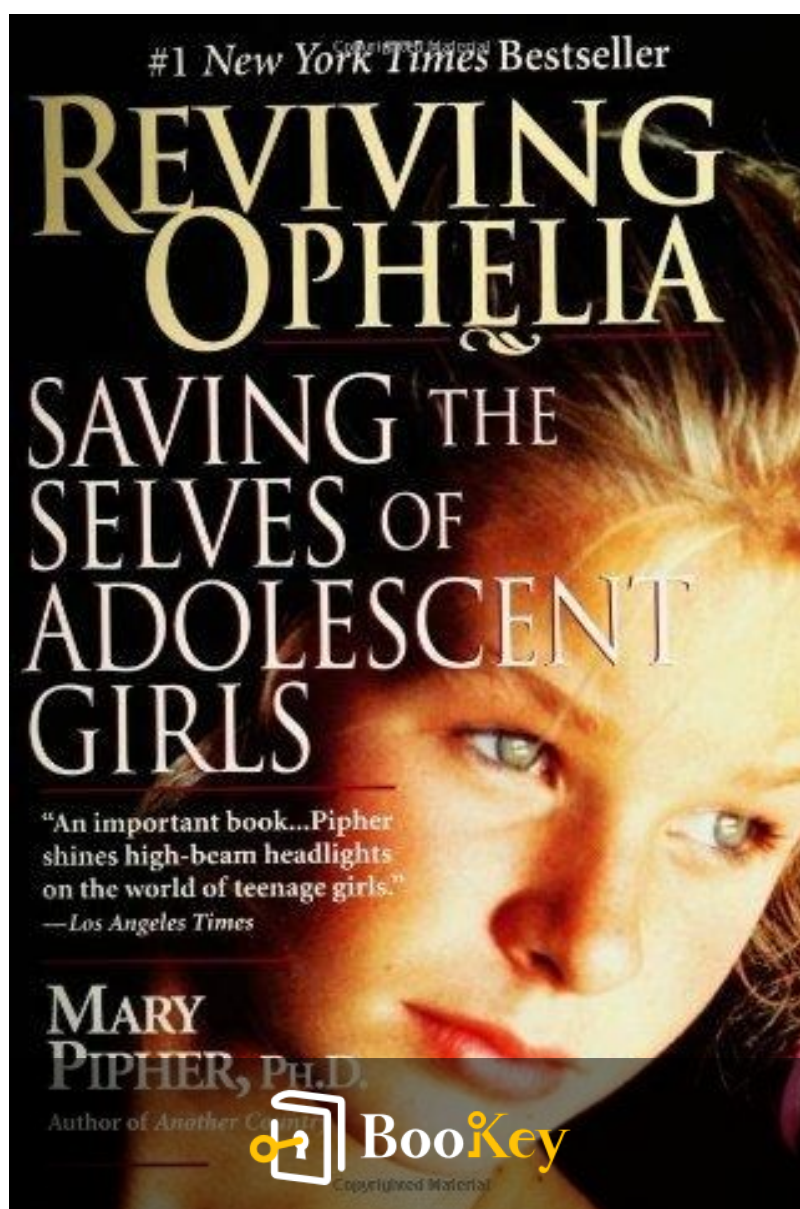


Reviviendo a Ofelia PDF

Mary Pipher



Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Reviviendo a Ofelia

Salvando a las chicas de la turbulencia oculta de la
adolescencia.

Escrito por Bookey

[Consulta más sobre el resumen de Reviviendo a Ofelia](#)

[Escuchar Reviviendo a Ofelia Audiolibro](#)

