

A Los Que Vienen PDF

MANUELA CARMENA



Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Sobre el libro

En este emocionante libro, Manuela Carmena comparte su primer testimonio escrito tras su mandato como alcaldesa de Madrid. Dirigido especialmente a las nuevas generaciones y a toda la sociedad, este texto se convierte en un faro de inspiración y motivación.

Carmena, quien ha dedicado más de tres décadas a la función judicial y ha sido una destacada figura política, se define como una mujer con una profunda vocación democrática y un fuerte compromiso social. Es mujer, progresista, feminista, ecologista, y una apasionada defensora de los derechos de todos, además de ser madre y abuela.

Sin embargo, por encima de todas estas etiquetas, Manuela se identifica como una ciudadana comprometida. A través de su trayectoria, ha demostrado que es posible abordar la política de forma diferente, enfatizando que incluso los pequeños actos pueden tener un impacto significativo. Su mensaje es claro: los intereses de la gente deben ser escuchados y defendidos en las instituciones.

En este libro, Carmena reflexiona sobre los temas y preocupaciones que ya destacó durante su alcaldía y ahora quiere transmitir de una manera más cercana, con la esperanza de que su voz pueda servir de aliento a la juventud valiente y comprometida que está emergiendo, ofreciendo sabiduría y cariño

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

de una de las figuras más queridas de nuestra historia reciente.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Sobre el autor

Manuela Carmena, una destacada figura española, nació el 9 de febrero de 1944 en Madrid y creció en el barrio de Tetuán. Su formación académica comenzó en un colegio de monjas francesas, donde adquirió una sólida base educativa. Proveniente de una familia de comerciantes y burgueses, Carmena se graduó en Derecho y se especializó como abogada laboralista. En 1977, cofundó el despacho de Atocha, que fue blanco de un atentado ultraderechista, una experiencia que casi le cuesta la vida cuando se cruzó con los atacantes. A partir de 1981, su carrera judicial despegó tras aprobar las oposiciones, comenzando su labor en Santa Cruz de la Palma, y posteriormente en Bilbao, Madrid, y en el ámbito de vigilancia penitenciaria. Su trayectoria culminó al ser elegida Decana de los jueces de Madrid y al desempeñarse como vocal del Consejo General del Poder Judicial entre 1996 y 2001.

Durante el régimen franquista, Carmena fue detenida en varias ocasiones por su activismo contra la dictadura y su pertenencia al Partido Comunista. En 1986, fue galardonada con el premio nacional de Derechos Humanos debido a su incansable defensa de los derechos socioeconómicos y su empeño en hacer la justicia más accesible.

Tras su jubilación en 2010, a los 65 años, se convirtió en presidenta-relatora del Grupo de Trabajo sobre la Detención Arbitraria de la ONU, realizando

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

visitas a países como Guinea Ecuatorial, Honduras, Nicaragua y Sudáfrica. En 2011, fue designada asesora del Gobierno vasco bajo la administración de Patxi López, enfocándose en la atención a las víctimas de abusos policiales.

Carmena también se desempeñó como alcaldesa de Madrid desde junio de 2015 hasta junio de 2019. En su tiempo libre, disfruta de pasear por la ciudad en bicicleta, caminar por las calles madrileñas y sumergirse en la lectura.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

¿Por qué usar la aplicación Bookey es mejor que leer PDF?



