

YO ME CUIDO



Macarena Gómez, rodeada de regalices y gominolas

BELEN DIAZ

«No voy al gimnasio porque es muy aburrido»

MACARENA GÓMEZ ACTRIZ

No cuenta calorías ni se resiste a una chuche. Y para canalizar su energía se lanza en paracaídas

CARMEN ANIORTE

Macarena Gómez es una de nuestras actrices más camaleónicas que se pasean y pisan con garbo tanto en televisión como en el cine. Tiene una versatilidad increíble: la podremos ver de nuevo en Telecinco el próximo octubre con su caótica y algo naïf Lola, en una nueva temporada de «La que se avecina»; o dentro de unos días como Silvia, una mujer de fuerte carácter, algo pérfida y arisca con los hombres (incluido su marido en la ficción, Hugo Silva) en «Las brujas de Zugarramurdi», la última película de Álex de la Iglesia. Y en noviembre llegará a los cines «Del lado del verano», en la que ha sido dirigida por su compañe-

ra Antonia San Juan. De apariencia frágil, Macarena Gómez es pura energía, gracias sobre todo, como ella misma asegura, a que es «muy racional. Tengo muy claro lo que quiero. No me asusta nada. Voy directa al grano siempre».

Una muestra de esta vitalidad –«si estoy muy estresada por el trabajo como muchos frutos secos para no perder peso»– la ofrece cuando confiesa: «Me fascinan los deportes de riesgo. Poca gente lo sabe, pero soy paracaidista, una actividad que practico desde hace unos años».

Asegura que siempre utiliza «el aceite de oliva virgen para cocinar. Además, me gusta poner un poco de vinagre en casi todas mis comidas... pero paradójicamente no me gusta el vino».

1 «Nada más despertar me tomo un café con leche y cuando me despejo, zumo de naranja y un croissant»

2 «La cena es mi comida favorita. Soy delgada y no necesito cenar poco para mantener la línea»

3 «No cuento las calorías. Al revés, cuando por estrés adelgazo me obligo a tomar frutos secos y dulces»

4 «No voy al gimnasio, me resulta aburrido. Una vez al mes hago caída libre o me tiro en paracaídas»

5 «Camino casi todos los días para endurecer los glúteos y nado de forma ocasional»

6 «Me hago análisis periódicos. Tengo la suerte de tener a los médicos en casa»

7 «No soy fumadora, pero hace muchos años tuve que aprender para rodar una película»

8 «Necesito dormir 8 horas para estar bien. Me encantaría dormir la siesta, pero no tengo tiempo»

9 «Pasear y nadar, mi mejor terapia anti estrés. Hacer puzzles focaliza mi mente y mi energía»

10 «Mi vicio confesable son las chucherías. No hay vez que vaya al cine y no las coma»