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Sobre el libro

En "Reviviendo a Ofelia," Mary Pipher se sumerge en el mundo turbulento de las adolescentes para descubrir los desafíos sociales, culturales y psicológicos que enfrentan durante sus años formativos. Con una mirada compasiva e perspicaz, Pipher examina las formas en que las presiones y expectativas de la sociedad pueden sofocar el auténtico sentido de sí mismas de una joven, dando lugar a una serie de luchas que van desde la depresión y los trastornos alimenticios hasta la ansiedad y la baja autoestima. A través de estudios de casos conmovedores, narrativas personales y agudas análisis, el libro revela cómo la inocencia y vitalidad que caracterizan la infancia temprana a menudo disminuyen ante la adolescencia. Pipher no solo diagnostica el problema, sino que también hace un llamado a un esfuerzo colectivo de padres, educadores y la sociedad para nutrir y proteger el bienestar emocional de nuestras hijas. Esta exploración iluminadora es una lectura imprescindible para cualquiera que busque entender y abogar por la resiliencia y empoderamiento de las jóvenes en el mundo complejo de hoy.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Sobre el autor

Mary Pipher, Ph.D., es una reconocida psicóloga clínica, antropóloga cultural y autora destacada por su penetrante y compasiva exploración de las complejidades de la experiencia humana, especialmente entre mujeres y adolescentes. Su obra innovadora, "Reviviendo a Ofelia", la catapultó a la prominencia nacional al iluminar las tribulaciones enfrentadas por las chicas adolescentes en una sociedad llena de expectativas y presiones contradictorias. Con una sólida formación académica, incluyendo un doctorado de la Universidad de Nebraska, Pipher combina una investigación rigurosa con un estilo narrativo amigable, lo que hace que su trabajo sea accesible e impactante. Sus contribuciones van más allá de la escritura, ya que se dedica a la oratoria pública y la defensa, buscando fomentar la comprensión societal y el bienestar emocional en diferentes sectores de la población.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar



Escanear para descargar

Prueba la aplicación Bookey para leer más de 1000 resúmenes de los mejores libros del mundo

Desbloquea de **1000+** títulos, **80+** temas

Nuevos títulos añadidos cada semana

- Brand
- Liderazgo & Colaboración
- Gestión del tiempo
- Relaciones & Comunicación
- Kn
- ategia Empresarial
- Creatividad
- Memorias
- Dinero e Inversiones
- Conózcase a sí mismo
- prendimiento
- Historia del mundo
- Comunicación entre Padres e Hijos
- Autocuidado
- M

Perspectivas de los mejores libros del mundo



Prueba gratuita con Bookey



Lista de contenido del resumen

Capítulo 1 : Las luchas de las adolescentes en la sociedad moderna.

Capítulo 2 : Comprendiendo las fuerzas culturales que moldean a las jóvenes.

Capítulo 3 : La dinámica familiar y el desarrollo adolescente.

Capítulo 4 : Navegando la tormenta de la presión de grupo y el miedo social

Capítulo 5 : La agitación emocional y psicológica de la adolescencia

Capítulo 6 : Empoderando a las chicas a través de la educación y el autoconocimiento.

Capítulo 7 : Estrategias para que los padres, educadores y la sociedad apoyen a las adolescentes.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Capítulo 1 : Las luchas de las adolescentes en la sociedad moderna.

En "Reviviendo a Ofelia", Mary Pipher profundiza en los múltiples desafíos que enfrentan las adolescentes en la sociedad contemporánea, encapsulando sus experiencias y luchas en una metáfora profunda y resonante: la de Ofelia de "Hamlet" de Shakespeare. Al igual que Ofelia, quien se convierte en una víctima de las fuerzas que la rodean, las adolescentes de hoy navegan por un laberinto de presiones sociales que impactan profundamente su autoestima y su desarrollo general.

La sociedad moderna bombardea a estas jóvenes con una gran cantidad de mensajes contradictorios y estándares irreales. Desde las representaciones mediáticas hasta las normas culturales, hay una presión constante para que se ajusten a ideales de belleza, comportamiento y éxito. Los programas de televisión, las revistas y la omnipresente presencia de las plataformas de redes sociales refuerzan definiciones estrechas de valor y belleza, a menudo en conflicto con percepciones saludables y realistas de sí mismas. Mientras intentan encajar en estos moldes sociales,



las chicas frecuentemente pierden contacto con su yo auténtico, lo que resulta en una disminución de la autoestima y un sentido de insuficiencia.

