

Franco PDF

PIO MOA



Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Sobre el libro

A tres décadas de la muerte de Francisco Franco, Pío Moa se sumerge en el análisis de la figura del dictador que gobernó España durante cuatro décadas. A través de una obra concisa pero incisiva, Moa aborda preguntas fundamentales que delinear la relevancia histórica de Franco: su postura ante la república, el debate sobre si su victoria fue sobre la revolución o la democracia, su destreza militar, su posición neutral durante la Segunda Guerra Mundial y los principales beneficiarios del régimen, su política hacia los judíos, el contexto del boicot internacional, el maquis, las "décadas perdidas", así como su relación con la Transición y las razones detrás de la prolongada duración de su dictadura. El enfoque y la argumentación única de este libro ofrecen una perspectiva poco convencional sobre el franquismo.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Sobre el autor

Pío Moa es un destacado historiador, novelista y analista político cuyas investigaciones han transformado la forma en que se comprende la historia de España en el siglo XX. Su obra más emblemática es una trilogía compuesta por "Los personajes de la República vistos por ellos mismos", "Los orígenes de la Guerra Civil" y "El derrumbe de la República y la Guerra Civil", la cual ha dejado una huella significativa en el campo de la historiografía. Además, sus libros "Los mitos de la Guerra Civil" y "Los mitos del franquismo" se han convertido en reconocidos referentes en el ámbito editorial.

Moa también ha contribuido a la literatura histórica con su obra "Nueva historia de España", publicada por La Esfera de los Libros, así como el ensayo "Europa, una introducción a su historia". Este último se enmarca dentro de la necesidad de un enfoque más profundo sobre la Europa contemporánea, un tema a menudo abordado de manera superficial en la bibliografía en español. Otras obras suyas, como "La reconquista y España", también han enriquecido el panorama literario.

En cuanto a sus experiencias personales, ha escrito obras autobiográficas tales como "De un tiempo y de un país", "Adiós a un tiempo" y "Viaje por la Vía de la Plata". Además, Moa ha explorado el mundo de la novela con títulos como "El erótico crimen del Ateneo" y "Cuatro perros verdes". Este

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

último, que fue recientemente publicado, junto a "Sonaron gritos y golpes a la puerta", forma parte de una trilogía aún en desarrollo que se centra en la evolución de España desde la Guerra Civil hasta la actualidad.

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

Franco Resumen

Escrito por Libro1

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Quién debería leer este libro Franco

El libro "FRANCO" de Pío Moa es ideal para aquellos interesados en la historia contemporánea de España, así como para estudiantes y académicos que buscan un análisis detallado sobre la figura del dictador Francisco Franco y los efectos de su régimen. También es recomendable para lectores que deseen explorar las diversas interpretaciones y controversias en torno a la Guerra Civil Española y la dictadura franquista. En general, esta obra puede resultar valiosa para cualquier persona que quiera entender mejor las complejidades de la historia española del siglo XX y sus repercusiones en la sociedad actual.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Ideas clave de Franco en formato de tabla

Tema	Descripción
Autor	Pío Moa
Título	FRANCO
Género	Historia/Ensayo
Publicación	2009
Contexto	El franquismo en España
Objetivo	Analizar la figura de Francisco Franco y su régimen.
Perspectiva	Revisión crítica de la historiografía convencional sobre Franco.
Estructura	El libro se divide en varios capítulos que abordan diferentes aspectos del franquismo.
Temas principales	Las raíces ideológicas del régimen, la Guerra Civil, la posguerra, la política exterior, y la economía.
Análisis	Moa presenta a Franco como un líder pragmático, argumentando en favor de sus decisiones en contraste con la imagen demonizada que tradicionalmente se ha ofrecido.
Conclusión	Moa sugiere que la figura de Franco debe ser entendida en el contexto de su tiempo, destacando logros y fracasos del régimen.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Tema	Descripción
Impacto	El libro ha generado debate sobre la interpretación de la historia reciente de España.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

