



Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación

Sección XVIII, Michoacán.

Escuela Transformadora para la Patria Digna

SEMANA 16. UNIDAD 3. LA SALUD Y LA MEDICINA TRADICIONAL
CARTILLA PARA EL TRABAJO PRESENCIAL Y A DISTANCIA

Educación Especial



Del 13 al 17 de diciembre



Educación Popular, Integral, Humanista y Científica

I.- EL SUJETO COGNOSCENTE EN SU REALIDAD OBJETIVA. –

A) Identidad

SALUDO: ¿QUE TAL EL FRIO?

FRASE DEL DIA: “EL AMBIENTE MUY IMPORTANTE PARA LA VIDA”

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: CUIDAR NUESTRO CUERPO Y SOBRE TODO MANTENERLO HIDRATADO Y PROTEGIDO EN EL OTOÑO E INVIERNO.

FRASE DE LA ESCUELA: “EL CLIMA Y LA SALUD”

EFEMERIDES: Se publica en el Diario Oficial de la Federación la creación de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), como órgano administrativo desconcentrado de la SEP.

TEMA GENERAL: SALUD COMUNITARIA Y MEDICINA TRADICIONAL

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:

Para calentamiento.

Nos ponemos de pie iniciamos cabeza al frente y atrás, derecha izquierda, subimos hombros y los dejamos caer, movemos cadera, flexionamos rodillas y paradas en un pie giramos un tobillo cambiamos de pie y de tobillo. Enseguida estiramos brazos hacia arriba y quedamos parados de punta; hacemos arrastre, gateamos y balanceamos, nos paramos en un pie como una garza primero con ojos abiertos y luego con ojos cerrados, caminamos en nuestro lugar y terminamos respirando. ESTOS EJERCICIOS SON TODA LA SEMANA.

a) HOY LUNES HAREMOS EJERCICIOS PARA EL EQUILIBRIO

Sitúe el talón de un pie casi al puro frente de los dedos del otro pie. El talón y los dedos deben tocarse, o casi tocarse. Escoja un punto frente a usted y concéntrese en ese lugar para mantenerse estable mientras camina. Tome un paso. Ponga el talón del pie al frente de los dedos del otro pie.

MISTICA:

EL CLIMA Y LAS ESTACIONES DEL AÑO EN ESTE MUNDO O PLANETA QUE SE LLAMA TIERRA.

CLIMA NOS DEFINE SI EL LUGAR O EL MOMENTO ES CALUROSO, FRIO, TOMA EN CUENTA SI EL LUGAR ES LLUVIOSO, FRIO, CALUROSO. ES EL TERMOMETRO DE LA TEMPERATURA ATMOSFÉRICA.

VOCABULARIO LSM: OTOÑO, INVIERNO, FRIO, CALOR, LLUVIA, NAVIDAD, FIESTA, ARBOL, LUZ, ETC.

II. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO. -

¿QUE ES EL OTOÑO? ¿QUE ES EL INVIERNO?

LAS ESTACIONES DEL AÑO: PRIMAVERA, VERANO, OTOÑO, INVIERNO ACTIVIDAD.

¿COMO ES EL OTOÑO? ¿COMO ES EL INVIERNO?

PARA LOS TRES NIVELES.

REALIZAR UN COLLAGE REPRESENTANDO EL OTOÑO (ARBOLES CAYENDO SUS HOJAS YA AMARILLAS, NARANJAS O SECAS, ETC. REVISAR LA INFORMACIÓN SOBRE ESTA ESTACIÓN.)

REALIZAR UN COLLAGE REPRESENTANDO EL INVIERNO HACIENDO ENFASIS EN LAS FIESTAS (HACIENDO HINCAPIE EN QUE ES LA ESTACIÓN DEL AÑO EN DONDE HACE MUCHO FRIO, HAY LUGARES DONDE CAE NIEVE, ETC. DESTACAR LAS FIESTAS DECEMBRINAS)

ABORDAREMOS LA LETRA "O" Y LA "I"

BUSCAR PALABRAS QUE INICIEN CON "O" Y CON "I". RECORTAR Y PEGAR FIGURAS QUE SU NOMBRE INICIE CON "O" O CON "I"

HACER HINCAPIE EN EL SONIDO Y QUE SON VOCALES. DE LAS 5 VOCALES DE NUESTRO ALFABETO.

