

## ORIGINALES

# Protegido: Promoción del envejecimiento activo. Una experiencia de participación comunitaria

*María Luisa Morales Sutil, Francisco José Cervilla Suárez, María del Carmen Faz García, Marta Ariza González, Alberto Canalejo Echeverría, Francisca Muñoz Cobos, M<sup>a</sup> Luz Burgos Varo*

Centro de Salud El Palo, Málaga

### Para contactar:

María Luisa Morales Sutil: [marialu\\_8@msn.com](mailto:marialu_8@msn.com)

## RESUMEN

**Objetivo:** presentar una experiencia de participación comunitaria para el fomento del envejecimiento activo, mediante una asociación ciudadana promovida desde un centro de salud.

**Descripción:** en 2009 se inicia una Escuela de Envejecimiento Activo en el centro de salud. En 2015 se crea la asociación ciudadana En Activo, compuesta por profesionales y pacientes, para promover la participación ciudadana por el envejecimiento activo. Las actividades se organizan en los proyectos: alimentación saludable, actividad física, prevención de caídas, estimulación cognitiva, actividades culturales, escuela de salud y voluntariado. Se trabaja en red con otras asociaciones y entidades.

**Resultados:** un libro de recetas de cocina tradicional (dos ediciones); dos talleres de cocina saludable; programa Por un Millón de Pasos; itinerarios saludables; visitas culturales; certamen de relatos sobre envejecimiento activo; grupos de taichí y detección de puntos negros de caídas. Así mismo, se ha iniciado la actividad grupal de talleres de memoria; se han impartido sesiones sobre hábitos de vida saludables a través de la Escuela de Salud, y se ha realizado el acompañamiento de pacientes. En todo ello han participado múltiples asociaciones de la zona.

**Conclusiones:** la estrategia de envejecimiento activo puede ponerse en práctica mediante las asociaciones ciudadanas, desde un modelo basado en la intersectorialidad y la participación activa.

**Palabras clave:** promoción de la salud, participación comunitaria, atención integral de salud, envejecimiento activo.

## PROMOTION OF ACTIVE AGEING. COMMUNITY-PARTICIPATION EXPERIENCE

### Abstract

**Objective:** To present a community-participation experience in order to promote active aging, through a community association promoted by a health centre.

**Intervention:** A School of Active Ageing was set up in the health centre in 2009. In 2015 the "En Activo" community association was created. It was made up of professionals and patients with the purpose of promoting community participation in active aging. Organized activities included healthy eating, physical activity, prevention of falls, cognitive stimulation, cultural activities, a health and volunteers school. We worked as part of a network with other organizations.

**Results:** The project produced the following results: two editions of a book of traditional recipes, two healthy cooking workshops, the "for a million steps" programme, healthy walking trails, cultural tours, a short story competition on the subject of active ageing, tai chi groups and detecting "black spots" for falls. Memory workshops for groups were also held at the Health School. Patients were accompanied by volunteers and many associations in the area took part.

**Conclusions:** The active ageing strategy can be implemented through community associations, from a model based on intersectorality and active participation.

**Key words:** health promotion, community participation, comprehensive health care, active aging.

## INTRODUCCIÓN

El término «envejecimiento activo» fue adoptado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que lo definió como «proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen».

La forma de envejecer no se debe al azar, sino que existen una serie de determinantes que hacen que la persona envejezca de una determinada manera: los relacionados con los sistemas de salud: servicios asistenciales, de promoción de salud y prevención de enfermedades (determinante referido a la protección de la salud); los conductuales: alimentación, actividad física, hábitos tóxicos, medicación (determinantes dependientes de hábitos de vida de la

población); personales: biología y genética, factores psicológicos (determinantes dependientes de las personas); del entorno: físico y social (determinantes dependientes del contexto); económicos: ingresos, trabajo, protección social (determinantes dependientes de la situación económica y social); transversales: cultura y género (determinantes dependientes de la pertenencia a una determinada cultura y de la discriminación de género).

La base de las intervenciones en envejecimiento saludable son los hábitos de vida sanos a lo largo del ciclo vital: cuatro conductas de salud combinadas (no haber fumado nunca, consumo moderado de alcohol, práctica habitual de actividad física y comer fruta y vegetales a diario) hacen 3,3 veces más probable el envejecimiento saludable.

