



# Diplomado

# Educación Sexual

» Modalidad: No escolarizada (100% en línea)

» Duración: 6 semanas

» Titulación: TECH Universidad

» Horario: a tu ritmo» Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/educacion-sexual

# Índice

02 Presentación del programa ¿Por qué estudiar en TECH? pág. 4 pág. 8 05 03 Objetivos docentes Metodología de estudio Plan de estudios pág. 12 pág. 20 pág. 16 06 Cuadro docente Titulación

pág. 30

pág. 34





# tech 06 | Presentación del programa

En la actualidad, comprender la sexualidad humana se ha convertido en un componente esencial para la promoción de la salud integral y la prevención de riesgos. Por ello, la educación en este ámbito no solo permite el desarrollo de relaciones interpersonales más seguras y respetuosas, sino que también facilita la toma de decisiones informadas sobre el propio cuerpo y bienestar. Además, contribuye a la reducción de conductas de riesgo, al incremento del conocimiento sobre los métodos de prevención y a la promoción de un entorno social más consciente respecto a la diversidad sexual.

En este sentido, el plan de estudios de TECH Universidad profundiza en contenidos clave relacionados con la Educación Sexual. De hecho, se enfocada en diversos aspectos como el conocimiento de la sexualidad en la etapa infantil y adolescencia, reconociendo la importancia de intervenir desde edades tempranas para favorecer la comprensión del propio desarrollo y la identificación de riesgos. Asimismo, se abordan de manera especializada las Infecciones de Transmisión Sexual, brindando herramientas científicas y prácticas que permiten la prevención, diagnóstico temprano y manejo adecuado de estas condiciones.

Posteriormente, este Diplomado está diseñado para proporcionar a los profesionales competencias concretas que favorezcan la aplicación de estrategias preventivas y educativas en distintos escenarios clínicos. De este modo, el facultativo desarrollará habilidades para orientar, acompañar y asesorar de manera efectiva a diferentes grupos etarios, fortaleciendo la capacidad de generar impacto positivo en la salud y el bienestar de la población.

Por último, la metodología de TECH Universidad combina flexibilidad y accesibilidad, ofreciendo un entorno de aprendizaje online disponible de manera continua y adaptable a cualquier horario y dispositivo con conexión a internet. A través del enfoque *Relearning*, los contenidos se presentan de forma modular y dinámica, permitiendo que los profesionales refuercen y actualicen sus conocimientos de manera progresiva, asegurando una comprensión profunda y duradera.

Este **Diplomado en Educación Sexual** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Medicina
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Capacítate mediante una modalidad 100% online y con recursos académicos de última generación para ser un experto en Educación Sexual"

# Presentación del programa | 07 tech

66

TECH Universidad te brindará una metodología diferencial que favorecerá el desarrollo de competencias clave en un ámbito caracterizado por su constante evolución"

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la Medicina, que vierten en este programa la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextualizado, es decir, un entorno simulado que proporcionará un estudio inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el alumno deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Esta titulación universitaria representa la propuesta académica más actual del mercado y te garantizará una actualización inmediata y rigurosa.

A través del método Relearning experimentarás una disminución en las horas de capacitación y fortalecerás tu comprensión a largo plazo de manera significativa.







#### La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

#### El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistuba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME. entre otros.

#### La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en diez idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.











# Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

#### Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

#### La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

#### Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.









# -0

#### **Google Partner Premier**

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado a TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.

#### La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.





## tech 14 | Plan de estudios

## Módulo 1. Educación Sexual

- 1.1. Principios
  - 1.1.1. Entendiendo su importancia
  - 1.1.2. Papel del educador sexual
  - 1.1.3. Derechos sexuales y reproductivos
  - 1.1.4. Objetivos generales
- 1.2. Educación Sexual en la infancia
  - 1.2.1. Objetivos específicos de esta etapa
  - 1.2.2. Papel de los progenitores y otros agentes educadores
  - 1.2.3. Educación Sexual en la etapa infantil
  - 1.2.4. Educación Sexual en la primaria
  - 1.2.5. Propuestas de actividades y recursos
- 1.3. Educación Sexual en la adolescencia
  - 1.3.1. Objetivos específicos de esta etapa
  - 1.3.2. Papel de los iguales
  - 1.3.3. Educación Sexual (11 17 años)
  - 1.3.4. Educación Sexual (17 19 años)
  - 1.3.5. Propuestas de actividades y recursos
- 1.4. Educación Sexual en la adultez
  - 1.4.1. Objetivos según los intereses más particulares
  - 1.4.2. Educación Sexual en la adultez temprana (19 40 años)
  - 1.4.3. Educación Sexual en la adultez intermedia (40 60 años)
  - 1.4.4. Propuestas de actividades y recursos
- 1.5. Educación Sexual en la adultez avanzada (a partir de 60 años)
  - 1.5.1. Objetivos específicos de esta etapa
  - 1.5.2. Dificultades principales
  - 1.5.3. Propuestas de actividades y recursos
- 1.6. Diseño e implementación de programas
  - 1.6.1. Diagnóstico de intereses
  - 1.6.2. Elaboración del programa
  - 1.6.3. Implementación del programa
  - 1.6.4. Evaluación del programa





