo significativo con la Reina, su abuelo, tío o primos —desde junio no ha vuelto a ser fotografiado con su familia paterna— y, por deseo de sus padres, se está criando, a miles de kilómetros de los Windsor. Primero, en Canadá y, ahora, en Estados Unidos, de donde nos llegan las primeras imágenes.

(SIGUE)



¡Hora del cuento! Master Archie Mountbatten-Windsor ha cumplido un año y, para celebrarlo, los duques han compartido un vídeo en el que se ve a Meghan leyéndole «Duck! Rabbit!» —«¡Pato! ¡Conejo!»—. La duquesa viste camisa vaquera y «short» beis y Archie, que aparece sobre su regazo, nos muestra que es muy simpático y curioso y, también, sus primeros dientes cuando sonrío a su padre, al que se parece muchísimo

**Meghan deja atrás su armario de duquesa, sorprendiendo con su cambio radical de imagen —sin maquillar y luciendo canas—, y Archie, reaparece vestido con un bodi**

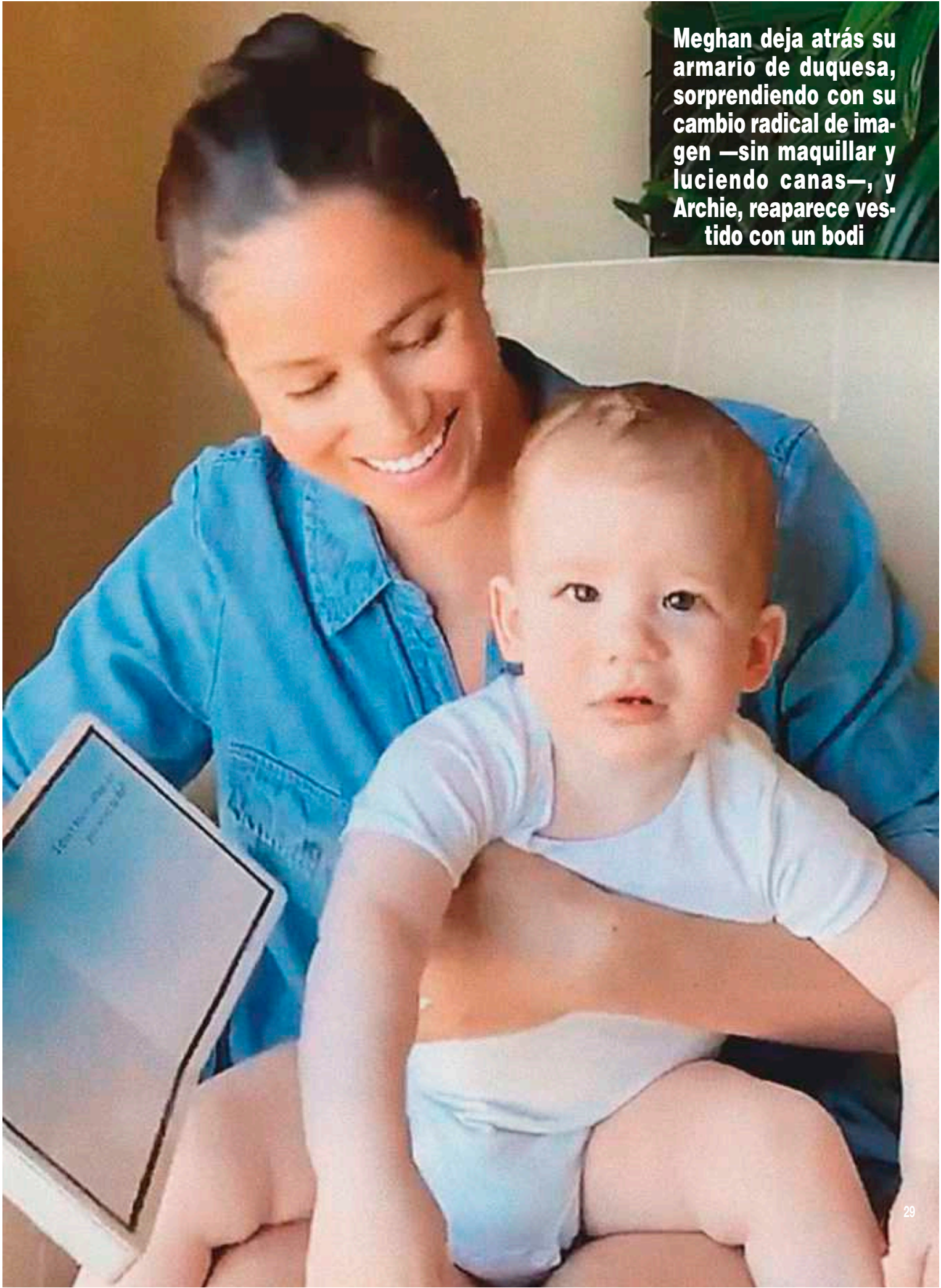




FOTO: CHRIS ALLERTON/SUSSEXROYAL @THEROYALFAMILY



FOTO: CHRIS ALLERTON/SUSSEXROYAL @CLARENCEHOUSE



FOTO: CHRIS ALLERTON/SUSSEXROYAL @KESINGTONROYAL

A miles de kilómetros de California, la familia Windsor felicitó a Archie con fotos y cariñosos mensajes. La Reina, con la imagen del día que conoció a su octavo bisnieto junto a su marido —arriba, con los duques de Sussex y la madre de Meghan, Doria—; el príncipe Carlos, con un retrato junto a Harry y Archie, el día de su bautizo —julio de 2019—, y Guillermo y Kate con una imagen de familia —con las hermanas de la princesa Diana—, realizada en el mismo día en el castillo de Windsor



30



Aunque no lo han visto desde noviembre, los Windsor no se olvidan del pequeño y lo felicitan, desde Londres, con mensajes muy cariñosos

Harry y Meghan reescriben su historia en «Encontrando la libertad», una esperada biografía que promete contar la verdad y revelar aspectos desconocidos de su vida

### LOS MENSAJES

- **MÁXIMA NATURALIDAD:** Meghan aparece en el video con camisa vaquera y pantalón corto, ofreciendo una imagen acorde con el momento —California e intimidad hogareña—, pero también lanzando un mensaje: han empezado a vivir la vida a su manera y no tienen que seguir ninguna regla. Acorde con su estilo —camisa vaquera, «shorts» y pulseras de tela—, la duquesa va también sin maquillaje y con el pelo recogido en un moño. Empieza a tener canas, con treinta y ocho años, pero no las quiere disimular.
- **UN NIÑO MÁS:** Archie reaparece, al cumplir un año, como un niño más, después de seis meses de vida «errante» y sin imágenes. Los duques nos lo presentan en bodi y pañal, sin galas de «príncipe», reflejando su nueva situación y vida.
- **PADRES ENTREGADOS:** Por otro lado, también demuestran que son los que se están ocupando de criar y educar a su hijo. Las imágenes reproducen un momento que parece cotidiano y reflejan, además, el papel de una madre-actriz, acostumbrada a leer con diferentes tonos para captar la atención de su pequeño.
- **SOMOS DIFERENTES:** Los duques, rompedores de tradiciones, no han enmarcado el aniversario con fotos, sino que lo han hecho con un video solidario, dando a su hijo un papel activo, en beneficio de otros niños y abriendo un nuevo camino de posibilidades. Entre ellas, la de su nueva iniciativa, Archwell. Nombre que se inspira en el de su hijo y combina «Arche» —«fuente de acción», en griego— con «Well» que, en inglés, significa «bien, bueno, adecuado».
- **HARRY ESTÁ FELIZ:** No sale en las imágenes y pone el foco en Meghan y en su hijo (ellos son lo más importante de su vida), pero es testigo de la escena detrás de la cámara con la que está grabando el video. Solo se escucha voz y su risa de vez en cuando, y no necesita más que decir «¡Bravo, bien!», al final, cuando su hijo le sonrío mostrando sus primeros dientes y balbuceando «da, da», para contar que es un hombre encantado y feliz.



Fue el bebé más esperado de todos los tiempos en el reino de Isabel II y noticia permanente durante todo el embarazo, el más documentado en la historia real. Nueve meses, llenos de incógnitas y expectación, en los que Meghan rompió con todas las reglas, abriendo camino a las incesantes críticas.

Igualmente, todo bastante medido, hasta que decidieron que su hijo naciera en «secreto». Los duques querían que su momento fuera privado y sin foto de familia y cambiaron Saint Mary's, el centro de referencia de la Familia Real, por el hospital de Portland, aunque esto se descubrió mucho después.

#### SIN TRADICIÓN REAL

Archie nació el 6 de mayo de 2019 y fue presentado, dos días después, en el castillo de Windsor, dando lugar a una imagen sin precedentes: la Reina y el príncipe Felipe conociendo a su bisnieto ante la madre de Meghan.

Los duques tampoco siguieron la tradición real a la hora de elegir nombre y rechazaron todas las distinciones, aunque su hijo podía haber sido príncipe, con intervención de la Reina, o conde de Dumbarton. Asimismo, Archie también tuvo un bautizo a puerta cerrada, en Windsor, sin la presencia de Isabel II y sin público en el exterior. Además, los duques tampoco quisieron revelar el nombre de los padrinos, que, se cree, no incluyen a ningún miembro de la Familia Real.

#### LA BIOGRAFÍA

Con su primer viaje a Sudáfrica, cuando tenía cuatro meses, batió un récord al convertirse en el bebé más joven en realizar una visita oficial al extranjero, pero también marcó el antes y el después de la familia. Sus padres confesaron que no eran felices y, finalmente, llegó la ruptura. Una decisión sin precedentes que dejó en «shock» a Palacio y a Gran Bretaña.

Un país que dejaron atrás, pero al que «prometen» volver de alguna manera, con el lanzamiento de una biografía de 368 páginas: «Finding Freedom: Harry, Meghan and the Making of a Modern Royal Family» («Encontrando la libertad: Harry, Meghan y la creación de la Familia Real moderna»). Un libro escrito por dos periodistas próximos a los duques, Omid Scobie y Carolyn Durand, con la colaboración de las personas más cercanas a los duques y «un acceso único» al matrimonio. Disponible para prepedido, aunque con fecha de lanzamiento el 11 de agosto, «Finding Freedom» promete contar su «verdadera historia» y desvelar detalles desconocidos sobre la vida de los duques: desde el compromiso a la ruptura con la Familia Real.

Fotos: PHOTONE/GTRES/GETTY IMAGES



En la otra página, abajo, Harry y Meghan con Archie. La foto con el príncipe fue tomada en Canadá, en Navidad, y la de la duquesa en Sudáfrica (octubre de 2019), un viaje en el que abrieron la puerta a su cambio de vida. Arriba, la portada de su biografía («Encontrando la libertad: Harry, Meghan y la creación de la Familia Real moderna»). La foto de la cubierta se hizo durante su primera visita oficial a Sussex, en octubre de 2018 (derecha)



**Atrás, bajo la lluvia, en la apartada localidad de Windsor, queda Frogmore Cottage, la casa de campo que se les asignó a los Sussex tras renunciar a su apartamento en el palacio de Kensington**



Junto a estas líneas, Harry y Meghan trabajando como voluntarios en Los Ángeles. Arriba, las vistas aéreas de su nueva y fabulosa mansión, estilo Toscana, en Hollywood, y a la derecha, Frogmore Cottage, la casa que dejaron en el Reino Unido



**Está valorada en 18 millones de euros, pertenece al millonario actor, director y productor Tyler Perry, y Oprah Winfrey ha sido la intermediaria**

**ASÍ DE ESPECTACULAR ES LA MEGAMANSIÓN DONDE VIVEN**

**HARRY Y MEGHAN EN HOLLYWOOD**

**En una exclusiva urbanización privada, en las colinas de Beverly Hills, con ocho dormitorios, doce cuartos de baño, noventa mil metros cuadrados de terreno, jardín, piscina y unas envidiables vistas**



Erigida en lo alto de una de las colinas de Beverly Hills, la casa pertenece al actor y director Tyler Perry, famoso por su personaje de Madea (abajo, en dos posters de promoción de una de sus películas, «Madea's Big Happy Family»)

**H**AN tardado más de un mes en lograrlo, pero, finalmente, los implacables tabloides (contra los que Harry y Meghan han emprendido una cruzada legal) han descubierto dónde se alojan los duques de Sussex y la noticia no ha dejado a nadie indiferente. Se trata de una espectacular mansión, estilo Toscana, erigida en lo alto de una de las colinas de Beverly Hills, con ocho dormitorios, doce cuartos de baño, noventa mil metros cuadrados de terreno, jardín, piscina y unas envidiables vistas, valorada en 18 millones de euros, que pertenece al millonario actor, director y productor cinematográfico Tyler Perry.

No ha trascendido si Perry, que vive en Atlanta, les ha alquilado la propiedad o, simplemente, les ha invitado a utilizarla mientras encuentran una residencia permanente. Lo que sí se sabe es que la casa no está, ni ha estado, en venta y que los alquileres en esa zona rondan los cuarenta mil euros mensuales.

La urbanización Beverly Ridge Estates, muy cercana al aeropuerto privado de Van Nuys, es muy exclusiva: se compone de catorce propiedades de lujo y cuenta con un servicio de vigilancia las veinticuatro horas del día. Además, Mr. Perry tiene contratado su propio equipo de seguridad personal.

Al parecer, la intermediaria entre los duques de Sussex y Tyler Perry habría sido Oprah Winfrey, que es madrina de Bautismo de uno de los hijos de Perry e íntima amiga de la pareja (fue

una de las invitadas estrella a la boda real, el 19 de mayo de 2018, en Windsor).

Pero ¿será este el hogar definitivo de Harry y Meghan? Lo cierto es que, desde hace meses, la familia no ha tenido una residencia fija. Al regresar de su viaje a África, en noviembre, anunciaron que se tomarían seis semanas de vacaciones y se instalaron en una lujosa mansión en la isla canadiense de Vancouver. Pero pasaron las semanas y no volvieron a Inglaterra. En enero, cuando saltó la noticia de la ruptura de Harry y Meghan con la Corona, se empezó a especular con su marcha a Estados Unidos. La crisis del coronavirus y el cierre de fronteras precipitaron sus planes. A mediados de marzo, poco después de su último acto oficial en Londres, hicieron de nuevo las maletas y pusieron rumbo a California.

Atrás, bajo la lluvia, la soledad y el ensordecedor ruido de los aviones que despegan y aterrizan en el aeropuerto de Heathrow, en la apartada localidad de Windsor, queda Frogmore Cottage, la casa de campo que se les asignó a los Sussex tras renunciar a su apartamento en el palacio de Kensington.

No parece que la vayan a echar mucho de menos, si comparamos la recoleta propiedad que compró la Reina Charlotte, en 1790, con la moderna megamansión de Tyler Perry en Beverly Hills. Se acabó el mal tiempo, las agotadoras obligaciones y las molestas críticas. El sueño americano comienza por todo lo alto... de las colinas de Hollywood.

Fotos: LAGENCIA/PREMIER/CORDON





**EXCLUSIVA**  
Una joya con brillantes, en la recta final de su embarazo

## **MALÚ** **SU MISTERIOSO** **ANILLO, QUE** **PODRÍA SER DE** **COMPROMISO**

La cantante se prepara para dar a luz a su primera hija, fruto de su año y medio de relación con Albert Rivera

Sobre estas líneas, Malú y su madre, Pepi Benítez, en su última cita médica, en un hospital de las afueras de Madrid. A la derecha, la cantante y Albert Rivera, en julio del año pasado, cuando el expolítico recibió el alta médica tras pasar varios días ingresado por una gastroenteritis. En la otra página, el nuevo anillo que lleva Malú



**Y**A quedan pocos días para que Malú dé a luz a su primera hija, con la que empezará una nueva etapa en su vida y en su intensa historia de amor con Albert Rivera, iniciada hace año y medio. De ahí que la cantante acudiera, el pasado martes 5, a un hospital de las afueras de Madrid para realizarse una nueva revisión médica y comprobar que su embarazo evoluciona favorablemente. No lo hizo acompañada por su pareja, el expresidente de Ciudadanos, sino por su madre, Pepi Benítez, quien se encuentra pasando la cuarentena en el domicilio de la pareja. Ambas fueron a la cita resguardadas con una mascarilla sanitaria, para evitar posibles riesgos en esta pandemia. Además, Malú también se protegió del frío con un holgado abrigo blanco, con el que pudo cubrirse su

barriguita, ya en avanzado estado de gestación. No obstante, el elemento más sorprendente de las imágenes que acompañan estas líneas, tomadas en la puerta de dicho centro hospitalario, es el misterioso anillo que aparece en la mano izquierda de Malú, concretamente, en su dedo corazón.

### **NUEVA PIEZA DE SU JOYERO**

Se trata de una sortija con brillantes y de un estilo más formal, que se desmarca del aire «hippie» que suele distinguir a las joyas de Malú. Además, según ha podido comprobar ¡HOLA!, la cantante lleva este anillo desde hace escasas semanas: la primera vez que lo lució fue en la entrevista que concedió, el 29 de abril, a Cadena Dial, realizada desde su casa, aunque volvió a dejarse ver con él un día



## Desde hace solo dos semanas, la artista lleva esta nueva sortija con brillantes, que se aleja del estilo «hippie» que habitualmente tienen sus joyas

después, durante su intervención televisiva en «El Hormiguero». Sin embargo, en ambas ocasiones, la sortija pasó totalmente desapercibida. Otra curiosidad es que no la llevaba en la imagen que compartió el 15 de febrero desde su estudio de grabación. Por tanto, todo apunta a que se trata de una nueva pieza de su joyero. Dado que la cantante celebró su treinta y ocho cumpleaños el pasado 15 de marzo, podría ser un regalo que recibió por tal fecha. Incluso podría tratarse de un anillo de compromiso con Albert Rivera. Sin duda, este tipo de joyas suele entregarse en pedidas de mano, aunque el tiempo dirá si la pareja desea formalizar su relación. De ser así, sería la primera boda de ambos, pues no hay que olvidar que el expolítico no pasó por el altar durante sus veinte años de relación con la psicóloga Mariona Saperas, con la que tuvo a la pequeña Daniela, hace ocho.

### TRANQUILA ANTE EL PARTO

De momento, el mayor compromiso de Malú y Albert es volcarse en los cuidados de su primera hija en común, cuyo nacimiento es inminente. «A lo mejor, con un poco de suerte, nos saltamos ya esta pandemia. Yo estoy tranquila y confío muchísimo en nuestra sanidad», declaró la cantante hace dos semanas, en su última intervención televisiva, donde también aseguró que aún no está elegido el nombre de la pequeña: «Ese tipo de conversaciones las tendremos más adelante, cuando veamos un poco esa carita». Por otro lado, la artista también confesó las molestias que está sufriendo durante esta gestación: «Es cierto que estoy teniendo insomnio desde el principio y que ya empiezo a estar un poco más incómoda, pero está siendo fácil y cómodo».

Fotos: GTRES/RAMPRESS

© ¡HOLA! Prohibida la reproducción total o parcial de este reportaje, aun citando su procedencia





**D**ESDE que, el pasado 23 de abril, Alexia Rivas irrumpiera accidentalmente en una intervención televisiva de Alfonso Merlos —que había mantenido un noviazgo con Marta López, exconcurante de «Gran hermano»—, no han parado de ocupar titulares y, sin querer, han pasado a ser los protagonistas de la gran historia de la cuarentena, que ha dado la vuelta al mundo y siguen de cerca hasta en Hollywood. Desde entonces, la periodista del programa «Socialité» ha permanecido en el domicilio de Merlos, en Bohadilla del Monte (Madrid), y ambos han guardado silencio sobre su situación, dejando una pregunta en el aire: ¿se han quedado juntos porque no les quedaba más remedio, debido al confinamiento, o realmente hay una historia de amor entre ellos?

Convertidos en la pareja más buscada desde hace semanas, ahora, por fin, estas imágenes, las primeras juntos, nos dan la respuesta del mediático enigma, dejando claro que siguen adelante con su relación... y con paso firme. El pasado fin de semana, eran fotografiados mientras paseaban a «Iro», el perro que han adoptado, y sus gestos, sus besos y la actitud protectora por parte de Merlos no dejan lugar a dudas de que lo suyo va mucho más allá de un encuentro ocasional.

Esta es la primera vez que se les ve juntos, después del famoso fotograma que sacaba a la luz su historia y les hacía saltar a la primera línea del foco mediático. Según asegura su círculo más cercano, llevan saliendo un mes y esta situación, a la vez que

**(SIGUE)**



**EXCLUSIVA**

Las fotografías más buscadas

# ALFONSO MERLOS Y ALEXIA RIVAS LAS ROMÁNTICAS IMÁGENES QUE RESUELVEN EL MISTERIO DE LA HISTORIA MÁS COMENTADA

Llevan saliendo un mes y su relación se ha visto fortalecida tras la polémica, según asegura el círculo más íntimo de la pareja

Junto a estas líneas, Alfonso y Alexia sacan a «Iro», el perro que han adoptado. Durante su paseo vespertino, no se soltaron de la mano y protagonizaron románticos besos y abrazos





**Alfonso Merlos está muy pendiente de Alexia, que se encuentra de baja médica, y juntos continúan su historia de amor en el domicilio madrileño del periodista, donde pasan el confinamiento**



les ha afectado mucho, los ha fortalecido como pareja.

En estos momentos, él se ha convertido en el mejor apoyo de la periodista, quien se ha visto sobrepasada por las presiones a las que ha sido sometida y se encuentra de baja médica, tras acudir al hospital con un ataque de ansiedad, a finales de abril. Por su parte, Merlos, que también es un profesional del periodismo, sigue adelante como comentarista político y director de comunicación en el Colegio de Abogados de Madrid (ICAM), ajeno a todos los comentarios sobre su vida personal y volcado en su nueva vida con Alexia.

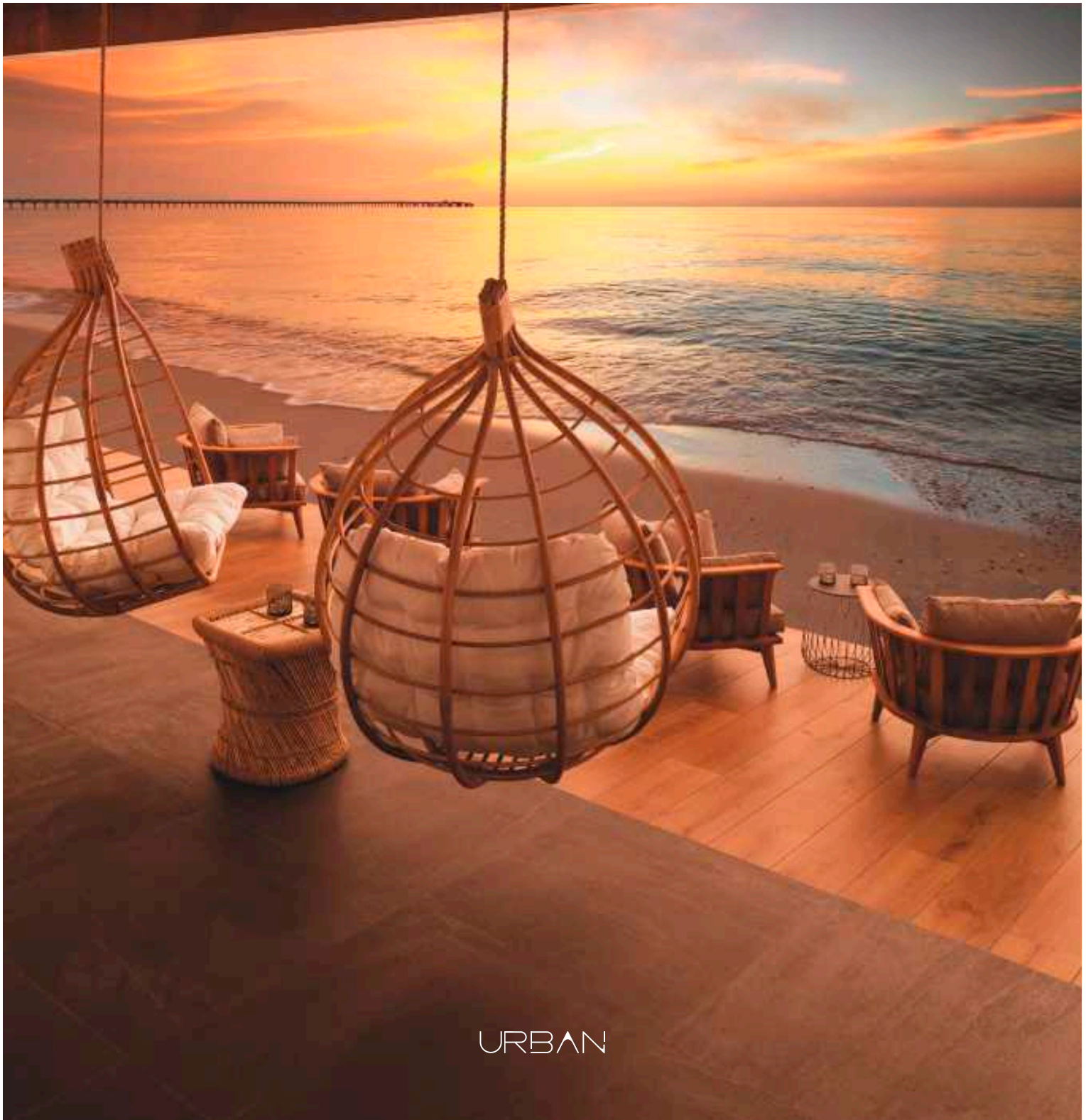
En los últimos días, ella ha retomado su actividad en las redes sociales, donde sus seguidores se han multiplicado, y ha dejado varios mensajes en sus «stories» que reflejan el momento que está viviendo. En uno de ellos, publicaba la imagen de un tatuaje que lleva en el brazo, en el que se puede leer «Esto también pasará», y en otro, la frase «Enamórate de alguien que es un lugar seguro y tu mayor aventura». También compartía una fotografía con el perro al que han adoptado, que se ha convertido en su gran compañero: «Yo no estoy ayudando a "Iro", él me está ayudando a mí. A sonreír, a creer que la vida es bonita, a levantarme».