La prioridad de acción es la promoción y prevención, como fijan: el plan de acción sobre envejecimiento saludable en Europa 2012-2020, el Libro blanco del envejecimiento activo, el Programa de Actividades Preventivas y Prevención de la Salud (PAPPS) y las directrices de la I Conferencia de Prevención y Promoción de la Salud Clínica en España.

La Atención Primaria (AP) es un ámbito idóneo para la puesta en marcha de intervenciones dirigidas a la consecución del envejecimiento activo por la cercanía con la población y por la disponibilidad de equipos multidisciplinares, que con una coordinación adecuada pueden llevar a cabo esta labor de manera muy eficiente.

Este proyecto continúa la línea de promoción de salud iniciada en 2009 por un grupo de profesionales del centro de salud El Palo de Málaga, al que se han ido progresivamente sumando pacientes y población general de la zona, así como entidades y asociaciones con las que existe confluencia de intereses y objetivos, siguiendo un modelo colaborativo. En enero de 2015 se creó la Asociación En Activo (Registro Municipal del Ayuntamiento de Málaga: nº 2952; Censo de Asociaciones de Salud en Andalucía: nº 1644), para canalizar esta participación comunitaria en la promoción del envejecimiento saludable.

El objetivo de este artículo es presentar la experiencia e intervenciones realizadas por la asociación En Activo en sus dos primeros años de funcionamiento.

## OBJETIVOS

El objetivo general de la asociación En Activo es promover la mejora de la calidad de vida de la población a medida que envejece, mediante la promoción de hábitos de vida saludables en la población atendida por un centro de AP.

Los objetivos específicos son: promover la alimentación saludable basada en la dieta mediterránea, recuperando recetas tradicionales de la zona; fomentar la actividad física grupal de las personas mayores; reducir el riesgo de caídas de las personas mayores, especialmente en las que ya han sufrido alguna caída, mediante la práctica de actividad física y actuando sobre el entorno; fomentar la participación social de las personas mayores, aumentando sus redes de referencia y la disponibilidad de apoyo social, fomentando el ocio cultural y activo; mejorar la capacidad cognitiva de las personas mayores que presentan deterioros cognitivos incipientes y reducir las desigualdades en cuatro aspectos: edad, fragilidad, género y ruralidad.

## MÉTODOS

Las actividades se organizan temporalmente de octubre a junio. Se proponen en reuniones grupales que se realizan una vez al año en el centro de salud, en las que se convocan a los miembros de la asociación mediante correo electrónico o llamada telefónica, siendo abiertas a cualquier paciente que quiera participar, y se ejecutan según criterios de: prioridad de cara a los objetivos, factibilidad y oportunidad.

Se sigue una estrategia de participación comunitaria basada en la coordinación con asociaciones vecinales, ciudadanas y culturales de la zona, en base al objetivo común de envejecimiento activo (tabla 1). Esta estrategia consiste en establecer sinergias con las asociaciones ya existentes en base a objetivos comunes compartidos, en este caso el fomento de hábitos de vida saludables en el envejecimiento, sin que ningún colectivo o asociación aparezca como «experto» en un área concreta.

Tabla 1. Asociaciones y entidades que participan en el proyecto

Entidades	Actividad
Centro de Salud El Palo	Promotor del proyecto Uso de instalaciones Evaluación Difusión Investigación
Junta de Distrito Municipal El Palo	Materiales Locales para actividades Difusión
Ayuntamiento de Totalán	Locales para actividades Ayuda económica para la actividad del taichí
Servicio de Endocrinología del Hospital Regional	Valoración nutricional de las recetas
Asociación Tai Chi sin Fronteras	Práctica de taichí
Fundación Objetivo 1	Taller de memoria

Asociación antiguos alumnos ICET	Participación y colaboración en las actividades Sesiones de salud Difusión
Asociación de Vecinos El Palo	Participación y colaboración en las actividades Difusión
Carta Malacitana	Talleres de cocina Sesiones de salud Libro de recetas Colaboración en las actividades de alimentación
CEIP Gutiérrez Mata	Taller de cocina
Fundación Harena	Voluntariado
Asociación cultural Zegrí	Itinerarios culturales
Pastoral de salud. Cáritas parroquial	Voluntariado
Cruz Roja	Voluntariado
ASIMA	Participación y colaboración en las actividades Por un Millón de Pasos

Se realizan las siguientes intervenciones:

### Fomento de la alimentación saludable

#### Recopilación de recetas de cocina popular paleña

Los pacientes aportan recetas de la cocina tradicional de la zona en distintos formatos (a mano, ordenador, máquina, oral) y por distintas vías (correo electrónico, depositándolas en el mostrador del centro de salud, entrega a profesionales, etc.). Las recetas se pasan a formato «cocinable» en colaboración con la asociación Carta Malacitana, se analiza su composición nutricional con la colaboración del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Regional y se añade un resumen de sus indicaciones de uso, según diferentes condiciones de salud.

