

## Recomendación de película: “Tres adioses”. El amor y el desamor en la enfermedad

**Título original:** *Tres adioses* (*Tre ciotole, Three Goodbyes*)

**Directora:** Isabel Coixet

**Guión:** Enrico Audenino, Isabel Coixet. Basado en la novela de Michela Murgia

**Duración:** 120 minutos (2 h)

**Año y país:** Italia-España. 2025

**Tipo de obra audiovisual:** Largometraje. Guión adaptado de novela

**Música:** Alfonso de Vilallonga

**Género:** Drama. Romance. Enfermedad

**Reparto:** Alba Rohrwacher (Marta), Elio Germano (Antonio), Francisco Carril (Agostino), Silvia D'Amico (Elisa), Galathea Bellugi (Silvia), Sarita Choudhury (Dra. Benati), Sofía D'Elia (Giulia), Stefano Braschi (oncólogo), Marco Gregorio Pulieri (heladero)



<https://dx.doi.org/10.5209/psic.108439>

**Sinopsis:** Tras una discusión aparentemente trivial, Marta y Antonio se separan. Él, un chef prometedor, se refugia en su trabajo; ella, en su silencio, comienza a notar algo más que tristeza: ha perdido el apetito... y no solo por desamor. Cuando descubre que existe un problema de salud subyacente, su vida da un giro inesperado. La comida, la música y el deseo adquieren un nuevo significado, despertando en ella un impulso renovado por vivir sin miedo.

**Estreno en España:** 6 febrero 2026

### Enlaces a promociones de la película:

<https://www.youtube.com/watch?v=MfiTenc-Uvo>

Tráiler italiano (VOSE). Duración 1:37

<https://www.youtube.com/watch?v=GHN9JcqKlac>

Tráiler español. Duración 1:57

### RESEÑAS DE LA PELÍCULA EN BASES DE DATOS DE OBRAS AUDIOVISUALES

<https://www.filmaffinity.com/es/film580752.html>

<https://www.sensacine.com/peliculas/pelicula-1000019852/>

### NOMINACIONES Y PREMIOS

Preestreno en el Festival de Toronto (Canadá).

Festival de Valladolid (Seminci 2025): Nominada a Mejor Película (Espiga de Oro).

Festival Internacional de Cine de Cartagena (2025): Premio a Mejor Largometraje.

*Puede haber más premios y distinciones tras la publicación de esta reseña.*

## COMENTARIO DE LA PELÍCULA DESDE EL PUNTO DE VISTA DE LA PSICOONCOLOGÍA Y LA PSICOLOGÍA DE LOS CUIDADOS PALIATIVOS

La última película de Isabel Coixet presenta una historia de amor y desamor atravesada por la enfermedad oncológica, pero también constituye un relato de autoconocimiento, afrontamiento y resiliencia.



Está basado en el libro original italiano “Tre ciotole. Rituali per un anno di crisi”, lo que traducido al español es algo así como “Tres cuencos. Rituales para un año de crisis” de la autora Michela Murgia. Habla de tres crisis, la de pareja, la de la enfermedad y la del cambio de valores. Este título en italiano quiere decir también “tres cuencos”, que sería como 3 continentes, tres compartimentos, tres historias dentro de una, y se conecta con los “tres adioses” (o tres duelos) que es el título que ha elegido la directora. El número “tres” es bastante mágico; tiene relación con aspectos espirituales y religiosos; son los lados de un triángulo... En el filme hay una especie de triángulo amoroso (que no lo es del todo), entre Alba, la relación con Antonio, que se acaba y la relación interpersonal (menos romántica quizás) con Agostino, que le aporta otras cuestiones, más desde la filosofía de la vida. En español podemos decir que esos tres adioses son variados (al amor previo, a la vida y a la relación que pudo ser y no fue).

La autora del libro es conocida y reconocida en Italia; el libro tiene bastante de autobiográfico (está basado en su propia historia real), ella contrajo un cáncer y falleció (en agosto de 2023), plasmando antes en el libro sus vivencias y reflexiones. El libro fue muy inspirador para miles de italianos y la realización de la película ha sido un gran éxito en el país con forma de bota. Ella fue una mujer muy activa: escritora, dramaturga, bloguera, crítica literaria, política (candidata a la presidencia en la circunscripción de Cerdeña).