Fotos: AGENCIAS

© ¡HOLA! Prohibida la reproducción total o parcial de este reportaje, aun citando su procedencia

**Su relación, que salía a la luz el pasado 23 de abril, durante una intervención televisiva del periodista, ha dado la vuelta al mundo e incluso ha sido comentada por en el programa en el que participa Whoopi Goldberg y en la revista «People»**





URBAN



PORCELANOSA Grupo

Starwood Vancouver Brown 25 cm x 150 cm / Venis Urban Black 80 cm x 80 cm

[starwoodporcelanosagrupo.com](http://starwoodporcelanosagrupo.com) / [venis.com](http://venis.com)

Fue su primera salida de palacio en solitario desde que comenzó el estado de alarma

## LA REINA UNA VOLUNTARIA DE CRUZ ROJA EN LA MAYOR MOVILIZACIÓN DE SU HISTORIA

Vestida con chaleco rojo y protegida con mascarilla y guantes, doña Letizia habló por teléfono con niños y mayores y vivió una mañana de trabajo muy diferente

Protegida con mascarilla y guantes y vistiendo el chaleco de voluntaria, como presidenta de honor, la Reina compartió en la sede de Cruz Roja, en la avenida Cardenal Herrera Oria, de Madrid, una jornada con voluntarios. A la izquierda, llegando al centro, vistiendo jersey blanco con franja negra, pantalón sastre y mocasines. Arriba, atendiendo una llamada de teléfono, y en la otra página, durante la reunión explicativa y ante uno de los vehículos de reparto

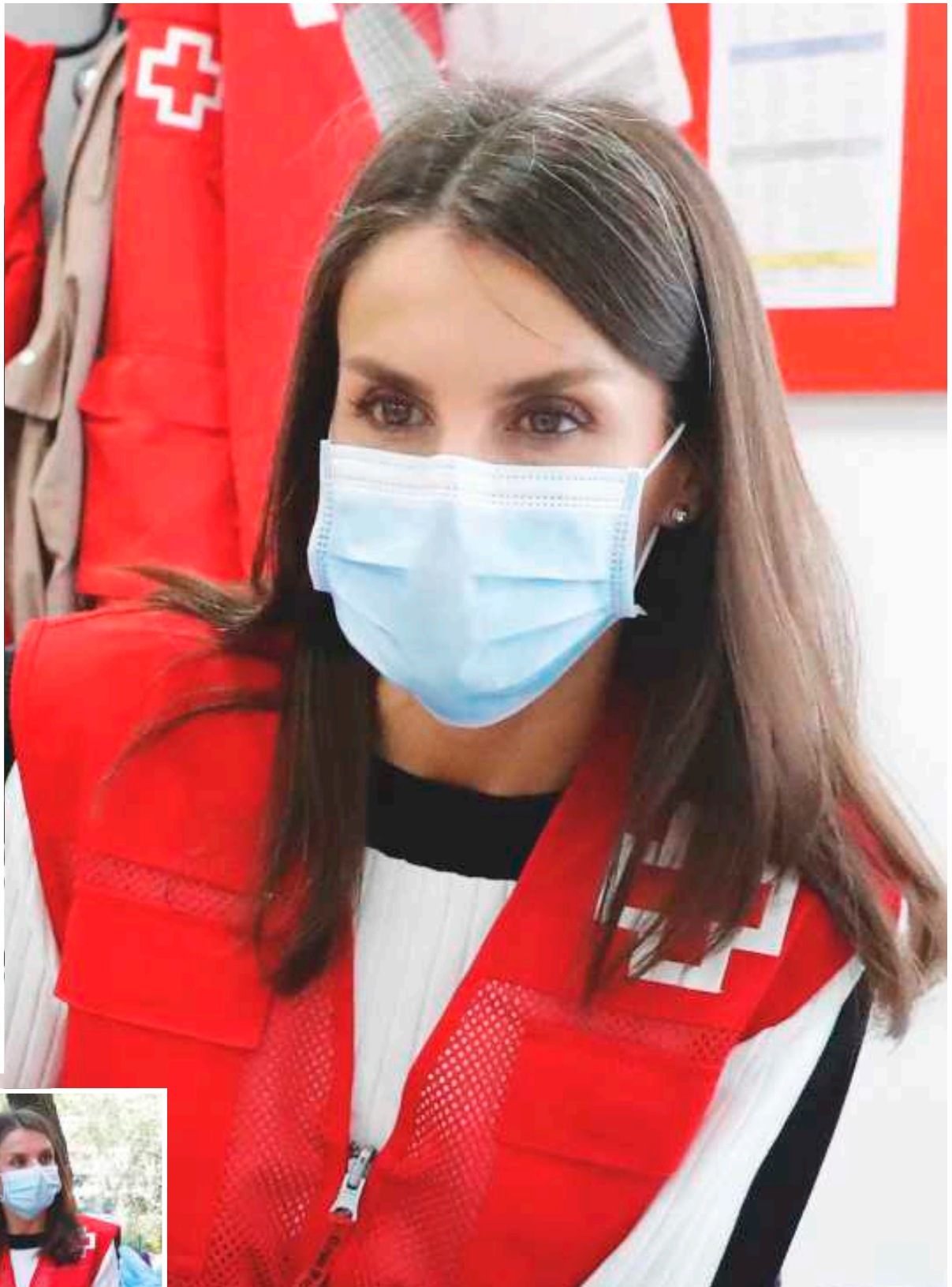
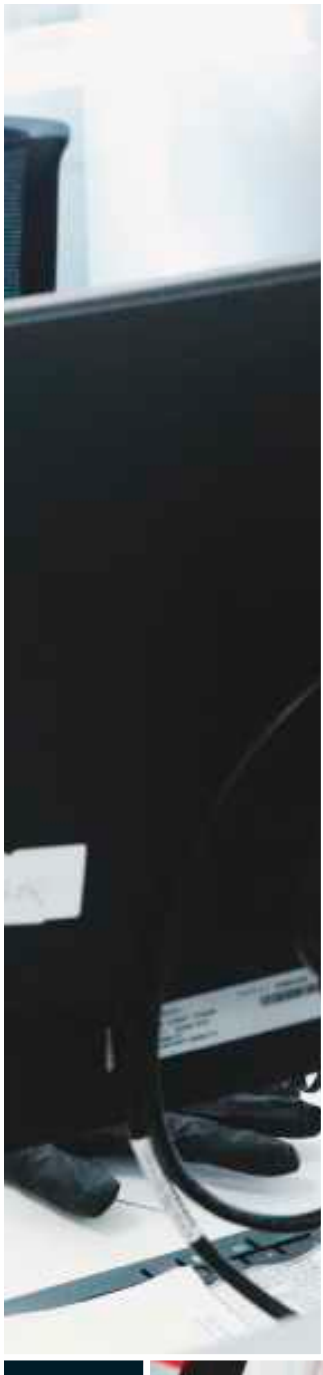
DOÑA Letizia cambió por unas horas los despachos de Zarzuela por el trabajo en primera línea y abrió la agenda de la semana viviendo y conociendo de primera mano el trabajo que prestan los voluntarios en un centro de Cruz Roja Española.

Protegida con mascarilla y guantes y vistiendo el chaleco de voluntaria, como presidenta de honor, la Reina compartió con ellos una jornada de mañana, en la sede madrileña de la avenida Cardenal Herrera Oria, 5, una de las 1.400 que la ONG tiene distribuidas por todo el país.

Dando un pequeño paso más hacia la normalidad, doña Letizia asistió a una reunión en la que le explicaron las medidas de Cruz Roja RESPONDE. Un programa creado para brindar atención durante la pandemia. Unas semanas en las que se ha movilizado a más de 40.000 voluntarios y se ha llegado a un millón y medio de personas vulnerables, aunque la previsión es atender a más de 2.400.000 en los próximos siete meses.

Posteriormente, doña Letizia charló por teléfono —se lo cedió la voluntaria Raquel Aparicio— con una de las personas mayores que recibe ayuda. «Me alegro, Ángeles. No te molesto más. Quería saludarte porque estoy haciendo una visita a esta sede local de la Cruz Roja. Muchísimas gracias por atenderme». Y a continuación, mantuvo una videoconferencia con un niño, uno de los 8.748 que participan en un





programa de apoyo escolar a familias con pocos recursos: «Te voy a dejar estudiar, Antonio. Sigue esforzándote, que lo estás haciendo muy bien».

#### **KITS DE PRIMERA NECESIDAD**

Durante su recorrido, en el que estuvo acompañada por el presidente de Cruz Roja Española, Javier Senent, entre otras autoridades, la Reina charló también con empleados y voluntarios, conociendo la labor que se hace en áreas como salud, inclusión social, educación, empleo, seguimiento al colectivo de las personas mayores —uno de los más perjudicados por el COVID-19— y regulación de acceso al local.

Seguidamente, en el almacén, donde se entregan los productos básicos, dos voluntarios le mostraron los distintos kits de primera necesidad (alimentación y productos de higiene) que preparan

y entregan —hasta la fecha, 451.934— a personas con necesidades.

Desde el comienzo de la crisis, Cruz Roja está actuando en todos los países del mundo afectados, representando la mayor movilización de recursos, capacidades y personas en su historia. En España, cuenta con más de 250.000 voluntarios... y una más por unas horas: la Reina, quien también ha seguido muy de cerca las actividades realizadas a través de distintas videoconferencias.

Desde que comenzó la pandemia, esta es su tercera salida de palacio. La primera vez que abandonó Zarzuela fue el 27 de abril, para visitar, junto a Felipe VI, la Agencia de Seguridad y Emergencias Madrid 112, y la segunda, la pasada semana, también con el Rey, cuando visitaron el centro de control del sistema eléctrico de Red Eléctrica.

Fotos: CASA DE SM EL REY

Reflexiones durante la cuarentena

# LA NUEVA ROCÍO CARRASCO HABLA PARA «¡HOLA!» EN UN MOMENTO DE GRANDES CAMBIOS

«Llevo veinte años de glorioso encierro junto a Fidel»

**H**ACE ya muchos años que decidió dar un paso atrás... Tomó la decisión —y sus razones tenía— para abandonar la primera línea y situarse en la retaguardia de la vida... Contadas en este tiempo han sido sus salidas sociales, su presencia en fiestas o su visibilidad en el día a día... Pero no por estar acostumbrada a una vida más casera este encierro es más fácil para ella. Y no lo es porque el mundo llora y Rocío no es ajena a ese dolor. Aunque desde hace veinte años vive un feliz encierro junto a Fidel —como nos dice en forma de guiño—, Rocío reflexiona con ¡HOLA! sobre el horror de estos días... Unas palabras que, todo hay que decirlo, son absolutamente excepcionales, ya que si es raro que la hija de Rocío Jurado se prodigue en actos sociales, más aún lo es que conceda una entrevista. Siempre discreta y reservada, nos abre las puertas —virtualmente— de su encierro, de su intimidad y de su cocina... algo que marca, sin duda, un antes y un después en alguien tan reservado. Y aunque lo

hace por cariño y por amistad, parece que algo está cambiando en la vida de Rocío y esto es prueba de ello. Nuevos pasos en nuevos tiempos.

La encontramos serena y tranquila, al otro lado del hilo telefónico, desde su casa en una urbanización de San Agustín de Guadalix, a las afueras de Madrid, donde comparte confinamiento, sueños y futuro junto a Fidel Albiac. No tiene muchas ganas de entrar en polémicas... más bien, de hablar y reflexionar sobre este mundo loco y roto, sobre el que no pierde la esperanza... Sabe bien que todo pasará y que el mundo se volverá a recomponer. De eso sabe mucho, porque lleva una vida haciéndolo. Levantándose después de cada nuevo obstáculo de la vida, mirando adelante y volviendo a empezar.

—Lo primero y más importante en estos tiempos tan difíciles... ¿cómo os encontráis?

—Pues nos encontramos bien, gracias a Dios... Con salud, que siempre es lo más importante.

(SIGUE)



«Habitualmente soy una persona muy casera... Mi casa es mi remanso de paz... Pero la situación no es igual... Fuera se vive y se ha vivido una tragedia, una hecatombe»

«En estos días he perdido a un ser querido... A Paco Hernando («El Pocero»)... Era un hombre maravilloso, lleno de bondad, que hizo mucho no solo por mi madre, sino por todos nosotros»

«A mi madre la he recordado estos días como la recuerdo siempre. Lo único nuevo que ha entrado en mi vida es hacer ejercicio... Por lo demás, no hago ni más ni menos que lo que hacía antes»

«Estos días nos han cambiado a todos porque ha cambiado la vida en sí y ahora nos toca adaptarnos a lo nuevo»

«Es una película de terror, pero saldremos de esta. El mundo, en general, y el pueblo español, en particular, está demostrando de lo que es capaz», nos cuenta Rocío en nuestra conversación telefónica y en nuestro encuentro virtual. En las imágenes, en un reportaje realizado en la primavera de 2016. A la izquierda, junto a su marido, Fidel Albiac, con el que dice divertida que lleva «veinte años de glorioso confinamiento»



**«Celebré mi cuarenta y tres cumpleaños con muchas llamadas de teléfono, muchos WhatsApp y algún canturreo por mensaje de audio, regalos y tarta... Perfectamente adaptado a la nueva forma celebración»**



**«Estoy esperando que la situación se normalice para poder regresar con el espectáculo de mi madre. Es lo que deseo para mí y para todo el mundo que se dedica al arte, porque ellos son los responsables en muchos momentos de hacernos felices»**

**DÍAS DIFÍCILES**

—¿Cómo estás pasando estas semanas de aislamiento? ¿Se están haciendo muy difíciles?

—Son difíciles no por el aislamiento, sino por toda la situación que, por desgracia, está viviendo el mundo en su totalidad.

—Pero tú, habitualmente, eres una persona bastante casera... quizá, no te ha resultado tan duro por eso...

—A mí el estar en casa me encanta... es mi remanso de paz... Pero la situación no es igual. Fuera se vive y se ha vivido una tragedia para la que ninguno estábamos preparados.

—¿Qué has descubierto de ti misma en estas semanas?

—He descubierto que me gusta hacer ejercicio (risas).

—¿Te afectan mucho las noticias?

—Sí... Como te he dicho, lo que estamos viviendo, desgraciadamente, es una hecatombe.

—Supongo que tienes la sensación de la mayoría de la gente... que todo esto parece una pesadilla, una película de terror... ¿Has llegado a agobiarte, a sentir angustia o ansiedad ante la situación?

—Parece, no, ¡es una película de terror! Pero sé que saldremos todos de esta. El mundo, en general, y el pueblo español, en particular, está demostrando que somos capaces de salir de todo... y así lo haremos.

—¿Cómo es tu día a día? ¿Tienes alguna rutina? ¿Haces ejercicio, ves series...? ¿Cómo ocupas los días?

—No hago ni más ni menos que lo que he hecho siempre en mi día a día. Sigo haciendo las mismas cosas, excepto que, como ya te he dicho, ahora hago ejercicio...

—¿Has perdido a algún ser querido en estos días de pandemia? Te lo pregunto especialmente por la muerte de Paco Hernando, «El Pocero», que fue muy importante en la vida de tu madre...

—Sí... Efectivamente, Paco Hernando se ha ido... Era un hombre maravilloso, lleno de bondad, que hizo mucho no solo por mi madre, sino por todos nosotros. Para mí, en mi vida, fue una persona muy importante a la que tengo mucho que agradecer.

—¿Has recordado mucho a tu madre en estos días?

—La recuerdo siempre.

—Todo esto que estamos viviendo ahora, ¿te cambiará de alguna forma?

—Bueno... Nos ha cambiado a todos... Ha cambiado la vida en sí y ahora nos toca adaptarnos a lo nuevo. Pero lo estamos haciendo y muy bien. La gente muestra su solidaridad, su civismo y lo mejor de cada uno.

**«SOY PRAGMÁTICA»**

—¿Te replanteas tu forma de ver la vida?

—No. La verdad es que siempre he sido muy pragmática: hoy y ahora estás aquí, pero dentro de una milésima de segundo no se sabe...

—¿Cuál es tu principal reflexión o enseñanza de esta nueva situación?

—La inmensa valía del ser humano...

—Me imagino que también el encierro es una prueba de fuego para la pareja... ¿Ha sido Fidel tu gran apoyo en estos días difíciles?

—¡Jajajaja... Nosotros llevamos veinte años de glorioso encierro. Nada nuevo por ese lado...

—Celebraste tu cuarenta y tres cumpleaños hace unos días... ¿Cómo fue la celebración?

—Pues con muchas llamadas de teléfono, muchos WhatsApp, algún que otro canturreo por mensaje de audio, regalos y tarta. Perfectamente adaptado a la nueva forma de celebración, como todo el mundo.

—¿Qué es lo que peor llevas de este aislamiento?

—Como te he dicho antes, lo peor es ser consciente de que están muriendo miles de personas en todo el mundo y que, desgraciadamente, aún no existe una cura certera.

—¿Qué pasará con vuestro espectáculo? Me imagino que será también un palo y un grave perjuicio...

—Esperamos que la situación se normalice y así, y siguiendo las recomendaciones de las autoridades, poder regresar. Eso es lo que deseo para mí y para todo el mundo que se dedica al arte y al espectáculo. Ellos son una parte muy importante de la cultura y son los responsables en muchos casos y momentos de hacernos felices.

—¿Qué es lo primero que harás cuando todo esto termine?

—La verdad... no me lo he planteado. Lo importante ahora es que termine y lo haga de la mejor manera para todos.

Texto: ROSETA L. DEL VALLE

Fotos: PATRICIA SALINERO/ARCHIVO «¡HOLA!»



«No me replanteo mi forma de vida... Siempre he sido muy pragmática: hoy y ahora estoy aquí, mañana no lo sé...», nos cuenta Rocío, que aparece, sobre estas líneas, junto a su inolvidable madre, y a la derecha, ante el cartel del espectáculo que ha creado para homenajearla. A la izquierda, en una imagen de archivo



## COCINA CON CORAZÓN

«No soy una maravilla de cocinera, pero la verdad es que me defiendo y no se me quejan. Considero que tengo un nivel medio... ¡tirando a alto!»

«Casi todo lo que cocino son recetas familiares, aunque también soy muy imaginativa en lo culinario... Me sale bastante bien»

«Me encanta meterme en la cocina... Aunque me da un poco de rabia cuando se lo comen todo y rápido... Pero, bueno, eso es buena señal, ¿no?»

«Tengo varios platos estrella: guiso de papas con carne, pollo con tomate, puchero con su pringá y la carne mechada que os presento», nos cuenta Rocío, que nos abre las puertas «virtualmente» de su cocina. En la imagen, en una foto de un reportaje anterior a su boda, en 2016



**L**E gusta, le divierte, le entretiene, le evade... Para muchísimas personas, entrar en la cocina es una terapia... Durante unos minutos, quizá, unas horas, desconectas de todo y de todos y encima luego disfrutas del resultado... y es muy posible que esa sea una de las razones por las que los fogones han sido las grandes estrellas de

la cuarentena. Y así, entre cacerolas y condimentos, hemos descubierto a la nueva Rocío. De forma totalmente excepcional, nos ha invitado a probar —de forma telemática— su carne mechada y, de paso, a conocerla mucho mejor. Sus preferencias, sus platos, sus gustos, sus secretos con «outfit» de delantal y banda sonora de

«chup-chup»... Rocío, con las manos en la masa.

—¿Te consideras una buena cocinera?

—Bueno, tampoco una maravilla... pero la verdad es que me defiendo y no se me quejan (risas).

—¿Cómo te calificarías en la cocina?

—Un nivel medio, tirando a alto, creo (más risas).

—¿Quién te enseñó a cocinar?

—He aprendido a golpe de teléfono y, como todo el mundo, mirando recetas, hija... Bueno y también con la Thermomix, que hay muchas cosas que me encantan, pero, bueno... ¡eso ya no es mérito mío!

# DESCUBRIMOS A LA ROCÍO CARRASCO MÁS DESCONOCIDA ENTRE FOGONES, CON MUCHO AMOR

«Poner amor es el ingrediente más importante de la vida»

## Carne mechada

### INGREDIENTES:

● 4 o 5 dientes de ajo ● 2 copas de vino blanco ● manteca de cerdo ● 2 hojas de laurel ● 3 cebollas ● 4 zanahorias ● orégano ● sal ● aceite de oliva

### ELABORACIÓN:

Comenzamos pidiendo al carnicero una carne de cabeza de cerdo y que le coloque una malla para mechar.

Maceramos la carne unas horas en un bol. Mezclamos una copa de vino, varios ajos enteros, orégano y sal. Lo cubrimos con papel «film» y lo introducimos a la nevera unas horas.

En una olla a presión, doramos la carne en manteca de cerdo. También podemos hacerlo en aceite de oliva, pero le da mejor sabor la manteca de cerdo.

Una vez sellada retiramos y reservamos.

En la misma olla, doramos dos ajos, las zanahorias y las cebollas. Dejamos que se poche unos 15 minutos.

Agregamos la copa de vino y dejamos que se evapore el alcohol.

Introducimos la carne mechada en la olla a presión y un par de vasos de agua. Dejamos que se haga durante 30 minutos desde el momento que empiece a salir vapor.

Una vez terminada, cortamos en tiras cuando esté la carne templada y trituramos la salsa. Servimos frío o caliente con la salsa por encima.



### «MIS PLATOS ESTRELLA»

—¿Qué tipo de cocina prefieres?  
—Para cocinar, la tradicional... para degustar, a veces de diseño...  
—¿Cuál es tu plato estrella?  
—Tengo varios: guiso de papas con carne, pollo con tomate, puchero con su pringá, tengo varios... y la carne mechada que os presento.

### —¿Qué se te da fatal?

—La verdad es que fatal, fatal... no hay nada... Lo que me cuesta es cocinar sin pastillas de caldo... No sé, me falta algo.  
—¿Son recetas familiares o eres creativa?  
—Familiares. Algún día se me puede ocurrir algo... Y la verdad es que

me sale bastante bien! ¡Soy muy imaginativa en lo culinario!

### —Entrar en la cocina... ¿te relaja, te divierte o lo haces por obligación?

—¡Me encanta! ¡Aunque me da un poco de rabia cuando se lo comen todo y rápido! Pero, bueno, eso buena señal... ¿no?

### —¿Ponerle amor es el ingrediente más importante en cada receta?

—¡Siempre! Como todo en la vida...  
—¿Has cocinado mucho durante esta larga cuarentena?  
—Como habitualmente... Más repostaría, sí.

Texto: ROSETA L. DEL VALLE  
Fotos: PATRICIA SALINERO

# FIONA FERRER LEONI DESCUBRE SU NUEVA FACETA ENTRE LOS FOGONES

«Como estoy sola en casa, puedo experimentar a mi gusto y sin presión»

CADA día me pongo un nuevo reto. No sé cocinar grandes platos y tampoco tengo mucha paciencia, pero me defiendo y, en este momento, tengo claro que tenemos que comer sano. Esta es mi prioridad», asegura Fiona Ferrer Leoni, a la que, como a la mayoría de los españoles, el aislamiento ha puesto a prueba. La relación que la experta y «coach» de moda tenía hasta hace poco con la gastronomía era muy básica —como ella misma admite— y artística, como bien saben los lectores de [hola.com/cocina](http://hola.com/cocina), donde Fiona tiene la sección «El arte de decorar la mesa». Pero como a esta gran emprendedora no hay prueba que se le resista, ha aprovechado el confinamiento para descubrir en sí misma «una nueva faceta entre los fogones que me llama la atención». «Controlo lo de cocinar pasta —añade—, pero estos días me han servido para probar nuevas recetas, dentro de lo básico, que nunca se me hubiera ocurrido hacer. Como estoy sola en casa, puedo experimentar a mi gusto y sin presión. No tiro absolutamente nada de comida».

La empresaria confiesa que «nunca había comido tanta verdura, sobre todo, zanahorias y calabacín, que cocino y condimento con el aceite verde de cosecha temprana de Enrique Ponce. También estoy tomando mucha fruta y soy la reina de las sopas. ¡Me encantan! Es importante darle de comer al cuerpo para que la cabeza no decaiga. Evito el picoteo y me he marcado unos horarios. Además, he creado una tabla y hago cuarenta y cinco minutos de ejercicio al día. Me gusta mucho estar sola, pero, en ciertos momentos, se hace muy duro, y para ello es muy importante tener la cabeza activa y mover el cuerpo».

## JAVIER, SU NOVIO, ESTÁ EN SOTOGRANDE

En este sentido, Fiona reconoce que, «a veces, echo de menos no estar con alguien, pero, gracias a las llamadas por FaceTime o Zoom, hablo muy a menudo con mis amigos y mi familia». También con su novio, el empresario sevillano Javier Fal-Conde. «Está en su casa de Sotogrande con sus dos hijas. Me muero de la pena y la verdad es que tengo muchísimas ganas de verlo, pero lo siento muy cerca», asegura.

Mientras, Fiona emplea el tiempo en «escribir mi tercera novela y en colaborar con Mensajeros de La Paz, cuyo equipo está desbordado. Hay que ayudar a toda costa y lograr donaciones de material sanitario, dinero para cambiarlo por bonos de comida y empresas que desinfecten las residencias y las iglesias. Mi mejor regalo del día es recibir un «mail» con gente que quiere colaborar. Me emociono mucho. Cualquier ayuda, por poca que sea, ahora mismo es fundamental».

Texto: SILVIA CASTILLO  
Fotos: ANDREA SAVINI/GETTY IMAGES/AGESTOCK

## DESAYUNO TRES C

(Alimenta la cabeza, el corazón y el cuerpo)

### INGREDIENTES:

- 1 yogur natural con frutas añadidas
- 2 cucharadas de chía
- 1 kiwi
- 3 o 4 fresas
- 1 rebanada de pan integral
- 2 lonchas de salmón ahumado
- ½ aguacate en rodajas

### ELABORACIÓN

Lo primero, me tomo tres vasos en ayunas: uno de zumo de limón, otro de colágeno rosa y, por último, otro de agua con vitaminas efervescentes y extracto de alcachofa. Pasados quince minutos, en un bol, mezclo el yogur natural con frutas (cada mañana elijo un sabor diferente) con la chía y lo dejo reposar. Mientras, corto en trozos las fresas y el kiwi y los pongo en otro bol. Después, preparo la tostada de pan integral, con el salmón y, encima, el aguacate. Me conecto a mi ordenador, escucho las noticias de fondo y, mientras, voy mezclando la fruta con el yogurt. ¡Hay que empezar el día con energía!



# LAURA SÁNCHEZ

## UNA FUTURA CHEF EN PRÁCTICAS

«David y yo estamos muy acostumbrados a tener siempre gente en casa, nunca sabíamos quién tocaba el timbre. Ahora es raro, después de tantos días, poner el mismo número de platos en la mesa»

**N**O me planteo nada más que abrazar a los míos, pero vivo al día, sin pensar cuándo podrá ser. Simplemente pensando que ya queda un día menos para ese momento», nos responden Laura Sánchez sobre cuál es su deseo para el final del confinamiento. La modelo, actriz y empresaria pasa este tiempo en su casa de Madrid junto a su marido, el músico David Ascanio, donde están más que habituados a ponerse delante de los fogones y reunir a multitud de amigos en su mesa... Ahora, la situación ha cambiado, aunque siguen «ensayando» sus delicias culinarias a la espera de que el timbre de casa vuelva a sonar. Buenas prácticas para Laura, a la que pronto podremos ver en las cocinas de «MasterChef Celebrity».

—¿Como estáis pasando estos días, Laura?

—Dentro de la situación tan complicada que estamos viviendo, estamos bien. Creemos que esto nos ha hecho valorar de verdad lo que importa, que es la salud. Nuestros familiares y amigos están bien, así que nosotros llevamos esto con optimismo. Sabemos lo duro que está siendo para muchas personas y nosotros somos unos privilegiados. Ocupamos nuestra mente y nuestro tiempo de forma positiva y productiva.

—David y tú estáis acostumbrados a tener la casa siempre llena de gente... os sentiréis solos o, al menos, sí extraños.

—Así es, estamos muy acostumbrados a tener siempre gente en casa, nunca sabíamos quién tocaba el timbre. Ahora es raro, después de tantos días, poner el mismo número de platos en la mesa. No dudo que volverá a sonar el timbre.

—Vosotros ya erais bastante de disfrutar de cocinar y hacer cenas... pero ¿ahora cocináis más que antes?

—Sí, aunque fuéramos cocinillas, también salíamos mucho a comer, en los trabajos, en los viajes... Ahora, solos en casa, es verdad que podemos pedir comida a domicilio, pero no lo estamos haciendo, preferimos meternos en cocina.

—¿Algún nuevo descubrimiento culinario de estos días de cuarentena?

—Nunca había hecho lasaña y la verdad que aprobé con nota.

—¿Habéis cambiado mucho la rutina diaria?

—Dentro de lo raro de la situación, no. Nos levantamos a las ocho, desayunamos, entrenamos, ocupamos la mañana con lo que toque (desde teletrabajo a poner orden en la casa), cocinamos alternadamente y las tardes son para la creatividad, el yoga, y al final del día, una videollamada familiar.

—¿Qué receta es la que estos días no falta en vuestra mesa?

—Pues llevamos una rutina semanal: pescado, carne, pasta o arroz y legumbres. Hay mil formas de hacer todos estos manjares. Las lentejas con verdura se ha convertido en el plato estrella.

—¿Quién «manda» más a la hora de elegir los menús en casa?

—Llegamos a acuerdos, hacemos un plan semanal antes de ir a la compra, que vamos una vez a la semana, alternándonos. Yo digo lo que quiero cocinar y David también: nos repartimos.

