

Redes solidarias en tiempos de crisis

PSYCHOLOGIES

ESPAÑA | DICIEMBRE-ENERO | Nº 106 | 3,50 €

MAGAZINE

Sexo

Despertar de nuevo el deseo

JACQUES SALOMÉ

«Soy el psicólogo que molesta a los psicólogos»

TEST

¿En qué se basa vuestra relación de pareja?

Desarrollo personal

Lo tengo todo para ser feliz, pero...

TESTIMONIOS
LA RISA COMO MEDICINA

RELACIONES
¿QUEREMOS DEMASIADO A LOS ANIMALES?

FAMILIA
CÓMO VIVEN LOS PADRES
LA ESPERA DE LA ADOPCIÓN

NIEVES ÁLVAREZ

«Mi mirada nunca miente»

HERMANOS, parte de lo que somos

Comprende su influencia y resuelve conflictos

00.106

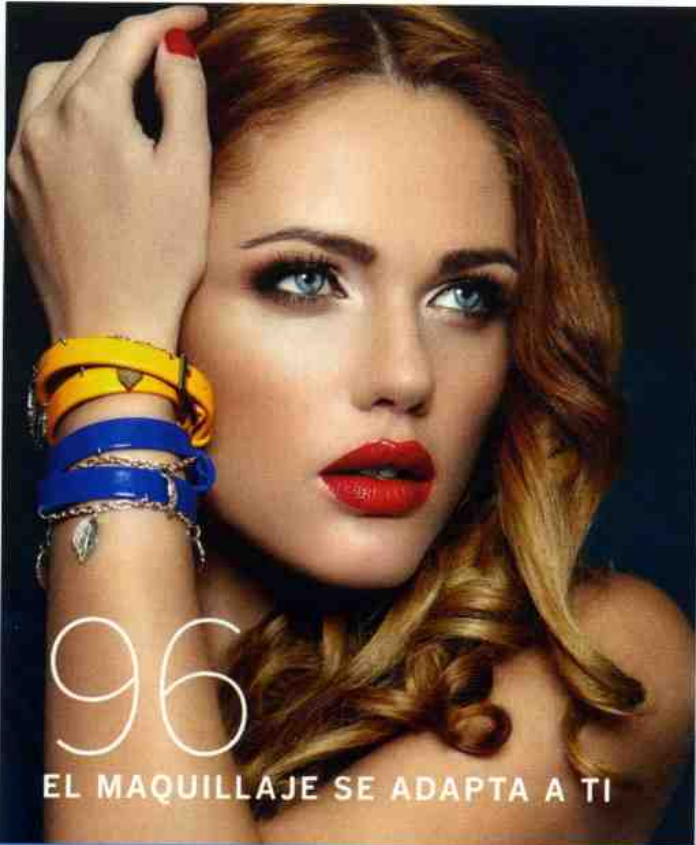


8 413042 873426

CANARIAS 3,05 € | PORTUGAL (CONT.) 3,80 €

Estarbien

TENDENCIAS 104 • ES NUEVO 106



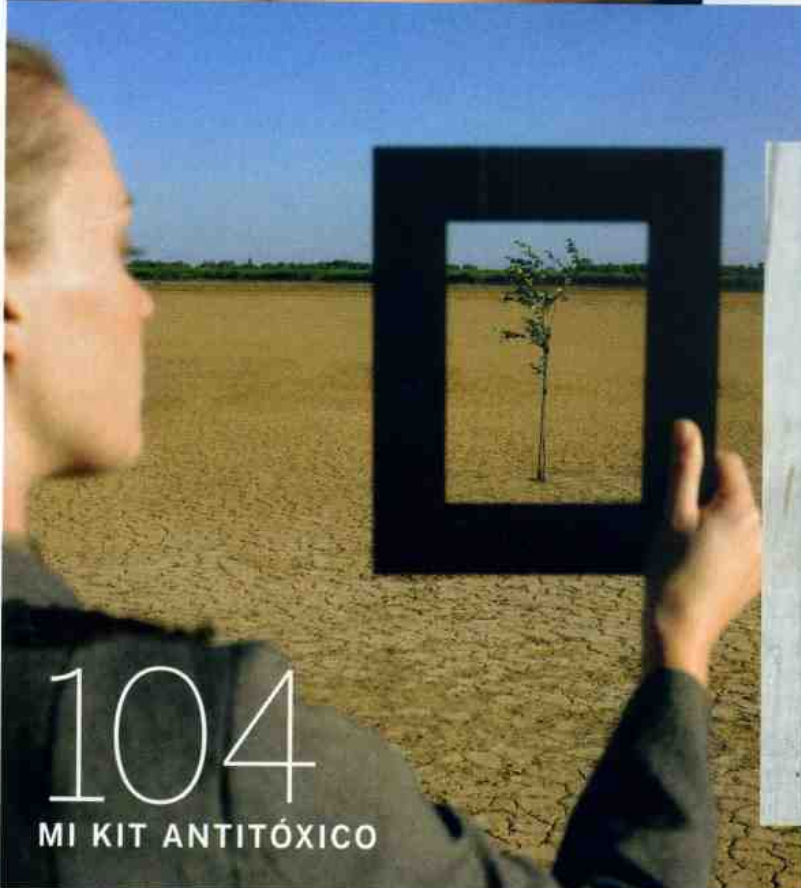
96

EL MAQUILLAJE SE ADAPTA A TI



100

MACARENA GÓMEZ:
"ME ENCANTAN
LAS MUJERES
CON OJERAS"



104

MI KIT ANTITÓXICO



116

MEMBRILLO,
TERC OPELO
NATURAL

MACARENA GÓMEZ

“Me encantan las mujeres con ojeras”

Conocida por su papel en ‘La que se avecina’ (T5), Macarena Gómez es mucho más que actriz de televisión. Sus últimas cintas son ‘Las brujas de Zugarramurdi’, de Álex de la Iglesia, y ‘Del lado del verano’, de Antonia San Juan. Hablamos con ella sobre cómo le saca partido a su belleza.

POR CURRO CAÑETE - FOTO GONZALO SANGUINETTI



Qué significa la belleza para ti?
M. G. Hay una frase de Santo Tomás de Aquino que dice que lo bello es aquello que agrada a la vista. Si me refiero al aspecto visual de una persona, para mí, su belleza puede radicar en un rasgo que me llame la atención y que haga a esa persona distinta a las demás. También encuentro placer y, por lo tanto, belleza en las obras de arte. Yo lloro contemplando monumentos como, por ejemplo, los templos de Angkor, porque las lágrimas son la forma de expresar tanta satisfacción.

¿Cómo afrontas los periodos de estrés, o cuando tienes un rodaje muy intenso, por ejemplo? ¿Cómo consigues relajarte?

M. G. Soy una persona muy inquieta y tengo una gran adicción al trabajo. Necesito tener también actividad mental continuamente para sentirme útil. Siempre me han dicho que debo aprender a descansar, a no hacer nada, incluso a no pensar. Un ejercicio que me va muy bien para conseguir relajarme es hacer puzles. También, para desestresarme, practico paracaidismo y natación y doy paseos por el campo.

¿Qué es lo que más te gusta de ser actriz?

M. G. El proceso de rodaje. Rodar, para mí, es lo más satisfactorio. A veces, las condiciones son duras: rodajes de madrugada, estilismos de verano en pleno mes de enero..., pero en el instante que oigo la palabra “acción”, todas estas incomodidades se olvidan.

¿A qué edad empezaste a cuidarte?

