

Latitud

Edición # 56

CORTESÍA REVISTA CROMOS

Lupita Jones, la primera Miss Universo mejicana, nos cuenta sus secretos de belleza y juventud en su libro "Detén el tiempo".

Por Sandra Pino Bacca
Especial para EL HERALDO

Paréciera que para ella no pasaran los años. Siempre se le ve muy bien arreglada y esto no significa precisamente maquillada o con peinados rimbombantes; por el contrario es un look cauteloso, su cabellera negra, su piel que parece siempre de porcelana y su posición al sentarse, al caminar y comportarse, son las que la hacen ver tan sutil, que no le permite romper con el glamur que dibuja su enorme belleza. Ella es Lupita Jones, Miss Universo 1991, mejicana. Durante más de quince años, una de las divas más destacadas de su país durante todos los tiempos. Un icono de la belleza por su conocimiento en belleza y manera de detectar e instruir a cada una de las soberanas que la sucedieron.

Lupita es una mujer sencilla, al trato con las personas que la rodean, la asedian a pedirle consejo o simplemente la reconocen como estrella de su país. Es hábil al resolver cualquier tema y se ha convertido en una destacada empresaria en el campo de la salud, la estética y la belleza. En la actualidad está por lanzar en Méjico, Miami y Colombia, su libro "Detén el tiempo", junto con el también empresario azteca Diego Dimarco, en el cual participan los más destacados médicos y especialistas en medicina anti envejecimiento, de Estados Unidos y Latino América, incluyendo por Colombia al Dr. Andrés Lucena, el más reconocido en su campo por lograr avances en la prevención y mejoramiento de la calidad de vida de nuestra población. La encontramos en Miami, donde se encuentra radicada junto con su hijo Simón de trece años. Nos abrió las puertas de su casa y nos contó sin ningún tapujos sus más íntimos secretos para mantenerse siempre joven, bella y exitosa:

Como se cuida para mantenerse joven y bella? Siempre he sido una persona muy disciplinada, desde pequeña mi madre me inculco la importancia del ejercicio y desde que yo recuerdo me veo siempre practicando algún deporte: de muy niña natación, después equitación, jogging, aerobics hasta que encontré el levantamiento de pesas como mi ejercicio favorito para moldear la figura.. imagínate... hasta estuve a punto de competir en un evento de físico constructivismo... jaja.. Sigo practicando el ejercicio con pesas, cardiovascular y últimamente empecé también a practicar Bikram yoga que consiste en 26 posturas del yoga realizadas en un salón a 42 grados de temperatura... mi novio dice que es como si estuviera en el microondas... jajaja

Algo sumamente importante también es la alimentación, soy muy cuidadosa y medida con lo que como, aunque si se me antoja una buena arepa me la como! Procuero evitar todo aquello que sabemos que no es bueno: grasas saturadas, azúcar refinada, harinas... si, ya se.. lo mas delicioso! Pero esos son algunos de los sacrificios que debemos hacer para mantenernos sanas y en buena forma.

Nunca he dejado de lado la importancia de mantener pensamientos positivos y agradables, ser una persona propositiva, constructiva,



Lupita Jones eternamente joven y bella

dinámica. Esto tiene mucho que ver con nuestra actitud que es también parte fundamental del como nos sentimos con nosotros mismos y como nos proyectamos hacia los demás.

En esta nueva etapa mi socio Diego Di Marco, me ha llevado por rutinas y tratamientos que funcionan y que podrán leer muy pronto en nuestro Libro "DETEN EL TIEMPO" a publicarse en mayo.

Que consejos les da a las mujeres de su edad? preocuparnos por nosotras mismas: que si ya me case, que si ya tuve hijos, que si ya me divorcié, ya cumplí 40, 50 o 60, o ya soy abuela... Tenemos la opción de mantenernos bellas, saludables y en forma por siempre. Para eso es importante llevar una vida con hábitos saludables. Considero que es también muy sano ser conscientes de nuestra edad y no pretender vivir como una chica de 18 años, sentirnos orgullosas de nuestros años y vivir en plenitud cada etapa para mi ha sido maravilloso.

Cuál cree que es su mayor atractivo tanto físico como espiritualmente para conquistar a su hombre ideal? mmmmm... aquí si me pones en problemas... habría que preguntarle a él... jaja... Físicamente me han dicho siempre de mis ojos, les parece muy atractivo y bueno... también mi figura, pero lo que me he dado cuenta que es lo que más les llama la atención de mi persona es la fuerza de mi carácter, mi seguridad y la capacidad de ser independiente. Creo que el hecho de que saben que yo estoy con mi pareja porque quiero y no porque "los necesito para que me salven la vida" los obliga a trabajar más en la parte de la conquista y en mantenerme enamorada, eso es rico...