—¿Os soléis retar a la hora de poneros delante de los fogones?

—Yo soy la reina de los guisos, jajaja. A ver, David hace la pasta muy rica y yo la cuchara, así que no entramos ninguno en el campo del otro.

—¿Te relaja cocinar? ¿Cuándo cocinas en qué piensas?

—Me encanta cocinar, se me pasan las horas volando. Y me gusta cocinar varias cosas a la vez... Pongo música y a cantar como una loca, y algún que otro bailecito me doy en la cocina.

—¿David escucha música o canta cuando cocina? ¿Cuál es el plato que hace que a ti te encante?

—Ni canta ni escucha música, yo creo que sale saturado del estudio... Ya sabes, en casa del herrero... —ríe—. Me encanta la pasta con ajo y berberechos.

—¿Y el plato del que tú te sientes más orgullosa?

—El arroz meloso con conejo y alcachofas.

—¿También hacéis especialidades típicas de vuestras tierras?, ¿cuáles?

—Pues aquí nos hemos cambiado: a mí me salen genial las papas arrugás y David cuece genial el marisco y, sobre todo, las gambas de mi tierra.

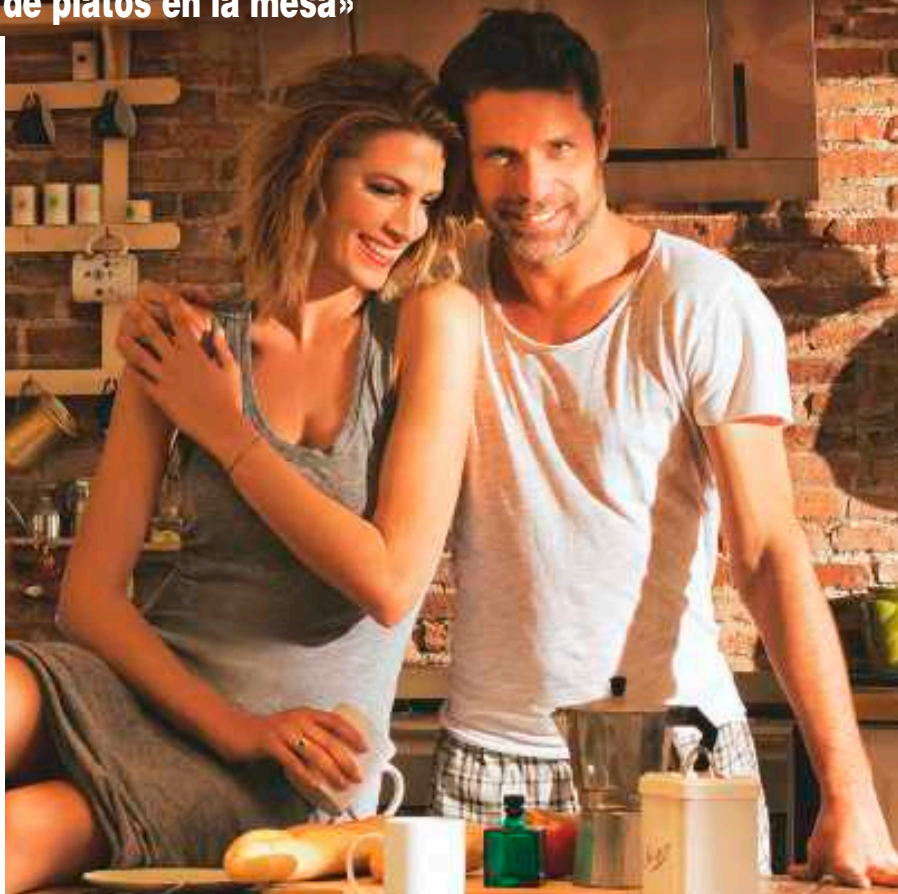
—Un ingrediente que nunca falta...

—Un buen aceite de oliva.

—¿Algún desastre culinario que hayas dicho: «Esto no lo vuelvo a repetir»?

—La mayonesa, ¡se me corta siempre!

Texto: MARTA GORDILLO  
Fotos: ANDREA SAVINI/ GETTY IMAGES



### LENTEJAS CON VERDURA

**INGREDIENTES** (para 6 personas):

- 1 kg de lentejas pardinas ● 2 litros de agua ● aceite ● 2 zanahorias
- 1 calabacín ● 2 alcachofas ● 2 patatas ● 1 cebolla ● 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo ● 1 puerro ● 2 dientes de ajo ● sal ● clavo ● laurel ● comino.

**ELABORACIÓN:**

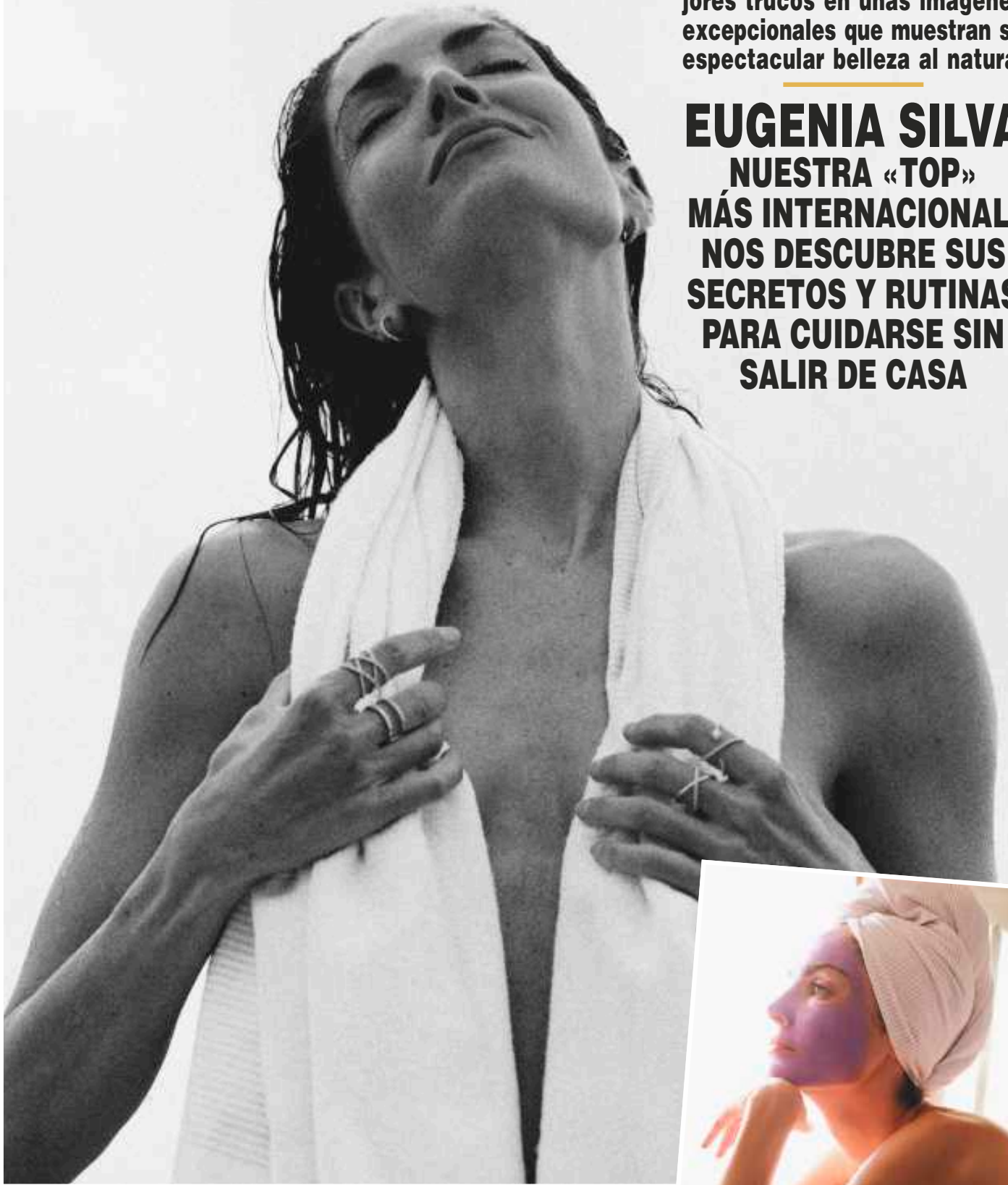
En una olla, pones el agua, con un chorrito de aceite de oliva, las lentejas, la zanahoria troceada muy pequeña, la alcachofa en cuartos, las patatas a cuadrados grandes, la cebolla con tres clavos pinchados, los pimientos enteros, el ajo entero, el puerro a rodajas pequeñas, un poquito de sal y la hoja de laurel. Dejas que hierva, cuando lleve unos 40 minutos hirviendo, añade el

calabacín cortado a cuadradillos y lo dejas a fuego medio como 45 minutos más. Sacas la cebolla (con los clavos), los dos dientes de ajo, los pimientos, algún trozo de patata y lo bates todo con una pizca de comino (si necesitamos agua, se la «robamos» a las lentejas). Todo ese puré se lo volvemos a echar a las lentejas para darle espesor. Deja que hierva una vez más y listo.



La modelo posa como nunca lo había hecho y nos revela sus mejores trucos en unas imágenes excepcionales que muestran su espectacular belleza al natural

## **EUGENIA SILVA** **NUESTRA «TOP»** **MÁS INTERNACIONAL,** **NOS DESCUBRE SUS** **SECRETOS Y RUTINAS** **PARA CUIDARSE SIN** **SALIR DE CASA**



**A**L natural. Sin engaños. Abriendo las puertas de su casa, de su intimidad, de su día a día. Así se ha mostrado la modelo Eugenia Silva desde que comenzó el confinamiento: su siempre repleta agenda y sus constantes viajes han dado paso a un período de introspección, de reflexión y convivencia en familia. Un tiempo que también ha usado para animar y compartir: desde sus redes, Eugenia ha revelado muchos de sus trucos, inspiración e

ideas, e incluso organizó una interpretación coral de la canción «Color esperanza» junto a más de treinta celebrities. «Todas las acciones que he compartido acompañada de mi familia y amigos las he realizado con el corazón, intentando hacer el confinamiento más llevadero, mostrando recetas, secretos y trucos de belleza que otros compartieron antes conmigo», explica la modelo. «Hay muchísimas personas su-

«Para tener buena cara al instante, añado unas gotitas de autobronceador a mi crema de día»

«Soy muy disciplinada, dedico un mínimo de quince minutos a limpiar, preparar e hidratar la piel, mañana y noche»



«Para mí no hay mejor secreto de belleza que una piel reluciente, que es sinónimo de una piel sana», nos comenta Eugenia Silva, a la que vemos, a la izquierda, con una mascarilla facial de Germaine de Capuccini, firma de la que es imagen

friendo mucho a causa de esta situación y es deber de todos intentar aliviar ese dolor, traspasando las pantallas. Estamos viviendo una situación de muchísima incertidumbre, donde una sonrisa, una palabra amable, cobra más sentido que nunca», asegura.

#### SUS BÁSICOS: HIDRATACIÓN Y PROTECCIÓN SOLAR

—A cara lavada, sin maquillaje y al natural, nos has permitido ver que tienes una piel espectacular. ¿Cuál es el secreto?

—Hidratación y protección: nunca salgo de casa sin protección solar. Como mínimo, factor

cincuenta o pantalla total. Uso la misma fórmula en un día de sol que en uno nublado: mi piel está protegida ¡siempre!

—¿Te sientes a gusto posando al natural?

—Absolutamente. Para mí no hay mejor secreto de belleza que

(SIGUE)



una piel reluciente, que es sinónimo de una piel sana. Creo que no existe nada más bello que sentirte a gusto en tu piel.

—¿Qué tiempo le dedicas a tu rutina facial?

—Soy muy disciplinada con el cuidado de la piel. Sea la hora que sea, dedico un mínimo de quince minutos a limpiar, preparar e hidratar, mañana y noche. De día empleo cremas más ligeras, combinadas con protección solar, e ilumino la piel con algo de color; de noche, me aplico algún aceite específico y una crema superhidratante. Uno de mis favoritos es el aceite seco «Elixir absoluto de nutrición», de la línea «Time Expert», de Germaine de Capuccini.

—Si en tu armario pudieran quedar solo tres productos serían...

—El aceite facial, un contorno de ojos y un bálsamo labial superhidratante.

—En tus redes, muestras tu rutina de yoga facial y de masaje con piedras Gua Sha para reafirmar. ¿Lo practicas a diario?

—Tengo las piedras Gua Sha en la mesita de noche, así que intento masajearme con ellas entre cinco y diez minutos cada noche al acostarme. El efecto relajante posterior es inmediato. A mí me ayuda a conciliar el sueño. Para el yoga facial suelo dedicar dos o tres ratitos a la semana. Tan solo necesito aplicar un aceite nutritivo y tiene muchísimos beneficios: la piel está más hidratada, más tersa, tiene un efecto «lifting» y es también superrelajante.

—¿Tienes algún truco para ese día en que no te ves del todo bien?

—Uno de mis trucos rápidos para tener buena cara al instante es añadir unas gotitas de autobronceador a mi crema de día. Y para bolsas y ojeras, guardo siempre en la nevera unos parches para el contorno de los ojos, de Germaine de Capuccini, que tienen un efecto alisante prácticamente inmediato.

#### EN CASA, CÓMODA Y TAMBIÉN ARREGLADA

—Ahora que casi todos llevamos tanto tiempo sin ir a la peluquería, ¿cómo te has arreglado el cabello? ¿Cuál es tu truco para que se vea bien?

—De momento, el pelo es una de mis asignaturas pendientes, así que ahora intento llevar siempre el pelo recogido, sea en coleta o en moño. Como truco de estilismo, ¡el moño es un clásico!

—¿No has tenido la tentación de recurrir a las tijeras?

—Prefiero no arriesgar con temas de cabello. Eso sí, ¡estoy deseando ponerme de nuevo en manos de Crisanto! A mis hijos, si no se lo puede cortar Eva Villar, lo hago yo; se me da muy bien arreglar el pelo a los chicos.

—¿Cuál es tu secreto para cuidarte el pelo?

—Intento evitar el secador siempre que no trabaje. Mi cabello es bastante seco y grueso, por lo que los aceites y los productos muy hidratantes son uno de mis básicos.

—Como experta en moda, ¿cuál ha sido tu uniforme en casa?

—Estas semanas en casa, que paso mucho tiempo jugando con

#### SUS IMPRESCINDIBLES

• **PROTECCIÓN SOLAR:** ¡Siempre! Factor 50 o pantalla total, sea un día de sol o nublado.

• **QUINCE MINUTOS:** Tanto por la mañana como por la noche, dedica siempre 15 minutos a limpiar, preparar e hidratar la piel. De día, aplica cremas más ligeras, y de noche, combina aceite facial con hidratantes de textura más rica.

• **SUS TRES «MUST»:** Aceite facial, contorno de ojos y bálsamo de labios.

• **PIEDRAS DE JADE:** Cada noche, masajea el rostro con piedras de jade Gua Sha, que tienen una acción tonificante y le ayudan a conciliar el sueño.

• **BUENA CARA AL INSTANTE:** Añade unas gotas de autobron-

ceador a su crema de día. Siempre tiene en la nevera parches alisantes para el contorno de los ojos, para atenuar posibles bolsas y ojeras.

• **TRUCO DE PELUQUERÍA INMEDIATO:** Un clásico, ¡el moño!

• **HIDRATAR Y NUTRIR EL CABELLO:** Evita el secador cuanto puede y recurre a aceites hidratantes.

• **DESAYUNO PERFECTO:** Zumo recién exprimido, té negro, tortitas de avena sin gluten con chía, plátano, miel y yogur sin lactosa.

• **EJERCICIO:** Los días en que se siente llena de energía hace ejercicio de alta intensidad, que combina con estiramientos y posturas de yoga en las jornadas más suaves.

**«Para el yoga facial, solo necesitas aplicar un aceite nutritivo en la piel y tiene muchísimos beneficios: te da un efecto “lifting” y es superrelajante»**

**«Una lección que he aprendido durante el confinamiento es que la risa posee una fuerza extraordinaria»**

**«De momento, el pelo es una de mis asignaturas pendientes, así que ahora intento llevar siempre el pelo recogido, sea en coleta o en moño», dice la modelo y empresaria, que admite también que con las tijeras prefiere «no arriesgar». «Eso sí, a mis hijos, en estos días, se lo he cortado yo; se me da muy bien arreglar el pelo a los chicos», añade**

los niños, priorizo la comodidad, me gusta tener libertad de movimientos. Pero soy bastante coqueta, me gusta arreglarme y verme bien. Así que, cualquiera de estos días en casa, me encontraríais con el pelo recogido, un brillo sutil en los labios y un poco de máscara de pestañas.

**—Para cuidar la línea, ¿controlas mucho la alimentación o te basas más en el deporte?**

—Intento mantener una rutina equilibrada, de alimentación y deportes variados. Hay días que tengo más energía y, por tanto, realizo una tabla de ejercicios de alta intensidad, y otros días en que, si me siento más cansada, realizo estiramientos combinados con algunas posturas de tonificación de yoga.

**—Tu desayuno perfecto es...**

—Cualquier zumo recién exprimido, acompañado de un té negro y tortitas de avena sin gluten con chía, plátano, miel y yogur sin lactosa. Los desayunos son mi comida principal del día y las cenas, a no ser que sean fuera de casa, intento basarlas en verduras, pescado o proteínas.

**—Tras más de dos meses de confinamiento, ¿qué has descubierto durante este tiempo?**

—Me he esforzado mucho por disimular la tristeza en algunos momentos, que mis hijos no sintieran la angustia que estábamos viviendo ante tanta incertidumbre. Una lección que he aprendido es que la risa posee una fuerza extraordinaria. Y si algo ha demostrado el pueblo español, es que el

optimismo y las ganas de disfrutar son más contagiosas que ningún virus.

**—¿Qué ha sido lo peor?**

—La pérdida de grandes amigos. Hemos perdido a gente muy querida.

**—¿Y lo mejor?**

—Pasar tiempo con mis hijos. En casa tenemos una convivencia muy buena, está siendo maravilloso poder disfrutar tanto de los niños.

**—¿A quién vas a dar el primer abrazo cuando puedas hacerlo?**

—A mis padres. Tengo muchísimas ganas de verlos y cubrirlos de besos y abrazos.

Texto: STEFANIE MILLA  
Fotos: JESÚS ISNARD  
Joyas: RABAT



**L**A imagen es una buena noticia en sí misma. Alejandra Romero, la joven duquesa de Suárez, sale de casa por primera vez desde que comenzó el confinamiento y, ¡sorpresa!, luce una bonita curva de embarazada. Junto a ella camina su marido, Pedro Armas, con quien contrajo matrimonio el 21 de abril de 2018, en el Club Puerta de Hierro, de Madrid. Se les ve felices. Con ropa ligera, veraniega, dan un rápido paseo por el barrio de Chamartín, donde tienen su hogar.

Alejandra sabe que espera una niña, que nacerá en septiembre y que se llamará Mariam. Era su gran ilusión, tener algún día una niña y ponerle el nombre de su madre.

Mariam (María Amparo) Suárez, Illana, hija mayor del presidente Adolfo Suárez y de Amparo Illana, falleció muy joven, a los cuarenta y un años de edad, después de una larga y valiente lucha contra el cáncer. Alejandra tenía entonces catorce años y su hermano, Fernando, once.

Muy lista y buena estudiante, se graduó en el colegio Nuestra Señora del Recuerdo, donde conoció al

(SIGUE)

En las imágenes, Alejandra Romero, duquesa de Suárez, y su marido, Pedro Armas, en su primer paseo desde que comenzó el confinamiento, por los alrededores de su domicilio, en Madrid. La nieta de Adolfo Suárez lució, con un vestido holgado rojo, su nueva silueta premamá

**FOTOGRAFÍAS EXCLUSIVAS**

La nieta de Adolfo Suárez se casó, en abril de 2018, con Pedro Armas

**ALEJANDRA  
ROMERO  
DUQUESA DE  
SUÁREZ, ESPERA  
SU PRIMER HIJO:  
UNA NIÑA QUE  
SE LLAMARÁ  
MARIAM  
Y NACERÁ EN  
SEPTIEMBRE**





que, con los años, se convertiría en su marido, Pedro Armas. Hizo la carrera de Derecho y Empresariales en ICADE, trabajó en un importante despacho y, después de su boda, la joven pareja se trasladó a Singapur por motivos de trabajo. Hace un año regresaron a Madrid y se establecieron en el barrio de Chamartín, cerca del colegio en el que se conocieron y de la casa de Fernando Romero, el padre de Alejandra, que se casó en 2008 con Amelia Alonso (Meya), con quien tiene un hijo, Francisco.

Con veinticuatro años, tras la muerte de su abuelo Adolfo, Alejandra se convirtió en duquesa de Suárez al heredar el título que le hubiera correspondido a su madre. También heredó de ella los ojos grandes y la sonrisa, la alegría y la simpatía. Seguro que la nueva Mariam tiene mucho en común con ellas.

La joven duquesa de Suárez es una persona sencilla, muy discreta y muy responsable. Los primeros meses de su embarazo los ha pasado trabajando desde casa, a pesar de las molestias propias de su estado, sin poder acudir a la oficina por el confinamiento. Ahora ya se encuentra mejor, los síntomas casi han desaparecido y se prepara para enfrentarse, con buen humor, a un verano de mucho calor, a la espera del nacimiento, que tendrá lugar, como decimos, en septiembre.

Fotos: RAM/STUDIO24/  
ARCHIVO «¡HOLA!»

© ¡HOLA! Prohibida la reproducción total o parcial de este reportaje, aun citando su procedencia

**Acaba de cumplir treinta años, es licenciada en Derecho y Empresariales por ICADE y a los veinticuatro años heredó el ducado de Suárez, tras la muerte de su abuelo Adolfo. Ha vivido una temporada en Singapur, junto a su marido, y ahora, de nuevo en Madrid, se prepara para ser madre por primera vez**



La pequeña llevará el nombre de la madre de Alejandra, Mariam Suárez Illana, que falleció, a los cuarenta y un años, tras una larga lucha contra el cáncer, y será la primera bisnieta del recordado presidente



Sobre estas líneas, los futuros padres el día de su boda, el 21 de abril de 2018. En la otra página, imágenes del álbum familiar de Alejandra: arriba, de niña, en brazos de su madre, Mariam, nombre que también llevará su hija. Debajo, a la izquierda, con sus padres y su abuelo Adolfo Suárez, el día de la Primera Comunión de su hermano, Fernando. Al lado, de izquierda a derecha, su madre, Mariam; su abuela Amparo Illana y sus tías Laura y Sonsoles

Como anunció ¡HOLA!, es la heredera del título nobiliario,  
por expreso deseo de su padre

# TAMARA FALCÓ SUS PRIMERAS PALABRAS TRAS CONVERTIRSE EN LA NUEVA MARQUESA DE GRIÑÓN

«Gracias, papi, por dejarme el legado más bonito  
que se le puede dejar a una hija: tu amor»

COMO informamos la semana pasada en estas mismas páginas, Tamara Falcó acaba de conocer las últimas voluntades de su padre. De manera imprevista, la diseñadora se convierte en la próxima marquesa de Griñón, ostentando así el título con el que Carlos Falcó siempre quiso ser reconocido públicamente, aun siendo también marqués de Castel-Moncayo, con grandeza de España. Después de anunciar ¡HOLA! tal importante decisión, Tamara compartió unas emotivas palabras para recordar a su padre y agradecerle la infinidad de recuerdos bonitos que lo mantienen muy presente en su corazón. «Gracias, papi, por dejarme el legado más bonito que se le puede dejar a una hija: tu amor», manifestó la hija de Isabel Preysler. Dichas declaraciones no tardaron en ser aplaudidas por sus amigos de manera pública, como hicieron Cari Lapique, Colate Vallejo-Nágera, Boris Izaguirre, la modelo Teresa Baca o los diseñadores Rocío Peralta y Juan Avellaneda, entre otros. «¡No te mereces menos! Feliz por ver un gesto tan bonito de amor y generosidad», le manifestó Juan Avellaneda.

La inesperada voluntad de Carlos Falcó también ha sido recibida con especial cariño por los cuatro hermanos de Tamara por parte de padre: tanto por Manuel y Xandra, fruto del matrimonio del aristócrata y bodeguero con Jeannine Girod, como por Duarte y Aldara, los hijos de Carlos Falcó con Fátima de la Cierva, su tercera esposa. Según ha podido confirmar ¡HOLA!, todos ellos han celebrado la noticia. «Tenemos una relación fantástica entre todos», nos confirma Duarte. «Desde luego, los hermanos no tenemos ningún problema», nos insiste el joven. Con respecto al otro título nobiliario de Carlos Falcó, el de marqués de Castel-Moncayo, distinción con Grandeza de España, lo heredará Manuel, el hermano mayor de Tamara, tal y como ya informamos en estas mismas páginas. Por su parte,

Xandra, la segunda de los dos hijos que tuvo aristócrata y bodeguero durante su primer matrimonio con Jeannine Girod, ya posee el marquesado de Mirabel, desde 2001. En concreto, lo heredó de su abuela Hilda Fernández de Córdova y Mariátegui, madre de Carlos Falcó.

Con responsabilidad y orgullo, Tamara se dispone a ostentar un título nobiliario con más de ciento cincuenta años de historia. Tal reconocimiento fue creado, en 1862, por la Reina Isabel II de España a favor de María Cristina Fernández de Córdova y Álvarez de las Asturias-Bohorques, a petición del padre de esta, el militar Joaquín Fernández de Córdova y Pacheco, sexto duque de Arión y fiel sumiller de Corps de Su Majestad. Al no dejar descendencia María Cristina —quien fue bautizada en palacio, con el Rey Fernando VII y doña María Cristina como padrinos—, el título lo heredó su sobrino Joaquín Fernando Fernández de Córdova y Osma, abuelo materno de Carlos Falcó.

A pesar de desvelarse ahora la última voluntad de su padre, Tamara deberá esperar aún un tiempo para convertirse oficialmente en la nueva marquesa de Griñón, pues, debido a la crisis sanitaria, continúan paralizados los trámites en el Registro General del Ministerio de Justicia. Además, para reclamar formalmente tal distinción, debe presentarse personalmente la documentación en dicho registro. Una vez se dé luz verde a la expedición de la Real Carta de Sucesión en el Marquesado de Griñón, la concesión del título nobiliario se hará oficial en el BOE, con la firma de Felipe VI. Todo este proceso burocrático puede alargarse durante meses y, debido a la pandemia, es posible que el nombramiento de Tamara como nueva marquesa de Griñón no se efectúe hasta 2021, en el mejor de los casos.

Fotos: JUAN\_ALDABALDETRECU



A la derecha, Tamara Falcó, sexta marquesa de Griñón, posando recientemente para un reportaje en ¡HOLA! Living. A la izquierda, un retrato de María Encarnación Álvarez de las Asturias Bohorques, dama de la Real Orden de Damas de Nubes de la Reina María Luisa y también aya de Isabel de Borbón (por tanto, encargada de la crianza y la educación de la hermana de Alfonso XII). Su marido fue el militar Joaquín Fernández de Córdova y Pacheco, sexto duque de Arión y fiel sumiller de Corps de Su Majestad, que fue quien pidió la creación del título de marquesa de Griñón a favor de su hija María Cristina. En la otra imagen, María de la Luz Mariátegui, bisabuela de Tamara y marquesa consorte de Griñón, al estar casada con Joaquín Fernando Fernández Córdova y Osma

**La hija de Isabel Preysler será la sexta persona en ostentar este título nobiliario, que fue creado por la Reina Isabel II y cuenta con más de ciento cincuenta años de historia**



Jóvenes, bellas y emprendedoras, ellas inyectan sangre nueva en la nobleza española

## DE EUGENIA MARTÍNEZ DE IRUJO A VICTORIA DE HOHENLOHE ASÍ SON LAS ARISTÓCRATAS DEL SIGLO XXI



**T**AMARA Falcó será la próxima marquesa de Grñón. Cuando sea oficial, la hija diseñadora de Isabel Preysler entrará en un selecto «club», el de una nueva generación de aristócratas con títulos nobiliarios por derecho propio. Eugenia Martínez de Irujo forma parte de este grupo desde hace más de dos décadas. En 1994, cuando solo tenía veinticuatro años, su madre, la duquesa de

Alba, le hizo un regalo muy especial: le cedió el ducado de Montoro, un título con Grandeza de España, creado en 1660, por el rey Felipe IV, a favor de Luis de Haro y Guzmán.