OTOÑO, INVIERNO, OLLA, IGUANA, OSO, IGLÚ, OJO, ISLA

BINAS: OTOÑO- HOJAS INVIERNO-FRIO

TRINAS: OTOÑO- ARBOLES-HOJAS

EXPRESIÓN ARTISTICA: CANTO

"VEN A CANTAR"

OTRO AÑO QUE QUEDA ATRÁS
MIL MOMENTOS QUE RECORDAR
OTRO AÑO MIL SUEÑOS MÁS
HECHOS REALIDAD

VEN A CANTAR, VEN A CANTAR
QUE YA LLEGÓ LA NAVIDAD
VEN A CANTAR, VEN A CANTAR
QUE YA ESTÁ AQUÍ LA NAVIDAD

LOS PROBLEMAS VIENEN Y VAN
Y AL FINAL TODO SIGUE IGUAL
NO HAY MONTAÑA QUE PUEDA MÁS
QUE LA VOLUNTAD

DISCIPLINA CIENCIAS: INFORMACIÓN GENERAL: LAS ESTACIONES DEL AÑO: PRIMAVERA, VERANO, OTOÑO, INVIERNO.

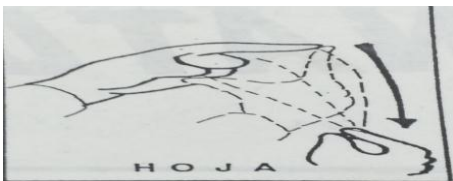
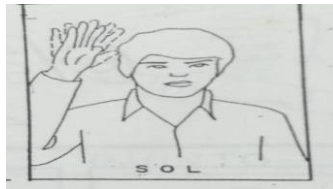
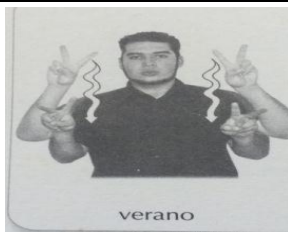
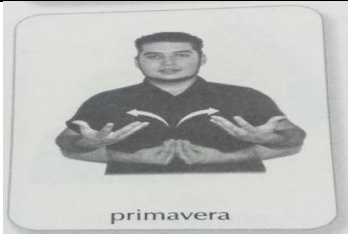
INVESTIGAR O VER VIDEOS SOBRE LAS ESTACIONES DEL AÑO.

PRÁCTICA SOCIAL:

ELABORAR UNA MANUALIDAD, UNA CORONA NAVIDEÑA HECHA CON RAMAS DE ARBOLES, DECORARLAS AL GUSTO.

IV.- REFLEXIONES FILOSÓFICAS PARA ELEVAR EL NIVEL DE LA CONSCIENCIA COLECTIVA. – EL CAMBIO CLIMATICO NOS EXIGE HACER UN ALTO Y CUIDAR MÁS A LA NATURALEZA.

V.- LA EVALUACION INTEGRAL PARA MEJORAR PERMANENTEMENTE EL PROCESO. – ELABORAR UN CARTEL CON FOTOS DE LAS ACTIVIDADES IMPORTANTES DEL MES DE DICIEMBRE Y NO OLVIDARSE DE LA ALIMENTACIÓN SANA PARA ESTE MES.



Martes 14 de diciembre 2021.

SALUDO: Un gran saludo cálido para ti y tu familia.

THE UNIVERSITY OF CHICAGO



Frase del día:

Sigamos trabajando para desarrollar todos nuestros sentidos.

[illegible]

TFMA GENERAL:

El verano y el invierno.