Prueba gratuita con Bookey



Ad



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
- aprendimiento
- Historia del mundo
- Comunicación entre Padres e Hijos
- Autocuidado
- M

Perspectivas de los mejores libros del mundo



Prueba gratuita con Bookey





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





Las mejores ideas del mundo desbloquean tu potencial

Prueba gratuita con Bookey



Escanear para descargar



A Los Que Vienen Resumen

Escrito por Libro1

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Quién debería leer este libro **A Los Que Vienen**

El libro "A LOS QUE VIENEN" de Manuela Carmena es una lectura recomendada para todos aquellos interesados en la política, la justicia social y el futuro de las ciudades. Especialmente adecuado para jóvenes activistas, estudiantes de ciencias políticas y ciudadanos comprometidos con la construcción de una sociedad más inclusiva, el texto ofrece reflexiones valiosas sobre liderazgo, ética y la importancia de involucrarse en los asuntos públicos. También es un recurso inspirador para quienes buscan entender los desafíos contemporáneos y cómo contribuir de manera efectiva al desarrollo de una sociedad más justa y equitativa.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Ideas clave de A Los Que Vienen en formato de tabla

Título	A los que vienen
Autora	Manuela Carmena
Género	No ficción, ensayo
Temas principales	Política, justicia, derechos humanos, futuro social
Resumen	El libro es una reflexión de Manuela Carmena sobre la sociedad contemporánea y los desafíos del futuro. La autora, exalcaldesa de Madrid, aborda la importancia de la justicia social, la participación ciudadana y la necesidad de construir una sociedad más justa y equitativa. A través de anécdotas y experiencias personales, Carmena invita a las nuevas generaciones a involucrarse en la política y a luchar por sus derechos, destacando el papel que cada individuo tiene en la construcción de un futuro mejor.
Estilo	Narrativo, reflexivo
Publicación	2019
Mensaje central	La importancia de la acción colectiva y el compromiso cívico en la construcción de un futuro más justo.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

A Los Que Vienen Lista de capítulos resumidos

1. Introducción a los Retos del Futuro y la Sociedad Actual
2. Reflexiones sobre la Política y la Participación Ciudadana
3. La Importancia de la Memoria Colectiva en la Construcción del País
4. El Papel de las Nuevas Generaciones en la Democracia
5. Desafíos del Cambio Climático y Responsabilidad Social
6. La Esperanza en un Futuro Mejor y el Llamado a la Acción

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

1. Introducción a los Retos del Futuro y la Sociedad Actual

El libro "A LOS QUE VIENEN" de Manuela Carmena surge en un momento complejo de la sociedad contemporánea, donde los retos del futuro se presentan de manera cada vez más acuciante. En este contexto, Carmena nos invita a reflexionar sobre los desafíos que enfrentan nuestras sociedades y cómo estos impactan en el día a día de cada ciudadano.

La globalización, la digitalización y los cambios demográficos han transformado la forma en que nos relacionamos, pero también han traído consigo una serie de problemas que requieren urgentemente de una atención colectiva. Entre esos desafíos, la desigualdad social y económica se sitúa como uno de los más críticos, generando tensiones que pueden desestabilizar estructuras sociales y democráticas. El acceso a servicios básicos como la educación, la salud y la vivienda continúa siendo un tema pendiente que afecta a las comunidades más vulnerables.

Asimismo, la crisis medioambiental añade una capa de urgencia a nuestra situación actual. La aceleración del cambio climático no solo implica un compromiso ético hacia las futuras generaciones, sino que también exige un reexamen de cómo vivimos hoy. Las decisiones políticas y sociales que tomemos en este momento histórico determinarán la calidad de vida de millones de personas en el futuro.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Carmena señala la crucial necesidad de fortalecer la participación ciudadana como un mecanismo para abordar estos retos. Cada individuo tiene un papel significativo que desempeñar en la construcción de un futuro más justo y sostenible. La interacción entre ciudadanía y políticas públicas no debe ser relegada al ámbito electoral, sino que debe extenderse a la acción y al compromiso diario en la comunidad. La autora tiene una fe renovada en que la suma de las pequeñas acciones individuales puede llevar a un impacto colectivo significativo

La clave para afrontar los retos del futuro radica en nuestra capacidad para unirnos en torno a problemas comunes, fomentando un tejido social más sólido y coherente. Es a través de la memoria colectiva y el aprendizaje de nuestro pasado que podremos construir un país más fuerte y resiliente, más capaz de enfrentarse a las adversidades que nos plantea el siglo XXI. En este sentido, Carmena ofrece un llamado esperanzador, resaltando que aunque el panorama actual es desafiante, el cambio es posible si estamos dispuestos a actuar de manera conjunta y coherente.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