Casilda Finat, gran amiga de Tamara y diseñadora de joyas, como Eugenia, también forma parte de este grupo. Nieta de los duques de Pastrana, en 2018, recibió de su padre, Rafael Finat, el vizcondado

de Rías. Se trata de una distinción creada, en 1688, por el Rey Carlos II a favor de Juan Suárez de Toledo y Obregón, procurador de las Cortes de Granada. La empresaria, cuyos diseños de joyas han conquistado a jóvenes de la alta sociedad, como Victoria Federica de Marichalar, representa la regeneración de la nobleza.

Hilda Armada Falcó, prima de Tamara, también ostenta título.

En 2016, su madre le cedió el condado de Güemes, creado por el Rey Fernando VI, en 1742, para Antonio de Güemes, embajador de España en Suecia.

Victoria de Hohenlohe es otro de los ejemplos de este recambio generacional. Cuando tenía diecinueve años, heredó el ducado de Medinaceli, uno de los títulos más antiguos e importantes de España, junto al de Medina Sidonia y

**Casilda Finat, diseñadora de joyas y gran amiga de Tamara Falcó, es vizcondesa de Rías, mientras que Hilda Armada Falcó, prima de la hija de Isabel Preysler, es condesa de Güemes**

el de Alba. Hija del fallecido Marco de Hohenlohe y de Sandra Schmidt-Polex, no es la primera mujer en ostentar el ducado de Medinaceli: su bisabuela Victoria Fernández de Córdoba lo llevó durante más de cincuenta años y fue, junto a Cayetana Fitz-James Stuart y Luisa Álvarez de Toledo, una de las duquesas más famosas del siglo XX.

La empresaria y experta en comunicación María Fitz-James Stuart engrosa esta lista. En 2016, su padre, Luis Esteban Fitz-James Stuart, primo del actual duque de Alba, le cedió el vizcondado de Jarafe, creado por la Reina Isabel II, en 1862.

Almudena de Arteaga es otra mujer con un título de novela. En 2018, tras la muerte de su padre, la escritora se convirtió en duquesa del Infantado. Se trata de otro de los títulos nobiliarios más importantes y antiguos de España, creado por los mismísimos Reyes Católicos, en 1475, para Diego Hurtado de Mendoza.

Fotos: JAVIER ALONSO/ANDREA SAVINI/CHESCO LÓPEZ/STUDIO W/ SEVILLA PRESS/PRISMA NEWS



Arriba, la diseñadora de joyas Casilda Finat. En 2018, recibió de su padre, Rafael Finat, el vizcondado de Rías. A la derecha, Victoria de Hohenlohe, duquesa de Medinaceli. La hija de Marco de Hohenlohe no es la primera mujer en ostentar este título: su bisabuela Victoria Eugenia Fernández de Córdoba lo llevó durante más de medio siglo. A la izquierda, Hilda Armada Falcó, condesa de Güemes y prima de Tamara Falcó. En la otra página, izquierda, Eugenia Martínez de Irujo, duquesa de Montoro; centro, María Fitz-James Stuart, vizcondesa de Jarafe, y derecha, Almudena de Arteaga, duquesa del Infantado, otro de los títulos más antiguos e importantes de España



Protagoniza una película junto a Javier Bardem, al que llama «cuñado»

## SALMA HAYEK NOS HABLA DEL AMOR, DE SU HIJA, VALENTINA, Y DE SU AMISTAD DE TODA LA VIDA CON PENÉLOPE CRUZ

«Es muy divertido, lo mejor me lo han ofrecido a los cincuenta y tres años», comenta sobre su nuevo proyecto junto a Angelina Jolie

«Cosas maravillosas me han ocurrido en los dos últimos años: François y yo compramos una casa nueva y mi hija se está convirtiendo en una adolescente...»

**H**OY en día, esta actriz ha alcanzado la cima con la que nunca soñaba. En esta entrevista para «HELLO!», realizada por el lanzamiento de su nueva película, «The Roads Not Taken», Salma Hayek habla sobre el amor de su vida, su marido, François-Henri Pinault; sus miedos por el futuro de su hija, Valentina, y cómo los caminos que ha elegido en la vida la han conducido al destino correcto. El filme, precisamente, habla de los distintos caminos que tomas en la vida. La actriz mexicana interpreta a la madre que llora a su hijo muerto, con Javier Bardem como padre del pequeño. Aunque son viejos amigos, se han encontrado por primera vez frente a las cámaras. «¿Sabes? Javier normalmente me llama «huracán»... Yo le llamo «mi cuñado», el hombre que se casó con mi mejor amiga. Y siempre digo: «Si quieres echar a perder una amistad, pide prestado dinero a tu amigo o rueda una película con él»... No ha sido fácil, porque nos queremos mucho y en la película nos teníamos que gritar y sufríamos a la vez», nos dice Salma.

—¿Cómo os conocisteis? ¿Fue en el festival de Cannes de dos mil cinco, cuando ambos formabais parte del jurado?

—Te dijo Javier eso? A él le gusta contarle a todo el mundo esa historia, según la cual nos fuimos de fiesta y yo cometí un error y comencé a

beber champán de su copa. Pero no, nos conocíamos de mucho antes de Cannes. Lo conocí por primera vez en Madrid. Además, mi conexión con Penélope siempre ha sido de mucha cercanía. Javier y yo somos buenos amigos, pero es con su mujer con la que hablo constantemente.

—¿Crees en el amor para toda la vida?

—Creo que el camino que he elegido me llevó en la dirección correcta, hacia el amor de mi vida, mi marido, François. Y ese amor también me condujo a otro gran acontecimiento de mi vida, el nacimiento de mi hija, Valentina, y a mi encuentro con mis tres hijos adoptivos —Salma habla de los tres hijos de François-Henri Pinault—. Y ahora soy realmente feliz por no haber tomado los otros caminos que pude haber escogido. Sí, he estado sola mucho tiempo, pero siempre he pensado que es mejor vivir sola que en una relación infeliz. Si tu compañero no te completa y continúas con esa persona, podrías no encontrar jamás a la adecuada y perder al amor de tu vida.

—Parece que ahora tu carrera te ha llevado a lo más alto. Trabajas tanto en proyectos de arte, como «The Roads Not Taken», como con los grandes estudios. Has entrado en el Universo Marvel con «The Eternals», donde trabajas junto a Angelina Jolie...

En la otra página, varias imágenes de Salma Hayek con Penélope Cruz y Javier Bardem, con quien protagoniza su última película. La pareja de actores españoles fue una de las invitadas a la boda de la mexicana con François-Henri Pinault (abajo). A la derecha, Salma con su hija, Valentina

—¿Puedes creerlo? Interpreto no solo a un superhéroe, sino al líder de todos ellos. Al principio, tenía mis dudas, porque hay actrices, como Angelina Jolie, que son mujeres maravilla por naturaleza y yo no soy una de ellas. Así que al principio no estaba segura sobre este proyecto: tenía ciertos prejuicios contra los taquillazos. Pero nuestro director, Chloe Zhao, es un cineasta con una visión y amo su película «The Rider». Así que pensé: «¿Por qué no? Si una persona como Chloe decidió realizar una adaptación

en clave de humor, me debería unir». Es muy divertido, lo mejor me lo han ofrecido a los cincuenta y tres años. Todo alrededor mío parece nuevo, tantas cosas maravillosas me han ocurrido en los dos últimos años: nueva gente y proyectos han entrado en mi vida, François y yo compramos una casa nueva y mi hija se está convirtiendo en una adolescente...

—**Tu hija una vez comentó que quería ser directora, ¿todavía sueña con eso?**

—Valentina tiene ahora doce

años... y tiene tantos talentos. Dibuja, quiere rodar películas (de directora, pero también de protagonista) y escribe muy buenos textos. A veces, cuando leo su trabajo, siento urgencia por producir esas historias. Pero ella me detiene y me dice que las hará por sí misma cuando sea mayor. Mi hija también tiene un talento único para la música. Ha aprendido a tocar el piano, el ukelele y la guitarra, todo como autodidacta y solo en dos meses. No sé qué será lo próximo...

—**¿No te preocupa su futuro?**

—¡Al contrario! Sus maravillosas habilidades son la causa constante de mis miedos. No siempre resulta bueno tener tantos talentos. Valentina siempre ha hecho lo que ha querido. Nunca la he obligado a hacer nada. Y eso significa que aún no ha aprendido a hacer frente a la presión y a superar los obstáculos. Sé por experiencia que solamente superando las dificultades aprendes a tomar el camino correcto. Pero todo esto le llegará en el futuro...

Texto: TATIANA ROSENSTEIN  
Fotos: AGENCIAS/ARCHIVO «¡HOLA!»



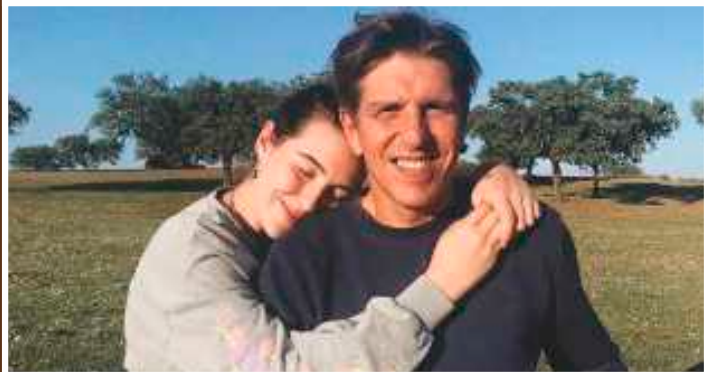
**«Valentina tiene doce años, quiere rodar películas, escribe y tiene un talento único para la música»**

La diseñadora se encuentra en Madrid y Alba, en la finca de su padre

## VICKY MARTÍN BERROCAL NOS HABLA DE SU CUARENTENA DE AUSENCIAS Y LUCHA

«Hacer batas y mascarillas solidarias ha sido mi mejor colección en quince años»

«Dos meses sin mi hija, Alba, me han hecho pupa y hay días que lo he pasado mal... pero el confinamiento en el campo ha sido bueno para ella, para conocerse mejor»



**A**UNQUE España se haya mantenido parada por la pandemia, Vicky Martín Berrocal no ha estado quieta a lo largo de estos dos meses. Además de confeccionar batas y mascarillas con el equipo de su firma, Victoria, la diseñadora ha creado la iniciativa «A solas con Vicky», donde cada semana se reúne en Instagram con personalidades de distintos ámbitos de la sociedad y realiza subastas a beneficio del Banco de Alimentos. Así ha suplido la distancia con su hija, Alba, que ha pasado el confinamiento en la finca de su padre, Manuel Díaz, «El Cordobés». En conversaciones con ¡HOLA!, Vicky también ha hablado de su relación con el empresario portugués João Viegas Soares, exvicepresidente del equipo de fútbol Sporting de Lisboa.

—¿Cómo estás viviendo la cuarentena?

—En Madrid. Es un momento muy duro, muy triste. Estamos viviendo cosas que no esperábamos por un virus que nos ha parado a todos.

—Pero, lejos de estar parada, esta cuarentena has ayudado en la lucha contra el coronavirus. ¿Qué te hizo pasar a la acción?

—No quedaba alternativa. El día que vi un vídeo de un sanitario enseñando a sus compañeros a hacerse una bata con una bolsa de basura, entendí que había que arrimar el hombro. Llevamos haciendo batas y mascarillas solidarias durante dos meses y ha sido mi mejor colección en quince años.

**SUBASTAS VIP**

—También contribuyes con «A solas con Vicky», donde subastas objetos de personalidades muy conocidas. ¿Cómo surgió la iniciativa?

—Surgió después de estar toda la noche pensando en la de cantidad de directos que había en Instagram. Ahí pensé en hacer algo más para ayudar al Banco de Alimentos y a la gente que no tiene para comer. Empecé con mi lista de amigos y la primera fue Marta Sánchez. Después colaboraron Boris Izaguirre, Mónica Naranjo, Jesús Vázquez, Joaquín Sánchez, del Betis...

—¿Cuánto dinero llevas recaudando con estas subastas?

—Casi veinte mil euros en solo un mes. La invitada que más recaudó

fue Mónica Naranjo, que llegó a ocho mil quinientos euros. Yo también estoy haciendo donaciones. Al final, aportamos todos. Yo me voy a la cama muy contenta. Ojalá pudiera hacer más.

—¿Qué personalidades participarán en el futuro?

—India Martínez y también se lo quiero ofrecer a Jon Kortajarena. La próxima semana tengo a Georgina Rodríguez y va a donar una serie de cosas. Espero que la gente pujan para el Banco de Alimentos. Todo el mundo está arrojando el hombro y eso es maravilloso.

—¿El coronavirus te ha afectado en lo profesional?

—Como al mundo entero. Todos hemos tenido que cerrar tiendas de la

«Compartir la vida con João es un lujo, una delicia. Es un amor entero y sano, que es muy difícil encontrarlo. Es un hombre con mayúsculas y mi media mitad»

Sobre estas líneas, Vicky, que se ha volcado en la lucha contra el coronavirus: «Cuando la vida te ha tratado tan bien y la dedicación a la moda te ha dado tantas satisfacciones, como a mí, no hay opción», nos cuenta la diseñadora. A la derecha, con el empresario portugués João Viegas Soares, su actual pareja. En la otra página, Alba y el torero Manuel Díaz, «El Cordobés», padre de la joven y exmarido de Vicky. A la derecha, la diseñadora y Alba



firma Victoria. Yo acababa de abrir en Valencia, hace menos de un año. En Madrid, llevaba dos, y en Sevilla, hace cinco años. Somos un equipo de cuarenta y pico personas. Da mucho miedo y hay mucha incertidumbre, pero podemos seguir, que eso es lo importante. Esta semana hemos abierto la tienda de Sevilla y esperamos que la próxima semana Madrid y Valencia entren en fase uno.

—¿Cómo te replanteas el futuro?

—Con dudas. Hasta que no llegue una vacuna, esto no va a volver a ser un poquito lo que era. No sé si volveremos a ser los que fuimos porque hay muchas cosas que hemos perdido y la economía está muy afectada. Pero nos recuperaremos. Soy una persona muy positiva y la ilusión no puede fal-

tar nunca. Hay que arrancar a todo gas y volver con Victoria, que es «made in Spain». Todos tenemos que defender lo nuestro y comprar prendas que se hagan en nuestro país.

#### SU HIJA, EN LA FINCA DE SU PADRE

—¿Cómo se encuentra tu familia. ¿Y tu hija, que ha pasado la cuarentena en la finca de su padre?

—Estamos todos bien, pero ha sido duro estar dos meses sin Alba. La recogió su padre el día de mi cumpleaños, que estaba en Madrid, y se ha quedado todo el confinamiento con él. La verdad es que ha sido buena opción porque está con su padre y sus hermanos fuera de Madrid. Realmente, estos meses sin

Alba me han hecho pupa y hay días que lo he pasado mal, porque me hace falta y cada día sin ella es durísimo, pero soy muy generosa y me gusta que haya vivido esta experiencia con sus hermanos.

—Lo importante es que tu hija esté bien.

—Sí. Está muy centrada en sus estudios. Ha terminado su tercer año de carrera con unas notazas increíbles. Está leyendo mucho, comparte mucho rato cocinando y está muy metida en el deporte, que su padre y Virgina (Troconis) hacen mucho deporte. Creo que el confinamiento en el campo la ha calmado. Es una niña con mucha vitalidad, muchas ganas de hacer muchas cosas y esto le ha valido para conocerse mucho mejor.

Y me encanta. Soy muy fan de Alba, tiene un corazón gigante y es una niña superespecial.

—En estos momentos tan inciertos, también cuentas con el amor de João.

—Compartir la vida con João es un lujo, una delicia. Es mi media mitad. Es un hombre al que admiro, me hace reír, me mimma, me quiere... Es un hombre en mayúsculas. Es un amor entero y sano, que es muy difícil encontrarlo.

—Antes de la pandemia, no descartabas casarte con él. ¿Hay novedades?

—Ninguna. Con todo esto, es imposible.

Texto: ANTONIO DIÉGUEZ  
Fotos: @vickymartinberrocal



Tiene cuatro años y es el menor de sus dos hijos

## VANESSA

LA HIJA DE MANOLO ESCOBAR, ALZA LA VOZ PARA DEFENDER LA EDUCACIÓN ESPECIAL DE SU HIJO: «QUIERO QUE LE DEN LAS MEJORES HERRAMIENTAS PARA DEFENDERSE EN LA VIDA»



Arriba, Vanessa con su hijo, Manuel, que cumplirá cinco años el próximo uno de junio. La periodista y actriz es la única hija de Manolo Escobar y Anita Marx, ya fallecidos, con quienes aparece en una imagen de archivo de su infancia sobre estas líneas. Izquierda, junto a su padre cuando estaba esperando a su primogénita, Marta, que tiene ahora ocho años: «Ya estaba con su tratamiento del cáncer, pero tuvo tiempo de disfrutar más de dos años a su nieta mayor»

**D**ICE una vieja máxima del periodismo que el periodista nunca tiene que ser el protagonista de la noticia, que esto va de contar o interpretar lo que pasa, pero no de formar parte de ello. Naturalmente, la citada regla puede volar por las aires si la causa es justificada. Y en el caso de Vanessa García Marx lo está. Centrada en sus trabajos como actriz y en la puesta en marcha de «Toc toc, se puede», uno de los nuevos proyectos de Telemadrid, la hija de Manolo Escobar nos habla por primera vez del menor de sus dos hijos, Manuel, de cuatro años, que tiene síndrome de Down. ¿El motivo? La incertidumbre que, con el proyecto de nueva ley de educación, rodea a los colegios de educación especial y la propuesta de que sus alumnos sean escolarizados en centros ordinarios. «Evidentemente, no recibirán la misma atención. Un profesor no puede atender igual a un niño con capacidades especiales en una clase de más de veinticinco alumnos que en una de seis o diez».

—¿Qué argumento le darías a la ministra para decir «no» a esta ley?

—Que por encima del derecho a la educación está el derecho al bienestar del niño, que incluye aspectos sociales y emocionales. Siempre digo que a él, como a la mayoría de la sociedad, no le va a servir de nada aprender raíces cuadradas, derivadas, integrales o latín. Yo quiero que le den a mi hijo las mejores herramientas para defenderse en la vida e integrarse en la sociedad. El hecho de ir a un cole de educación especial no significa que no se integre socialmente, porque, fuera del centro, comparte actividades extraescolares y juegos con niños sin discapacidades.

—Una de las decisiones que contempla la Ley Celáa es no aumentar el presupuesto de estos centros.

—Lo más triste es que, al parecer, tampoco se contempla un aumento en los centros ordinarios, a los que se quiere llevar a nuestros hijos. Pero más grave todavía es que el CERMI (Comité Español de Representantes

**«Manu tiene el alma de mi padre y un carácter muy parecido. Y en el coche, además del «Cantajuegos», me canta canciones de su abuelo como «Que viva España» y «El porompompero»»**

de Personas con Discapacidad) plantea la idea de que todos los niños deben tener el mismo tipo de educación, independientemente de sus necesidades, y que los niños con capacidades especiales tienen que ser herramientas para que los otros entiendan lo que es la discapacidad.

—¿Crees que se está acelerando esto aprovechando el estado de alarma?

—¡Por supuesto! El Gobierno se comprometió a modificar la disposición adicional cuarta y, además de no hacerlo, ha seguido adelante con ella ahora que nadie puede manifestarse.

**«SU HERMANA LO ADORA»**

—¿Cuándo escolarizaste a tu hijo?

—En septiembre del año pasado, en el colegio María Corredentora.

—¿Y qué progresos has notado en él?

—Ha mejorado muchísimo en lenguaje y a nivel motor, pero lo importante es la felicidad con la que va al colegio y vuelve a casa por las tardes.

—¿Por qué os decidisteis por este centro?

—A los pocos días de nacer Manuel, me llamó Concha Velasco y me dijo tajante: «Tienes que ir a ver este colegio». Había trabajado con chicos con síndrome de Down en la obra de teatro «Olivia y Eugenio» y sabía de lo que hablaba. En España hay maravillosos colegios de educación especial y muchas personas vienen de otros países para conocer su sistema y aplicarlo en sus lugares.

—¿Crees que son el sitio ideal para que aprendan a ser autónomos?

—Sin duda. Como curiosidad, te diré que, dentro del cole, tienen una especie de apartamento en la que aprenden a desenvolverse en una casa. También les enseñan a realizar pagos en establecimientos y a utilizar el transporte público. Y cuentan con las tecnologías más avanzadas.

—¿Nunca os planteasteis llevarlo a un colegio de educación ordinaria?

—Estuvimos preguntando en el colegio de su hermana, Marta, y nos dijeron que no habría problema, pero que sería el primer caso con síndrome de Down en sus aulas. Además, solo tienen una pedagoga terapéutica para infantil y primaria. Hay colegios preparados para atender a estos niños, pero la mayoría no lo están.

—¿Qué herramientas le dais vosotros, como familia, para que sea fuerte en su día a día?

—Ante todo, normalidad. No somos demasiado protectores con él y le regañamos cuando hay que hacerlo, aunque a veces es difícil porque es muy pillito y, con su simpatía, sabe cómo ganarse a todo el mundo. Se ha convertido en el centro de todo, con permiso de su hermana, que lo adora.

—¿Cómo ves su futuro y cómo te gustaría verlo?

—Deseo lo mismo que para mi hija mayor: verlo feliz y poder verlo realizado y trabajando en algo que le guste. Cuando la vida te presenta un regalo así, cambia tu escala de valores, recibes un extra de felicidad y descubres un amor totalmente desin-

teresado. No quiero que suene a tóxico, pero mi hijo es lo mejor que me ha pasado en la vida.

—En una palabra ¿cómo definirías a Manuel?

—En una palabra es complicado. Yo diría que es puro amor, un abrazo continuo y un «disfrutón» de todo.

—¿Qué sentiste cuando nació?

—Los primeros días, miedo. No sabía cómo debía actuar y no quería fallarle. Además, cuando nace un niño con síndrome de Down, desde el primer día, le hacen muchísimas pruebas médicas por posibles enfermedades que están asociadas. A Manu le tuvieron que operar del corazón con ocho meses. Fue muy duro.

—¿Has sentido alguna vez falta de sentimientos hacia él por parte de una sociedad que, a veces, no comprende?

—Más que falta de sentimientos hay personas que, sin ninguna maldad, cuando se han enterado de que mi hijo tiene síndrome de Down, me han dado una especie de pésame y me han dicho que lo sienten, que vaya pena. Al principio me enfadaba, ahora ya no. No tienen ni idea lo felices que nos hizo su llegada.

**«MI PADRE ERA MUY NINERO»**

—¿Elegiste el nombre de Manuel por tu padre?

—Sí. No sé si existe la reencarnación, pero si existe, yo diría que Manu tiene el alma de mi padre y un carácter muy parecido. Y en el coche, además del «Cantajuegos», me canta canciones de su abuelo como «Que viva España» y «El porompompero».

—¿Cómo imaginas que sería su relación con tus hijos?

—Mi padre era muy niño y, aunque ya estaba con el tratamiento para el cáncer, tuvo tiempo de disfrutar a su nieta mayor más de dos años. Con Manu también se lo habría pasado muy bien, porque tenía química con las personas que tienen capacidades especiales.

—¿Crees que les habría compuesto alguna canción?

—No componía, pero sí encargó a compositores amigos que escribieran algunas letras dedicadas a su nieta. Por desgracia, no le dio tiempo a grabarlas.

Texto: ENRIQUE J. SUERO  
Fotos: LOURDES BALDUQUE/  
ARCHIVO «¡HOLA!»





«Me afectó mucho... hasta el punto de salir lo justo de casa»



## JORGE FERNÁNDEZ («LA RULETA DE LA SUERTE») NOS HABLA DE SU DURA BATALLA CONTRA LA ENFERMEDAD DE LYME

«He llegado a perder diez kilos y sigo teniendo problemas intestinales, pero ya soy casi el de antes»

**D**ESDE Bilbao, donde está pasando el confinamiento, Jorge Fernández, presentador de «La ruleta de la suerte», habla con ¡HOLA!, por primera vez, del problema de salud que padece desde hace cuatro años. Sincero, no ha querido guardarse nada. Es verdad que, en su momento, cuando se comentó su extrema delgadez, se sintió molesto. Hoy, sin embargo, quiere darle sentido a ese dolor y hablar sin tapujos de su trastorno, al que ahora pone nombre y apellido: enfermedad de Lyme.

—¿Cuándo notaste que la padecías y cuáles fueron los primeros síntomas?

—Hace cuatro años empecé a sentirme cansado desde por la mañana y falto de energía en general. Como nunca me había sucedido eso, me empecé a preocupar un poco. Luego me llegaron los problemas de estómago y me encontraron metales pesados en mi organismo, concretamente, niveles muy altos de mercurio en sangre. Y poco después me diagnosticaron la enfermedad de Lyme, producida por la picadura de una garrapata. Al no controlar, en aquella época, el estrés, mis defensas bajaron y tres bacterias asociadas a la enfermedad salieron a mi torrente sanguíneo y me causaron múltiples disfunciones en el organismo. Ahora, con las quelaciones intravenosas que me hago para sacar el mercurio, estoy mejor. Y mi mejor medicina, para tenerla a raya, es el deporte.

—Es un trastorno que, en algunos casos, puede llegar a matar.

—Sí. Y si no lo hace, también te puede dar una mala vida por el resto de tus días. Yo no estoy recuperado del todo, aunque voy en camino. Es una enfermedad crónica y siempre va a estar ahí. La cuestión es no tenerla latente, que esté adormilada. Y eso se consigue solo manteniendo competente tu sistema inmunológico. No quiero depender de pastillas siempre.

—¿Te llegaste a poner en lo peor?

—Nunca. El verano pasado lo pasé muy mal, pero sabía que dependía de mí salir de esta. Hacía todo lo que me decían los médicos, pero, en estas situaciones tan complejas, es importante entender lo que te pasa y afrontarlo siendo muy fuerte psicológicamente. Así fue como empecé a mejorar.

—¿En quién encontraste el mayor apoyo?

—Me han apoyado al cien por cien todos mis seres queridos, entre ellos mi hijo, Ian, lo más importante de mi vida y a quien no puedo estar más unido. Lo llamé uno a uno y les dije que necesitaba mi tiempo para recuperarme a mi manera. Necesitaba la máxima tranquilidad posible y que nada ni nadie me alterara. Las grabaciones se me hacían eternas y no disfrutaba de nada en la vida, así que me dije: «Esto no puede ser, este no soy yo». Y cogí todas las herramientas que

estaban a mi alcance para revertir la situación. He aprendido a decir «no» y a emplear mi tiempo para mí. Y estoy seguro de que haré algo, no muy tarde, para ayudar a las personas que están en mi situación.

—Se te notó molesto a veces.

—Es que llevaba muy mal que me dijeran constantemente lo delgado que estaba. Yo no quería estar así, pero, por mucho que comiera, mi estómago no absorbía los alimentos que ingería. Me resultaba duro, acostumbrado a estar siempre en mi peso y con masa muscular. Y más duro era todavía que me lo estuviesen recordando constantemente. Al principio, pasas. Pero, como no estaba bien mentalmente, me afectó mucho... hasta el punto de salir lo justo de casa.

—¿Cómo te sientes actualmente?