Las luchas de las adolescentes se ven además complicadas por los rápidos cambios en sus mundos internos y externos. La pubertad misma provoca cambios profundos físicos, emocionales y psicológicos, que, bajo la presión de las influencias externas, pueden llevar a un viaje tumultuoso hacia el autodescubrimiento. Pipher introduce la metáfora de Ofelia no solo para resaltar la vulnerabilidad de estas jóvenes, sino también para enfatizar la necesidad de nutrirlas y apoyarlas atentamente durante estos años críticos.

En un mundo donde las normas sociales son rígidas y a menudo implacables, el desafío radica en ayudar a las niñas a mantener su identidad central y autoestima. La exploración de Pipher subraya la necesidad vital de empatía, comprensión y apoyo activo por parte de las familias, educadores y la sociedad en su conjunto para navegar por estos desafíos. Al arrojar luz sobre el profundo impacto de las presiones externas en la autoestima de las adolescentes, "Reviviendo a Ofelia" sirve como un llamado a abordar y mitigar estas influencias para el beneficio de las futuras generaciones.



Capítulo 2 : Comprendiendo las fuerzas culturales que moldean a las jóvenes.

Comprendiendo las Fuerzas Culturales que Moldean a las Jóvenes

En "Reviviendo a Ofelia", Mary Pipher profundiza en las variadas influencias culturales que moldean de manera significativa el desarrollo de las adolescentes. Estas fuerzas culturales son omnipresentes y a menudo insidiosas, con implicaciones importantes para la autoestima y la salud mental de las jóvenes.

Una de las principales fuerzas culturales que Pipher examina es los medios de comunicación. Los programas de televisión, revistas y, más recientemente, plataformas de redes sociales crean y perpetúan estándares ideales y a menudo inalcanzables de belleza y éxito. Las jóvenes son bombardeadas con imágenes de modelos extremadamente delgadas, celebridades retocadas y una cultura de consumo que otorga un valor inmenso a la apariencia y posesiones materiales. Estas imágenes pueden generar sentimientos de insuficiencia y la creencia de que el valor de una persona está



intrínsecamente ligado a la atraktividad física y al estatus social.

Pipher también señala el papel de la cultura popular en la conformación de la autoimagen de las jóvenes. Películas, música y publicidad a menudo presentan representaciones estereotipadas y limitantes de los roles de género. Las chicas son frecuentemente retratadas como personajes secundarios o intereses amorosos, en lugar de individuos con sus propias historias y ambiciones. Estas representaciones pueden desalentar a las chicas a perseguir plenamente sus intereses y aspiraciones, atrapándolas en una visión limitada de lo que significa ser mujer.

La era digital ha exacerbado estas presiones, con las redes sociales introduciendo nuevas dinámicas de comparación y competencia. Plataformas como Instagram, Snapchat y TikTok permiten el constante intercambio y escrutinio de vidas personales, lo que conduce a una presión de grupo intensificada y la búsqueda implacable de "me gusta" y validación. La naturaleza curada de las redes sociales, donde los usuarios presentan una versión idealizada de sus vidas, puede distorsionar aún más la realidad y alimentar sentimientos de insuficiencia entre las chicas que intentan



igualar.

Pipher analiza cómo las expectativas culturales se extienden más allá de la estética hasta el comportamiento y la personalidad. La sociedad a menudo impone demandas contradictorias a las jóvenes: deben ser asertivas pero no demasiado agresivas, independientes pero también afectuosas, inteligentes pero no intimidantes. Estas expectativas contradictorias pueden crear un sentido de disonancia cognitiva y conflicto interno, lo que lleva a estrés y dudas sobre sí mismas.

El impacto de estas fuerzas culturales en la salud mental y emocional de las chicas es profundo. La presión por ajustarse a estándares irreales puede contribuir a diversos problemas psicológicos, incluyendo ansiedad, depresión, trastornos alimenticios y baja autoestima. Las jóvenes que luchan por cumplir con las expectativas sociales pueden experimentar una pérdida de su identidad, sintiéndose desconectadas de su verdadero yo mientras se esfuerzan por cumplir roles impuestos externamente.