#### Taller de cocina saludable

Con los objetivos de la práctica de la cocina popular, el intercambio intergeneracional y el aprendizaje entre iguales, se realiza el taller de cocina popular, con participación de personas mayores, que actúan como instructoras, y dirigidas a personas interesadas en aprender cocina tradicional. El taller se divulga mediante carteles y folletos expuestos en el centro de salud y se dirige tanto a personas conocedoras de las recetas como a aquellas de cualquier edad que quieran aprender a cocinarlas. Se seleccionan entre los participantes las recetas y se organizan en grupos para cocinarlas. Se incluyen grupos de compra, instructores responsables de cada plato, y relatores para recoger por escrito la elaboración de las recetas y fotografiarlas. Se elabora un libro final con las recetas realizadas.

Trabajamos en red con entidades de la zona en el uso de instalaciones comunitarias (Centro Municipal de Servicios Ciudadanos de la Zona Este [2015], Colegio Público de Infantil y Primaria Gutiérrez Mata [2016], que realizó un desayuno saludable para los escolares).

#### Receta del mes

Mensualmente se divulga una receta de las incluidas en el libro de Recetas de cocina popular paleña en las consultas y expositor del centro de salud, asociaciones y páginas web de la zona.

#### Taller de Cocina y Gastronomía de los Aceites de Oliva

Consistió en: 1) exposición sobre beneficios para la salud del aceite de oliva virgen extra; 2) presentación sobre diferentes tipos de aceite de oliva virgen y sus usos culinarios; 3) degustación y comentario de aceites de oliva malagueños.

Contamos con la colaboración de la asociación Carta Malacitana.

### Fomento de la actividad física

Las actividades se ofrecen mediante difusión en consultas, folletos en el expositor del centro de salud, carteles en las puertas de consultas y en centros públicos de la zona, correos electrónicos, teléfono y páginas web de asociaciones y entidades de la zona.

#### Programa Por un Millón de Pasos

Actividad grupal semanal de paseo por itinerarios de la zona, contando los pasos del grupo, con el objetivo de alcanzar ¡un millón! Se promueve la integración de colectivos en riesgo de exclusión social (ASIMA, Asociación Anti-Sida de Málaga). Se utilizan instalaciones deportivas de la zona (parques

de musculación).

### **Itinerarios saludables**

Con dos objetivos: conocer monumentos y museos de la ciudad y practicar actividad física. Consiste en visitas a pie, a enclaves culturales, dirigidas a personas con factores de riesgo cardiovascular. Como guías participan voluntarios de la asociación cultural Zegrí.

### **Prevención de caídas**

#### **Intervención multifactorial en prevención de caídas y práctica del taichí**

Para mejorar el equilibrio y la prevención de caídas. Se incluyen personas mayores con riesgo de caerse. Esta actividad es la continuación de la intervención iniciada en 2010. Se realiza valoración médica anual que incluye: valoración del equilibrio –Test Cronometrado de Estación Unipodal, valoración afectiva (Escala de Ansiedad-Depresión de Goldberg [EADG]), valoración funcional (Índice de Barthel), detección de hipotensión ortoestática, valoración de déficits sensoriales visual y auditivo, uso de ayudas para la marcha, toma de analgésicos (registros de dosis diaria definida) y revisión del tratamiento (psicofármacos, hipotensores)–. Se realiza visita domiciliaria por la trabajadora social en la que se valora el entorno físico y sociofamiliar, y se informa sobre modificaciones recomendables en el hogar, teleasistencia y otros recursos. Se propone actividad grupal de taichí, en colaboración con asociación Tai Chi Sin Fronteras, 2 horas a la semana en el polideportivo municipal del barrio.

#### **Detección de puntos negros**

Si se detectan lugares del entorno en espacios públicos que constituyan alto riesgo de caídas, se fotografían y se comunican a la autoridad municipal para su corrección.

### **Estimulación cognitiva**

#### **Taller de memoria**

Para mejorar la capacidad cognitiva en personas con trastornos cognitivos menores, se realiza una actividad grupal semanal para estimulación de la capacidad cognitiva, impartido por terapeutas ocupacionales (Fundación Objetivo 1).

Se realiza una valoración inicial y seguimiento mediante uso de escalas: Barthel, Lawton, MEC y Yesavage.

Se llevan a cabo sesiones grupales de entrenamiento mental y físico en las instalaciones del Centro de Salud el Palo con materiales de estimulación cognitiva (fichas para trabajar la memoria, presentaciones en Power Point, láminas temáticas, libros de memoria, series de imágenes y palabras, pictogramas de orientación, calendarios con fichas, reloj con fichas de actividades diarias, etc.).

Además, para trabajar la estimulación física, se utilizan picas, pelotas, materiales para trabajar la psicomotricidad fina, colchonetas, etc.

### **Fomento de actividades culturales**

#### **Certamen de relatos e ilustraciones**

Para fomentar la participación, el ocio saludable y las actividades culturales, así como la reflexión sobre las formas de envejecer, se convoca un certamen de relatos sobre envejecimiento saludable, de formato es libre. Se completa con las ilustraciones de personas aficionadas a la pintura y distintas variantes de diseño gráfico. Se realiza un libro con todas las aportaciones.

#### **Visitas culturales**

Se llevan a cabo visitas grupales a actos y eventos culturales de la ciudad, con el objetivo de promocionar el ocio saludable, la participación y la cultura.

### **Escuela de salud**

#### **Sesiones de temas de salud**

Se realizan sesiones sobre temas de salud priorizados en reuniones, con metodología participativa. Trabajamos en red con expertos de la zona (herboristería, Asociación Carta Malacitana, personal sanitario, etc.).

### **Programa de voluntariado**

Para paliar los problemas de soledad de las personas mayores, se establece coordinación continuada con la Fundación Harena, Cáritas parroquial y Cruz Roja para organizar servicios de voluntariado dirigidos a personas mayores que carezcan de apoyo familiar.

El Programa Acompáñame consiste en que voluntarios acompañen a las personas mayores con problemas de accesibilidad en desplazamientos a citas médicas, pruebas diagnósticas y trámites sanitarios.

## **RESULTADOS**

La Zona Básica de Salud de El Palo cuenta con una población de 44.500 habitantes, de los que el 13,36% es población mayor de 65 años. Existe una amplia tradición asociativa con numerosas asociaciones y entidades deportivas, culturales, de vecinos, ONG, organizaciones religiosas, etc., con un total de

93 registradas en el Ayuntamiento de Málaga, y dos asociaciones de mayores adscritas a centros municipales. Corresponden a la zona básica dos núcleos de población rural: Olías y Totalán, este último con entidad de municipio (figura 1).

Figura 1. Resultados de las intervenciones realizadas



### Fomento de la alimentación saludable

Elaboración del libro de Recetas de cocina popular paleña.

Existen publicaciones anteriores del libro en formato electrónico y papel, de los que en estos años se realiza su divulgación y reparto. Se ha continuado con la recopilación y análisis de recetas, en proyecto una nueva edición incluyendo recetas específicas de Totalán.

Receta del mes: se han difundido 14 recetas entre 2015 y 2016.

Talleres de cocina saludable:

- En el primer taller, realizado en 2015, se inscribieron 18 personas, en tres equipos. Se hicieron cinco sesiones de 2 horas y media, dos teóricas y tres prácticas, y se hicieron dos reuniones preparatorias con los participantes. Se elaboraron y recopilamos un total de 18 recetas.
- El segundo taller, llevado a cabo en 2016, se realizó en las dependencias del Colegio de Infantil y Primaria Antonio Gutiérrez Mata de la zona, con una participación de 35 personas. Junto con el equipo directivo del colegio, se organizó un desayuno saludable con los niños del colegio compuesto de repostería casera, más sana que la bollería industrial, y dos sesiones formativas dirigidas a los niños sobre alimentación saludable.

Taller de aceites: se realizó la presentación y degustación de los distintos tipos de aceites de oliva de la provincia, y se habló de sus propiedades culinarias. Participaron 16 personas.