—He llegado a perder diez kilos y sigo teniendo problemas intestinales, pero ya soy casi el de antes y me encuentro mucho mejor, sobre todo mentalmente. Disfruto de las grabaciones, de mis deportes, de mis seres queridos y he ganado ocho kilos en ocho meses, lo cual es buena señal. Pero todavía estoy lejos de mi mejor físico. Quiero volver a estar como antes de la enfermedad y sé que lo voy a conseguir, porque no voy a rendirme. En eso estoy luchando ahora mismo.

Texto: ENRIQUE J. SUERO  
Fotos: GETTY IMAGES/@jorgefedeztv

Con el pelo teñido de naranja

## TERELU CAMPOS NUEVO Y LLAMATIVO «LOOK» PARA LA «NUEVA NORMALIDAD»

**S**í lo que Terelu Campos buscaba era no pasar inadvertida, a buen seguro que lo consiguió, a tenor del nuevo y llamativo «look» que exhibe camino de la «nueva normalidad». Pese a que, en los últimos días, la protagonista de la familia ha sido su hermana, Carmen Borrego, tras conocerse su positivo en coronavirus, la mayor de las dos hijas de María Teresa Campos ha copado también numerosos titulares con su última decisión.

Contenta por recuperar de alguna manera la normalidad, a pesar de la complicada situación que todavía envuelve a nuestro país, la periodista sorprendió a todos con una nueva imagen en su reaparición televisiva. Largo o corto, la colaboradora de «Viva la vida» había lucido, en los últimos años, el cabello de color rubio platino, una seña de identidad que nunca pensó dejar atrás... hasta ahora. Animada y decidida a dar un giro radical a su aspect-

to, Terelu se ponía en manos de su peluquera de confianza y le proponía un cambio: «¿Y si me lo pongo naranja?». ¡Dicho y hecho! Y ahora la periodista ha mostrado su nueva tonalidad: «Quería un cambio. Me apetecía y todavía me voy a poner más cañera, lo quiero más naranja», reconocía de lo más contenta con su tono cobrizo, tendencia esta primavera.

La presentadora ha reconocido que, a sus cincuenta y cuatro años, nunca se había teñido por completo: «Estuve cinco horas en la peluquería porque, como no tengo canas, nunca me he tenido que teñir el pelo entero». Al margen de este sorprendente e inesperado cambio de «look», Terelu ha vuelto al trabajo con más energía que nunca, después de los casi dos meses de confinamiento que ha pasado con su madre, en su ático de Aravaca (Madrid), que acaba de vender.

Fotos: MADPHOTO

«Quería un cambio. Me apetecía y todavía me voy a poner más cañera», ha confesado Terelu Campos. A la derecha de estas líneas y debajo, dos imágenes de la presentadora tras protagonizar una sorprendente reaparición televisiva, después de casi dos meses de confinamiento



«Siempre hay por qué vivir, por qué luchar», dice Julio, que está enviando emotivos mensajes a las familias que sufren a causa del coronavirus



**La Audiencia de Valencia ha estimado el recurso del artista porque la reclamación de Santos ya fue rechazada en otros dos procedimientos**

## LA VICTORIA DE JULIO IGLESIAS

**La justicia revoca la sentencia que declaraba que era padre de Javier Santos**

A sus setenta y seis años, Julio Iglesias sigue trabajando como el primer día. El artista español más internacional está aprovechando el confinamiento para ensayar en su estudio de República Dominicana. Allí ha recibido la noticia de que la Justicia española ha revocado la sentencia que lo declaraba padre de Javier Santos, un valenciano, de cuarenta y cuatro años, que dice ser su hijo. La Audiencia Provincial de Valencia ha anulado el veredicto del Juzgado de Primera Instancia número 13 de esa misma Comunidad Autónoma, del pasado mes de julio, que estimó la demanda de paternidad presentada por Santos contra el cantante.

Ahora, la Audiencia de Valencia ha estimado los recursos de apelación presentados por Julio Iglesias y la Fiscalía al apreciar la excepción de «cosa juzgada» contemplada en el artículo 222 de la Ley de Enjuiciamiento Civil, lo que impide que entre a analizar el fondo del asunto. A juicio de los magistrados, la reclamación de filiación resuelta recientemente por el Juzgado de Primera Instancia número 13 de Valencia ya fue objeto de pronunciamiento judicial, años atrás, en el marco de otros dos procedimientos que concluyeron con el rechazo de la pretensión.

### CANTOS DE ESPERANZA

Mientras tanto, Julio está dando su apoyo a las familias que están sufriendo a causa de la pandemia del coronavirus. Desde su estudio, en República Dominicana, envía emotivos mensajes de esperanza a los afectados recordando algunas de sus canciones más populares.

Primero les dedicó unas estrofas de «La vida sigue igual», el primer gran éxito de su carrera. «Siempre hay por qué vivir, por qué luchar», escribió Julio hace unas semanas. «En estos momentos donde la vida se para, como si quisiera decirnos lo frágil que somos... Para todas las familias que han sufrido la pérdida de alguien queridísimo y para las familias que están sufriendo esta terrible soledad: mi cariño para siempre», dijo, coincidiendo con el fallecimiento de su suegra.

Luego, ha querido seguir dando su apoyo con «Un canto a Galicia», otro de sus éxitos: «Después de tantos años, parece como si estuviera escrita hoy. Es un canto a la vida para tantos millones de familias que están sufriendo de una manera injusta esta gravísima situación», explicó el artista. «Que esta canción sirva como un canto a la esperanza, que, hoy, tanto necesitamos».

Hace solo unos días, volvió a enviar un mensaje a los afectados por la crisis sanitaria, compartiendo «A flor de piel»: «En estos días de soledades no elegidas, cuando la distancia nos hace vivir de otra manera. En estos días de tiempos para pensar, repasando mi vida, me encuentro con esta canción que escribí hace muchos años», compartió con sus fans: «Mi tristeza se la ha llevado el viento».

Fotos: ARCHIVO «¡HOLA!»/@julioglesiasoficial



Julio está dando su apoyo a las familias que están sufriendo a causa de la pandemia del coronavirus. Desde su estudio, en República Dominicana, envía emotivos mensajes de esperanza a los afectados, recordando algunas de sus canciones más populares

# CARMEN MARTÍNEZ-BORDIÚ VENCE EN LOS JUZGADOS AL AYUNTAMIENTO DE SEVILLA TRAS OCHO AÑOS DE LUCHA

## El consistorio tendrá que devolver la plusvalía indebidamente cobrada por la venta de una casa junto al Real Alcázar

**E**L Ayuntamiento de Sevilla tendrá que devolver a Carmen Martínez-Bordiú la plusvalía municipal (impuesto sobre el incremento del valor de los terrenos de naturaleza urbana) que pagó por la venta de una casa en la calle María de Pineda, junto al Real Alcázar, en marzo de 2012. Carmen la vendió tras casarse con José Campos e instalarse en Santander. El fallo, emitido por el Juzgado número 1 de lo Contencioso Administrativo de la ciudad hispalense, dictamina que la operación no supuso ningún beneficio para ella, ya que vendió la casa en cuestión por casi doscientos mil euros menos del precio que había pagado siete años antes.

Joaquín G. Moeckel, su abogado desde hace más de dos décadas, nos explica los pormenores del fallo judicial, contra el que no cabe recurso: «Si el Tribunal Constitucional y el Supremo ya dijeron claramente, en su día, que cuando en una compra-venta se produce una minusvalía, que no plusvalía, no hay que

pagar ese impuesto municipal, ¿por qué hay que obligar a las personas a recurrir a los tribunales y gastarse el dinero?». El abogado también puntualiza: «No ha sido el Ayuntamiento el que ha llevado a juicio a Carmen, sino que Carmen es la que llevó a juicio al Ayuntamiento, el cual tendrá ahora que devolverle el impuesto indebidamente cobrado desde 2012 más los intereses devengados».

Moeckel nos revela que Carmen ha recibido la sentencia «con mucha alegría por la satisfacción del deber cumplido, en el sentido de que decidió desde un principio acogerse al Estado de Derecho y reclamar en los juzgados hasta poder ver finalmente cómo la Justicia le ha dado la razón tras ocho años de lucha. Ha demostrado ser una mujer valiente —concluye el letrado—, porque juegan con que la gente no quiera entrar en disputas judiciales en este tipo de casos, pues conllevan una serie de gastos y se suelen dilatar en el tiempo».

Foto: JAVIER ALONSO



Publirreportaje

## COLÁGENO BEBIBLE PARA UNA PIEL TERSA Y RADIANTE

**U**na tez radiante y una piel tersa y sin arrugas son los deseos de toda mujer. Una apariencia joven es buena para la autoestima y hace sentirse guapa y atractiva. Pero con la edad disminuye la producción propia de colágeno del cuerpo

y aparecen las odiadas arrugas. Aquí entra en juego la tendencia de beber colágeno en lugar de usar cremas. Este secreto de belleza promete, sin realizar grandes esfuerzos, una piel tersa desde el interior. Nuestros expertos han analizado en detalle esta tendencia y han decidido cuál es su favorita: la bebida de colágeno Signasol (disponible en farmacias).

### LAS BEBIDAS DE COLÁGENO: ¿CUÁL ES SU FACTOR ESENCIAL?

El colágeno es un elemento esencial de estas bebidas de moda, ya que es responsable de la elasticidad de nuestra piel. Los denominados péptidos de colágeno de Signasol son muy especiales, ya que tienen un peso molecular muy bajo. Gracias a esto pueden rellenar la piel considerablemente mejor, lo que resulta ser una gran ventaja sobre las cremas.

Además, esta bebida de belleza, que se encuentra en farmacias, contiene vitaminas y minerales importantes que contribuyen a una apariencia radiante de la piel. Otro punto que nos convence: Signasol contiene de forma adicional BioPerine®. Este biocatalizador natural se encarga de que el cuerpo pueda absorber todos los componentes importantes y esto es algo esencial, tal y como han descubierto los investigadores.

Resultados  
impresionantes  
después de tan  
solo 8 semanas:

- ✓ Reduce las arrugas hasta en un 50%
- ✓ Aumenta el colágeno de la piel hasta en un 65%
- ✓ Reduce la celulitis

N.º 1  
en bebidas  
de colágeno\*



Para  
una piel  
radiante  
y bella

De venta  
en farmacias:  
CN - 187551.8

www.signasol.es

Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:113-119; Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:47-55; Schunck et al., 2015, Journal of Medicinal Food 18 (12):1340-1348. \*Signasol; Fuente: HmR Health Market Research 2018, comparativa total de ingresos de ventas en categoría de ampollas de beauty colágeno bebible. La imagen representa a una afectada

El hijo de la presentadora cumplió su primer año en abril

## ISABEL JIMÉNEZ LANZA EL MENSAJE MÁS POSITIVO EN SU PASEO CON EL PEQUEÑO HUGO

PESE a enfrentarse a las noticias más difíciles por la pandemia, como presentadora de los informativos de Telecinco, Isabel Jiménez siempre ha encontrado en el pequeño Hugo el mejor motivo para mantener su optimismo. «Venir a casa y estar en familia, con mi hijo, hace como de terapia», ha confesado a ¡HOLA!, tras celebrar, en abril, el primer cumpleaños de su niño. Afortunadamente, la almeriense ya ha vuelto a disfrutar de paseos con Hugo, aunque no haya podido sumarse su marido, el ingeniero Álex Cruz, debido a las normas marcadas por las autoridades.

En su última salida a la calle con su hijo, cuya madrina es Sara Carbonero, Isabel ha lanzado el mensaje más positivo a través de su camiseta: «Confía en el futuro» —«Trust in future», en inglés—. Entre sus planes más inmediatos, Isabel ya nos ha desvelado qué será lo primero que haga en cuanto se levante el confinamiento: «Ir a Almería para ver a mi familia y amigos, que no voy desde Navidad. Ahora lo que necesitamos es abrazar a los nuestros», ha confesado en su reciente entrevista a ¡HOLA!.

Fotos: STUDIO24



72 En las imágenes, Isabel y Hugo, fruto de su matrimonio con Álex Cruz, con el que se casó en 2009. «El peque habla muchísimo, pero en su idioma y no se le entiende. Ahora va a empezar a andar, ya está con sus primeros pasos», nos ha dicho Isabel recientemente

# JAIME BARROSO

## LOS MOTIVOS POR LOS QUE ESTÁ PASANDO LA CUARENTENA EN REPÚBLICA DOMINICANA Y NO EN ESPAÑA

**J**AIME Barroso, hijo mediano de Pepe Barroso y Mónica Silva, se encuentra en estos momentos a aproximadamente 7.000 kilómetros de España. El joven, que hace unos meses celebró su mayoría de edad, está pasando este confinamiento provocado por la crisis sanitaria del coronavirus, en República Dominicana. En este lugar permanece desde que el Gobierno decretó en nuestro país el estado de alarma, el pasado 14 de marzo.

La razón de que Jaime Barroso no se encuentre en España tiene que ver con sus estudios. El joven está matriculado en la Universidad de Seton Hill, concretamente. Se trata de un prestigioso centro ubicado en Pittsburg (Estados Unidos) y en el que cursa la carrera de Business con Dirección Deportiva, dado que sueña con trabajar en alguna institución deportiva cuando llegue el momento. Por el momento, Barroso se está formando gracias a una beca de fútbol de cuatro años, que le permite jugar como delantero en el equipo del centro, llamado Griffins. Aquí se encontraba precisamente Jaime cuando se inició la pandemia de COVID-19. La situación en España se estaba complicando bastante y, en un momento dado, Pepe Barroso y Mónica Silva — que se encuentran en nuestro país, con sus otros dos hijos, Pepe y Felipe— decidieron

que era mejor que su hijo mediano no regresara. En vez de eso, prefirieron que se alojara en casa de unos amigos del empresario en República Dominicana. Allí ha permanecido desde entonces, a la espera de poder volver.

En circunstancias normales, Jaime Barroso estimaba que aterrizaría en España al acabar el curso, es decir, a lo largo del mes de junio. Su idea era que, una vez aquí, pudiera comenzar a trabajar en una de las empresas de su padre. Cabe recordar que Pepe Barroso es, además del creador de Don Algodón, fundador de la discográfica Pep's Records e impulsor del establecimiento multimarca Ekseption.

Por el momento, y a la espera de que la crisis sanitaria se solucione, Jaime Barroso se encuentra teletrabajando en la compañía de su progenitor. En este sentido, participa en varios proyectos que se encuentran en marcha. Aunque el joven está muy a gusto en República Dominicana, donde ha sido muy bien acogido por los amigos de sus padres, lo cierto es que está deseando volver a casa con su familia, a la que echa mucho de menos y a la que está muy unido.

Foto: ARCHIVO «¡HOLA!»



Junto a estas líneas, Jaime, el segundo de los tres hijos del empresario Pepe Barroso y Mónica Silva. El joven cumplió dieciocho años el pasado octubre



# MEPHISTO

## WORLD'S FINEST FOOTWEAR

¡Nuestras plantillas de corcho son  
«PURAMENTE NATURALES»!

Todas las plantillas de corcho MEPHISTO se fabrican en nuestra propia compañía. En su producción no se utiliza producto químico alguno, por eso las plantillas de corcho MEPHISTO son altamente compatibles con la piel. ¡y por lo tanto **PURAMENTE NATURALES!**

Todas nuestras sandalias de corcho incluyen una plantilla anatómica dotada de la tecnología **SOFT AIR** así como de un revestimiento de cuero. La mayoría también incluyen relieves de masaje, por lo que resultan divinamente cómodas y garantizan una pisada natural y saludable.

MEPHISTO es el único fabricante de zapatos que ha sido galardonado en múltiples ocasiones como mejor marca de calzado de Francia.

MEPHISTO – **PURAMENTE NATURALES!**

DISPONIBLES EN LAS TIENDAS OFICIALES **MEPHISTO** EN BARCELONA, C/MUNTANER 237, BILBAO, C/RODRIGUEZ ARIAS 37, Y VALENCIA, C/PEREZ PUJOLS 5. [WWW.MEPHISTO.COM](http://WWW.MEPHISTO.COM)

- 4 **MERCEDES BOHÓRQUEZ DOMEQ**, entramos con la interiorista en «Fuente Rey», su cortejo familiar
- 14 **EL DUQUE DE FERIA**, fiel a los paseos con sus mascotas, en la guerra contra el coronavirus
- 15 **CAYETANO RIVERA** denuncia ante la Guardia Civil las amenazas de muerte recibidas por él y su familia
- 16 **AITANA SÁNCHEZ-GIJÓN**, paseo y yoga en plena calle, junto a su marido, tras pasar el coronavirus
- 17 **OLIVIA DE BORBÓN**, el final de una pesadilla: dos meses después, le entregan las cenizas de su madre
- 18 **ADELE**, las claves de su nueva y comentada imagen tras perder setenta kilos
- 19 **IRINA SHAYK** y su hija, **LEA DE SEINE**, paseando a mamá
- 20 **GOLDIE HAWN, KATE HUDSON Y RANI ROSE**, abuela, hija y nieta de una de las familias más queridas de Hollywood, posan juntas por primera vez
- 26 La rompedora imagen de **LA REINA MÁXIMA**, de luto, en un Ámsterdam completamente vacío
- 28 **ARCHIE**, el nuevo príncipe de Hollywood, cumple un año
- 32 Así de espectacular es la megamansión donde viven **HARRY Y MEGHAN** en Hollywood
- 34 **MALÚ**, su misterioso anillo, que podría ser de compromiso
- 36 **ALFONSO MERLOS Y ALEXIA RIVAS**, las románticas imágenes que resuelven el misterio de la historia más comentada
- 40 **LA REINA**, una voluntaria de Cruz Roja en la mayor movilización de su historia
- 42 La nueva **ROCÍO CARRASCO** habla para «¡HOLA!» en un momento de grandes cambios
- 46 Descubrimos a la **ROCÍO CARRASCO** más desconocida, entre fogones, con mucho amor
- 48 **FIONA FERRER LEONI**, descubre su nueva faceta entre fogones
- 49 **LAURA SÁNCHEZ**, una futura chef en prácticas
- 50 **EUGENIA SILVA**, nuestra «top» más internacional, nos descubre sus secretos y rutinas para cuidarse sin salir de casa
- 54 **ALEJANDRA ROMERO**, duquesa de Suárez, espera su primer hijo: una niña que se llamará Mariam y nacerá en septiembre
- 58 **TAMARA FALCÓ**, sus primeras palabras tras convertirse en la nueva marquesa de Griñón
- 60 **DE EUGENIA MARTÍNEZ DE IRUJO A VICTORIA DE HOHENLOHE**, así son las aristócratas del siglo XXI
- 62 **SALMA HAYEK** nos habla del amor, de su hija, Valentina, y de su amistad de toda la vida con Penélope Cruz
- 64 **VICKY MARTÍN BERROCAL** nos habla de su cuarentena de ausencias y lucha
- 66 **VANESSA**, la hija de Manolo Escobar, alza la voz para defender la educación especial de su hijo: «Quiero que le den las mejores herramientas para defenderse en la vida»
- 68 **CÓCTEL DE NOTICIAS**
- 74 **SIETE DÍAS**
- 76 **MUNDO SINGULAR**
- 78 **PASATIEMPOS**
- 83 **EL BUSCADOR DE SERIES**
- 84 **ELON MUSK**, las últimas polémicas que rodean al multimillonario de otra galaxia, que ha sido padre por séptima vez
- 86 **MODA**: Descubriendo a Claudia Ula, la polifacética e impresionante hija de Raquel Revuelta
- 94 **ESTILO**
- 96 **DESDE CASA**
- 98 **TENDENCIAS**
- 100 **BELLEZA**
- 102 **SALUD**
- 104 **COCINA**

© ¡HOLA! Queda prohibido reproducir cualquier trabajo literario o gráfico aparecido en esta revista sin previa autorización de la empresa editora, aun citando su procedencia.

**¡HOLA!**

www.hola.com

**HOLA, S. L.**

**Fundadores:**

Antonio Sánchez Gómez  
Mercedes Junco Calderón  
Eduardo Sánchez Junco

**Presidente:**

Eduardo Sánchez Pérez

**Vicepresidentas:**

Carmen Sánchez Pérez  
Mercedes Sánchez Pérez

**Secretaría del Consejo:**

Carmen Pérez Villota

**DIRECTOR:**

Eduardo Sánchez Pérez

**DIRECTORES ADJUNTOS:** Carmen Sánchez Pérez,  
Mercedes Sánchez Pérez, Belén Junco

**SUBDIRECTORA:** Roseta L. del Valle

**COORDINADORA GENERAL DE REDACCIÓN:**

Marta Gordillo

**REDACCIÓN:**

Tico Chao (Subdirector), Pilar Rubines (Adjunta a la dirección), Martín Bianchi (Redactor Jefe), Silvia Castillo (Redactora Jefe), Enrique Suero (Redactor Jefe), Cristina Olivar (Redactora), Antonio Dieguez (Redactor)

**CONTENIDOS Y PROYECTOS ESPECIALES:**

Uxua Mena (Subdirectora)

**DIRECTOR DE PRODUCCIÓN:** José de la Fuente

**HOLA.COM:**

**DIRECTORA:** Mercedes Urrea

**SUBDIRECTORES:** Carmen Martínez, Laura Longo, Raquel Sáez

**DIRECTOR GENERAL DE NEGOCIO:**

Javier Junco Aguado

**PUBLICIDAD:**

**DIRECTORA COMERCIAL:** Arancha González

**DIRECTORA DE PUBLICIDAD:** Eugenia Recio

**SUBDIRECTOR MULTIMEDIA Y DELEGACIONES:** Fernando Vega

**SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD BARCELONA:** Georgina Pares

**DISTRIBUCIÓN Y MARKETING:**

**DIRECTOR DISTRIBUCIÓN Y TRADE MKTING:** Juan Pablo Orellana

**MARKETING:** Pilar del Valle

**SUSCRIPCIONES Y ATENCIÓN AL CLIENTE:**

Ramón Junco suscripciones@hola.com Tel. 91 781 18 20

**SINDICACIÓN DE CONTENIDOS:** Marian Bausá

**DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO FINANCIERO Y RR.HH.:**

**DIRECTORA:** Cristina Corral

**IMPRESIÓN:**

Rotocobrih, S.A.U. Ronda de Valdecarrizo,13,  
28760-TRES CANTOS, MADRID. Printed in Spain.  
Depósito legal: M-15.539-2015.



Toda la correspondencia debe dirigirse a HOLA, S. L. Apartado de Correos núm. 6.002. 28000-MADRID. Atención al cliente y sugerencias: sugerencias@hola.com.

¡HOLA! (ISSN 0214-3895 USPS #715230) is published weekly by HOLA, S. L. Calle Miguel Ángel, 1. Madrid 28010. SPAIN and distributed by Arrowmail Corporate Services - 9825 NW 17th St - Miami, FL 33172 - Postage paid at Miami, FL and additional mailing offices. Postmaster: Send address changes to: HELLO, INC. 2153 Coral Way Apt 400 - Miami, FL 33145



¡HOLA! es embajador honorario de la marca España

**¡H!**

**Siete días**

## LUXEMBURGO TIENE UN NUEVO HEREDERO: NACE EL PRIMER HIJO DE LOS PRINCIPES GUILLERMO Y STÉPHANIE



Los herederos del Gran Ducado de Luxemburgo, los príncipes Guillermo y Stéphanie, han sido padres. Así lo anunció Palacio el pasado fin de semana, lanzando la noticia más esperada, después de siete años y medio de matrimonio.

El mariscal de la Corte aclaró que el bebé vino al mundo el domingo 10 de mayo a las 5:13, en la Maternité Grande-Duchesse Charlotte; que pesó 3,190 kilos y midió 50 centímetros, añadiendo que los príncipes estaban ansiosos por presentarlo. Asimismo, y en un segundo comunicado, también se revelaron sus nombres: Charles Jean Philippe Joseph Marie Guillaume. Horas después, la Corte también compartía las imágenes de los grandes duques Enrique y María Teresa conociendo a su quinto nieto gracias a una emocionante

videollamada, desde el Château de Berg. Igualmente, horas después del nacimiento, el príncipe Guillermo también compareció ante las puertas del hospital para hablar de su gran momento: «Es un día maravilloso para mi esposa y para mí. Estamos muy felices de haber vivido este momento y de compartirlo con nuestros compatriotas, que lo esperaban desde hace mucho tiempo, al igual que nosotros también los esperábamos».

La pareja cumple al fin su sueño. Recientemente, confesaban en estas mismas páginas que dieron un grito de alegría cuando se enteraron que iban a ser padres. «Cada vez hay más personas que empiezan a hablarnos de su propia experiencia y nosotros descubrimos a muchas parejas que también han tenido que esperar mucho tiempo», explicaban.

## ENRIQUE IGLESÍAS CUMPLE CUARENTA Y CINCO AÑOS CONVERTIDO EN PADRE DE FAMILIA NUMEROSA



Ha sido el cumpleaños que nunca imaginaría, debido al confinamiento, sin embargo, seguro que ha sido muy especial, no solo porque ha cumplido cuarenta y cinco años, sino porque es la primera vez que sopla las velas como padre de familia numerosa, después de que el pasado 30 de enero diera la bienvenida a su tercera hija, Mary, junto a Anna Kournikova.

En este tiempo como padre, el cantante ha dejado al descubierto su faceta más divertida y ha mostrado lo bien que se lo pasa, como un niño más, jugando con sus tres hijos: los mellizos Lucy y Nicolás, de dos años, y ahora también con su pequeña pelirroja, Mary, que ya tiene tres meses. A pesar de que Enrique y Anna siempre evitan hacer declaraciones sobre su vida perso-

nal en entrevistas, hace unos meses, él hablaba abiertamente con la periodista Maity Interiano sobre cómo ha cambiado su vida la paternidad: «Soy feliz. Es increíble verlos crecer. Están creciendo a una velocidad espectacular», aseguraba el artista.

Ahora está aprovechando para disfrutar con su familia en su casa de Miami, ya que su gira se ha visto suspendida a causa de la pandemia. Entre las citas de este año figuraban varios conciertos, por Canadá y Estados Unidos, junto a Ricky Martin y Sebastián Yatra, que ahora tendrán que esperar a nuevas fechas. En estas semanas, Enrique ha confesado que tiene muchas ganas de reencontrarse con su público: «Extraño muchísimo estar arriba del escenario con todos vosotros. Espero verlos pronto», escribía.

**LA VIUDA DE KOBE BRYANT  
DESCUBRE UNA CARTA QUE  
EL JUGADOR LE DEJÓ ESCRITA**



La muerte de Kobe Bryant y de su hija Gianna, de trece años, en un accidente de helicóptero, sigue conmoviendo al mundo. Ahora, su viuda, Vanessa Bryant, con motivo de su treinta y ocho cumpleaños, ha compartido una carta que acaba de encontrar en su casa que el jugador dejó escrita para ella. «Ayer encontré un sobre cerrado en el que ponía "Para el amor de mi vida, de tu papi". La ironía es que dentro había una tarjeta en la que Kobe había pedido que un artista pintara un retrato mío en el que aparezco sostenida en los brazos de un ángel», señaló emocionada. «Echo mucho de menos al amor de mi vida y a mi pequeña Mamacita... Doy las gracias por tener la suerte de haberme levantado hoy al lado de mis tres dulces hijas. Ojalá pudiéramos estar todos juntos», concluyó.

**FALLECE EL RAPER TY,  
A LOS CUARENTA Y SIETE AÑOS,  
VÍCTIMA DE LA PANDEMIA**



El rapero británico Ben Chijioke, más conocido como Ty, falleció la semana pasada, a los cuarenta y siete años, tras no poder superar una neumonía a causa del coronavirus. «Con mucha tristeza, informamos sobre el fallecimiento de Ben Chijioke (conocido como Ty). Sus amigos cercanos, familiares y fans estamos devastados por su muerte», comenzaba el triste mensaje de su familia, en el que explicaban cómo su estado había mejorado hasta que «contrajo una neumonía que fue empeorando cada vez más y, finalmente, no ha podido luchar contra ella».