Hay algunos aspectos de la novela que también han servido de inspiración en la película. Marta en cuanto es consciente de la separación de pareja, “adopta” un cartel de un influencer/cantante coreano Jirko llevandoselo en su bicicleta, y toda la temática K.pop va apareciendo a lo largo de la película, igual que en la vida de la escritora de la novela. Es un hombre atractivo al que puede ver, que no la juzga, ni la critica desde la imagen del cartel.



Marta, empieza a notar cambios corporales y mentales tras la ruptura de pareja. Cuantas veces habremos observado pacientes que van al médico tras una ruptura de pareja y se les dice que están “somatizando” o que “se les pasará”. No podemos olvidar que en ocasiones la salud física se resquebraja al mismo tiempo que nuestra salud mental; lo que hace muy difícil saber qué forma parte de la elaboración de nuestra crisis, pérdida o desengaño y qué aspectos son señales del cuerpo de que algo orgánico se “está cocinando” en su interior. Hacer diagnósticos diferenciales con pruebas (analíticas, pruebas de imagen...) además de una buena exploración, no siempre es algo que se planteen los facultativos cuando se va a su consulta. En la película se ve claramente cuando la Dra. Benati trata de tranquilizar a Marta respecto de sus molestias gástricas, hasta que le hace la ecografía (casi por rutina o “por si acaso”) y “descubre” la enfermedad oncológica latente. Esto nos muestra las dificultades también de los pacientes en ser creídos y poder expresar lo que les pasa, cuando hay otra explicación aparentemente más plausible.



Es cierto que Marta somatiza inicialmente, vomita sin parar, parece que hay una intolerancia a los alimentos combinada con esa necesidad de sacar lo negativo o tóxico que había en la relación de la que ha salido; que transmite necesitar paz y tranquilidad y acude al médico porque la doctora es casi su amiga, y tiene confianza con ella.

Cuando se confirma el diagnóstico la gastroenteróloga, le comenta claramente la información médica (cáncer digestivo estadio IV, con metástasis cerebrales, en pulmón izquierdo y también contralaterales derechas en otra localización corporal) y le traslada su apoyo. Y que la va a tener a ella cuando lo necesite. Se ve la coordinación que hace con el oncólogo especialista, como ambos le trasladan la información adaptada a sus circunstancias, la no conveniencia de operar dada la incidencia y localización del tumor. Le dejan tiempo para que asimile la información y haga las preguntas que necesite en ese momento.



Ella es profesora de educación física en un instituto, ha sido atleta en su juventud, y sigue trabajando a pesar del diagnóstico, porque se siente “relativamente bien”, cuando se empieza a controlar la sintomatología, pero luego prefiere dejar su trabajo y dedicarse a “vivir” y porque en algún momento empieza a ver incremento de su malestar.

El personaje que encarna Alba decide disfrutar de la vida, de las cosas sencillas con toda la intensidad que puede, la música, la comida, el pasear por Roma en bicicleta e imbuirse del ambiente vibrante de una ciudad que se nos presenta algo caótica pero luminosa, reposada cuando se requieren conversaciones más profundas. La ciudad de Roma y el amor al que asociamos esta ciudad, flotan en el aire. Y un helado de tres bolas sentada con tranquilidad es un plan maravilloso.

La hermana de la protagonista tiene también un rol destacado en el apoyo y la comunicación de la protagonista con su entorno; conoce a la Gastroenteróloga, habla con Antonio y le comenta la situación y qué puede hacer para ver a Marta.

Cuando vuelven a encontrarse y hablar, transcurrido un tiempo desde la ruptura, hay una conversación muy bonita al borde del río Tiber, cerca de un puente con luz, pero apagándose ligeramente, con un gran contenido simbólico.

Los vericuetos del corazón hacen que Antonio crea que no ama a Alba, pero cada rincón compartido en una de las ciudades del amor, le recuerda a ella. Mientras Alba sufre en silencio por el desamor y por la enfermedad, que decide no comunicar a Antonio, por lo que “sufre en silencio”. El chef se da cuenta de que quizás se ha equivocado terminando la relación con ella, porque no puede quitársela de la cabeza. Va sabiendo de ella indirectamente por sus allegados.

El chef Antonio, elabora en la Película una receta personalizada “Pasta alla Marta”, en homenaje a la protagonista, como regalo inmaterial y receta sublime que bautiza con el nombre de la persona con la que ha compartido una historia de amor que ahora se ha apagado. Los ingredientes incluyen, además de la pasta fresca, rúcula, la cáscara del limón para aromatizar, una

guindilla, aceite de oliva, sal y pimienta. Y es que el comer bien rico algo preparado con cariño, muchas veces es más importante que un fármaco.

La comida está presente a lo largo de la película con esa delicia italiana llamada “suppli”; es una croqueta de risotto, con caldo de carne, huevo crudo, recubierta con pan rallado y un corazón de queso mozzarella. Que es el reflejo de disfrutar de la comida a bocados en pequeños momentos.



En el visionado de la pieza audiovisual se nos plantean cuestiones relacionadas con ¿Qué es estar vivo de verdad? Y los aspectos de los que depende, tanto personales como externos. La chica protagonista es vulnerable por la enfermedad y por el desamor pero es fuerte en como continúa viviendo y tomando decisiones sobre lo que quiere hacer en cada momento.

La historia de Marta, la protagonista, comparte algunos aspectos con otra Película de la directora “Mi vida sin mí” que también habla de manera sensible y maravillosa sobre la enfermedad oncológica como detonante de la acción en la pantalla; pero con diferente discurso y con reflexión sobre la vida y la muerte desde otra perspectiva y con otras circunstancias. En la película anterior la joven madre que contrae cáncer trata de dejar un legado para ella, sus hijas y el futuro de ellas; en la actual cinta se centra más en el presente, en la persona con enfermedad oncológica y en ella misma como instrumento de cambio

La película habla del amor en varias vertientes y posibilidades, desde el amor de pareja pasional que se acaba, hasta el amor por conocer, por la ciencia, el amor por compartir, el amor hacia los semejantes en forma de cuidado en la enfermedad y apoyo en el proceso a la persona que ha contraído la enfermedad oncológica.

Presenciamos distintos momentos y evolución de las relaciones humanas con sus preocupaciones, incertidumbres, ambivalencias, miedos y altibajos varios. Está ese amor casi platónico que aparece desde Agostino, que trata de acercarse a Marta de una manera más romántica pero no termina de llegar ese momento, casi hasta el final. Le cuenta aspectos de la filosofía de Feuerbach y distintas perspectivas vitales.

La protagonista trata de conectarse a la vida, y se preocupa por las personas; hay una escena en que persigue discretamente a dos de sus alumnas que no muestran mucho interés por la clase, y que se van al baño a compartir su amor (escucha que una está aparentemente haciendo daño a otra; luego descubre que se acercaba más a un acto de amor compartido entre ellas).

El actor español Francisco Carril, ha participado en esta producción rodada en italiano, lengua que conoce y habla desde su infancia, ya que estudio en el liceo italiano y pasaba los veranos en Italia. Refiere haber encontrado el personaje en la musicalidad de la lengua y con todos los elementos que acompañaron al rodaje. En la novela original el personaje es un señor de edad avanzada menos agraciado físicamente; en la película, la construcción del personaje da un buen contrapunto a los demás personajes y hace la historia más creíble, verídica y cercana.



Según la distribuidora se trata de una historia sobre el amor, la vida y esos momentos que lo cambian todo para siempre. La búsqueda del amor está presente de diversas maneras en toda la película para contrarrestar el dolor por la enfermedad y lo que conlleva, para sanar heridas, para encontrar motivos a la existencia, para cerrar temas pendientes, para dar sentido y recolocar algunas cuestiones.

Es una película fácil de ver, con momentos dramáticos bien intercalados con los momentos más graciosos; no se centra en el cáncer como problema, son como oportunidad, en la línea de la sensibilidad de la directora hacia esta patología.



**La pieza es una oda al amor, al vivir plenamente la vida y poder elegir la vida que la persona quiere vivir al final eligiendo desde la autonomía y con ganas de disfrutar de la lo que le ofrece la vida en ese momento.**

*Patricia Acinas.  
Psicóloga. Psicooncóloga experta en Cuidados Paliativos.  
Experta en Psicología de las Artes Audiovisuales y Escénicas.*