2. Reflexiones sobre la Política y la Participación Ciudadana

En el contexto político actual, las reflexiones sobre la política y la participación ciudadana cobran una relevancia innegable. Manuela Carmena enfatiza que la política no es solo una cuestión de partidos y elecciones, sino un espacio para la construcción colectiva de una sociedad más justa y equitativa. La participación ciudadana es fundamental para el fortalecimiento de la democracia, ya que no se limita a votar cada cuatro años; implica un compromiso diario con la comunidad y la defensa de los derechos de todos, especialmente de los más vulnerables.

Carmena plantea que la desilusión y el desencanto hacia la política por parte de muchos ciudadanos son reacciones comprensibles ante un sistema que a menudo parece alejado de sus necesidades. Sin embargo, subraya que la solución no radica en la apatía, sino en la activa y consciente participación. Ella argumenta que la política debe ser vista como un ejercicio de responsabilidad compartida, donde cada voz cuenta y puede influir en las decisiones que afectan nuestro entorno.

La autora también destaca la importancia del diálogo en la política contemporánea, señalando que escuchar a los otros, especialmente a quienes tienen opiniones divergentes, es crucial para construir un consenso y avanzar hacia soluciones que beneficien a la mayoría. La participación ciudadana

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

puede manifestarse en diversas formas: asambleas comunitarias, iniciativas legislativas populares, grupos de acción social o simplemente involucrándose en el debate público. En este sentido, Carmena invita a todos a ser agentes de cambio, a involucrarse en sus comunidades y a no esperar a que otros actúen en su nombre.

Además, es importante reconocer que la política no se desarrolla solo en el ámbito institucional. La cultura, la educación y los movimientos sociales son terrenos fértiles donde se gestan nuevas ideas y prácticas que pueden transformar la esfera pública. La autora nos recuerda que, a menudo, las iniciativas más innovadoras nacen en la sociedad civil, demostrando que las personas pueden ser protagonistas de su propio destino sin depender exclusivamente de estructuras jerárquicas.

En última instancia, Manuela Carmena hace un llamado a reintegrar la política en la vida cotidiana, a despojarla de su imagen elitista y a entenderla como una herramienta poderosa para el bien común. La participación no solo empodera a los ciudadanos, sino que también enriquece la democracia, permitiendo que se escuchen múltiples voces y se construyan decisiones verdaderamente representativas. Por todo esto, afirman que habitar el espacio político con valentía y honestidad es esencial para crear el futuro que todos deseamos.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

3. La Importancia de la Memoria Colectiva en la Construcción del País

La memoria colectiva es un elemento fundamental en la construcción de cualquier nación, pues a través de ella se forja la identidad, se preservan los valores compartidos y se reconoce el legado de quienes nos precedieron. En "A LOS QUE VIENEN", Manuela Carmena hace hincapié en que recordar el pasado es esencial para entender el presente y proyectar el futuro de nuestra sociedad. Sin memoria, corremos el riesgo de repetir los errores del pasado y perder de vista los logros alcanzados a lo largo del tiempo.

Carmena subraya que la historia no debe ser un mero compendio de fechas y eventos, sino un relato vivo que incluya las voces de todos los ciudadanos, especialmente de aquellos que han sido marginados o silenciados. Una verdadera memoria colectiva debe ser inclusiva y reflejar la pluralidad de experiencias que conforman nuestros países. Al recuperar estas narrativas, no solo damos dignidad a las historias individuales, sino que también enriquecemos la comprensión de nuestra identidad como sociedad.