El cantante fue ingresado a principios de abril tras complicarse los síntomas del COVID-19. Sin embargo, después de «sedarlo temporalmente» la neumonía acabó con su vida.

**«LA MONTAÑA», EL PERSONAJE  
DE «JUEGO DE TRONOS» BATE EL RÉCORD  
MUNDIAL DE LEVANTAMIENTO DE PESO**



Hafthor Bjornsson, el actor que dio vida a «la Montaña», uno de los personajes más temidos de la serie «Juego de Tronos», no solo era el más fuerte en los Siete Reinos, también lo es el mundo real, donde acaba de batir un récord del mundo de levantamiento de peso muerto. Además de dedicarse a la interpretación, él es atleta de fuerza profesional y, hace unos días, lograba levantar, durante un evento retransmitido en directo, en un gimnasio de su Islandia natal, 501 kilos durante dos segundos, convirtiéndose así en el primer hombre que levanta en esta modalidad más de media tonelada.

Un título más que suma a su larga lista el gigante Bjornsson, que, con sus 2,05 metros de altura y sus músculos, también ostenta el título del hombre más fuerte del mundo, tras ganar el World's Strongest Man, en 2018.

**MICHAEL DOUGLAS  
RETIRA DE LA VENTA SU  
IMPRESIONANTE CASA DE MALLORCA**



Llevaba con el cartel de «se vende» desde 2014 y ahora el actor y su mujer, Catherine Zeta-Jones, han decidido retirar su vivienda de Mallorca del mercado. Según apuntan varios medios, Michael Douglas habría cambiado de opinión y prefiere conservar su finca de S'Estaca —que adquirió en 1990 y está situada en Valldemossa—, a causa de la crisis del coronavirus, y estaría pensando en volver a pasar temporadas allí. La casa, una de las más espectaculares de la isla, era propiedad del archiduque Luis Salvador de Austria, abarca 77 hectáreas de terreno y mil metros cuadrados de superficie habitable, y el actor la dotó del máximo lujo, con una gran bodega, jardín mediterráneo, viñedos, piscina de mármol, gimnasio, sala multimedia y hasta un baño con chimenea.

**LA CRISIS SANITARIA IMPIDE  
CUMPLIR LAS ÚLTIMAS  
VOLUNTADES DE ARI BEHN**



Han pasado más de cuatro meses desde que Ari Behn, exmarido de la princesa Marta Luisa de Noruega, se quitará la vida, a los cuarenta y siete años. Un trágico episodio del que todavía sus parientes y amigos no pueden pasar página, ya que sus cenizas no han sido enterradas en el cementerio de Nuestro Salvador, como estaba previsto, a causa del coronavirus, tal y como informa la revista «Se og Hor».

Quizá, el hecho de que en sus terrenos se encuentren enterradas grandes personalidades, artistas y escritores, hizo a Ari Behn desear ser inhumado en ese singular lugar, aunque, por motivos sanitarios, la familia habría decidido posponer la ceremonia hasta que se pueda celebrar con familiares y amigos, según han comentado los padres de Ari a la citada publicación.

**GWYNETH PALTROW  
ACUDE A UNA GURÚ PARA REENCONTRAR  
LA INTIMIDAD CON SU MARIDO**



A muchas personas les está pasando factura pasar tantas horas al lado de su pareja a causa del confinamiento, y por eso, Gwyneth Paltrow y su marido, Brad Falchuk, han acudido a la gurú Michaela Boehm, para que, a través de una videoconferencia, les dé consejos sobre cómo recuperar la intimidad en estos momentos de incertidumbre que vive el mundo.

La actriz y el célebre director y productor de cine estadounidense le hicieron varias preguntas y, después, compartieron el vídeo en la página de salud y estilo de vida de Paltrow con los consejos que esta experta les dio para ayudar a las parejas a «procesar emociones difíciles» y a «reconectarse». Boehm les recomendaba concentrarse en lo que hace fuerte su relación, empezar a planear juntos «locuras constructivas» y hacer que el día a día sea más divertido.

**DAVID BISBAL Y  
ROSANNA ZANETTI ANUNCIAN  
QUE VAN A SER PADRES DE NUEVO**



El matrimonio formado por David Bisbal y Rosanna Zanetti atraviesa una de sus etapas más dulces. El pasado abril celebraban el primer cumpleaños de su hijo, Matteo, y hace solo unos días compartían muy felices cómo el niño empezaba a dar sus primeros pasos. Ahora, su felicidad aumenta, ya que han anunciado emocionados que la familia crece.

Dentro de solo unos meses serán cinco en casa, una noticia que han confirmado ellos mismos. «Soy un enamorado de mi familia y estamos muy felices de que siga creciendo. Hace cuatro meses recibimos la mejor noticia: bebé en camino. Pronto seremos cinco», decía el artista junto a una imagen en la que tiene en brazos a su hijo mientras que su primogénita, Ella —de su relación con Elena Tablada—, toca la tripieta de Rosanna.

**EL PRÍNCIPE ANDRÉS Y  
SARAH FERGUSON, DEMANDADOS  
POR EL IMPAGO DE UN CHALET EN SUIZA**



Los duques de York, a pesar de su divorcio, en 1996, siguen manteniendo muy buena relación y, además de seguir viviendo juntos en Royal Lodge, la casa de Windsor en la que se encuentran pasando la cuarentena, comparten un chalet en la estación de esquí de Verbier, en Suiza. Ahora, según el diario «Le Temps», juntos se enfrentan a una demanda millonaria por esta vivienda, que adquirieron en 2014 por 21 millones de euros. Aseguran que les faltaba por pagar cerca de seis millones y que la fecha límite para abonar esa cantidad era el pasado 31 de diciembre. Por este motivo, el propietario les reclama esa cantidad más los intereses, una cifra que ascendería a casi ocho millones.

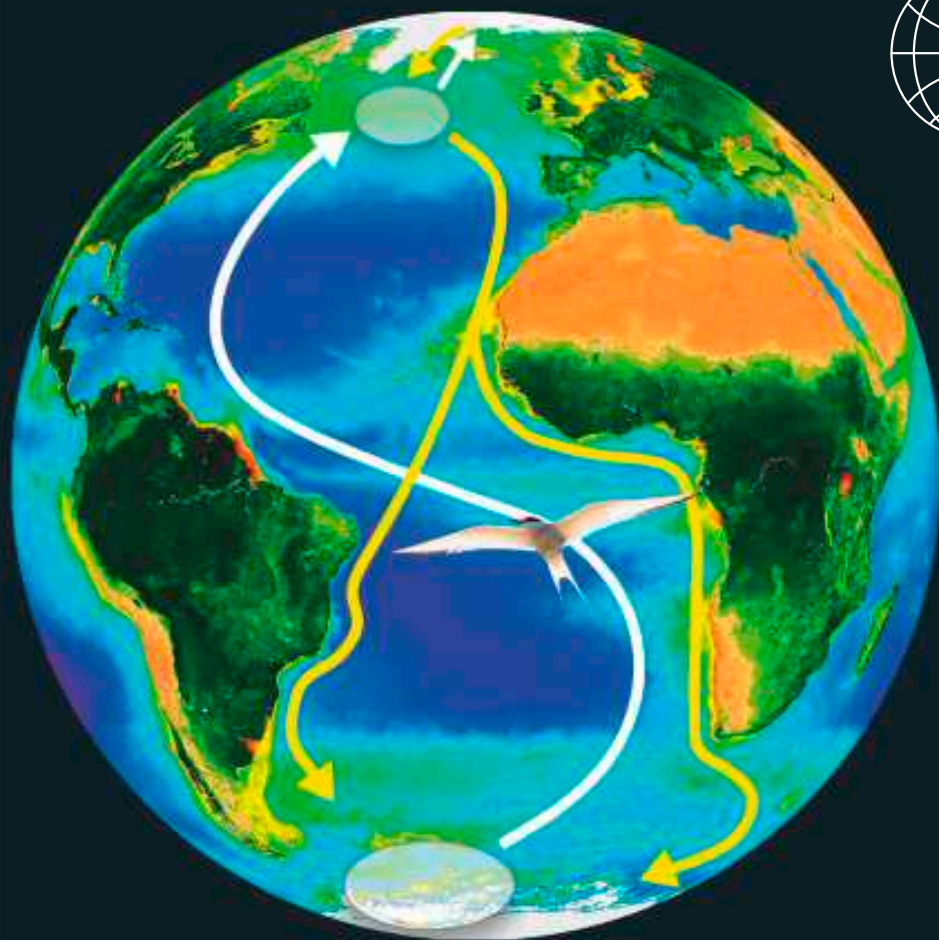
**LAURENT DE BELGICA CONFIESA QUE SU  
MUJER, CLAIRE, PADECE CORONAVIRUS:  
«ESTÁ SIENDO MUY DIFÍCIL»**



El príncipe Laurent, hermano del Rey Felipe de los Belgas, confesaba la semana pasada a varios medios de su país que estaba atravesando un momento muy complicado porque su mujer, Claire, había enfermado de COVID-19. «Está siendo muy difícil para nosotros. Tengo que cuidar de mi mujer ahora. Hace seis meses, nuestra familia se vio afectada por la enfermedad de Claire, una enfermedad grave, y en marzo contrajo coronavirus», contaba, aunque sin explicar cuál era la dolencia que había padecido su mujer, previa al coronavirus. Tan solo se conoce, según aseguran varios medios, que fue diagnosticada en una etapa muy temprana y habría recibido tratamiento. Por suerte, su estado de salud actual, tras haber contraído el virus, no ha requerido hospitalización y se encuentra recuperándose aislada en su casa.



# MUNDO SINGULAR



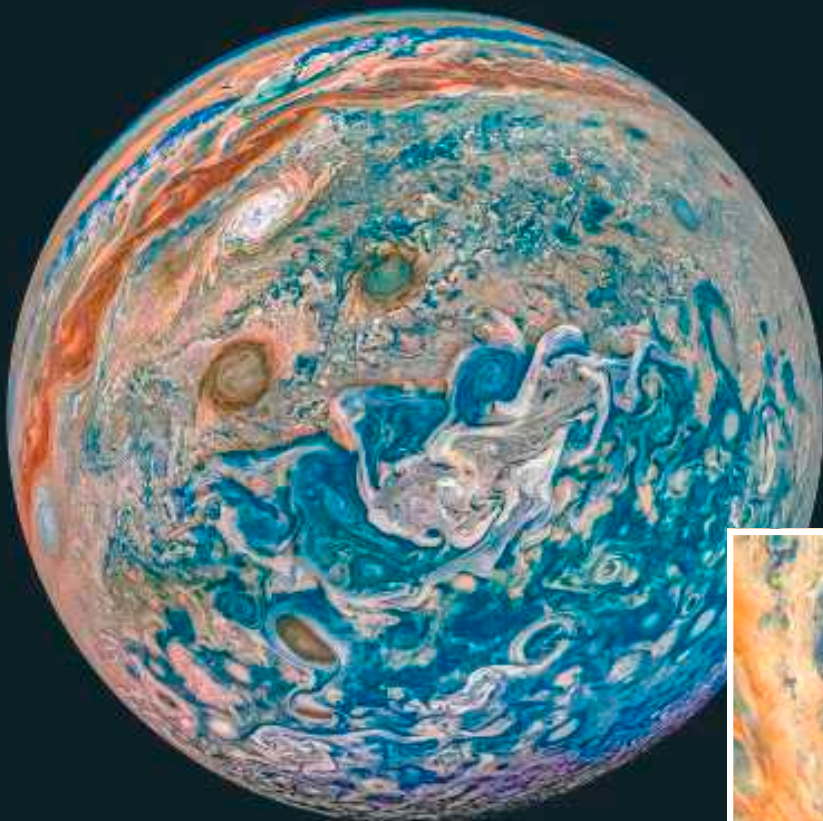
## LA GRAN HAZAÑA DEL CHARRÁN, EL ÚNICO PÁJARO CAPAZ DE VOLAR LA DISTANCIA QUE HAY HASTA LA LUNA

El charrán, o gaviotín ártico, con tan solo 40 centímetros y un peso de 100 gramos, es el mayor viajero del reino animal con su vuelo anual del Polo Norte al Polo Sur. A finales de agosto, cuando acaba su período de cría en Groenlandia, inicia su traslado al otro extremo del mundo, una distancia de 20.000 kilómetros. Como vive veinte años, se calcula que, a lo largo de su vida, recorre 2.400.000 kilómetros, el equivalente a ir tres veces a la Luna.



## JÚPITER, COMO NUNCA ANTES LO HABÍAMOS VISTO

Gracias a la cámara de la sonda espacial «Juno», de la NASA, podemos contemplar mejor que nunca las coloridas nubes de Júpiter, el planeta más grande del sistema solar, con un tamaño 1.300 veces más grande que la Tierra. Su atmósfera, con vientos de hasta 640 kilómetros por hora, genera increíbles tormentas, como las marcadas con un círculo rojo, que parecen estar a punto de colisionar. Además, alberga otros misterios, como la llamada «Gran mancha roja» (izquierda), una borrasca más grande que nuestro planeta, que podría llevar activa más de trescientos años.





### UN NUEVO RÉCORD DE APNEA, QUE DEJA HELADO A CUALQUIERA

El apneista ruso Alexey Molchanov es el primer hombre que se ha sumergido 180 metros bajo las gélidas aguas de Rusia. Una increíble gesta, que consiguió en tres minutos, con la que ha logrado un nuevo récord Guinness de apnea bajo el hielo, una complicada modalidad que practican muy pocas personas en el mundo, que consiste en bucear sin bombona de oxígeno y que resulta más difícil aún en aguas a una temperatura bajo cero. El récord se lo ha dedicado a su madre, Natalia Molchánova, una leyenda de la apnea que desapareció, en 2015, mientras buceaba en España.



### LOS INESPERADOS Y SORPRENDENTES VISITANTES DE LOS ACUARIOS EN TIEMPOS DEL CORONAVIRUS

Todo es distinto, el coronavirus ha puesto patas arriba el mundo que conocíamos hasta ahora y esos cambios también se han notado en los visitantes de los zoológicos y acuarios. Con las puertas cerradas al público, son algunos animales los que se han animado a dar paseos para conocer las instalaciones. Este es el caso del acuario Sea World, en Queensland (Australia), donde un león marino, llamado «Birri Junior», ha disfrutado junto a su cuidadora de una excursión en la que ha podido conocer a sus «vecinos».



## Crucigrama


### HORIZONTALES

**1** Apropiarse en gran parte. 400 en números romanos. **2** Tiene deudas. Parir la gallina. **3** Calzoncillo. Bacteria filiforme. **4** Espiración brusca. Actitud vanidosa. **5** Lo que circunda un lugar. Hembra de un animal grande. **6** Abecedario. Brota un líquido. **7** Nota musical. Que come con mucha ansia. Indica sorpresa. **8** Sin pigmentación. Enfermedad de la piel. **9** Necio, simple. Relatan un cuento.

### VERTICALES

**1** Capital neerlandesa. **2** Apellido de navegante genovés. Interj. de ánimo. **3** Borde agudo de un objeto. Banco Mundial. **4** Género musical. Muy claro o que no tiene dificultad. **5** Punto del dado. Caja con cerradura. **6** Ayudante de Batman. Licor de color caramelo. **7** Perfume, olor agradable. **8** Presión entre dos objetos. Falta de causa aparente. **9** Mamífero mustélido. Ciudad Real. **10** Polvo blanco. Turca o finlandesa. **11** Sustancia estimulante. Moneda japonesa.

### HORIZONTALES

**1** Sorprendida o asombrada hasta el extremo. **2** Se muestra humilde en exceso. Tipo de embutido. **3** Miembro de la familia. Pref., casi. Pronombre personal. **4** Pronombre demostrativo. Grieta de la corteza terrestre. **5** Que camina sin parar. **6** Cuatro en números romanos. Semblante aproximado. Emplea, gasta. **7** Planta trepadora. Tipo de porcelana. **8** Molusco de costas rocosas. Banco acolchado. **9** Atender a un enfermo. Mordisquear.

### VERTICALES

**1** Trecilla de hilos de oro o plata. **2** Número de un dígito. Lugares por donde transitar. **3** Comercio de personas. Prefijo que significa abeja. **4** Radiación ultravioleta. Piña tropical. **5** Col., orina. Parte de una semana. **6** Mover hacia arriba. Test de inteligencia. **7** Dar forma a algo. **8** Saco punta. Encendido en aparatos. **9** Nombre de letra. Pasar de una acera a otra. **10** Contenido de un discurso. Anfibio anuro. **11** Interesada, observadora. Interj. para estimular.


## Sudoku

Nivel medio

DEBERÁ COMPLETAR LOS CASILLEROS DE MANERA QUE CADA FILA, CADA COLUMNA Y CADA CUADRADO DELIMITADO POR LÍNEAS GRUESAS CONTenga TODOS LOS NÚMEROS DEL 1 AL 9, SIN OMITIR NI REPETIR NINGUNO. CADA JUEGO SOLO TIENE UNA SOLUCIÓN POSIBLE.

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

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



## Autodefinido

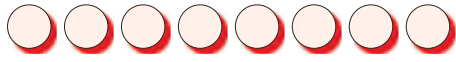
ERRATA		COMPOSICIONES POÉTICAS	REINA DE BELLEZA	ESTRECHAR, RECOGER	LIMAR	RECITACIÓN RÍTMICA	MANERA DE VIAJAR GRATIS	MÉDICA	PADRE DE SEM
INSULA DE LA POLINESIA FRANCESA			INDICA EXTRAÑEZA	CALLE EN PORTUGUÉS		CHIVATO O SOPLÓN	CERCA DE	DENOTA CONDICIÓN	
				MOTIVO		PUPITRE			
ISLA MALAYA	CIUDAD RUSA				QUE SE PONE EN LA PIEL DE OTRO				
	PRESENTA ¡AHORA CAIGO!				SU NOMBRE				
			LINAJE, PARENTESCO				VOZ DE ARRIERO	PRONOMBRE PERSONAL 2.ª PERSONA	
			LA DESPEDIDA CATALANA				TIEMPO	... DÍAZ-AROCA, ACTRIZ	
CRUZA, ATRAVIESA				UNIDAD PARA ENFERMOS MUY GRAVES		TERREMOTO, TEMBLOR			LABORAL O ACADÉMICA
ESCUDELLA						ANTÓNIMO DE SI			
		SEÑALAR O NOMBRAR					BALAZO		
		ACCIÓN					GERARD ... ACTOR FRANCÉS		
DOMINGO DE SEMANA SANTA	LOTERÍA ESTATAL			DENOTA PROFESIÓN		AMAR MUCHO			
	... ARZUAGA, DISEÑADORA			FIANZA					
FIESTA DE LA ... VERBENA DE MADRID	AUTOR DE YERMA		... TENORIO, CANTANTE			AMIGO DE BLAS			HERMANO DE ZIPI
						ASSOCIATED PRESS			
							SUFJO QUE EXPRESA EXCESO		
							CORREDERA		
1.ª PERSONA		SUFJO DE RELACIÓN							ONOMAT. DE ROTURA
GRUPO DE ESPOSAS		TERCERA PERSONA						ORDENADOR	
				AGENTE 007				HAY MUCHAS EN ÁMSTERDAM	
EXISTENTE, VERDADERO	CÍRCULO								RUIDOSO, SONORO
	ÁSPERO, DURO								
			DISCONFORME, DESAVENIDO						
BANCO CENTRAL DE LA UNIÓN EUROPEA	ÁCIDO DESOXIRRIBONUCLEICO								SIGLA DE REINO UNIDO
	ELEGIR								
		CAMINAD, ANDAD		TRABAJA CON PAN DE ORO	RECEPTOR UNIVERSAL	OLA		ATREVERSE	
				INDICA DESDÉN	DETECTOR			AVE PALMÍPEDA	
AGARRADEROS			ERUPCIÓN, HERVOR						ONOMAT. DEL TORO
EMISORA BRITÁNICA									COSTAR
		CERVEZA CON LIMÓN				QUE PRODUCE DAÑO			
		ACRÓNIMO DE BUENOS AIRES				CALAMITA			PALO DORADO DE LA BARAJA
CIERTO DELITO				SU APELLIDO			ARÁCNIDO DIMINUTO		
HUMPHREY ... ACTOR				ADV. COMPARATIVO			LOS DE ÉL		
					JUEGO DE MESA			TUFO	
					LADY ... PRINCESA			ESTUDIO EN MÓDULOS	
ESTOY INFORMADO		PORTADORA DE UNA CARTA					EXPRESA DESAGRADO	ENSEÑANZA EN INSTITUTOS	
TIEMPO FUTURO									
					FRUTAS ANANAJADAS DE SABOR DULCE				





## Sopa de letras

Bolita perforada que sirve para hacer collares o adornos.

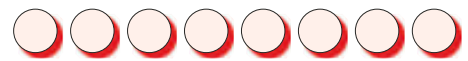


- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| ACCESIBLE | DUREZA    | PALPITO   |
| ADOSADO   | EDIFICIO  | PARRAFO   |
| ANISAKIS  | EGOISMO   | PELADURA  |
| ANTEOJO   | ENREJADO  | POSTER    |
| ARILLO    | ENSEÑA    | PRESUMIR  |
| ASEMEJAR  | EXAMINAR  | PRIMA     |
| BALDADO   | EXCLUIDO  | PRONOS    |
| BIMENSUAL | FANGO     | RABIETA   |
| BOQUETE   | FARIÑA    | RASTROJO  |
| BOREAL    | FLUIDEZ   | RESULTADO |
| CABRITO   | GALEON    | RETABLO   |
| CARNICO   | GASODUCTO | REVESTIR  |
| CASADO    | GOTEO     | RIFAR     |
| CELERIDAD | GRAPA     | ROSQUILLA |
| CELLISCA  | IMPELER   | SIMETRICA |
| CHINCHIN  | INFUNDADA | SOBERANO  |
| CHIRONA   | LANCETA   | SONRIENTE |
| CHUZO     | LATIR     | SOSERIA   |
| COLGADURA | MANIQUI   | TERRESTRE |
| COLMENA   | MECHINAL  | TESTACEO  |
| COMPILAR  | NOVEDAD   | TONTO     |
| DECUPLO   | OBSESION  | TROMPADA  |
| DIFUNDIR  | OPONER    | VACIADO   |
| DOLORIDO  | ORIUNDO   | VISERA    |

P A L P I T O R A N I M A X E N S E Ñ A  
 E A L C E L L I S C A Z B A N E M L O C  
 L L A N I H C E M A E V A S E M E J A R  
 A P N N O V E D A D I R E L E C H U Z O  
 D A C I R T E M I S D I F U N D I R E M  
 U R E I B O Q U E T E P R O N A O S R S  
 R R T N G F L R V G L C N M A N I Q U I  
 A A A C R F A A E A O A D O L O R I D O  
 L F I A A E C N U L R T R O M P A D A G  
 R O R S P I J S G E B L I M P E L E R E  
 I C E A A O N A B O A I E X C L U I D O  
 T A S D O E D O D N B T S C A R N I C O  
 S B O O M U S A O O O S E E B O R E A L  
 E R S I R P O S T E R L E I C R I D T L  
 V I B A L D A D O L C O P S B C F I E I  
 E T R A L I P M O C U A L U I A A F R R  
 R O A D A D N U F N I S T B C O R I R A  
 F D M O C H I N C H I N E S A E N C E N  
 A N I S A K I S O P O N E R E T D I S O  
 R U R A R O S Q U I L L A G O T E O T R  
 I I P D I G A S O D U C T O N T O R R I  
 Ñ R S O N R I E N T E O J O E T N A E H  
 A O R I M U S E R P R A S T R O J O O C

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

Postre italiano que se prepara con café y queso mascarpone.



- |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|
| ACOMPAÑAR | ESCOLANO  | PROFESAR  |
| AFEAR     | ESPESURA  | PROTEGER  |
| AJADA     | EXABRUPTO | PULPEJO   |
| ANIMA     | EXTRAVIAR | QUEDADA   |
| AQUAVIT   | FERIADO   | QUERATINA |
| ARENAR    | FUNEBRE   | RANCHERO  |
| ARRIADA   | GLADIOLO  | REUNION   |
| ATALAYA   | HINCHA    | ROQUEDAL  |
| BORREGO   | IMPERIOSO | SALSA     |
| BROTAR    | INACTUAL  | SANTERO   |
| BURBUJEO  | INMORTAL  | SELECTOR  |
| CANTINA   | INTERIOR  | SEQUEDAD  |
| CEILANDES | MARFILEÑO | SINEDRIO  |
| CERVIZ    | MARIDAJE  | SORTEAR   |
| COCINAR   | NEUTRON   | SOSA      |
| COMPASION | PALMA     | SUBDITO   |
| CUSTODIA  | PANTALON  | TALONAZO  |
| DALIA     | PARCO     | TELEX     |
| DESTELLEO | PENDEJO   | TITUBEO   |
| DISIPADO  | PIPERMIN  | VISTAZO   |
| DOVELA    | PLEBE     | VIVA      |
| EMPORIO   | POLVAREDA | VOLUMEN   |
| ENASTAR   | POMPOSO   | XENOFOBO  |
| EPITAFIO  | PORRAZO   | ZAMPAR    |

## Diferencias

¿Eres un buen observador? Fíjate muy bien en este juego y busca las diferencias hasta llegar a diez. Cuando las veas, rodéalas con un círculo.



## Sopa de letras: en la feria

Encuentra las palabras de izquierda a derecha, de arriba abajo, en diagonal y al revés. Con las letras que te sobren, podrás formar la palabra misteriosa.

- ABANICO
- CASETA
- FLAMENCA
- AMIGOS
- CHURRERIA
- LUNARES
- BUÑUELOS
- CONCIERTO
- MUSICA
- CABALLITOS
- DARDOS
- NORIA
- CANCIONES
- DIVERSION
- PALOMITAS
- CARAVANA
- FAROLILLO
- VOLANTES
- CARRUSEL
- FIESTA

N	O	I	S	R	E	V	I	D	P
L	B	U	Ñ	U	E	L	O	S	A
E	F	I	E	S	T	A	E	M	L
S	F	O	A	B	A	N	I	C	O
U	A	A	N	D	O	O	A	A	M
R	N	O	R	I	A	T	T	M	I
R	A	V	C	O	E	R	A	I	T
A	V	N	O	S	L	E	D	G	A
C	A	B	A	L	L	I	T	O	S
C	R	C	Ñ	A	A	C	L	S	S
R	A	S	E	R	A	N	U	L	U
A	C	I	S	U	M	O	T	S	O
F	L	A	M	E	N	C	A	E	A
A	I	R	E	R	R	U	H	C	S

### Soluciones

## Sudoku

Rellena cada fila (de lado a lado), cada columna (de arriba abajo) y cada bloque de 9 casillas con los números del 1 al 9. Presta atención, porque cada número solo puede aparecer una vez. Consejo: empieza por los bloques con más números para que sea más fácil.

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

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

## LOS DETALLES, LAS ANÉCDOTAS Y SECRETOS DEL NUEVO «HIGH SCHOOL MUSICAL», CONTADOS PARA «¡HOLA!» POR SUS PROTAGONISTAS

EN 2006 se estrenó «High School Musical». Una «TV movie» con actores desconocidos que se inspiraba en clásicos como «Grease» para crear, sin que nadie se lo esperara, una saga millonaria que cambiaría las vidas de Zac Efron, Vanessa Hudgens y Ashley Tisdale, sus protagonistas. Supuso un movimiento fan internacional y sus canciones se han convertido en los himnos de una generación que ha crecido con Hannah Montana o los Jonas Brothers.

Casi quince años después vuelve... ahora en formato seriado y con un nombre algo enrevesado «High School Musical: el musical: la serie», que se puede ver en Disney+.