Para ilustrar estos puntos, Pipher presenta anécdotas y estudios de casos de su práctica clínica. Estas historias



brindan evidencia convincente de los efectos del mundo real de las presiones culturales en las adolescentes, resaltando lo extendidas y perjudiciales que pueden ser estas fuerzas. A través de estos relatos, subraya la urgente necesidad de conciencia e intervención para mitigar los impactos negativos de las influencias culturales.

En conclusión, la exploración de Mary Pipher sobre las fuerzas culturales que moldean a las jóvenes en "Reviviendo a Ofelia" revela una compleja red de expectativas y presiones que afectan significativamente el desarrollo de las adolescentes. Al comprender estas dinámicas, podemos apoyar y empoderar mejor a las jóvenes para que naveguen los desafíos de crecer en una cultura que a menudo socava su valía y potencial.



Capítulo 3 : La dinámica familiar y el desarrollo adolescente.

En el ámbito del desarrollo adolescente, la dinámica familiar juega un papel crucial en la formación del bienestar emocional y psicológico de las adolescentes. La unidad familiar actúa como una fuente primaria de apoyo, orientación y modelo para las jóvenes que navegan el frecuentemente tumultuoso viaje de la adolescencia. La psicóloga Mary Pipher, en su libro "Reviviendo a Ofelia", profundiza en las complejas dinámicas dentro de las familias y cómo estas relaciones influyen directamente en la autoestima, la salud emocional y el desarrollo general de una chica.

En el centro de esta exploración está la comprensión de que las relaciones padres-hijos sólidas y saludables son fundamentales para el bienestar de una chica. Las interacciones positivas dentro de la familia pueden brindar un refugio seguro de las presiones externas y las expectativas sociales a las que se enfrentan las adolescentes. Los padres comprensivos ofrecen un sentido de seguridad y amor incondicional, lo que ayuda a amortiguar los efectos de las



fuerzas culturales negativas. Por el contrario, las relaciones familiares tensas o disfuncionales pueden exacerbar sentimientos de insuficiencia, auto-duda y ansiedad, llevando a las chicas hacia mecanismos de afrontamiento poco saludables.

Pipher presenta diversos estudios de caso para ilustrar las diversas formas en que los entornos familiares impactan a las adolescentes. Por ejemplo, la experiencia de una chica llamada Jill, que proviene de una familia comprensiva y comunicativa, demuestra cómo ese entorno fomenta la resiliencia y la confianza. Los padres de Jill participan activamente en su vida, establecen expectativas realistas y fomentan un diálogo abierto sobre sus sentimientos y experiencias. Esta dinámica familiar positiva ayuda a Jill a enfrentar desafíos con mayor facilidad y a mantener un mayor sentido de valía propia.

**Instalar la aplicación Bookey para desbloquear
texto completo y audio**

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar



Escanear para descargar



Por qué Bookey es una aplicación imprescindible para los amantes de los libros



Contenido de 30min

Cuanto más profunda y clara sea la interpretación que proporcionamos, mejor comprensión tendrás de cada título.



Formato de texto y audio

Absorbe conocimiento incluso en tiempo fragmentado.



Preguntas

Comprueba si has dominado lo que acabas de aprender.



Y más

Múltiples voces y fuentes, Mapa mental, Citas, Clips de ideas...

Prueba gratuita con Bookey



Capítulo 4 : Navegando la tormenta de la presión de grupo y el miedo social

Navegar la tormenta de presión de grupo y miedo social es una faceta vital de la vida adolescente que Mary Pipher aborda con agudeza. Para muchas adolescentes, la necesidad de aceptación social y el temor al rechazo crean una intensa olla a presión, determinando a menudo sus comportamientos y autoimagen. Este período se caracteriza por un profundo anhelo de encajar, pertenecer a un grupo y navegar por las a menudo traicioneras aguas de la jerarquía social en las escuelas.