La construcción de la memoria colectiva no es solo una tarea académica o institucional; es una responsabilidad compartida por todos los ciudadanos. Cada uno de nosotros tiene un papel que desempeñar en la recopilación y transmisión de experiencias, en la conservación de relatos orales, en la participación en iniciativas comunitarias que busquen rescatar la memoria

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

histórica. Al hacerlo, no solo rendimos homenaje a quienes lucharon por sus derechos y libertad, sino que también sembramos las semillas para un futuro que valore la justicia, la igualdad y la democracia.

Otro aspecto fundamental es la relación entre el pasado y la justicia en el presente. La memoria colectiva actúa como un faro que puede guiarnos en la lucha contra la impunidad y el olvido. A medida que miramos hacia el futuro, es crucial que las nuevas generaciones comprendan los sacrificios realizados por aquellos que vinieron antes y los desafíos que enfrentaron. Esta comprensión es vital para fomentar un sentido de pertenencia y compromiso con la construcción de un país más justo y equitativo.

Por lo tanto, Carmena nos invita a fomentar una cultura de la memoria que no solamente mire hacia atrás, sino que también se proyecte hacia adelante, promoviendo el diálogo constante entre generaciones y abriendo espacio para la reflexión crítica sobre nuestra historia. En esta labor, es fundamental educar a los jóvenes sobre la importancia de la memoria colectiva, para que, al convertirse en ciudadanos activos, lleven consigo la carga de la historia y su responsabilidad en la construcción de un futuro donde los errores del pasado no se repitan.

En resumen, la memoria colectiva no solo es una herramienta de reflexión, sino también un pilar en la formación de un país cohesionado. Al

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

recordarnos mutuamente de nuestra historia compartida, forjamos lazos que nos unen y nos motivan a trabajar por un futuro que honre el pasado y respete la diversidad de experiencias que componen nuestra identidad nacional.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

4. El Papel de las Nuevas Generaciones en la Democracia

Las nuevas generaciones juegan un papel fundamental en la evolución y la consolidación de la democracia. En un mundo en constante cambio, donde los desafíos son cada vez más complejos y globales, la participación activa de los jóvenes se convierte en un elemento crucial. Estas generaciones, a menudo más informadas y conectadas a través de la tecnología, tienen la capacidad de influir en las decisiones políticas y de cuestionar los sistemas establecidos que, en muchas ocasiones, no responden a sus necesidades ni aspiraciones.

Es imperativo reconocer que los jóvenes no son solo el futuro: son el presente. Su voz es poderosa y necesaria en el debate público. Con contribuciones en redes sociales, movimientos sociales y fuerzas activistas, han transformado la manera en que se visualiza la política. A través de plataformas digitales, los jóvenes pueden movilizarse rápidamente en torno a causas que consideran importantes, desde el feminismo hasta la justicia social, pasando por los derechos humanos y el medio ambiente. Este dinamismo les permite no solo expresar sus opiniones, sino también aglutinar a otros en torno a su visión de un mundo mejor.

Sin embargo, el compromiso activo en la democracia va más allá de la mera protesta o la expresión de opiniones. Implica también la responsabilidad de

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

participar en procesos electorales, la defensa de instituciones democráticas y el fomento de la crítica constructiva. Es fundamental que los jóvenes se informen, voten y se involucren en los espacios donde se toman decisiones. La desafección hacia la política institucional puede ser un gran reto, pero es posible revertirla mediante una educación cívica que fomente el pensamiento crítico y la responsabilidad social desde etapas tempranas.

El papel de la juventud también incluye la capacidad de innovar en formas de participación. Las nuevas generaciones están rompiendo moldes tradicionales, inventando métodos de organización y protesta que desbordan los cauces clásicos, como las redes sociales y los movimientos espontáneos. Este enfoque desafía a los líderes y a las estructuras de poder a adaptarse y a escuchar, fomentando un diálogo importante entre la política y la ciudadanía.