**QUÉ ES:** Grabada como un falso documental, los personajes no son Troy y Gabriella, aunque sí podrían ser sus sucesores generacionales. Sin embargo ni es un «remake» ni un «reboot», porque los personajes viven en un universo donde la película existe y es famosa... y ellos son fans. Un aspecto que le da un toque original e irrepetible sin que tenga miedo de beber de otros títulos como «The Office» o «Glee», que incluso se menciona en uno de sus episodios, tal y como nos cuenta su creador, Tim Federle.

**QUIÉN ES QUIÉN:** Ricky (Joshua Bassett) y Nini (Olivia Rodrigo) rompieron su relación en verano y comienzan el nuevo curso adaptándose a su nueva situación cuando el instituto al que acuden —el mismo en el que se grabó «High School Musical»— anuncia que su musical semestral será la adaptación teatral de la famosa película. Y la nueva pareja de jóvenes actores se declara fan de la saga de Zac Efron y Vanessa Hudgens. «Cuando tenía ocho años,

«Es la oportunidad de nuestras vidas», nos dicen Joshua Bassett y Olivia Rodrigo, que toman el relevo a Zac Efron y Vanessa Hudgens

decidí hacer interpretación y el teatro de mi barrio estaba haciendo «High School Musical», porque ya lo habían adaptado al escenario. Así que hice el «casting» y conseguí un papel secundario que dio comienzo a mi interés por el teatro musical. Tras eso, hice muchos «shows» y tenía diecisiete años cuando comenzó el proyecto de esta serie», nos desvela Joshua. «Es la oportunidad creativa de nuestra vida», añade Olivia, quien, como sus compañeros, canta, baila y escribe sus propias canciones.

**EL CAMBIO DE VIDA:** Joshua y Olivia aún creen que la serie no cambiará su vida tanto como algunos auguran: «Soy muy afortunada de poder hacer lo que más me gusta cada día y me alegra mucho que a la gente le interesen las historias que estamos contando, pero, al final, yo sigo haciendo álgebra en mi habitación: así es mi vida, así que no creo que nuestras vidas vayan a cambiar de manera drástica», comenta ella. «Siento que llevo toda mi vida preparándome para esto», dice Sofia Wylie, que da vida a Gina y es la más joven del reparto, a sus dieciséis años. No hay duda de que tiene razón, puesto que lleva bailando desde que tenía solo cinco.

**EL MISMO INSTITUTO:** El hecho de rodar en el instituto East High de Salt Lake City, en Utah, donde se grabaron las tres películas de «High School Musical» —aunque la segunda está centrada en un complejo vacacional que, en la vida real, se llama Entrada at Snow Canyon Country Club—, tiene un enorme efecto en la serie. Tal y como refleja Matt Cornett, que da vida a E.J. Caswell: «Cuando nos escogieron fui con Olivia y Joshua a ver el lugar desde fuera y nos quedamos totalmente impactados por su inmensidad y los recuerdos de la película». Para Sofia Wylie, que asegura haber visto el filme «un millón de veces», el simple hecho de pasear por los mismos pasillos, estar en la cafetería, ¡en la taquilla de Sharpay!... todo, «es una experiencia inolvidable».

**QUÉ VEREMOS:** Apenas se ha estrenado la primera y la segunda temporada ya está confirmada y, contra todo pronóstico, se alejará aún más de la famosa película, interpretando en el musical escolar «La bella y la bestia», porque «hay un número limitado de bromas sobre Zac Efron que se pueden hacer», tal y como bromea Tim Federle. Sin embargo, algunos esperan aún que puedan incluirse nuevas versiones de canciones tan míticas y queridas como «Fabulous», «Right Here Right Now» o «I Want it All...».



¡Si te gustan los musicales!

Su fortuna está valorada en 22.000 millones de euros y sueña con llevar al hombre a Marte

# ELON MUSK

## LAS ÚLTIMAS POLÉMICAS QUE RODEAN AL MULTIMILLONARIO DE OTRA GALAXIA, QUE HA SIDO PADRE POR SÉPTIMA VEZ

**E**LON Musk es el multimillonario tecnológico, famoso por ser el fundador de Tesla, Paypal y Space-X. También por su peculiar personalidad y su obsesión por llevar al primer hombre a Marte. Un genio del siglo XXI, tan admirado como criticado, y siempre rodeado de polémicas. Los últimos días vuelve a estar en el ojo del huracán, y no le importa. Acaba de ser padre por séptima vez, junto a su actual novia, la cantante canadiense Grimes, al mismo tiempo que anunciaba que se va a deshacer de todas sus posesiones físicas. «No voy a tener casa propia», dice. El billonario, cuya fortuna se estima en veintidós mil millones de euros, tiene siete mansiones en Los Ángeles la mayoría en Chalon Road y en ellas se incluye el rancho del cómico Gene Wilder. Ya ha puesto dos a la venta, por cuarenta millones. A su sorprendente decisión hay que sumar el no menos sorprendente nombre que él y Grimes ha elegido

do para su hijo recién nacido: X Æ A-12. Ahí queda eso. Una especie de fórmula impronunciable que une varias cosas, según han explicado los propios padres. (X, la variable desconocida en matemáticas; Æ, la manera abreviada en élfico de referirse al amor y a la inteligencia artificial; A-12, como el precursor del «SR-71», su avión favorito porque funciona «sin armas, sin sistemas de defensa, solo velocidad. Genial en la batalla, pero sin violencia»; la A también por «Archangel», el nombre de la canción favorita de Grimes).

Musk tiene cinco hijos más (el primero murió, en 2002, con diez semanas): unos gemelos y unos trillizos, todos chicos, con su primera mujer, la escritora canadiense Justine Wilson. Conoció a su segunda esposa, la actriz Talulah Riley, en 2008, se casó con ella en 2010, se divorció dos años después, se volvió a casar con ella al año siguiente, volvió a presentar una demanda de divorcio,



**Quiere rodar una película en el espacio con Tom Cruise y ha decidido desprenderse de todas sus posesiones físicas, empezando por sus siete mansiones**

El fundador de Tesla y SpaceX ha confirmado que venderá sus posesiones físicas, entre ellas, sus siete mansiones en California, de las que vemos cuatro a la izquierda. Ya ha puesto dos casas a la venta, por cuarenta millones de dólares

**El fundador de Tesla y SpaceX ha llamado al bebé X Æ A-12, un nombre de película de ciencia ficción que une las matemáticas con elfos y un avión espía**

**Casado en tres ocasiones, dos con la misma mujer, perdió un hijo a las pocas semanas de nacer y es padre de gemelos y de trillizos**

la retiró, la presentó de nuevo y, por fin, la llevó hasta el final en 2016.

Si todo va bien y la situación del coronavirus no lo cambia, el 27 de mayo, los astronautas americanos Doug Harvey y Bob Behnken se sentarán en una pequeña cápsula financiada por la empresa de Musk, SpaceX, y la NASA para viajar a la estación espacial. Un momento simbólico: el primer lanzamiento privado en la historia del planeta. El primero de los muchos viajes que deberían llegar después, según sus proyectos. Y entre estos últimos ha anunciado que rodará una película en el espacio con la NASA y Tom Cruise como protagonista. Eso sí que parece una... misión imposible.

Fotos: CONTACTO/GETTY IMAGES/  
@elonmusk/HILTON&HYLAND



Arriba, Elon Musk y la cantante Grimes cuando hicieron oficial su relación, en la Gala del Met de 2018. Izquierda, el empresario presenta a su hijo recién nacido. Al lado, con sus otros cinco hijos, gemelos y trillizos. Abajo, con Amber Heard, con quien protagonizó un sonado romance, y a su derecha, con Talulah Riley, su segunda mujer



*moda*



Hace tres meses, su padre falleció inesperadamente, a los cincuenta y cinco años

**DESCUBRIENDO A  
CLAUDIA  
ULA  
LA POLIFACÉTICA  
E IMPRESIONANTE  
HIJA DE RAQUEL  
REVUELTA**

«Ula es mi segundo nombre. Es africano, me lo puso mi padre y significa “viento sobre las llanuras del Serengueti”»





**Tiene veinticuatro años y sorprendió al jurado de «La Voz» por su talento: «He estudiado Derecho y Administración de Empresas bilingüe, aunque siempre he querido cantar o ser actriz. También he trabajado como modelo»**

«Diría que soy una chica de veinticuatro años actual, muy inquieta y extravertida. Tengo muchos sueños y aspiraciones, muchas ganas de exprimir la vida», nos confiesa Claudia, que lleva anillos de Rabat. Fotos de al lado, junto a su madre, Raquel Revuelta, y su padre, Miguel Ángel Jiménez, fallecido el pasado mes de febrero. «Aunque me daba miedo al principio, ver a mis padres separados felices al cabo del tiempo y queriéndonos y cuidándonos de la misma forma me hizo sentir calma y tranquilidad»

moda

«En casa estamos pasando momentos complicados, pero estoy orgullosa de cómo lo estamos llevando. Tener buen humor y ser optimistas se ha vuelto principal y un antídoto, a pesar de los pesares»



«Estamos confinados mi madre, mis dos hermanos y yo. Al estar en casa encerrados todo el día, es más fácil que la mente te juegue una mala pasada y le dé vueltas a todo, que es lo que menos me apetece en este momento de mi vida»

**Q**UIZÁ, el nombre artístico que ha elegido, Claudia Ula, no les suene excesivamente a muchos en estos momentos, pero tiempo al tiempo. Aunque si descubrimos que su apellido materno es Revuelta, la cosa ya cambie bastante. Hablamos de Claudia Jiménez Revuelta, la hija de la modelo y empresaria Raquel Revuelta, que no hace mucho sorprendía en el programa «La Voz» por su talento como cantante. La propia Claudia, que hace tres meses perdía a su padre, a los cincuenta y cinco años, nos explica el origen de Ula.

—Es mi segundo nombre. Me lo puso mi padre porque mi madre había elegido Claudia y él quería ponerme uno especial. Ula es africano y significa «viento sobre las llanuras del Serengeti». Desde que empecé a cantar, decidí que me anunciase solo como Claudia Ula, en vez de Claudia Jiménez Revuelta, pues, aunque estoy muy orgullosa de mi madre y de dónde vengo, no quería que el ser «hija de» afectase a mi carrera musical. Además, todos mis amigos me llaman Ula.

—¿Cómo te definirías?

—Todavía me estoy descubriendo. Diría que soy una chica de veinticuatro años actual, muy inquieta y extravertida. Con muchos sueños, aspiraciones y muchas ganas de exprimir la vida. A veces, siento que me paso de activa (mi madre dice que hiperactiva), pero siento que me quedan tantas cosas por hacer, tantos lugares y personas por conocer, que me preocupa perder el tiempo... Soy sensible, aunque últimamente me estoy dando cuenta de que también soy más optimista y fuerte de lo que creía. Demasiado autoexigente e inconformista a veces. Vamos, ¡una persona muy normal!

—Estudiaste Derecho y Administración de Empresas, ¿no te has planteado nunca seguir ese camino profesional?

—Por supuesto. Aunque siempre he querido cantar o ser actriz, también tenía en mente lo difícil que resulta en muchos casos vivir de esos mundos y quería estudiar una carrera por lo que pudiese pasar. Cuando llegó la hora de escoger, me atraían caminos como el periodismo o la publicidad, pero finalmente me decanté por estudiar el doble grado en Derecho y ADE bilingüe, porque pensé que me permitirían poder elegir entre muchas opciones laborales después. No sé si tomé la mejor decisión o si, por el contrario, debí haberme lanzado a la piscina de la música directamente al acabar el colegio, pero, afortunadamente, me va muy bien y no me arrepiento. Desde que acabé la carrera, en julio del año pasado, he estado trabajando y estoy muy contenta.

—¿Hacia dónde caminas profesionalmente?

—Me encantaría hacer algo relacionado con la música o incluso probar en la televisión, presentando algún programa bonito.

—Hablando de estos tiempos, ¿cómo estás viviendo estos días de confinamiento?

—Al principio, nos costó un poco a todos. Estamos confinados mi madre, mis dos hermanos y yo. ¡Con lo que nos gusta la calle a todos! Encerrados todo el día en casa, aunque tenemos a «Beto», nuestro perro, menos mal. Es más fácil que la mente te juegue una mala pasada y le dé vueltas a todo, que es lo que menos me apetece en este momento de mi vida. Por eso, desde el principio, me propuse hacer cosas y aprovechar el tiempo. Son días muy muy difíciles para todos, de mucho dolor y mucha incertidumbre. En casa estamos pasando

(SIGUE)

**«El hombre que me conquiste debe ser, sobre todo, trabajador y buena persona, aunque suene a tópico. Me atraen los hombres divertidos, vitales, que les guste viajar, hacer deporte... y altos»**

**«Me considero una mujer actual, con los pies en la tierra. Mis padres me han dado una educación tradicional y tengo principios y valores muy consolidados, pero lo que me parece que está obsoleto no lo sigo»**

*moda*

**«Admiro de mi madre su capacidad para compaginar su vida laboral con la personal. Es una superempresaria y, a la vez, una supermadre, muy pendiente y muy presente en la vida de sus hijos»**



momentos complicados, pero estoy orgullosa de cómo lo estamos llevando. Tener buen humor y ser optimistas se ha vuelto algo primordial, además de ser un antídoto, a pesar de los pesares. Ojalá acabe toda esta situación de una vez y todas las familias puedan volver a la normalidad, en la medida de lo posible.

—**O sea, que vives prácticamente fuera de la casa familiar.**

—Lo cierto es que llevo ya cinco años viviendo en casa solo por temporadas cortas. Como una de mis grandes pasiones es viajar, desde que comencé la carrera me apunté a todas las becas posibles que ofrecía mi Universidad, lo que me ha permitido, desde los diecinueve años, estudiar y vivir en distintas ciudades, como Milán, Monterrey (México), Cracovia o Madrid. Me encanta conocer otros lugares y culturas, pero también me ha servido para darme cuenta de que, como en Sevilla, ¡no se vive en ningún sitio! Y como en casa de mi madre, tampoco, jajaja.

—**Hablando de tu madre, ¿qué es lo que más admiras de ella?**

—Admiro muchas cosas. Admiro su capacidad de compaginar su vida laboral con su vida personal, de llevarlo todo para adelante. Es una superempresaria, muy comprometida con su trabajo, y, a la vez, es una supermadre, muy pendiente (se pasa un poquito a veces, jajaja) y muy presente en la vida de sus hijos. Admiro el amor y entusiasmo que pone en absolutamente todo lo que hace, en todos los proyectos en los que se embarca. Admiro su fuerza, sobre todo, en los momentos difíciles. Coge las riendas y tira para adelante. Y no solo eso, sino que nos contagia a todos los que la rodeamos esas ganas de seguir, de superar obstáculos y de intentar ser la mejor versión de nosotros mismos. Admiro su humildad y la habilidad de darme el consejo perfecto en cada momento. Admiro su manera de querer, tan pura y tan entregada.

—**¿Crees en el matrimonio para toda la vida?**

—Me encantaría, jajaja... Creo que hay matrimonios que lo hacen genial, que consigan durar toda la vida y ser realmente como una sola persona. Me parece increíble y maravilloso, y ojalá yo sepa hacerlo en un futuro. En mi caso, aunque me daba miedo al principio, ver a mis padres separados felices al cabo del tiempo y queriéndonos y cuidándonos de la misma forma me hizo sentir calma y tranquilidad.

—**¿Cómo debe ser el hombre que te robe el corazón? ¿Estás ahora enamorada?**

—Jajaja... Pues, sobre todo, trabajador y buena persona, aunque suene a tópico. Por ponerme más exigente, me atraen los hombres divertidos, vitales, que les guste viajar, moverse, hacer deporte. Que tengan ambición y motivación en la vida. Un hombre al que admire, del que pueda aprender. Cariñosos y familiares... ¡y altos! No sé, ¿existen? Jajaja... Y sobre si estoy enamorada ahora... ¡de mi abuela! La amo, me da la vida.

—**¿Te cuidas mucho? ¿Cómo? Alimentación, físicamente, etcétera.**

—Me gusta cuidarme. Como mucha cantidad, pero me encanta comer sano e informarme sobre las propiedades de todos los alimentos que consumo, lo que aportan a mi cuerpo, cuándo es mejor ingerirlos, etcétera. Me he aficionado mucho a cocinar recetas sanas y me gusta mezclar e inventar. Además, todos somos muy deportistas en mi casa. Mis padres siempre nos han inculcado la importancia del deporte, mis dos hermanos están estudiando carreras relacionadas con la actividad física y yo hice muchos años atletismo. Ahora (antes del confinamiento) trabajaba mucho y no tenía tanto tiempo, pero intentaba correr dos o tres días a la semana. Lo que aún no he probado es la meditación o el yoga. No me llama mucho la atención, pero dicen que, una vez lo pruebas, ¡te engancha! Como sigamos mucho más encerrados voy a tener que probarlo.

Producción: EUGENIA SILVA & THE CREW  
Fotógrafo: JESÚS ISNARD  
Joyas: RABAT

«En casa todos somos muy deportistas. Mis dos hermanos están estudiando carreras relacionadas con la actividad física —nos cuenta Claudia, con pulseras y anillo de Rabat— y yo hice muchos años atletismo»

# MODA PARA UN LARGO Y CÁLIDO VERANO

*Con la llegada de días más largos, nuestra mente comienza a soñar con nuevas aventuras y tendencias frescas. Para ello reinventamos los básicos de nuestro armario, ponemos especial atención a los accesorios y nos vestimos de color, mucho color, para levantar el ánimo*



## BIENESTAR ES FELICIDAD

Toscana Viar, la nutricionista de la Selección Española de fútbol, nos recibe en su gran cocina de su casa de Guecho para aprender recetas muy fáciles y saludables. Todas ideales para conseguir una alimentación de diez



OBJETO DE DESEO



## VOLVEMOS A NUESTRAS RAÍCES

Descubrimos a Silvia Masaveu, benjamina de la familia Masaveu Mora-Figueroa, quien, desde su refugio en el campo, nos trae la moda veraniega en clave boho que nunca falla



Hunkemöller x Douitzen Kroes

EL PRÓXIMO MIÉRCOLES EN TU QUIOSCO



EN PORTADA  
EUGENIA  
SILVA  
ÍNTIMO Y  
PERSONAL

COMO  
UNA DIVA...  
CON GAFAS  
DE SOL

DE ESTILO  
A ESTILAZO...  
CON LOS BÁSICOS  
DE SIEMPRE

CROMOTERAPIA  
VESTIR DE COLOR PARA  
LEVANTAR EL ÁNIMO

CARA  
DE ÁNGEL  
EL NUEVO  
MAQUILLAJE

EN PORTADA

Le damos la bienvenida al verano con la moda más refrescante y divertida de la mano de Eugenia Silva. La modelo y empresaria presenta su lado más humano e íntimo junto a las últimas tendencias para la nueva temporada: básicos que se renuevan para dar el punto diferenciador a tu armario estival

*La búsqueda de libertad y las tendencias de la temporada se reúnen en un nuevo número que revela las claves para convertir tu estilo en estilazo*

COMPRA

**fashion**

JUNTO CON ¡HOLA!

DURANTE SU PRIMERA SEMANA

A LA VENTA Y CONSIGUE

**1€** DE DESCUENTO

CON **EL CUPÓN** QUE

ENCUENTRAS EN

**¡HOLA!**

¡NO LO DEJES ESCAPAR!

estilo

# 3, 2, 1... ¡A MOVERSE!

YOGA, PILATES, CARDIO... EL DEPORTE SE HA CONVERTIDO EN UNA DE LAS ACTIVIDADES FAVORITAS PARA SOBRELLEVAR LA DESESCALADA. TANTO ES ASÍ, QUE LA MODA DEPORTIVA CUENTA AHORA CON MÁS SEGUIDORES QUE NUNCA. ¿SUS MEJORES EMBAJADORAS? LAS CELEBRITIES. ELAS NOS DAN LAS CLAVES PARA NO PERDER NI UN ÁPICE DE ESTILO MIENTRAS NOS PONEMOS EN FORMA.

Romee Strijd



Miranda Kerr



**BOMBER** con detalles dorados (127 €) y **PANTALÓN** coordinado (127 €), de Twinset. **ZAPATILLA** (390 €), de Acne Studios.

**VELA** Baal (100 €), de Cire Trudon. **CAMISETA** con nudo (101 €), de Heroine Sport. **LEGGINGS** de color verde pastel (146 €), de All Access. **BOLSA** para esterilla (146 €), de MZ Wallace.

EL SPORTSWEAR TAMBIÉN SE HA CONVERTIDO EN UN HABITUAL PARA VESTIR EN EL DÍA A DÍA



**MONO** (196 €), de Live The Process. **COLGANTE** con medalla dorada (195 €), de Aristocrazy. **DEPORTIVA** (119,95 €), de Reebok.

Karlie Kloss



**INFORMACIÓN SOBRE PUNTOS DE VENTA:**

- Acne Studios: [acnestudios.com](http://acnestudios.com).
- All Access: [allaccesssports.com](http://allaccesssports.com).
- Aristocrazy: [aristocrazy.com](http://aristocrazy.com).
- Cire Trudon: [trudon.com](http://trudon.com).
- Glace: [glacce.com](http://glacce.com).
- Heroine Sport: [heroinessport.com](http://heroinessport.com).
- Isabel marant Étoile: [isabelmarant.com](http://isabelmarant.com).
- Live The Process: [livetheprocess.com](http://livetheprocess.com).
- MZ Wallace: [mzwallace.com](http://mzwallace.com).
- Oysho: [oysho.com](http://oysho.com).
- Reebok: [reebok.es](http://reebok.es).
- Twinset: [twinset.com](http://twinset.com).

TODOS LOS PRECIOS SON ORIENTATIVOS

## LOCAS POR EL YOGA

Ya sea para relajarse y meditar o para presumir de fuerza y flexibilidad, las fops del momento disfrutan de los beneficios del yoga con conjuntos deportivos cómodos, sexis y en clave monocolor.



**TOP** azul klein con nudo (c.p.v.), de Oysho.  
**PANTALÓN** deportivo de cintura alta (200 €), de Isabel Marant Étoile.



**TOP** blanco con espalda de tiras (80 €) y **LEGGINGS** de talle alto sin costuras (120 €), de Reebok x Victoria Beckham.  
**BOTELLÍN** de cristal y acero inoxidable con amatista (88 €), de Glacce.



**SUJETADOR** deportivo con cremallera (20,99 €) y **LEGGINGS** compresivos con estampado reflectante (25,19 €), de Oysho.



desde casa

# EN CASA DE LAS CELEBRITIES

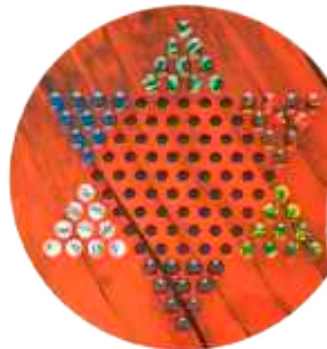
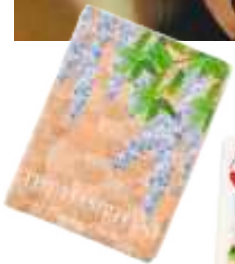
Nicole Kidman



NOS ASOMAMOS A SUS RINCONES MÁS ÍNTIMOS Y DESCUBRIMOS QUE LES ENCANTA LA LECTURA, PINTAR O DISFRUTAR DEL JUEGO POR EXCELENCIA, EL *BACKGAMMON*. Y TAMBIÉN CONOCEMOS LA DECORACIÓN DE SUS CASAS. NICOLE APUESTA POR UN ESTILO ELEGANTE, CON UN CLÁSICO SOFÁ *CHESTER* DE TERCIOPELO; CLAUDIA SE RELAJA EN UN AMBIENTE MÁS CONTEMPORÁNEO, PERO CÁLIDO, Y CINDY, COMO SIEMPRE, DISFRUTANDO DE LA PAZ DE SU MODERNA CASA DE MALIBÚ.



**PANTALÓN** fluido estampado (225 €), de Maliparmi. **BLUSA** verde menta (180 €), de Pinko. **SET** (1.220 €), de Edie Parker en Moda Operandi.

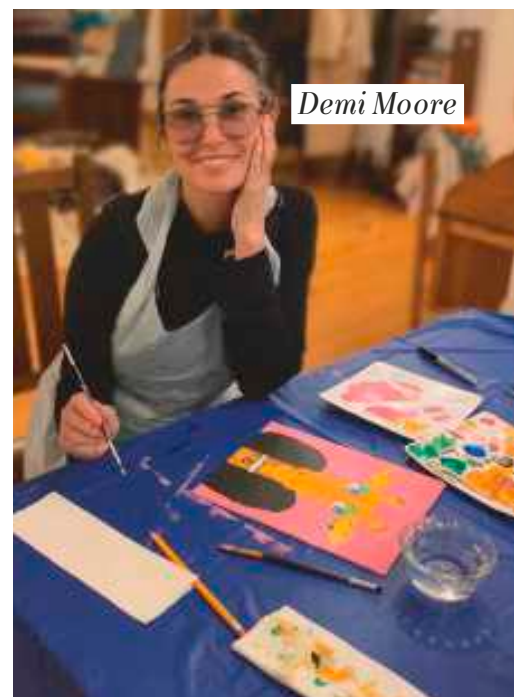


EL PUNTO, EL VAQUERO Y LOS DISEÑOS FLUIDOS SON LOS MEJORES ALIADOS PARA DISFRUTAR DE TUS HOBBIES SIN RENUNCIAR A LA COMODIDAD



**JUEGO DE CARTAS** *Hamptons* (32 €), de LouLou Baker. **MINICUADERNO** *Jules* (205 €), de Louis Vuitton. **PETO** vaquero (139 €), de Carhartt WIP. **GAFAS** de sol (c.p.v.), de Carrera.

Demi Moore



**INFORMACIÓN SOBRE PUNTOS DE VENTA:**

Astrid von Liechtenstein: avl.design.  
Etro: etro.com. Carhartt WIP: carhartt-wip.com.  
Carrera: carreraworld.com. Cortefiel: cortefiel.com.  
Louis Vuitton: es.louisvuitton.com. LouLou Baker:  
louloubaker.com. Maliparmi: maliparmi.com.  
Moda Operandi: modaoperandi.com. Nine Fair:  
ninefair.com. Pinko: pinko.com. Tous: tous.com. Zara:  
zara.com. Zimmermann: zimmermannwear.com.  
TODOS LOS PRECIOS SON ORIENTATIVOS

FOTOS: CELEBRITIES: REDES SOCIALES



**CHALECO**  
étnico (480 €),  
de Etro.

**VESTIDO** blanco  
(3.950 €), de  
Zimmermann.

**BACKGAMMON**  
Pennsylvania  
Cherry (735 €),  
de Nine Fair.



*Claudia Schiffer*

EL BACKGAMMON SE HA CONVERTIDO  
EN EL JUEGO FAVORITO DE LAS FAMOSAS



*Cindy Crawford*

**SET DE BACKGAMMON** (1.011 €), de Astrid  
von Liechtenstein. **COLLAR** con *charm*  
en forma de tenazas (120 €), de Tous.  
**PANTALÓN** azul marino con botones  
dorados (59,99 €), de Cortefiel. **JERSEY**  
con manga abullonada (19,95 €), de  
Zara.

## tendencias



**DEPORTIVA** (34,99 €), de Deichmann.



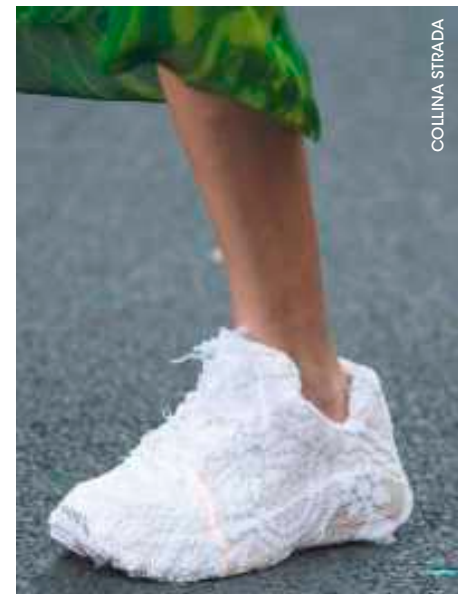
**CON DETALLES plexi** (915 €), de Louis Vuitton.