El paisaje social de las escuelas intermedias y secundarias está plagado de cliques e intrincadas dinámicas sociales. Las chicas se ven sujetas a un código no escrito que rige la moda, el lenguaje y los intereses. La presión por conformarse puede ser abrumadora, lo que lleva a una pérdida de individualidad mientras se esfuerzan por cumplir con los estándares establecidos por sus compañeros. Esta necesidad de reflejar los comportamientos y preferencias de un grupo dominante a menudo resulta en una supresión del verdadero yo, ya que destacar puede ser visto como un riesgo social.



El acoso escolar agrava aún más los desafíos planteados por la presión de grupo. Para muchas adolescentes, el acoso escolar, en sus diversas formas—física, verbal o relacional—es una dura realidad. El acoso relacional, que incluye chismes, exclusión y manipulación, es particularmente dañino porque golpea en el corazón del sentido de pertenencia social. El temor a convertirse en blanco puede llevar a las chicas a participar en comportamientos que de otra manera evitarían, solo para mantenerse en el supuesto buen agrado de sus compañeros. Esto puede llevar a la participación en actividades dañinas o a la interiorización de críticas severas sobre sí mismas y sobre los demás.

Navegar por estas presiones sociales exige resiliencia, pero también requiere estrategias que puedan ayudar a las niñas a enfrentar y mitigar el impacto de estos factores estresantes. Una estrategia efectiva es fomentar un sentido de individualidad y autoaceptación. Alentar a las niñas a abrazar sus cualidades únicas y pasiones puede construir un fuerte sentido de sí mismas que no se ve tan afectado por las presiones externas. Esto puede implicar ayudarlas a encontrar y participar en actividades que realmente les interesen, así



como promover una imagen corporal positiva y un diálogo interno favorable.

Además, construir una red de amistades de apoyo que afirmen la verdadera esencia de cada una en lugar de presionar hacia la conformidad es crucial. Los padres y educadores pueden desempeñar un papel fundamental en facilitar estas conexiones positivas entre pares. Crear ambientes, tanto en el hogar como en la escuela, donde se fomente la comunicación abierta y honesta puede ayudar a que las niñas se sientan seguras al expresar sus preocupaciones y experiencias.

Inculcar habilidades fuertes de resolución de conflictos es otra estrategia importante. Enseñar a las niñas cómo manejar los conflictos de manera asertiva y enfrentarse a influencias negativas de los pares les capacita para mantener su integridad sin ceder al miedo al rechazo social. Los programas y talleres enfocados en la empatía, comunicación y asertividad pueden ser particularmente beneficiosos en este sentido.

Mary Pipher destaca que aunque la presión de grupo y el miedo social son desafíos formidables, no son insuperables.



Al fomentar la resiliencia, la autoconciencia y relaciones positivas, tanto las niñas como sus redes de apoyo pueden navegar por esta tormenta con mayor confianza y claridad. El objetivo es empoderar a las jóvenes no solo para sobrevivir, sino para prosperar en medio de las complejidades sociales de la adolescencia.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Capítulo 5 : La agitación emocional y psicológica de la adolescencia

La adolescencia es un período tumultuoso caracterizado por importantes desafíos emocionales y psicológicos, especialmente para las adolescentes. Durante este tiempo, muchas jóvenes enfrentan problemas comunes de salud mental como la depresión y la ansiedad. A menudo, estos desequilibrios emocionales surgen de las presiones sociales que enfrentan, combinadas con las vulnerabilidades naturales de esta etapa de desarrollo.

Comprender estas luchas de salud mental requiere adentrarse profundamente en las causas subyacentes. La depresión en las adolescentes suele manifestarse como una respuesta a la multitud de presiones que enfrentan, desde las expectativas académicas hasta la aceptación social. Los sentimientos de inutilidad y desesperanza que acompañan a la depresión pueden resultar abrumadores, afectando su capacidad para desempeñarse en la escuela y participar en actividades sociales. De manera similar, la ansiedad puede ser desencadenada por la presión constante de cumplir con los ideales sociales y la lucha simultánea por forjar una identidad



personal. Síntomas como la preocupación persistente, los ataques de pánico y el aislamiento social se vuelven comunes, perturbando su vida diaria y bienestar general.