Matices históricos y contextos culturales son fundamentales al entender cómo los jóvenes de hoy ven la democracia. Muchos han crecido en un mundo donde las instituciones democráticas están bajo presión, lo que los lleva a demandar una mayor transparencia, justicia y equidad. En este sentido, son conscientes de que los ideales democráticos no siempre se cumplen, y por ello luchan por una democracia más inclusiva, aprehendiendo la importancia de la diversidad en todos los ámbitos de la vida social y política.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

En resumen, el papel de las nuevas generaciones en la democracia no solo es importante, sino esencial. Ellos tienen el potencial de ser agentes de cambio, impulsando la renovación y el fortalecimiento de la democracia a través de su participación activa. La historia les pertenece tanto como a quienes vinieron antes, y el legado que construirán será la base sobre la cual se erigirán las democracias del futuro. La clave radica en fomentar este compromiso y en proporcionar las herramientas necesarias para que su influencia sea efectiva y duradera.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

5. Desafíos del Cambio Climático y Responsabilidad Social

El cambio climático se presenta hoy como uno de los desafíos más significativos que enfrenta la humanidad. Sus efectos se hacen sentir de manera alarmante en diferentes rincones del mundo, evidenciando la fragilidad de nuestros ecosistemas y la urgente necesidad de adoptar medidas concretas para mitigar sus impactos. Desde el aumento de las temperaturas globales hasta la intensificación de fenómenos meteorológicos extremos, el calentamiento del planeta tiene consecuencias profundas que requieren una respuesta colectiva y decidida, tanto por parte de gobiernos como de ciudadanos.

La responsabilidad social emerge como un concepto clave en este contexto. No se trata únicamente de que las instituciones y empresas adopten prácticas sostenibles, sino que cada individuo reconozca su papel en esta lucha. La conciencia ambiental debe ser cultivada a nivel personal y comunitario; todos podemos contribuir, a través de decisiones cotidianas, a la reducción de nuestra huella ecológica. Desde el simple acto de reciclar y reducir el consumo de plásticos hasta abogar por políticas más ambiciosas que protejan el medio ambiente, cada acción cuenta.

Además, el cambio climático no solo plantea un desafío ambiental, sino que también está intrínsecamente relacionado con aspectos sociales y

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

económicos. Las comunidades más vulnerables son las que sufren los efectos más severos del cambio climático, a menudo careciendo de los recursos necesarios para adaptarse a los cambios. Por ello, es imperativo que la justicia social y el acceso equitativo a recursos y tecnologías sean parte de nuestra respuesta al cambio climático. La lucha contra este fenómeno debe ser inclusiva, garantizando que las voces de los más desfavorecidos sean escuchadas y que sus necesidades sean satisfechas.

Frente a la magnitud de este desafío, la educación desempeña un rol fundamental. Fomentar una cultura ambiental en las nuevas generaciones es esencial. A través del aprendizaje y la concienciación, podemos empoderar a los jóvenes para que se conviertan en agentes de cambio en sus comunidades. La educación ambiental no solo debe centrarse en el conocimiento científico, sino también en cultivar una ética de cuidado hacia el planeta, fomentando una actitud de responsabilidad hacia el entorno y sus habitantes.

En resumen, el cambio climático y la responsabilidad social son dos caras de la misma moneda. Abordar este reto implica no solo un compromiso individual, sino también un esfuerzo colectivo que trascienda fronteras. Debemos actuar con urgencia y determinación, integrando prácticas sostenibles en todos los aspectos de nuestra vida y abogando por políticas que prioricen la salud del planeta por encima de intereses particulares. Solo a

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

través de una acción coordinada podemos asegurar un futuro viable y habitable para las generaciones venideras.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

6. La Esperanza en un Futuro Mejor y el Llamado a la Acción

A medida que reflexionamos sobre el futuro que nos espera, es fundamental entender que nuestra capacidad para enfrentar los desafíos contemporáneos se basa en la esperanza. Esperanza que no es un mero sentimiento pasivo, sino una fuerza activa que conlleva compromiso, trabajo en equipo y determinación. Esta esperanza se forja en la conciencia de que, a pesar de los riesgos y obstáculos que enfrentamos, existe la posibilidad de construir un mundo más justo, democrático y sostenible.

La historia ha demostrado que el cambio es posible cuando las personas se organizan y luchan por lo que creen. Desde los movimientos sociales que han eliminado barreras y han cambiado leyes, hasta aquellos que han puesto en el centro de nuestra agenda del día cuestiones como la justicia social o el medio ambiente, cada paso ha estado marcado por acciones decididas y un propósito claro. Por lo tanto, es imperativo que mantengamos viva esa esperanza y la convirtamos en acción.

Además, las nuevas generaciones tienen un papel crucial en la búsqueda de este futuro mejor. Ellos son la voz de un cambio necesario en la manera de hacer política y de participar en la sociedad. Es vital que se les escuche y que se les otorguen las herramientas para que puedan ser agentes de cambio en sus comunidades. Fomentar su participación no solo garantiza un relevo

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

generacional que revitalice nuestras democracias, sino que también asegura que se prioricen las causas que verdaderamente importan en la construcción de un futuro equitativo.

Sin embargo, la esperanza sin acción se convierte en mera ilusión. Por ello, lanzamos un llamado a todos: ciudadanos, dirigentes y organizaciones. Debemos unir nuestras fuerzas en iniciativas concretas que promuevan la cohesión social, la justicia medioambiental y la defensa de los derechos humanos. Cada uno de nosotros tiene un papel que desempeñar, ya sea a través del voluntariado, el activismo o simplemente al hacer valer nuestras voces en espacios públicos.

Los tiempos que vienen son inciertos, pero eso no debe desalentarnos. Más bien, debe motivarnos a transformar ese temor en una voluntad colectiva para actuar. Necesitamos construir puentes, no muros; necesitamos fomentar el diálogo y la escucha activa, y trabajar de manera conjunta para enfrentar los retos que tenemos por delante. La responsabilidad que tenemos con las próximas generaciones es inmensa, y es hora de tomarla con seriedad.

El futuro está en nuestras manos, y la unión de nuestras voces y acciones nos permitirá no solo soñar con un mañana mejor, sino lograrlo. Avancemos con la certeza de que otro mundo es posible, y que con esfuerzos conjuntos, ese mundo se convertirán en realidad.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

5 citas clave de A Los Que Vienen

1. "La política debe ser un instrumento de transformación y no un fin en sí mismo."
2. "No hay democracia sin participación activa de los ciudadanos en su propio destino."
3. "La justicia social es la base de una sociedad cohesionada y pacífica."
4. "Hay que escuchar a la ciudadanía, porque las soluciones a los problemas están muchas veces en sus propias propuestas."
5. "El futuro es de quien lo construye hoy; cada acción individual cuenta en la creación de una sociedad mejor."

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar



Bookey APP

Más de 1000 resúmenes de libros para empoderar tu mente

Más de 1M de citas para motivar tu alma

Escanear para descargar



Frases

1000+Sujetos 50+Temas

Ten curiosidad por lo que no sabes de ti mismo.
- Conversaciones difíciles

Seleccione su área de interés

¿Cuáles son sus objetivos de lectura?
Elija 1-3 objetivos

- Ser un mejor padre
- Ser una persona eficaz
- Mejorar mis habilidades sociales
- Mejorar mi capacidad de gestión
- Abrir la mente
- Ganar más dinero
- Estar sano
- Ser feliz
- Inspirarme con biografías

Mapa Mental

Que tiene todas las ideas claves

La sabiduría de la vida

Key Insight 1

- Conócete a ti mismo
- Conoce la naturaleza humana
- Nuestra vida está marcada por el temperamento
- El desarrollo personal exige la soledad y la incomunicación

Key Insight 2

- Tener una buena comprensión de la relación sujeto-objeto
- Las riquezas son como el agua del mar; lo que nos conviene es lo más