**DISEÑO** multicolor (109 €), de Steve Madden.

# LA HORA DE PASEAR

Es un hecho, después de semanas en casa, podemos salir a realizar una de las rutinas más esperadas: caminar. Y es que aquello que antes veíamos como cotidiano ahora nos resulta todo un lujo. Por ello, qué mejor forma de celebrar esta nueva fase que con unas deportivas llenas de tendencia... y comodidad. ¡Y no te olvides de los complementos! Las gafas de sol y la mochila serán tus aliados.



COLLINA STRADA

**INFORMACIÓN SOBRE PUNTOS DE VENTA:**  
Alberta Ferretti: [albertaferretti.com](http://albertaferretti.com). Alexander McQueen: [alexandermcqueen.com](http://alexandermcqueen.com). Balenciaga: [balenciaga.com](http://balenciaga.com). CH Carolina Herrera: [carolinaherrera.com](http://carolinaherrera.com). Cuplé: [cuple.com](http://cuple.com). Deichmann: [deichmann.com](http://deichmann.com). Gioseppo: [gioseppo.com](http://gioseppo.com). Guess: [guess.eu](http://guess.eu). Hispanitas: [hispanitas.com](http://hispanitas.com). Linda Farrow: [int.lindafarrow.com](http://int.lindafarrow.com). Longchamp: [longchamp.com](http://longchamp.com). Louis Vuitton: [es.louisvuitton.com](http://es.louisvuitton.com). Massimo Dutti: [massimodutti.com](http://massimodutti.com). Mephisto: [mephisto.com](http://mephisto.com). Panama Jack: [panamajack.es](http://panamajack.es). Pikolinos: [pikolinos.com](http://pikolinos.com). Pinko: [pinko.com](http://pinko.com). Steve Madden: [stevemadden.es](http://stevemadden.es). Victoria Beckham: [victoriabeckham.com](http://victoriabeckham.com).  
TODOS LOS PRECIOS SON ORIENTATIVOS.



**EN TONOS PASTEL** (190 €), en Mephisto.



**DEPORTIVA** de piel (129 €), de Panama Jack.



**ACABADO** metalizado (99,95 €), de Pikolinos.

SALVADRE FERRAGAMO

RALPH & RUSSO



**DEPORTIVA** *glitter* (129 €), de Cuplé.



**CON TEXTURAS** distintas (74,95 €), de Gioseppo.



**CON PLATAFORMA** (109,90 €), de Hispanitas.



**MOCHILA** de croché (940 €), de Alberta Ferretti.

**GAFAS** estilo *retro* (249 €), de CH Carolina Herrera.

**DISEÑO** efecto ámbar (c.p.v.), de Victoria Beckham.

**MOCHILA** efecto "coco" (1.195 €), de Balenciaga.



**MOCHILA** troquelada (320 €), de Pinko.

**GAFAS** de sol con cristal en degradé (234 €), de Alexander McQueen.

**MOCHILA** de piel grabada (135 €), de Guess.

**GAFAS** con detalle dorado (835 €), de Linda Farrow.



LLEVAR DEPORTIVAS NO SIGNIFICA NO IR A LA ÚLTIMA. LOS DETALLES GLITTER, LAS PLATAFORMAS Y LOS TONOS PASTEL SON TENDENCIA. COMBÍNALAS CON GAFAS DE SOL ESTILO RETRO Y CAMBIA EL BOLSO POR UNA MINIMOCHILA. ¡SERÁS LA MÁS COOL!



**EN TONOS** tierra (59,95 €), de Massimo Dutti.



**SIN CORDONES** (185 €), de Longchamp.



**EFFECTO** bota (255 €), de Pinko.

belleza

# LOS RITUALES *BEAUTY* EN TIEMPO DE GELES Y MASCARILLAS

Entramos en una nueva época, en la que predominan las mascarillas y el uso y abuso de jabón y geles hidroalcohólicos. Descubrimos las claves *beauty* de esta peculiar primavera.



## ROCES Y MARCAS

### PRIMERO, PROTEGER. LUEGO, CALMAR

Es normal que el roce de la mascarilla contra la piel del rostro pueda irritarla –como bien sabe el personal sanitario, que las lleva largas jornadas–.

### CREMAS FUNCIÓN BARRERA

Para atenuar al máximo la irritación, aplica una crema untuosa que actúe como “escudo” entre la piel y la mascarilla, especialmente en las zonas de roce. En cutis secos, se puede extender en toda la superficie de las mejillas, pero si se trata de piel grasa o mixta, es mejor limitarse a la zona de contacto para evitar granitos. Conviene que la crema penetre –a veces, tardan un poco, pues son texturas untuosas– antes de ponernos la mascarilla. ¿Cómo saber qué tipo de cremas actúan como barrera? Una opción sencilla es la vaselina (o incluso los *sticks* de farmacia para evitar rozaduras en los pies), pero son mejores aquellas que tienen, además, una acción calmante, como la *Pomada Reparadora Aquaphor* de Eucerin, *Exomega* de A-Derma o *Lipikar Baume AP+M* de La Roche-Posay.

### FÓRMULAS REPARADORAS

Al retirar la mascarilla, es importante calmar la piel y estimular sus procesos de regeneración. Hay productos específicos para piel dañada, como *Cicalfate* de Avène o *Silkses* de Sesderma. ¿Un truco para madres con bebés? Las cremas para el pañal son también una buena opción. Una alternativa para los amantes de los productos naturales es aplicar primero una capa generosa de aloe vera y, una vez penetre, extender aceite de rosa mosqueta, de gran poder regenerador.

## **MANOS: CUIDADOS ULTRAIINTENSIVOS**

- Usa guantes en todas las tareas del hogar; aunque no lo hagas generalmente: las manos ahora están mucho más castigadas que nunca.
- Tras cada lavado (sí, cada uno), usa una crema de manos ligera.
- ¿Irritadas y rojas? Aplica gel de aloe vera.
- Si puedes estar sin usar las manos al menos media hora, úntalas de vaselina en capa muy generosa y ponte guantes de plástico de supermercado. Tras retirarlos, elimina el exceso.
- De noche, extiende dos gotas de aceite de argán o de borraja en el dorso de la mano y extiende una capa de crema muy untuosa, masajeando para mejorar la absorción.



GALLERY STOCK

## ► WATERPROOF

Es la palabra clave al escoger la fórmula de máscara para este tiempo. Para impedir que su fórmula reseque mucho las pestañas, se puede aplicar una primera capa de la máscara habitual, seguida de una segunda, esta sí, resistente al agua.

## CEJAS IMPECABLES

Cuando toda la expresión se fija en el tercio superior del rostro, las cejas aportan equilibrio a las facciones.

El primer paso es cepillarlas bien y darles forma, siempre hacia arriba y hacia fuera.

En caso de calvas o de tener forma irregular, nada como el clásico lápiz de cejas. Hay dos puntos importantes para tener en cuenta: que sea un tono más claro que el pelo, para evitar saturar el color de las cejas, y que la mina sea lo más fina o esté lo más afilada posible. Como este tipo de lápices han de ser blandos, para dibujar con facilidad, un buen truco para afilarlos sin que se quebre la mina es meterlos antes en la nevera.

Una vez se les haya dado el dibujo idóneo, se fija la forma con un gel de cejas. ¿No tenemos uno a mano? Un poco de gomina o de laca doma el pelo más rebelde.

## TÉCNICAS DE TRAMPANTOJO: CONTOURING DE LA MIRADA

¿Cómo dar más potencia a los ojos sin parecer muy maquillada? Marcando volúmenes mediante técnicas de contouring.

→ Primero, se extiende una sombra nude por todo el párpado móvil, lo que unifica el aspecto del párpado y le aporta luminosidad.

→ Después, se usa una sombra que sea un tono más oscuro que la piel, como un beis tostado o un marrón topo. ¿Un buen sustituto? Unos polvos de sol, perfectos si no son demasiado rojizos. Con este tono se marca la cuenca, dibujando la famosa "banana". El punto perfecto se encuentra marcando el pliegue y sobrepasándolo ligeramente: sabremos que lo hemos hecho bien si al mirarnos de frente en el espejo podemos percibir un suave sombreado por encima del párpado móvil.

→ Con ese mismo tono, se dibuja un trazo tan suave como difuminado en el párpado inferior, siempre junto a la raíz de las pestañas, creando una sombra que aporte más profundidad a los ojos.

## Cuidados extra para el contorno de los ojos

Cada noche, antes de irse a dormir, nada como un masaje drenante.

Basta con colocar los dedos corazón justo en el lagrimal y hacer tres movimientos de bombeo. Se repite esa suave presión a lo largo de todo el contorno de la ojera hasta llegar a las sienes, donde se hacen 5 presiones. Este mismo movimiento se vuelve a hacer en el párpado superior; bajo la ceja, y de nuevo hasta las sienes. ¿El complemento perfecto? Pasar un roller de jade frío, también de dentro afuera.

Los parches para el contorno de ojos son aliados excepcionales, y se aprovechan más de día que de noche, por su acción drenante y alisante. S. MILLA



# LA DESESCALADA VOLVER A LA NUEVA NORMALIDAD

Palabra de nuevo cuño, pues es una derivación negativa de la palabra escalada. Pero desescalada tiene otros significados presentes en el diccionario de la RAE, como reducir, disminuir o rebajar, y se ha empezado a utilizar para describir el proceso dinámico, escalonado y gradual, en un sentido opuesto al de escalada. En este caso, se trata de regular la forma de salir del confinamiento mantenido en todo el país para luchar contra la pandemia del coronavirus y poder así reiniciar las actividades laborales, sociales y de ocio fuera de nuestros hogares.

## ESTRATEGIA PARA ESTOS DÍAS

Las normas para que se produzca la desescalada están reguladas por el Ministerio de Sanidad, el cual, apoyado en las opiniones de los expertos, publica las condiciones y los tiempos necesarios.

Los criterios que se siguen dependen de la evolución de la enfermedad, pero es muy probable que sea una desescalada gradual, escalonada, asimétrica y por territorios.

Los marcadores que se deben tener en cuenta para poder guiar e iniciar el comienzo de la desescalada los valoran los expertos, pero se basan en:

- La tasa de contagio por cada infectado.
- La tasa de ingresos hospitalarios.
- El porcentaje de ocupación de las UCI.
- La incidencia acumulada de casos.

## FACTORES A TENER EN CUENTA

Esta decisión corresponde a las autoridades sanitarias e irá siendo más “permisiva” cuando el sistema sanitario se haya recuperado a un nivel aceptable y la contagiosidad del virus descienda.

- Cuando la tasa de contagios esté en 1x1 o por debajo de 1.
- Si la tasa de hospitalización ha descendido.
- En el momento en el que estén libres la mitad de las camas de las UCI.

- Y cuando la tasa de incidencia de casos nuevos sea de 2 casos o menos por cada 100.000 habitantes.

La desescalada es lenta y compleja y para optimizarla serían muy convenientes estudios epidemiológicos previos con la utilización masiva de test, para saber la prevalencia de las personas infectadas, sintomáticas y asintomáticas y las personas ya inmunizadas con estudios serológicos SARS COV-2 de anticuerpos IgG COVID-19.

*ES IMPORTANTE CUMPLIR LAS RECOMENDACIONES GENERALES PARA PREVENIR O EVITAR EL CONTAGIO QUE, AUN USANDO ESTOS ELEMENTOS DE PROTECCIÓN, SE DEBEN SEGUIR OBSERVANDO*

LOS ELEMENTOS  
RECOMENDADOS SON  
MASCARILLAS,  
GUANTES, ROPA...  
ASÍ COMO LOS DE  
PROTECCIÓN OCULAR



## ¿QUÉ ELEMENTOS DE PROTECCIÓN DEBEMOS USAR?

Existen diferentes elementos de protección, aunque los más recomendables son los EPI desechables (elementos de protección individual) o aquellos que periódicamente puedan desinfectarse. Es muy importante conocer las técnicas correctas para la colocación y la retirada de estos elementos de protección.

Los elementos recomendados, son: las mascarillas, los guantes, la ropa y los elementos de protección ocular.

### MASCARILLAS:

Existen tres tipos diferentes: las de tipo quirúrgico, las higiénicas, reutilizables y no reutilizables, y las filtrantes.

→ Quirúrgicas. Son siempre desechables. Protegen al entorno de dentro afuera, más para el resto de las personas que para el que las lleva puestas.

→ Higiénicas. También llamadas de barrera, son las más comunes y deberán ser usadas por todas aquellas personas

que no sean susceptibles de utilizar las quirúrgicas o las filtrantes. Las no reutilizables son de un solo uso y las reutilizables se deben lavar y desinfectar, según recomendaciones del fabricante, tras cada uso.

→ Filtrantes. Alto poder de protección de fuera hacia dentro. Las FFP2 tienen una capacidad para filtrar virus, bacterias y partículas del 92% y las FFP3 tienen una capacidad del 98%.

### GUANTES:

Elementos de protección muy necesarios en esta pandemia, pues el virus resiste mucho tiempo en diferentes superficies y puede contagiarse al ser llevado por las manos, a través de las mucosas bucal, nasal y ocular.

Existen tres tipos diferentes de guantes: látex, vinilo y nitrilo. Todos ellos son desechables y de un solo uso.

→ De látex. Son los de uso más frecuente y, sin embargo, no son los más recomendables. Son

menos permeables, pueden producir reacciones alérgicas y tienen tendencia a romperse.

→ De vinilo. Son más permeables, cómodos y resistentes a productos químicos.

→ De nitrilo. Son los más recomendables, los más adecuados y más cómodos. Son muy elásticos y resisten muy bien toda la jornada.

Es muy importante recordar que inmediatamente, antes y después del uso de guantes, se debe realizar lavado de manos con agua y jabón.

### PROTECCIÓN OCULAR Y FACIAL:

Las pantallas faciales y las gafas integrales son los elementos que nos protegen en situaciones de riesgo por salpicaduras o gotas. Dado que está demostrado el contagio a través de la conjuntiva ocular, será necesario el uso de estos elementos en relación al riesgo de contagio.

### LA ROPA:

Se viene usando ropa especial en diferentes actividades, sobre todo las sanitarias.

Desinfecciones, limpieza, hospitales, centros sanitarios, residencias, farmacias, etc... Equipos de protección individual (EPI) desechables o que puedan desinfectarse después de cada uso. Es fundamental la correcta colocación de estos elementos.

Finalmente, insistir en las recomendaciones generales a la población para prevenir o evitar el contagio que, aun usando estos elementos de protección, se deben seguir observando: → Mantener la distancia de seguridad (1,5 m).

→ Uso de mascarillas y guantes en las situaciones que lo requieran.

→ Lavado de manos frecuente con agua y jabón.

→ Aislamiento, siempre que se pueda.

→ Evitar llevarse las manos a nariz, boca y ojos.

→ Frecuentar espacios abiertos y evitar locales cerrados muy ocupados.

DR. EDUARDO JUNCO AGUADO.



## LAZOS CON POLLO EN TIRAS

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:**  
35 minutos.

**INGREDIENTES:**

(para 4 personas):

- 400 g de lazos de pasta (mejor de colores, de la de verduras)
- 2 pechugas de pollo en filetes
- 350 g de tomate al natural (puede ser de conserva)
- 50 g de margarina baja en colesterol
- 50 ml de aceite de oliva
- 1 zanahoria tierna
- ½ vaso de vino
- 1 y ½ l de agua
- 70 g de queso parmesano rallado
- sal
- pimienta
- nuez moscada.

**ELABORACIÓN**

Corta las pechugas de pollo en tiras finas, como de un centímetro de grosor.

En una cacerola, pon el aceite junto con la margarina a derretir y rehoga en ello la zanahoria, raspada y picada, y el tomate; dale unas vueltas, con ayuda de una cuchara de madera, y añade las tiras de pollo. Rehoga bien hasta que estén hechas. Sazona con sal, pimienta (al gusto) y un pellizco de nuez moscada.

Rocía con el vino hasta que se evapore y déjalo cocer unos 20 minutos a fuego medio.

A continuación, cuece la pasta –el tiempo indicado en el paquete–, en abundante agua hirviendo, con un pellizco de sal.

Cuando esté *al dente*, escúrrela rápidamente y ponla en una fuente algo honda. Echa encima de ella la salsa con las tiras de pollo y mezcla todo bien.

Sirve el queso aparte, para que que cada comensal lo añada según su gusto.

## MACARRONES CON BECHAMEL GRATINADOS

**TIEMPO DE PREPARACIÓN:**

40 minutos.

**INGREDIENTES**

(para 4 personas):

- 350 g de macarrones
- 1 l de caldo de ave (puede ser de brik)
- 75 g de queso rallado *gruyère*
- 50 g de mantequilla (mitad para la bechamel y mitad para el gratinado)
- 2-3 cucharadas soperas de harina
- 2 cucharadas soperas de aceite
- ½ l de leche fría
- ¼ l de caldo de cocer los macarrones
- sal.

**ELABORACIÓN**

Cuece los macarrones, en abundante caldo de ave, el tiempo indicado en el paquete. Escúrrelos bien para quitarles el exceso de líquido y reserva.

Prepara una bechamel. Pon la mitad de la mantequilla a derretir con el aceite, añádele la harina y dale unas vueltas con las varillas; agrega, poco a poco, la leche fría y el caldo de la cocción de la pasta y, sin dejar de remover, deja que cueza unos 10 minutos aproximadamente, con cuidado de que no se queme y no quede ningún grumo.

En una fuente de cristal para horno, mezcla los macarrones con algo más de la mitad de la bechamel y el queso.

Echa por encima el resto de la salsa y, sobre ella, la mantequilla reservada, cortada en trozos del tamaño de una avellana.

Mételo en el horno hasta que empiece a dorarse. Sácalo y sírvelo enseguida para que no se enfríe.

### APUNTES DEL CHEF

★ ES IMPORTANTE QUE ESTÉ TODO BIEN CALIENTE ANTES DE SERVIR, POR ESO, PUEDES UTILIZAR PLATOS PREVIAMENTE CALENTADOS. PARA CONSEGUIR UNA PASTA *AL DENTE* ES FUNDAMENTAL ECHAR LA PASTA CUANDO EL AGUA ESTÉ HIRVIENDO, NUNCA ANTES. PARA LA COCCIÓN, SIGUE LAS RECOMENDACIONES DE TIEMPO QUE INDICA EL PAQUETE Y CUELA LA PASTA DE INMEDIATO, PORQUE, SI NO, PODRÁ SEGUIR COCIÉNDOSE CON EL CALOR DEL AGUA.

¿Quién puede resistirse a un buen plato de pasta? Es fácil de preparar y existen muchas formas de conseguir platos deliciosos que gusten a mayores y niños. Esta semana os proponemos: lazos con pollo en tiras, macarrones con bechamel gratinados, lasaña de verduras y ensaladilla rusa de pasta. Todo un recital gastronómico 'a la italiana' que llenará tu mesa de alegría, sabor, energía y color.



## NUTRICIÓN

Por sus estupendas cualidades, la pasta de trigo duro es un alimento de primer orden: saludable, energético, natural, digestible, funcional y con un gran poder saciante. Posee un alto porcentaje de celulosa, que favorece la función digestiva. Pero, al contener gluten, no es apta para celíacos.

## APUNTES DEL CHEF

★ SI HACES LA PASTA EN CASA Y LA QUIERES DE COLORES, AÑADE A LA MASA 10 ML DE CONCENTRADO DE TOMATE POR CADA HUEVO, PARA QUE SEA ROJA; 50 G DE ESPINACAS PICADAS POR HUEVO, BIEN ESCURRIDAS, PARA CONSEGUIR PASTA VERDE, Y PARA OBTENER LA PASTA AMARILLA, AÑADE UN PELLIZCO DE AZAFRÁN MOLIDO A LA HARINA.

La cocina en  
**¡HOLA!**



## LASAÑA DE VERDURAS

### TIEMPO DE PREPARACIÓN:

1 hora y 30 minutos.

### INGREDIENTES (para unas 4 personas):

- 12 hojas de lasaña precocidas
- 2 pimientos rojos (de los de bote)
- 2 berenjenas medianas
- 2 calabacines grandes
- 1 tomate grande
- 2 cebollas medianas
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 3 bolas de queso *mozzarella*
- sal y pimienta.

### ELABORACIÓN

Corta los pimientos en tiras. Lava y seca las berenjenas y los calabacines y córtalos en rodajas de un centímetro de grosor, más o menos. En una sartén, pon dos cucharadas de aceite a calentar y, cuando esté bien caliente, fríelos por los dos lados. Escúrrelos sobre papel absorbente y reserva. Pela y pica menudas las cebollas y rehógalas en 1 cucharada de aceite hasta que estén transparentes (unos 6 minutos). Agrega entonces el tomate pelado en trozos y deja que cueza suavemente durante 30 minutos. Cuando falten 5 minutos para terminar la cocción, añade dos de las bolas de queso *mozzarella* troceadas en cuadraditos.

Precalienta el horno a 180 °C. Extiende en el fondo de una fuente una capa de salsa de tomate, cubre con una hoja de lasaña y luego ve alternando las capas de verdura con la salsa de tomate y *mozzarella* y así sucesivamente; salpimienta a tu gusto.

Termina con una capa hecha con la bola de *mozzarella* reservada. Cubre con una hoja de papel de aluminio y déjalo en el horno unos 20 minutos aproximadamente. Sácalo y deja que se temple antes de servir.



## ENSALADILLA RUSA DE PASTA

### TIEMPO DE PREPARACIÓN: 35 minutos.

### INGREDIENTES (para unas 4 personas.)

- 400 g de coditos de pasta (o de lazos)
- 1 l de agua
- 100 g de pepinillos en vinagre
- 50 g de aceitunas verdes sin hueso
- 50 g de guisantes cocidos (pueden ser congelados)
- 1 zanahoria pelada y en cubitos (ya cocidos)
- 100 g de pimientos morrones
- 2 huevos duros
- 150 g de salsa mayonesa (puede ser de bote)
- 150 g de atún en aceite
- sal
- pimienta.

### ELABORACIÓN

En una cazo hondo, con abundante agua hirviendo, ligeramente salada, cuece la pasta el tiempo que indique en el paquete.

Escúrrela bajo el chorro de agua fría, ponla en una fuente y reserva.

Prepara una salsa mayonesa, o utiliza la de bote, y mézclala con las verduras cocidas y el atún desmigajado. Adorna con las aceitunas y las firas de pimiento y pica los huevos duros y espolvoréalos por encima. Sírvela fresca.

## NUTRICIÓN

Si quieres un plato de pasta más saludable, elige pasta de trigo integral. Si te resulta demasiado pesada, mezcla mitad de la refinada y mitad integral. La pasta contiene hidratos de carbono –de lenta absorción si es integral–, minerales y vitaminas esenciales, además de fibra y mucha energía.

Cada día,  
entra en  
[www.hola.com/cocina](http://www.hola.com/cocina)

# ¡H! COCINA

y saca  
el chef  
que llevas  
dentro



RECETAS, MENÚS SEMANALES,  
POSTRES, TIPS PRÁCTICOS...  
CADA DÍA, ENTRA EN

[www.hola.com/cocina](http://www.hola.com/cocina)

PARA ACCEDER A LOS  
contenidos más apetitosos

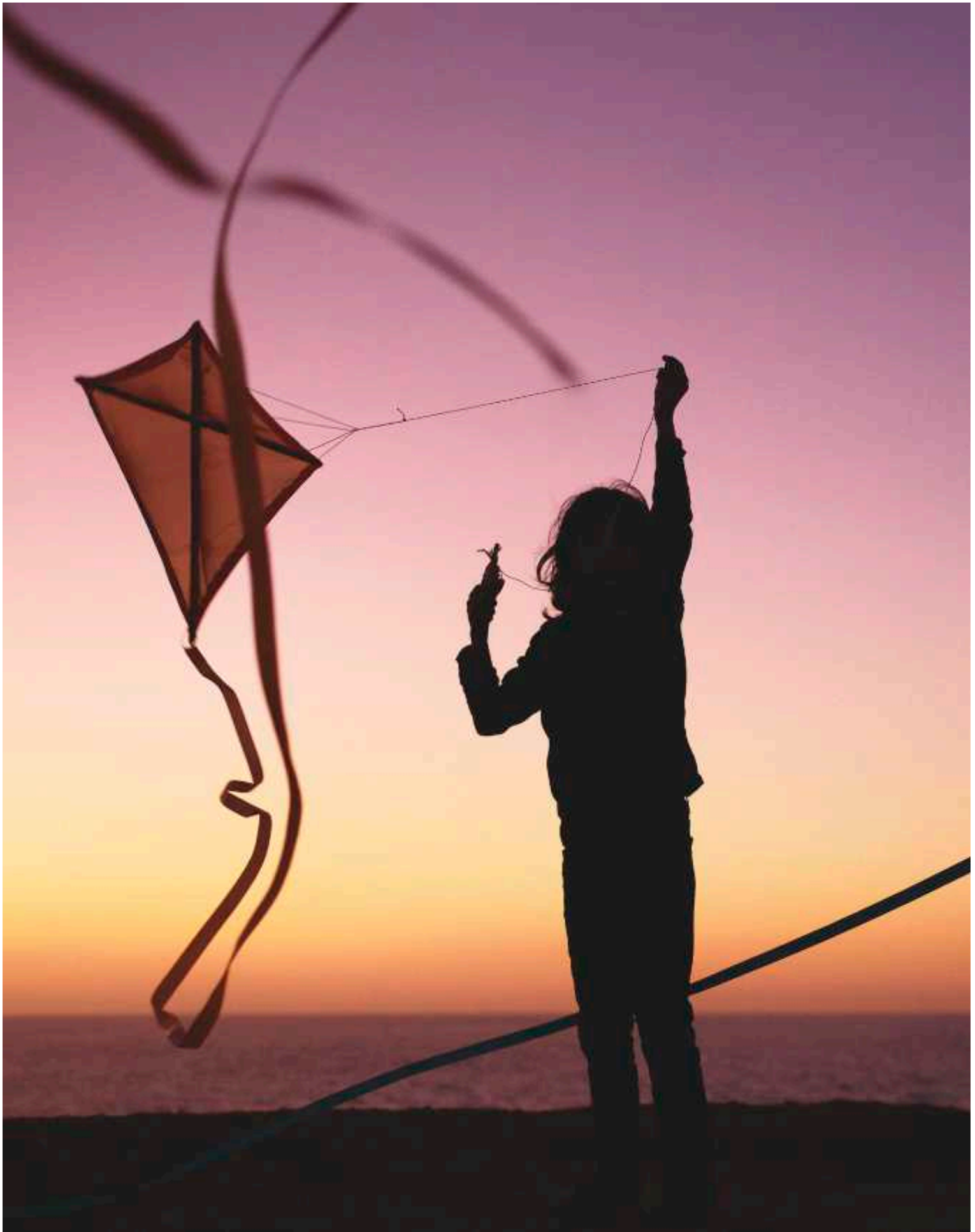
DE LA MANO DEL  
EQUIPO DE EXPERTOS DE

**¡H! COCINA**

**¡HOLA!** EN EL  
CORAZÓN

ENTRA EN EL UNIVERSO ¡HOLA!,  
Y DESCUBRE A TRAVÉS DE NUESTRAS  
REVISTAS Y PLATAFORMAS DIGITALES LOS  
CONTENIDOS QUE MÁS EMOCIONAN

TODOS ADELANTE,  
CON ÁNIMO  
Y ESPERANZA



IMAGINATION TAKES FLIGHT

**LOUIS VUITTON**