## Plan de estudios | 15 tech

- 1.7. Prevención y salud
  - 1.7.1. Métodos anticonceptivos y conceptivos
  - 1.7.2. Anticoncepción de emergencia
  - 1.7.3. Infecciones de Transmisión Sexual
  - 1.7.4. Conductas de riesgo
- 1.8. Diversidad relacional
  - 1.8.1. Origen de la monogamia
  - 1.8.2. Conceptos importantes
  - 1.8.3. Tipos de relaciones abiertas
- 1.9. Diversidad funcional y Trastorno Mental Grave
  - 1.9.1. Estigmas de esta población
  - 1.9.2. Modelo PLISSIT
  - 1.9.3. Asistencia sexual
- 1.10. Educación formal y no formal
  - 1.10.1. Tipos de formación



Potenciarás tus competencias para el manejo efectivo de pacientes con Infecciones de Transmisión Sexual"





# tech 18 | Objetivos docentes



## **Objetivos generales**

- Brindar un conocimiento integral sobre la sexualidad humana, abarcando sus dimensiones biológicas, psicológicas, sociales y culturales para una comprensión holística del tema
- Analizar los factores que influyen en el comportamiento sexual, considerando aspectos fisiológicos, emocionales, educativos y contextuales que impactan la salud y el bienestar
- Desarrollar habilidades para la evaluación, prevención y tratamiento de disfunciones y Trastornos Sexuales, aplicando estrategias basadas en la evidencia y enfoques terapéuticos actualizados
- Explorar las estrategias de Educación Sexual y su implementación en distintos contextos, con el fin de fomentar una sociedad más informada, inclusiva y con acceso a una salud sexual integral
- Comprender el impacto de la diversidad sexual y de género en el bienestar individual y colectivo, promoviendo la igualdad, el respeto y la atención adecuada a distintas realidades
- Aplicar enfoques terapéuticos y de intervención en el ámbito de la Sexología Clínica, utilizando metodologías innovadoras para el tratamiento de problemas relacionados con la sexualidad
- Estudiar los avances científicos en salud sexual, reproducción y neurobiología del comportamiento sexual, garantizando una actualización constante en la disciplina
- Promover el uso de herramientas de investigación para el desarrollo de nuevas estrategias en Sexología, favoreciendo la producción de conocimiento basado en la evidencia científica
- Abordar los aspectos éticos y legales relacionados con la práctica profesional en Sexología, asegurando el respeto a los derechos humanos y el cumplimiento de normativas vigentes
- Fomentar la actualización continua y el análisis crítico de las tendencias en el estudio de la sexualidad, impulsando una práctica profesional informada y alineada con las necesidades actuales





## Objetivos docentes | 19 tech



# Objetivos específicos

- Diseñar programas de Educación Sexual adaptados a diferentes contextos y poblaciones
- Examinar los enfoques pedagógicos utilizados en la enseñanza de la sexualidad
- Identificar las barreras socioculturales que influyen en la Educación Sexual
- Aplicar estrategias didácticas para la enseñanza de la salud y el bienestar sexual



Dominarás los principios fundamentales y las competencias avanzadas para favorecer el bienestar sexual en contextos médicos"





## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.







## Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.



El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras"

# tech 24 | Metodología de estudio

#### Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



## Método Relearning

En TECH los case studies son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.



# tech 26 | Metodología de estudio

# Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentoralumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios"

### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

- 1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
- 2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
- 3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
- **4.** La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

## Metodología de estudio | 27 tech

# La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert. Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".





### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.



#### **Case Studies**

Completarás una selección de los mejores case studies de la materia.

Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



## **Testing & Retesting**

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



## **Clases magistrales**

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



## Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.







# tech 32 | Cuadro docente

#### Dirección



## Dña. Ramos Escamilla, María

- Psicóloga, Sexóloga, Terapeuta de Pareja y directora de Destino Kink
- Sexóloga y Terapeuta de Pareja
- Directora de Destino Kink
- Licenciada en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid
- Máster en Sexología, Educación Sexual y Asesoramiento Sexológico por la Universidad Camilo José Cela

## **Profesores**

## D. Coronilla Delgado, Eduardo

- Profesional de programas de Salud, Juventud, Educación y Formación en la Asociación LGTBIQAP+ JereLesGay de Jerez de la Frontera y en la FELGTBI+
- Grado en Psicología por la Universidad de Sevilla
- Especialista en Sexología por la Universidad Camilo José Cela en IUNIVES
- Miembro de: Comité Fast Track de Jerez (comité que lucha contra la pandemia y el estigma del VIH+)







# tech 36 | Titulación

Este **Diplomado en Educación Sexual** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal\* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad.** 

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: Diplomado en Educación Sexual

Modalidad: No escolarizada (100% en línea)

Duración: 6 semanas



C. \_\_\_\_\_ con documento de identificación \_\_\_\_\_ ha superad con éxito y obtenido el título de:

#### Diplomado en Educación Sexual

Se trata de un título propio de esta Universidad con una duración de 150 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

En Ciudad de México, a 31 de mayo de 2024



Colig and Table 14 House College Colle



# Diplomado Educación Sexual

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