### Fomento de la actividad física

Programa Por un Millón de Pasos. Actividad realizada los jueves por la mañana entre los meses de noviembre y mayo. Participan 28 personas.

Itinerarios saludables:

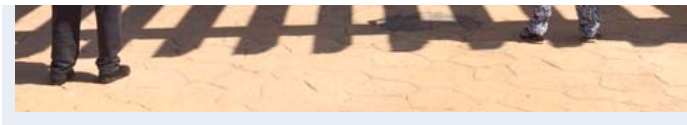
- Visita guiada al centro de Málaga. Participan 30 personas.
- Visita a la Alcazaba, que incluye desayuno saludable en ruta. Participan 22 personas.

### Prevención de caídas

Intervención multifactorial en prevención de caídas y práctica del taichí (figura 2). Se ha realizado la intervención a un total de 93 pacientes: 53 incluidos en 2014-2015 y 40 más incluidos en 2015-2016: 20 en El Palo y 20 en Totalán.

Figura 2. Grupo de taichí realizando una exhibición pública en la semana de puertas abiertas del centro de salud





Los resultados muestran que el grupo control aumenta significativamente sus ayudas para la marcha (24% sube al 32% [ $p < 0,0001$ ]) y el número de consultas/año ( $6,56 + 0,57$  sube a  $9,64 + 1,01$ ,  $p = 0,002$ ), mientras que el grupo de estudio permanece sin cambios. No hay diferencias significativas en el resto de variables, incluyendo el número de caídas.

Detección de puntos negros: se han detectado y comunicado cinco puntos negros, dos de ellos corregidos por el Ayuntamiento de Totalán.

### Fomento de actividades culturales

Asistencia al Festival de Cine de Málaga 2015. Visualización y debate de la película Vestido de novia de Marilyn Soraya.

Visita colectiva y guiada a los corralones de Trinidad y Perchel, barrios del centro histórico de la ciudad, con construcciones tradicionales (corralones), en junio de 2015 y 2016.

Convocatoria del Certamen de Relatos «¿Qué es para mí el envejecimiento activo?». Se recogen nueve relatos y diez ilustraciones y se elabora un cuaderno que se reparte entre los autores. Resulta ganador el relato «Jubilación activa».

### Escuela de salud

Se realizan las siguientes sesiones de salud:

- Taller de Primeros Auxilios y Reanimación Cardiopulmonar Básica. Dos ediciones en El Palo, con participación de 35 y 15 personas y una en Totalán, con participación de 15 personas (figura 3).
- Taller de Plantas Medicinales, con la colaboración de una bióloga especialista en el tema (28 personas).
- Taller sobre Envejecimiento Saludable, en colaboración con la asociación de antiguos alumnos del ICET (centro educativo de la zona), con 16 participantes.
- Taller sobre Menopausia en Totalán (15 participantes).
- Taller de Risoterapia (23 participantes) (figura 4).
- Taller de Sexualidad (18 participantes).

Figura 3. Taller de Primeros Auxilios



Figura 4. Taller de Risoterapia



### Taller de estimulación cognitiva

Esta actividad tuvo su inicio en abril de 2016. Se han valorado 23 personas, adscritas a dos grupos, según el nivel de estimulación necesario. Pendiente de evaluar el impacto de la intervención.

### Programa voluntariado

Se ha participado en el acompañamiento en domicilio a 16 personas y a 7 en el proyecto Acompáñame.

Cabe destacar que la Asociación En Activo ha recibido el premio del XIII Certamen Málaga Voluntaria en diciembre de 2015.

## DISCUSIÓN

Esta experiencia se basa en el modelo de desarrollo comunitario basado en activos o modelo ABCD (Asset Based Community Development) cuya base es conocer, desarrollar y utilizar los recursos existentes en una comunidad y en cada persona, para tomar el protagonismo en su propia salud .

Esta experiencia nos muestra la posibilidad de aplicar la estrategia de envejecimiento activo desde los servicios de AP, con un enfoque de promoción de salud y de participación comunitaria, centrado en la ciudadanía y su tejido asociativo .

Comparte objetivos con otras intervenciones en las que también se fomenta el ejercicio físico, una nutrición adecuada y la estimulación cognitiva .