El trauma y el abuso juegan un papel significativo en la configuración de la salud mental de muchas adolescentes. El abuso físico, emocional o sexual deja profundas cicatrices en mentes jóvenes, dando lugar a impactos psicológicos duraderos. Estas experiencias a menudo resultan en una variedad de problemas, desde trastorno de estrés postraumático (TEPT) hasta depresión y ansiedad severas. El trauma perdura en sus comportamientos y actitudes, a menudo generando problemas de confianza, extrema autoconciencia y un temor omnipresente a la vulnerabilidad.

Dada la magnitud de estos desafíos emocionales y psicológicos, no se puede exagerar la importancia del asesoramiento y la terapia. El apoyo profesional en salud mental ofrece una línea de vida para muchas chicas que luchan con estos problemas. La terapia brinda un espacio seguro para que ellas puedan expresar sus sentimientos, analizar sus experiencias y desarrollar mecanismos de afrontamiento. También les ayuda a construir autoestima y resiliencia, dotándolas de herramientas para manejar las



presiones que enfrentan de manera más efectiva. Las escuelas y comunidades que priorizan el apoyo en salud mental crean entornos donde las adolescentes pueden prosperar en lugar de simplemente sobrevivir.

En resumen, el torbellino emocional y psicológico de la adolescencia para las adolescentes es una compleja interacción de luchas internas y presiones externas. La depresión, la ansiedad, el trauma y el abuso afectan significativamente su salud mental, lo que hace necesario un apoyo compasivo y profesional. A través de la comprensión y abordaje de estos desafíos con intervenciones de asesoramiento y terapia efectivas, podemos brindar un mejor apoyo a las mujeres jóvenes durante uno de los períodos más críticos de su desarrollo.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Capítulo 6 : Empoderando a las chicas a través de la educación y el autoconocimiento.

Parte 6: Empoderando a las Niñas a Través de la Educación y el Autoconocimiento

Uno de los componentes críticos para empoderar a las niñas a enfrentar los desafíos de la sociedad moderna es la educación. La educación sirve como una herramienta vital no solo para adquirir conocimiento, sino también para fomentar la resiliencia, el pensamiento crítico y la autoconciencia. Al promover la educación, tanto académica como emocional, podemos equipar a las jóvenes con las habilidades necesarias para desafiar las limitaciones sociales e internalizar un sentido de empoderamiento.

Fomentar el pensamiento crítico es fundamental. Cuando las niñas aprenden a cuestionar de manera crítica las normas sociales y las representaciones mediáticas, desarrollan la habilidad de discernir y desafiar estereotipos dañinos y expectativas poco realistas. Este enfoque crítico les permite ver más allá de los estándares superficiales de belleza y éxito,



fomentando un sentido más profundo de autovalor arraigado en sus habilidades e intelecto en lugar de su apariencia o estatus social.

La resiliencia es otra característica crucial que la educación puede ayudar a inculcar. Las personas resilientes están mejor preparadas para enfrentar contratiempos, decepciones y los desafíos inevitables que presenta la vida. A través de una combinación de planes de estudio educativos que aborden la inteligencia emocional y entornos de apoyo que celebren la perseverancia, las niñas pueden aprender a ver los desafíos como oportunidades de crecimiento en lugar de obstáculos insuperables.

El autoconocimiento es igualmente significativo en el proceso de empoderamiento. Facilitar una comprensión más profunda de las emociones, fortalezas y debilidades de uno mismo permite a las niñas navegar sus vidas con mayor

**Instalar la aplicación Bookey para desbloquear
texto completo y audio**

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Ad



Escanear para descargar



App Store
Selección editorial



22k reseñas de 5 estrellas

Retroalimentación Positiva

Alondra Navarrete

...itas después de cada resumen
...en a prueba mi comprensión,
...cen que el proceso de
...rtido y atractivo."

¡Fantástico!



Me sorprende la variedad de libros e idiomas que soporta Bookey. No es solo una aplicación, es una puerta de acceso al conocimiento global. Además, ganar puntos para la caridad es un gran plus!

Beltrán Fuentes

Fi



Lo
re
co
pr

a Vásquez

hábito de
e y sus
o que el
todos.