M. G. Al superar los 30 años fui consciente de que tenía que empezar a cuidarme, especialmente la cara,

pues yo vivo de mi imagen. Siempre había tenido el baño repleto de cremas, regalos de mi madre, y cuando me daba cuenta ya habían caducado sin haberlas estrenado. Ya he aprendido a usarlas y me lo tomo en serio. Utilizo varias cremas para hidratar bien la cara. Lo más importante es usar una fuerte protección solar en verano para evitar el envejecimiento de la piel. Y, sobre todo, ando mucho para favorecer la circulación, y para endurecer los glúteos subo las escaleras del metro andando.

¿Consideras que tener un buen físico es importante para una actriz?

M. G. Creo que lo más importante para una actriz es cuidarse la cara, teniendo en cuenta que la cámara la capta a la perfección. Si por físico te refieres a uno que entre dentro de los actuales cánones de belleza, considero que es importante para determinados papeles; por ejemplo, para hacer de chica Bond. Es decir, hay ciertos "papeles" que requieren un físico determinado. Pueden requerir que estés musculada, que seas alta, que seas muy delgada, que seas gorda... Y hay otros que sólo exigen que seas buena actriz, independientemente de tu aspecto físico. También hay que tener en cuenta que el cine engaña, y que el estilismo, la peluquería y el maquillaje hacen grandes maravillas.

¿Cuidas tu alimentación mucho?

M. G. Sinceramente, no llevo control de la alimentación. Peco de comer demasiados fritos, pero, por otra parte, no como dulces porque no me gustan. Me influye mucho haber comido productos bajos en calorías, porque me siento muy vulnerable, y si, por el estrés y el cúmulo de trabajo, adelgazo, la mejor solución es

Delitos y faltas

"Nunca he sido de comer 'comida basura', aunque de vez en cuando caen un 'take away', un chino o una pizza. Las chucherías son mi punto débil. Sé que está muy mal por mi parte, pero cuando he viajado a países de cuya comida no me fiaba, me he alimentado sólo a base de plátano y patatas fritas".

comer frutos secos. ¿Mis comidas preferidas? Todo aquello que contenga huevo y patata. Me apasionan los mejillones y la lechuga, incluso tal cual, sin aliñarla.

Si un día has dormido poco y tienes mala cara, ¿qué haces para estar divina?

M. G. Es imprescindible una buena crema para eliminar la sensación de fatiga de los ojos y la hinchazón. Utilizo, para hidratar la cara, alguna crema que contenga aceite de argán. Me pongo una buena base de maquillaje y nunca me olvido del *concealer*. Tampoco olvido un buen café con leche, siempre corto de café, ni un par de zumos de naranja.

En las fiestas a las que acudes por trabajo, ¿qué haces para sacarte partido?

M. G. Llamo a Pablo, mi maquillador y peluquero desde hace diez años. Él es quien mejor me conoce, y sigo sus instrucciones. Lo más importante es maquillarse acorde con las facciones de cada uno, y no imitar el maquillaje de alguien, porque puede que no te favorezca. ¡Nunca me falta una prenda de Teresa Helbig!

¿Cómo realizas tus impresionantes ojos?

M. G. Uso colores oscuros y ahumados en el párpado inferior. Son tonos que potencian el color verde de mis ojos y, además, me ayudan a disimular lo que comúnmente llamamos "ojos saltones". ■

SUS BÁSICOS

No soy muy fiel a los perfumes, y me gusta variar cada cierto tiempo. Este último año he hecho un nuevo hallazgo, y estoy utilizando el perfume de Eli Saab. La verdad es que me encanta.



Para los ojos uso siempre Sephora Roll-On Yeux Défatigant, y mi descubrimiento de la temporada ha sido un serum para la cara de una nueva firma que se llama Skin Method.



Yo no sé cuidarme el pelo, por pereza y falta de destreza, y por eso tengo a mi peluquero particular. Cuando lo tengo muy seco, me pongo aceite de argán, y lo suelo lavar con champú de L'Oréal.



Siempre uso concealer para camuflar un poco el color oscuro de mis ojeras, pero dejo que se note que existen. ¡Me encantan las mujeres con ojeras! Uso Clé de Peau. ¡Y hace milagros!