Como limitaciones y problemas, detectamos que se puede mejorar el grado de implicación y participación de la población en su planificación y organización transfiriendo el liderazgo de los profesionales sanitarios a la población.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Serra-Prat M. Estudio de los factores biológicos y los estilos de vida asociados a fuerza muscular, capacidad funcional y calidad de vida en las personas mayores. Madrid: IMSERSO. Estudios I+D+I nº 17; 2003.
2. Blasco F, Martínez J, Villares P, Jiménez AJ. El paciente anciano polimedicado: efectos sobre su salud y sobre el sistema sanitario. Información Terapéutica del Sistema Nacional de Salud. 2005;29(6):152-60.
3. Llopis EJ, Gabilondo A (Eds.). Mental Health in Older People. Consensus paper. Luxembourg: European Communities ; 2008.
4. Martín I. Crisis económica y vulnerabilidad social en personas mayores. Aten Primaria. 2014;46(2):55-7.
5. Sabia S, Singh-Manoux A, Hagger-Johnson G, Cambois E, Brunner EJ, Kivimaki M. Influence of individual and combined healthy behaviours on successful aging. CMAJ. [Internet.] 2012;184(18):1985-92. [acceso 14 de junio de 2017]. Disponible en: [www.cmaj.ca/kookup/doi/10.1503/cmaj.12180](http://www.cmaj.ca/kookup/doi/10.1503/cmaj.12180).
6. Strategy and action plan for healthy ageing in Europe, 2012–2020. [Internet.] OMS-Eur; 2012. [acceso 14 de junio de 2017]. Disponible en : [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0008/175544/RC62wd10Rev1-Eng.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/175544/RC62wd10Rev1-Eng.pdf).
7. Libro blanco del envejecimiento activo. Sevilla: Junta de Andalucía, Consejería para la Igualdad y Bienestar Social; 2010.
8. Herreros Y, López-Torres JD, De Hoyos MC, Baena JM, Gorroñoitia A, Martín Lesende I. Actividades preventivas en los mayores. Aten Primaria. 2012;44 (Supl 1):57-64.
9. I Conferencia de prevención y promoción de la salud en la práctica clínica en España. Libro de resúmenes. Madrid; 2007. pp. 26-30.
10. Castillo B, Muñoz F, Pérez I, Canalejo A, Burgos ML. Envejecimiento activo en un centro de salud. Comunidad. 2012;14(2):150-4.
11. Burgos ML, Muñoz F, Colomo N, Castillo B, Canalejo A. Recetas de cocina popular paleña. [Internet.] Granada: Samfyc; 2014. [acceso 14 de junio de 2017]. Disponible en: [http://www.samfyc.es/pdf/GUIA\\_RecetasCocinaPalo2.pdf](http://www.samfyc.es/pdf/GUIA_RecetasCocinaPalo2.pdf).
12. Burgos ML, Muñoz F, Colomo N, Castillo B, Canalejo A. Recetas de cocina popular paleña. Granada: Samfyc; 2014.
13. Segura J. El enfoque ABCD del desarrollo comunitario. Salud Pública y algo más. madrid Blogs [Internet.] 2011. [acceso 14 de junio de 2017]. Disponible en: [www.madrimasd.org/blogs/salud\\_publica/2011](http://www.madrimasd.org/blogs/salud_publica/2011).
14. Primeras recomendaciones del PACAP: ¿Cómo iniciar un proceso de intervención y participación comunitaria desde un centro de salud? 2ª ed. Madrid: semFYC ediciones e Instituto de Salud Pública de Madrid; 2004.
15. Mendoza NM, Arias-Merino DE. «I am active»; effects of a program to promote active aging. Clininal Interventions in Aging. 2015;10:829-37.

**Fecha de recepción:** 9 de septiembre de 2016    **Fecha de aceptación:** 8 de junio de 2017

[Volver](#)

Promoción del envejecimiento activo. Una experiencia de participación comunitaria

María Luisa Morales Sutil, Francisco José Cervilla Suárez, María del Carmen Faz García, Marta Ariza González, Alberto Canalejo Echeverría, Francisca Muñoz Cobos y Mª Luz Burgos Varo

Comunidad Junio 2017;():5

ISSN: 2339-7896

## COMENTARIOS

### Dejar un comentario

Su Nombre

Su Email

Web (opcional)

0  
comentarios

Mensaje

Comentar