• • • • •



PROGRAMA AUDITIVO:

[illegible]

En casa escuchamos los sonidos del agua que caen en gotas y después a chorro..

Ayudamos a lavar las frutas y verduras para preparar los alimentos del día,
escuchamos los sonidos del agua al caer y chocar con las frutas y verduras

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:

I. - FLEXIBILIZACION

II. - ESTIRAMENTOS

III.- PATRON EVOLUTIVO:

Hay que lavar sus manos después de la activación física, con ayuda o sin ella.

El niño bebe agua, té o suero o casero

Tratamos con la RITA para tener los operadores de monedas

Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos el siguiente ejercicio. **Equilibrio**. Cierra los ojos Intenta cerrar los ojos mientras te paras con los pies juntos, imagina que caminas sobre una barra de equilibrio, que haces equilibrio sobre una pierna o que caminas sobre una superficie con variaciones. Ten cuidado y apóyate en un compañero si es necesario.



PROGRAMA SENSORPERCEPCIÓN.

A photograph of a forest floor covered in fallen yellow and orange leaves, with large trees in the background.

CAMPO SEMÁNTICO

Palabras relacionadas temperatura,
frio, calor, grados, centígrados, etc.

Escribe 5 frases con las palabras que escribiste anteriormente, ejemplo. El peral tiene hojas secas

III. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO

El verano es una de las cuatro estaciones climáticas de las zonas templadas: la más cálida de ellas, que tiene lugar entre la primavera y el otoño. Se trata de una estación vinculada con la cosecha (aunque ésta dependa del tipo de semillas sembradas) y con el período vacacional, ya que en muchas regiones la población huye del calor agobiante hacia latitudes más frescas.

El verano tiene lugar de junio a agosto en el hemisferio norte y de diciembre a febrero en el hemisferio sur. Sin embargo, estos límites no son siempre exactos. La estación inicia generalmente con el solsticio de verano (21 de junio en el hemisferio norte y 21 de diciembre en el hemisferio sur) y finaliza en el equinoccio de otoño (22 de septiembre en el hemisferio norte y 21 de marzo en el hemisferio sur).

También es frecuente el uso del término verano para aludir a la totalidad de las estaciones cálidas y de invierno para las frías. En la zona intertropical, similarmente, es usual referirse con verano a la estación seca, e invierno a la lluviosa. El verano es la estación caracterizada por la mayor intensidad del calor y del sol (dado que la región del planeta recibe los rayos solares directamente), por lo que también se producen las sequías. No es infrecuente, sin embargo, que haya tormentas de verano, especialmente en las regiones húmedas del planeta.

Por otro lado, los días en verano se hacen más largos, con mayor duración e intensidad lumínica, a diferencia de lo que ocurre en invierno. Las noches, por ende, se vuelven más cortas y amanece más temprano

Actividad transformadora:


Realiza un cartel con el tema del verano e ilústralo con dibujos.

En familia recorten y jueguen memoria, buscando los pares.



PRIMAVERA

		
PRIMAVERA	LLUVIA	ARCO IRIS
		
ARBOLO PRIMAVERA	FRESA	CEREZAS
		
COLONDRINA	HOJA VERDE	CAMISETA

VERANO

		
VERANO	SOLARDO	SOL
		
ARBOLO	SANDIA	HELADO
		
CALOR	PLAYA	TRAJE DE BAÑO

OTOÑO

		
OTOÑO	VIENTO	SOPLAS EL VIENTO
		
ARBOLO	CASTAÑA	UVAS
		
ARDILLA	HOJA MARRÓN	CHUBASQUERO

INVIERNO

		
INVIERNO	NEVE	NEVOS
		
ARBOLO	NARANJA	SOPA
		
FRIÓ	MUÑECO DE NIEVE	BUFANDA

I.- EL SUJETO COGNOSCENTE EN SU REALIDAD OBJETIVA. -

A) Identidad

SALUDO: ¡ que hay de nuevo?

FRASE DEL DIA: " La buena educación dura toda la vida."

EFEMERIDES DEL DÍA:1810. Se publica el Manifiesto de Miguel

Hidalgo con el que propone la creación de un Congreso

Nacional

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Vacuna contra la influenza

Hay que tener presente que el otoño es una estación en donde, por cambios repentinos de temperatura calor-frío, frío calor, en el transcurso de las distintas horas del día, así como los cambios meteorológicos, provoca alteraciones en nuestro cuerpo y en ocasiones enfermedades respiratorias como: resfriados, alergias, gripa y tos; o también otras más serias como: laringitis, faringitis, neumonía, bronquitis, bronconeumonía o influenza, lo anterior si no nos cuidamos de este tipo de padecimientos. En esta época del año por la recurrencia de estas enfermedades, las autoridades de salud ya iniciaron la vacunación contra la influenza y su prevención. De no cuidarnos, hay probabilidad de que haya un aumento de contagios por Covid-19 y la situación de sea más crítica, debido a que los síntomas de esta última son muy similares a los de la influenza y existe la posibilidad de que se facilite su propagación. ¡A cuidarnos todos!

FRASE DE LA ESCUELA: " El libro es fuerza, es valor, es alimento y antorcha del pensamiento."

TEMA GENERAL: TEMPORADA OTOÑO INVIERNO

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR: Iniciamos con la RUTA DIDÁCTICA (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy miércoles haremos el siguiente ejercicio. Equilibrio. Camina en la barra de equilibrio. Imagina que estás en una barra de equilibrio y camina con un pie delante del otro mientras mantienes el equilibrio. Invita a tus hijos para que también se diviertan haciéndolo. ¡Simula ser un flamenco! Mantén el equilibrio sobre un pie siempre El libro es fuerza, es valor, es alimento y antorcha del pensamiento.

que puedas: durante los comerciales de la televisión, mientras esperas el autobús, cuando lees las noticias. Está atento a las oportunidades diarias para practicar.

B) INTERES COMUN Y CONTEXTUALIZACION. -

OBSERVACIÓN: Estamos en la temporada otoño-invierno y nos gustaría preguntarte sobre bebidas calientes que podemos beber en esta época.



champurrado

VOCABULARIO Y FRASES. CAMPOS SEMANTICOS: bebidas calientes que consumimos en esta época qu ll v l l tr "d"

Apoyados con lenguaje manual, sistema braille.

NOMBRE DE LA LECCIÓN: **Daniel** Preescolar:

3ero. Pág. 56, 57

Primaria: **Lecturas**

1ero. Pág. 15

Vamos a leer

1ero. Pág. 165, 166

2do. Pág. 94

Laminas blanco y negro: 79-86 **BINAS:**

Champurrado sabroso

TRINAS:

Champurrado caliente y sabroso

II. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO. -

E.T. EXPRESIÓN ORAL

3er. Pág. 66

4to. Pág. 65

E. T. VOCABULARIO Y FRASES

5to. Pág. 88

6to. Pág. 73

CONTENIDO: CANTOS Y RIMAS pág. 53

Secundaria 1: Pág. 82

Secundaria 2: Pág. 92

Secundaria 3: Pág. 88

-Síntesis y conclusiones

-Demostración de conocimientos adquiridos

-Contrastar hipótesis

* Elementos a trabajar en cada área del conocimiento.

-Hipótesis, lectura y análisis del conocimiento teórico.

MATEMÁTICAS: Continuar trabajando los conjuntos

EJE COMUNITARIO TRANSVERSAL: OTOÑO-INVIERNO

Estaciones del año, solsticios y equinoccios

Las cuatro estaciones del año están determinadas por la posición de la órbita de la Tierra con respecto a Sol, de ahí que se hable de solsticio de verano y de invierno, y de equinoccio de primavera y de otoño. **Otoño**

El otoño inicia en el hemisferio norte entre el 23 y 24 de septiembre, y en el hemisferio sur inicia entre el 20 y 21 de marzo. En esta temporada, las temperaturas comienzan a descender y los días son más frescos, lluviosos y con mucho viento. Se caracteriza por el color naranja y rojizo de las hojas de los árboles, que empiezan a caer. **Invierno**

El invierno inicia en el hemisferio norte entre los días 21 y 22 de diciembre, y en el hemisferio sur comienza a partir del 21 y 22 de junio. Se caracteriza por tener días cortos y noches más largas. Las temperaturas descienden y pueden ocurrir nevadas.

En el hemisferio norte se celebra la víspera navideña y de fin de año, lo que hace de esta temporada una época de celebración.

Medidas de prevención de la salud:

Diez consejos básicos para mantener la salud en otoño e invierno

1. Abrigarnos adecuadamente

2. Beber mucha agua

3. Usar cremas hidratantes

4. Beber infusiones, caldos y sopas

5. No abandonar el ejercicio físico

6. Pasear por zonas no urbanas

7. Mantener una dieta baja en calorías, pero no exenta de grasas

8. No olvidarnos de tomar el sol

9. Vacunarnos contra la gripe

10. Dormir correctamente

Bebidas mexicanas para saborear

El Atole de Guayaba es uno Champurrado. Es más ricos! Tiene atole hecho con pinole o un masa de maíz, piloncillo, aporta una buena chocolate.

de vitamina "C". La bebida

caliente perfecta para los Ponche. Es una **bebida** caliente días fríos de invierno.

Checa que se elabora con distintas esta receta de Atole de frutas cocidas en agua, canela

Guayaba!

y



piloncillo.



un tipo de de los atoles
aroma exquisito y aparte
cantidad canela, agua y



III. DISEÑO DE MODELOS Y PROYECTOS DE TRANSFORMACIÓN QUE NOS LLEVEN AL BUEN VIVIR EN LA COLECTIVIDAD. - PARODIA:

Proyecto: Otoño-invierno

Modelo: Cartel

Diseño, Socialización, Organización, Práctica social

IV.- REFLEXIONES FILOSÓFICAS PARA ELEVAR EL NIVEL DE LA CONSCIENCIA COLECTIVA. – “En época de frío hay que protegernos”

VI.- LA EVALUACIÓN INTEGRAL PARA MEJORAR PERMANENTEMENTE EL PROCESO. –

Preescolar y primaria: En familia preparar un champurrado o ponche o atole de guayaba y disfrutar en familia.

Secundaria 1º, 2º y 3º: Elaborar mapa conceptual de cómo mantener la salud en otoño-invierno.

ESTRUCTURA DE LA RUTA DIDÁCTICA EDUCACIÓN ESPECIAL. Jueves 16 de diciembre 2021

I.- EL SUJETO COGNOSCENTE EN SU REALIDAD OBJETIVA. –

A) Identidad

SALUDO: Hola. Feliz día.

FRASE DEL DÍA: Rescatemos nuestras tradiciones.

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: Aunque algunos estados ya tienen más actividad, es necesario seguir con las medidas de prevención, por lo cual la alimentación es muy importante para tener una salud fortalecida.

EFEMERIDES DEL DÍA: 1845. Muere en Mérida, Pedro Sainz de Baranda, capitán de la Marina mexicana que logró expulsar de México a los españoles que permanecieron en el fuerte de San Juan de Ulúa hasta 1825.

FRASE DE LA ESCUELA: La familia como la escuela, son fuentes de aprendizaje.

TEMA GENERAL: Estaciones del año otoño – invierno. Salud preventiva. Alimentación sana

ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR:

- FLEXIBILIZACIÓN:

Con nuestra ACTIVACIÓN FÍSICA FAMILIAR al realizar ejercicios de flexibilidad, tonificación, equilibrio, coordinación y relajación, estimulamos nuestro sistema nervioso central y periférico. Nos ponemos de pie, iniciamos cabeza al frente y atrás, derecha e izquierda, subimos hombros y los dejamos caer, movemos cadera, flexionamos rodillas y parados en un pie giramos un tobillo, cambiamos de pie y de tobillo. Enseguida, estiramos brazos hacia arriba y quedamos parados de puntas; hacemos arrastre de soldadito, gateamos, nos balanceamos, nos paramos en un pie como una garza, primero con ojos abiertos y luego cerrados, caminamos en nuestro lugar, trotamos y terminamos respirando profundamente. Cada ejercicio lo repetimos 8 o 12 tiempos. Estos ejercicios los vamos a repetir toda la semana.

IV.- PATRÓN EVOLUTIVO: (repetimos los ejercicios del lunes) Cada momento de nuestra activación es importante. Hoy jueves haremos el siguiente ejercicio. Fortalecer el patrón cruzado en el arrastre para desplazarse con soltura.

3.- Hidratación (beber agua, té, tizana, y/o suero casero después de la activación física.

SALUD

1.-. Comunicar ¿Cómo se sintieron durante activación la física?: gestual Oral, corporalmente.

2.- Lavado de manos. (Con o sin apoyo) después de realizar la activación.

SALUD COMUNITARIA INTEGRAL Y MEDICINA ALTERNATIVA: MENTA PARA

DOLOR DE ESTÓMAGO:

La menta frecuentemente se menciona como una solución útil para la náusea y la molestia estomacal debido a que el mentol en sus hojas es un analgésico natural.

Tomar una taza de menta o té de menta, oler extracto de menta, chupar un caramelo de menta, masticar hojas de menta. Esto debería de reducir los dolores estomacales y aliviar la sensación de náusea.

B) INTERES COMUN Y CONTEXTUALIZACION. -

VOCABULARIO Y FRASES. 2 CAMPOS SEMANTICOS: Animales con letra V: vaca, venado, víbora, viuda negra.

BINAS:(dos palabras) Vaca - leche

TRINAS: (tres palabras) Venado – bosque – hierba

FRASES: Los venados comen hierba

CONCEPTO:

¿Cómo prevenimos enfermedades de la temporada de frío?

II. ACERCARNOS AL CUERPO DEL CONOCIMIENTO HUMANO PARA BUSCAR Y ENCONTRAR EXPLICACIONES SOBRE LOS FENÓMENOS DE ESTUDIO. -

PREESCOLAR: Dibuja una lámina todas las frutas que se comen en otoño y en invierno.

MATEMATICAS: Resuelve el Anexo 1

PRIMARIA: investigar cuales son las comidas comunes en tiempo de invierno, recorta las imágenes y pégalas en el cuaderno. **MATEMATICAS:** Resuelve el Anexo 2

SECUNDARIA: investiga cuales son las bebidas comunes en tiempos de otoño e invierno, busca las imágenes y pégalas en tu cuaderno. **MATEMATICAS:** Resuelve el anexo 3.

CONTENIDO:

Las frutas y verduras son los alimentos más saludables que hay, y especialmente importantes en la dieta de los niños, pues aportan gran cantidad de vitaminas, minerales y fibra, ayudan a mantener una correcta hidratación, y a prevenir enfermedades.

Para tiempo de frío, los expertos aconsejan el consumo de frutas y verduras de temporada siempre que sea posible, ya que al recogerse en su punto óptimo de maduración, resultan más sabrosas, ecológicas y naturales, a parte de una opción más económica para nuestro bolsillo.

Estas frutas son: Membrillo, chirimoya, manzana, plátano, uvas, guayaba, frutos rojos, vegetales de hoja verde, coliflor, brócoli, calabaza, ejotes, zanahoria, poro, berenjena, aceite de oliva, leguminosas, ajo, cebolla. La hidratación es muy importante, al menos 8 vasos de agua al día.

III. DISEÑO DE MODELOS Y PROYECTOS DE TRANSFORMACIÓN QUE NOS LLEVEN AL BUEN VIVIR EN LA COLECTIVIDAD. -

PARODIA: Cantar “un elefante se columpiaba” con un animal diferente, por ejemplo, un borrego, un gallo.