Cree en el amor para toda la vida? O sea en que encontrará una pareja para compartir para siempre su vida Si lo creo y eso es lo que más deseo para mí. Poder compartir mi vida con alguien que al momento de estar juntos nos haga más fuertes en lo individual y en la pareja, que construyamos un futuro en común que nos de felicidad a ambos y que nuestros sueños y proyectos caminen por el mismo rumbo.

Que la enamora de un hombre? A pesar de lo que mucha gente puede pensar de mí, por mi carácter fuerte (que no es lo mismo que mal carácter..) y por mi forma de ser independiente, a mí me gusta sentirme protegida por mi hombre, que me abraze y me haga sentir que en sus brazos puedo estar tranquila y en paz. Necesito admirarlo, reconocerlo en lo que es como ser humano y como profesional. Me encanta que despierte mi curiosidad por saber más, mi deseo por seguir creciendo. Que sea cálido, amoroso, caballero, atento... y que nos podamos reír juntos siempre!!!

Que la molesta o le crea desprecio de un hombre? Que sea un patán y macho egoísta!!! Prepotente, que no valore y no respete a la mujer ni a la familia. Que sea un vago sin oficio ni beneficio. Como la conquistan? Con inteligencia, con audacia, me encanta que den el primer paso. Yo soy a la antigua, a mí me gusta que me cortejen y me demuestren su interés abiertamente. Con conversaciones interesantes y caballerías.

Cree en el amor a primera vista? Claro que sí!!! Es un rayo de electricidad que recorre todo tu cuerpo en un segundo!! Wow. Es maravilloso!! Te llena de ilusión y energía...

Cuantos hombres han marcado su vida y porque? Podría decir que TRES: Mi ex esposo,

porque aunque nuestro matrimonio no haya funcionado las experiencias que viví tanto buenas como tristes me ayudaron a seguir formando esta mujer que ahora soy Mi hijo Simón, no creo que tenga que explicar mucho.. es mi motor, mi ancla, mi vida. Una persona que conocí al poco tiempo de haberme divorciado que me hizo dar cuenta que el amor siempre está ahí y podemos darnos la oportunidad de dejarnos sentirlo todo como si fuera la primera vez. Mención aparte le doy a mi actual pareja, con quien me siento feliz, segura, enamorada y con muchas ilusiones.

Cómo se ve en 20 años? Me veo igual que ahora: siempre activa, propositiva, emprendedora... seguramente con unos cuantos nietos... viviendo feliz y realizada, con ganas de seguir haciendo siempre más cosas. Me visualizo físicamente igual que ahora, saludable y con mucha energía.

Hasta dónde quiere llegar como mujer y profesional? No me he puesto límites. quiero seguir creciendo, seguir contribuyendo a que más mujeres mexicanas alcancen el éxito. Deseo poder hacer realidad mi sueño profesional (que mencioné durante el concurso de Miss Universo en 1991) de tener mi "Health Resort" dedicado a la medicina antiedad promoviendo en las personas hábitos saludables de vida y de belleza, ayudándoles a vivir en plenitud cada etapa de sus vidas.

Hijos? Tengo uno, actualmente de 13 años, y aunque me hubiera gustado tener por los menos 2 más, de momento no estoy contemplando tener más hijos. Estoy muy dedicada a mi vida profesional y nuestro rol de vida familiar ya está muy establecido así.

Cree que el sexo ayuda a conservarse joven y bella? en qué lugar de su vida está la vida

sexual? Por supuesto que sí!!! El deseo de mantener el interés en el sexo opuesto (o en la pareja que busquemos) nos motiva a cuidarnos y mantenernos físicamente atractivas, además la cantidad de hormonas que fluyen en nuestro cuerpo cuando se da la relación sexual WOW!! revitaliza todos nuestros órganos, la piel se ve más linda, liberamos estrés y nos llena de vida. La vida sexual para mí es muy importante, en cuanto a la relación de pareja me parece que mientras tengas una buena vida sexual con tu pareja la comunicación será mejor y será más fácil llegar a solucionar cualquier problema que se te presente. Es una oportunidad de integrarse con tu pareja de una manera más fuerte.

Es atrevida o recatada? En público soy muy recatada, pero en mi vida privada puedo ser más atrevida, me gustan las sorpresas y puedo ser arriesgada en algunas cosas... jaja... me gusta pasarla bien, divertirme y sentirme libre.

Que prefiere la vida agitada o tranquila? Sera tal vez porque mi vida ha sido muy agitada desde hace 20 años que me encantaría una vida un poco más tranquila. Adoro estar en mi casa, disfruto mucho la vida hogareña y no tener que andar corriendo con una agenda cargada de compromisos. Un equilibrio sería lo mejor.

Su mayor debilidad? EL PAN!!!, La comida me encanta y de verdad es un gran sacrificio dejar de comer muchas cosas que me gustan, pero el pan casi siempre me hace caer... jajaja.. Hablando de cosas más serias, mi mayor debilidad puede ser cualquier cosa que le cause dolor o tristeza a mi hijo.

Su gran fortaleza? Mi carácter, la confianza en mí misma. Soy una mujer que lo que proyecto logro

A estado antes en Colombia? Si, varias veces en el reinado de Cartagena y también en

Bogotá, me encanta, siempre me han tratado divinamente.

Qué piensa de las mujeres colombianas? Me parece que son muy hermosas, y muy arregladas. Me gusta que siempre se ven bien vestidas, cuidan mucho su maquillaje, su cabello. He tenido la suerte de conocer mujeres colombianas muy divertidas, así que me parece que tienen un gran sentido del humor.

Su concepto sobre el Dr. Andrés Lucena y porque lo escogió para participar en su libro? Me parece una persona muy profesional, dedicado y comprometido con lo que hace. Muy agradable como persona y como buen colombiano divertido y dicharachero... jaja.. Su generosidad al compartir con nosotros su experiencia y conocimientos para publicarlos en nuestro libro me hace ver en él a una persona entregada al bienestar de las personas. Respecto a su parte profesional, nos ha apoyado enormemente con sus capacidades para manejar la medicina antiedad. Estudioso y comprometido como pocos Doctores en el mundo. Yo me puse a sus órdenes y eso ha cambiado mi vida junto a mi Socio y coautor del Libro "Detén el tiempo" Diego Di Marco. El doctor Lucena es parte importante de Proedad, por eso estará con nosotros el 24 de mayo en México para el lanzamiento del proyecto, como así también en Julio en Miami y Colombia. Este proyecto es muy grande y agradecemos al Dr Lucena por entrega y conocimientos. Ya podrás leer muy pronto una entrevista bellísimas sobre estrés, belleza y envejecimiento.

Porque se le ocurrió sacar un libro de este tipo al mercado? Porque es información muy útil que no todas las personas conocemos y que nos puede dar una opción de vida más saludable y óptima en todos los sentidos. Este año que celebro 20 años de haber sido coronada como Miss Universo me parece ideal hablar sobre este tema de control de la edad porque en verdad puedo decir con toda honestidad que "20 años no son nada", me siento mejor que nunca, siempre me preguntan cómo le hago para mantenerme bien y en forma, en este libro hablamos de todo lo que podemos hacer para que los años no sean algo de lo que tengamos que preocuparnos, al contrario, podemos hacer que los años siempre trabajen a nuestro favor. Así apareció Diego Di Marco, mi socio, estudioso, investigador comprometido y me propuso formar la empresa PROEDAD en México para toda América Latina, donde promoveremos, informaremos, y desarrollaremos productos y tecnologías de avanzada para el manejo y el paso de los años. Hoy es posible revertir el paso de los años, y lo puedo ver en mí.

Que es lo que más cuida de su figura? TODO!! No podemos descuidar ninguna parte de nuestro cuerpo y lo mejor es trabajar el cuerpo en general. Yo creo que todas las mujeres las piernas y las pompis siempre tienen prioridad... Pero sobre todo cuidar nuestro interior.

Que no le gusta y esconde? Como crees que te voy a decir eso!!!! Es el secreto mejor guardado.. jaja

Que no come porque sabe que la engorda? PIZZAS, HAMBURGUESAS, TAMALES, PASTELES, la lista es larga...

A que no se puede resistir a la hora de comer? Al pan!! Me encanta, las galletitas y los pasteles...

Que vicio tiene? Creo que no tengo ninguno... Cuál es su talón de Aquiles? Mi hijo, cualquier cosa que le afecte a él me afecta a mí.

Uno a uno sus mas destacados triunfos...