Franco Lista de capítulos resumidos

1. Introducción al Contexto Histórico de la España de Franco
2. Orígenes y Formación de Francisco Franco Bahamonde
3. El Ascenso al Poder durante la Guerra Civil Española
4. La Era del Franquismo y la Represión Política
5. Desarrollo Económico y Social en la España Franquista
6. La Transición hacia la Democracia y el Legado de Franco

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

1. Introducción al Contexto Histórico de la España de Franco

La historia de España durante la dictadura de Francisco Franco Bahamonde, que se extendió desde 1939 hasta 1975, está marcada por una serie de eventos y transformaciones que dejaron huella en la vida política, social y económica del país. Para entender el contexto en el que Franco ascendió al poder, es fundamental considerar la situación histórica que precedió a su régimen, así como los factores que influyeron en la dictadura y sus consecuencias a largo plazo.

El siglo XX en España estuvo profundamente influenciado por una serie de crisis políticas y sociales. La monarquía se vio cuestionada por el crecimiento de movimientos republicanos y sociales que clamaban por reformas. La proclamación de la Segunda República en 1931 introdujo un periodo de cambios radicales, pero también de inestabilidad y polarización social que culminó en la Guerra Civil (1936-1939). Durante este conflicto, se enfrentaron las fuerzas republicanas, compuestas por diversas facciones de izquierda, contra el ejército sublevado liderado por Franco, quien contaba con el apoyo decidido de las potencias fascistas de Europa como la Alemania nazi y la Italia fascista.

El final de la guerra en 1939 no solo marcó el triunfo del bando sublevado, sino que también dio inicio a una de las etapas más oscuras de la historia

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

contemporánea española. El régimen de Franco estableció un estado autoritario, promoviendo una intensa represión contra los opositores políticos y realizando una limpieza ideológica en todos los ámbitos de la sociedad. Con el aplastamiento de cualquier disidencia, se instauró un clima de miedo que afectó no solo a los que habían apoyado a la República, sino que también cautivó a muchos españoles que se sintieron obligados a conformarse con las nuevas realidades establecidas.

El régimen franquista se caracterizó por su ideología nacionalcatólica y su rechazo a toda forma de liberalismo, lo que se tradujo en la censura de la prensa, la prohibición de partidos políticos y la persecución de intelectuales y artistas. A pesar de la represión, Franco logró consolidar su poder y establecer un gobierno que, aunque autocrático, se fue adaptando a los cambios del panorama europeo, especialmente tras la Segunda Guerra Mundial, cuando se hizo necesario buscar un reconocimiento internacional para España.

Bajo esta atmósfera de represión y con un control férreo sobre la vida cotidiana, Franco también impulsó una estrategia de desarrollo económico que, aunque inicialmente marcada por la autarquía y la pobreza, dio paso a un periodo de crecimiento en las décadas de 1960 y 1970. La transformación económica tuvo profundas repercusiones sociales, y trajo consigo una modernización que, paradójicamente, condujo a una mayor crítica hacia el

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

régimen. La combinación de opresión política y cambios económicos preparó el terreno para la eventual transición a la democracia que se produciría tras la muerte de Franco en 1975.

Explorar el contexto histórico de la España de Franco es esencial para entender la complejidad de su régimen y cómo este ha influido en la identidad española contemporánea. Las huellas dejadas por sus políticas autoritarias y el reparto de la memoria histórica continúan siendo temas candentes en la sociedad española actual.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

2. Orígenes y Formación de Francisco Franco Bahamonde

Francisco Franco Bahamonde nació el 4 de diciembre de 1892 en Ferrol, una ciudad portuaria al noroeste de España, en el seno de una familia de tradición militar. Su padre, Nicolás Franco, era teniente de la Armada, lo que influyó decisivamente en la formación del joven Francisco. Desde temprana edad, Franco mostró inclinaciones hacia la vida militar, ambiente que forjó su carácter y sus futuros ideales. La familia Franco se vio inmersa en un contexto de inestabilidad política y social a finales del siglo XIX, lo que despertó en el futuro dictador un fuerte sentido patriótico y un deseo de restaurar el orden en España.