¡Me encanta!



Bookey me ofrece tiempo para repasar las partes importantes de un libro. También me da una idea suficiente de si debo o no comprar la versión completa del libro. ¡Es fácil de usar!

Darian Rosales

¡Ahorra tiempo!



Bookey es mi aplicación de
crecimiento intelectual. Los
perspicaces y bellamente c
acceso a un mundo de con

¡Aplicación increíble!



encantan los audiolibros pero no siempre tengo tiempo
escuchar el libro entero. ¡Bookey me permite obtener
resumen de los puntos destacados del libro que me
esa! ¡Qué gran concepto! ¡Muy recomendado!

Elvira Jiménez

Aplicación hermosa



Esta aplicación es un salvavidas para los a
los libros con agendas ocupadas. Los resu
precisos, y los mapas mentales ayudan a
que he aprendido. ¡Muy recomendable!

Prueba gratuita con Bookey



Capítulo 7 : Estrategias para que los padres, educadores y la sociedad apoyen a las adolescentes.

"Reviviendo a Ofelia" de Mary Pipher es una exploración cautivadora de las diversas luchas enfrentadas por las adolescentes en la sociedad moderna. La parte 7 del resumen profundiza en estrategias prácticas para padres, educadores y la sociedad en general, con el fin de apoyar a estas jóvenes durante sus años formativos, permitiéndoles navegar las presiones sociales con resiliencia y seguridad en sí mismas.

Los padres tienen un papel fundamental en el desarrollo emocional y psicológico de sus hijas. Para fomentar un ambiente sano, es crucial que los padres mantengan líneas abiertas de comunicación. Participar en conversaciones significativas donde las hijas se sientan escuchadas y valoradas puede fortalecer considerablemente su autoestima. Los padres también deben modelar comportamientos saludables y autoaceptación, enseñando a sus hijas a ver más allá de los estándares sociales y valorar su individualidad. Establecer expectativas realistas y brindar apoyo incondicional, al mismo tiempo que se fomente la



independencia, dota a las niñas de la confianza necesaria para enfrentar las presiones externas.

Los educadores, por otro lado, pueden desempeñar un papel transformador en el empoderamiento de las adolescentes. Las escuelas deben implementar programas que promuevan la autoconciencia, la resiliencia y el pensamiento crítico. Los educadores deben estar capacitados para identificar signos de angustia y proveer intervenciones de apoyo. Crear un ambiente escolar inclusivo, seguro y respetuoso donde el acoso y la discriminación sean abordados activamente puede ayudar a que las niñas se sientan seguras. Incorporar un plan de estudios que desafíe los estereotipos de género y celebre los logros femeninos puede inspirar a las niñas y ampliar sus aspiraciones.

Además, la sociedad en su conjunto debe hacer esfuerzos concertados para apoyar a las jóvenes. Las representaciones mediáticas y culturales deben ser evaluadas críticamente y reformuladas para ofrecer imágenes más positivas y diversas de las mujeres. Los programas comunitarios que brindan mentoría, formación en habilidades para la vida y espacios seguros para que las niñas se expresen pueden ser enormemente beneficiosos. La legislación y las políticas



deben estar alineadas para proteger a las niñas de la explotación y la violencia, garantizando su derecho a la educación y a iguales oportunidades.

Las reflexiones finales enfatizan la responsabilidad colectiva en la creación de un entorno nutritivo para las adolescentes. Al abordar las influencias negativas de los medios de comunicación, las expectativas sociales y al proporcionar sólidos sistemas de apoyo a través de la familia, las escuelas y las comunidades, podemos ayudar a que las jóvenes prosperen. Asegurar que las niñas crezcan con un fuerte sentido de sí mismas, capaces de pensamiento crítico y resiliencia, es esencial no solo para su desarrollo personal sino también para el mejoramiento de la sociedad en su conjunto.

A través de estos esfuerzos concertados, podemos revivir el espíritu de Ofelia, transformando su historia de desesperación en una de esperanza, fuerza y empoderamiento.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar