

MEDIO	FECHA	CONCEPTO	PRODUCTO	DESCRIPCION	DIFUSIÓN	EDICIÓN	CATEGORÍA	PERIOD.
INFORMACION	05/09/2011	LIBRO	UNA SOLUCION QUIERO	12/09/2011	27587	ALICANTE	P. PROVINCIAS	DIARIA

## Contracorriente



### Cristina Tárrega

PERIODISTA

TEXTO DE SUSANA GOLF F FOTO DE ANDREA SAVINI

De noche la periodista valenciana se adentra en su *Territorio Comanche* pero por la mañana da consejos de belleza. Tantos, que ya lleva dos libros. El último *¡Una solución quiero!* (La Esfera de los Libros)

«Nos cuidamos por fuera, pero ¿y las 'cañerías'?»

❑ **¿Para presumir hay que sufrir?**

❑ Hay que ser disciplinado, sufrir no. Pero en la vida todo cuesta. Lo que no hay que ser es preso de nada. Yo no lo soy.

❑ **¿Y gastarse una pasta?**

❑ No, no. Hay masajes que te cuestan 50 euros cuando no tienen que valer más de 30 y no debería tocarte la espalda nadie más que un buen *fisio*. Hay que estar bello de forma saludable. ¿Por qué hago este libro? Porque llevo años abriendo la boca de las barbaridades que veo: gente que se ha quedado en el camino, depresiones...

❑ **Depilarse, vale; someterse a «peelings», pase, pero ¿irrigarse el colon?**

❑ Eso es maravilloso. En Europa es una práctica muy usual. Nos cuidamos por fuera, pero es que las cañerías están tremendas: son seis metros de intestino grueso y seis de delgado. De vez en cuando hay que limpiar cañerías.

❑ **¿De verdad se pone esperma de ballena en el cabello?**

❑ No es esperma, es el aceite que lleva la ballena en la cabeza. Viene de Colombia, República Dominicana y allí le llaman así.

❑ **También recomienda para la piel auto-transfusiones de sangre...**

❑ Eso es estupendo. Te la centrifugan y te la ponen. Plasma rico en plaquetas. Somos lo que comemos y lo que defecamos. Si preguntas en una farmacia, lo que más venden son laxantes. Yo he descubierto el magnesio. Es fundamental ir al baño todos los días.

❑ **Dice usted que en España son muchos los que se operan y pocos los que lo confiesan. ¿Cuántas cirugías estéticas reconoce usted?**

❑ Yo tengo una reducción mamaria. Tenía problemas en la espalda. Las valencianas normalmente somos pechugonas y de cara redonda, *paelletas*. Y luego, por genética familiar, el párpado me colgaba. Y me lo quité. Eso se lo han hecho compañeros y compañeras mías, todos, pero no lo dicen. «Yo solo me he hecho el *bótox*», dicen, y te tienes que callar. De todos modos, yo no soy procirugía. Creo que hay muchas cosas que se pueden hacer antes para retrasar o no llegar nunca a la cirugía.

❑ **Dietas hay tantas como colores, pero ¿pueden ser bombas de relojería?**

❑ Yo probé una para poder hablar de ella y acabé en el hospital con cálculos en el riñón. Yo creo que la mejor dieta es la de siempre, comer cinco veces al día y poco. En la Comunidad Valenciana hay unas verduras maravillosas, unos tomates que no se pueden soportar, el pescado... y los carbohidratos siempre antes de las seis de la tarde. Si no tienes dinero para un endocrino, te vas a la Seguridad Social, pero no te compras un libro para hacer dieta.

❑ **Está hecha una Helena Francis...**

❑ En realidad, yo soy periodista, pero entiendo que hay un vacío legal y de información y mucha publicidad y agresividad de venta. Hay que saber qué hay dentro del envase de cada crema y qué funciona.

❑ **¿Algún secretillo de belleza de un famoso o famosa?**

❑ Para mí Nati Abascal es un referente.

❑ **¿Qué consejo le daría a la duquesa de Alba de cara a su boda?**

❑ La duquesa se lo ha pichado todo en la época de la silicona. Yo la quiero mucho pero el pelo se lo debería cuidar un poco más. Hay una cosa maravillosa, el *bótox* para el cabello.

❑ **¿La televisión de hoy en día es un «territorio comanche»?**

❑ Ojalá fuera como mi *Territorio Comanche*, yo puedo hacer buenas entrevistas, con tranquilidad y sin estar preguntando por las vísceras. Me encantaría poder hacer algo así en Valencia. Lo último que hice en Canal9 no me gustó. Yo no creo que exista la telebasura, existe lo que la gente quiere consumir.

❑ **En RTVV han renovado al director general con bronca política. Usted, que trabaja tanto en cadenas públicas como privadas, ¿siente ese peso?**

❑ Lo importante es la programación. Yo no soy una mujer nada política, soy una mujer de realidades, de la calle.