LUPITA JONES GARAY nació en Mexicali, Baja California. Es la única hija mujer entre 4 hermanos varones. Como anécdota de su nacimiento se ha sabido que su padre al momento de verla llegar a este mundo exclamó: "ha nacido la primera Miss Universo mexicana".

Estudió la carrera de Licenciado en Administración de Empresas obteniendo su título profesional en 1989, cursó además un postgrado en Administración Industrial en el Centro de Enseñanza Técnica y Superior (CETYS) en Mexicali, Baja California.

Participó en el Concurso Estatal de Belleza en Baja California en 1990, obteniendo el triunfo y el derecho de representar a su Estado en la Final Nacional, por lo que en septiembre del mismo año, en el Puerto de Veracruz gana el Título de Belleza Nacional, lo que le da el derecho a representar a nuestro País en Miss Universo. En mayo de 1991 en Las Vegas,

Nevada, ante 73 jóvenes de todo el mundo, resulta ganadora y obtiene para México la primera corona de Miss Universo.

En 1993 lanza su primer libro "Palabra de reina", donde narra todas sus experiencias como la primera Miss Universo mexicana, el difícil camino que tuvo que seguir hasta alcanzar esa meta tan importante. En 1994 formó la empresa Promocertamen, organizadora y creadora del concurso Nuestra Belleza México, logrando excelentes resultados desde su inicio y, promoviendo la belleza de la mujer mexicana en el mundo. Teniendo la representación para los eventos de belleza más importantes del continente: Miss Universo y Miss Mundo.

En 1997 crea el primer concurso de belleza masculino en México, EL MODELO MÉXICO asumiendo la representación para el concurso internacional Mr. World. En este año Gabriel Soto obtiene el segundo lugar de ese importante concurso internacional. En el 2000

el sexto con Guido Quiles y en el 2003 Jose Luis Reséndez obtiene el cuarto lugar.

En 1998 la compañía de juguetes MATTEL dentro de la celebración que conmemora el 40 Aniversario del lanzamiento de la muñeca Barbie, a nivel mundial, nombra a Lupita Jones, "EMBAJADORA DE SUEÑOS", en México. Ese mismo año inicia el concurso "Nuestra Belleza Infantil."

El día 23 de octubre del 2000 por parte de el Fondo de Población de las Naciones Unidas le fue otorgado el nombramiento de "Embajadora de Buena Voluntad" de un programa especial denominado "Face to Face", que busca promover la defensa de los derechos humanos de la mujer. Este investidura vino a reforzar la labor que realiza a través de Nuestra Belleza México en apoyo a las niñas maltratadas con la Institución "Ayuda y Solidaridad con las Niñas de la Calle IAP", donde a través de visitas periódicas lleva a las niñas de la institu-

ción mensajes que refuercen su autoestima, seguridad y deseos de superación para lograr una reintegración a la sociedad de manera sana y positiva.

En Agosto del 2003 es presentada como la primera embajadora mexicana de L'oreal Paris, siendo esto un gran triunfo para la mujer mexicana, ya que es colocada al lado de grandes personalidades internacionales como Andy Mc Dowell, Heather Locklear, Milla Jovovich, entre otras.

En el año 2005 es invitada a ser portavoz de la primera cruzada nacional contra la bulimia y la anorexia "Di no a la Talla cero" generando conciencia sobre la existencia de estas enfermedades y la importancia de ser detectadas y tratadas en forma adecuada. En noviembre del 2006 lanzó al mercado un nuevo libro "Bella y en Forma 15 años después". Durante el Concurso Miss Universo 2007 que se celebró en México, participó como conductora de un noticiero llamado "Detrás de la

Corona", producción de Televisa. Desde el año 2008 hasta la fecha, 2011, participa como jurado en el concurso Nuestra Belleza Latina, producido por Univisión siendo uno de los programas con mayor rating en los Estados Unidos y continúa al frente como directora nacional de Nuestra Belleza México, promoviendo la belleza de la mujer mexicana en todo el mundo, proporcionándoles a nuestras representantes las mejores herramientas para que puedan cumplir con éxito su gran responsabilidad como representantes de México a nivel internacional.

En pocas palabras Lupita es sin lugar a dudas un ser que lo que se propone lo logra, a punta de constancia, entrega y siempre pensando en el bienestar de las mujeres de todos los tiempos sin dejar de lado como ella bien lo dice, la honestidad y los sueños jamássssssss porque quien no sueña, no está en verdad vivo.