Modelo: Cartel realizado en el cuaderno con las tareas realizadas

IV.- REFLEXIONES FILOSÓFICAS PARA ELEVAR EL NIVEL DE LA CONSCIENCIA COLECTIVA. -

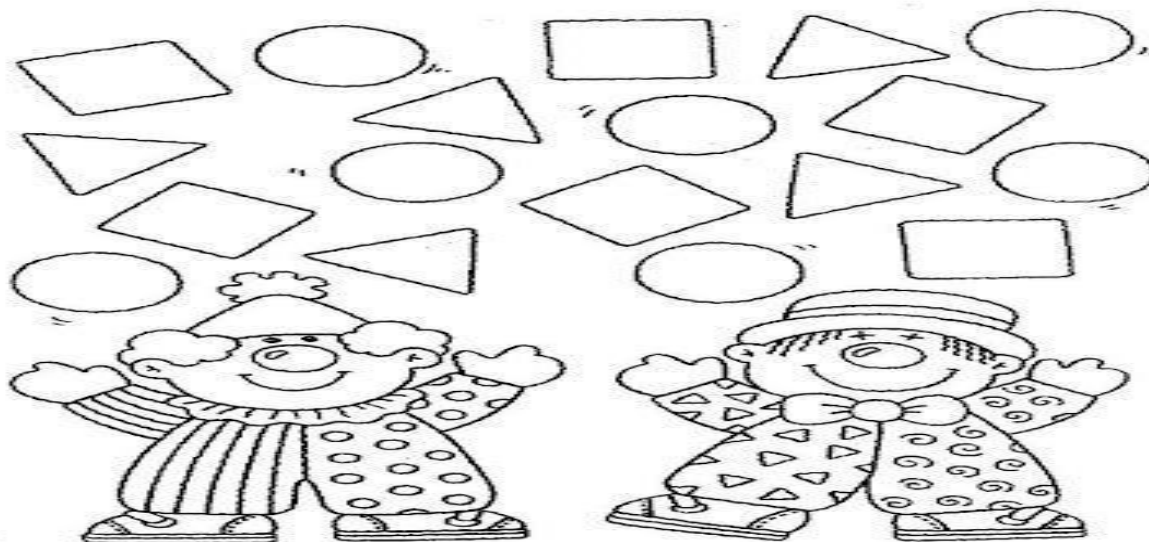
Conocer las estaciones es importante para la producción agrícola.

V.- LA EVALUACION INTEGRAL PARA MEJORAR PERMANENTEMENTE EL PROCESO. – Guarda las tareas para revisar cuando sea posible.

ANEXO 1

¡A JUGAR CON LOS MALABARISTAS!

- COLOREA TODOS LOS  DE AMARILLO, LOS  DE AZUL Y LOS  DE ROJO.
- COLOREA EL PAYASO QUE ESTÁ A LA DERECHA.



ANEXO 2

Colorea de rojo los objetos, en los que observes un triángulo.



ANEXO 3



Viernes 17 de diciembre 2021.

I.- EL SUJETO COGNOSCENTE EN SU REALIDAD OBJETIVA. –

A) Identidad

SALUDO: ¿QUE TAL EL FRIO?

FRASE DEL DIA: “EL AMBIENTE MUY IMPORTANTE PARA LA VIDA”

CONTEXTO ACERCA DE LA PANDEMIA: SE SIGUEN APLICANDO LAS

VACUNAS.

FRASE DE LA ESCUELA: “CUIDEMOS NUESTRA SALUD”

EFEMERIDES: 1857. El general Félix María Zuloaga promulga el Plan de Tacubaya.

OCIO Y TIEMPO LIBRE:

COLOREA LAS SIGUIENTES IMÁGENES Y ELABORA UNA TARJETA DECEMBRINA PARA EXPRESAR A TU FAMILIA EL CARÍÑO QUE LES TIENES.

}