Franco inició su formación militar a los 14 años, ingresando en la Academia de Toledo, donde se destacó por su disciplina y su dedicación. Su carrera como oficial comenzó en el ejército español, donde pronto asumió importantes responsabilidades. Participó en la Guerra de Marruecos, un conflicto que marcaría su vida y carrera, proporcionando experiencias que cimentarían su ideología militarista y nacionalista. La brutalidad y el caos que presenció en el campo de batalla le dieron una perspectiva clara sobre la importancia de la autoridad en la gobernanza y el peligro de las divisiones internas en la sociedad española.

En su paso por el ejército, Franco se hizo conocido por su tenacidad y

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

habilidades estratégicas, lo que lo llevó a ocupar posiciones de liderazgo en diferentes operaciones militares. Su ascenso a teniente coronel tuvo lugar en un período donde la España imperial comenzaba a desmoronarse, dando pie a un clima de crisis que influiría en sus convicciones políticas. Influenciado por el auge del nacionalismo y los movimientos de derecha en Europa, Franco comenzó a desarrollar ideas sobre la unidad nacional y la necesidad de un liderazgo fuerte y autoritario para guiar a España hacia un futuro estable.

La formación de Franco no solo fue militar, sino también ideológica. A medida que se involucra más en la vida política, empieza a alinearse con doctrinas fascistas y con la ideología de sectores conservadores que veían en la República una amenaza para la tradición y los valores nacionales. Su participación en la guerra civil que estalló en 1936 fue un catalizador que le permitió converger sus principios personales con un movimiento político más amplio, consolidando su imagen como líder carismático y autoritario.

En resumen, los orígenes y la formación de Francisco Franco fueron un reflejo de su entorno familiar, su carrera militar y sus experiencias en el conflicto de Marruecos, así como de la turbulenta historia política de España en su juventud. Estos elementos moldearon su carácter y sentaron las bases para su ascenso al poder durante la Guerra Civil Española, convirtiéndose en el arquitecto de un régimen que transformaría drásticamente el panorama

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

político y social de España.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

3. El Ascenso al Poder durante la Guerra Civil Española

El ascenso al poder de Francisco Franco se produjo en un contexto profundamente conflictivo y tumultuoso que marcó a España durante la década de 1930. La Guerra Civil Española (1936-1939) fue el catalizador que permitió a Franco consolidar su liderazgo y dar forma a una dictadura que perduraría hasta su muerte en 1975. Al inicio de la guerra, la situación política en España era tensa; el país estaba dividido entre facciones de izquierda, que abarcaban desde socialistas hasta comunistas, y fuerzas de derecha, que incluían monárquicos, falangistas y militares descontentos con el gobierno de la Segunda República.

Franco, un militar de carrera que había ascendido a general a una edad relativamente temprana, era un miembro destacado del ejército español. Su papel en la guerra comenzó tras el fallido golpe de estado del 17 de julio de 1936, cuyo objetivo era derrocar al gobierno republicano. A pesar de que el golpe inicial no logró su objetivo, Franco se posicionó rápidamente como uno de los líderes clave del bando sublevado. Desde el inicio de la contienda, Franco supo aprovechar el descontento social y las divisiones ideológicas para forjar una alianza entre diferentes grupos de derechas.

Franco fue nombrado jefe del ejército de África, donde obtuvo victorias decisivas que le permitieron avanzar al territorio peninsular. Su liderazgo

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

militar y estratégico, junto con el apoyo de la Alemania nazi y la Italia fascista, le proporcionaron ventajas significativas sobre los republicanos. Mientras tanto, Franco estableció un comando militar unificado, lo que le permitió centralizar el poder dentro del bando sublevado y minar la influencia de otros líderes, como Sanjurjo y Mola, quienes inicialmente también habían tenido roles prominentes en la sublevación.

La consolidación de Franco como líder del bando sublevado se formalizó en octubre de 1936, cuando fue nombrado Generalísimo y Jefe del Gobierno. En esta posición de poder, Franco promovió una agenda nacionalista y anticomunista, estigmatizando a sus adversarios como traidores a la nación. Su capacidad para movilizar recursos y tropas, junto con su hábil propaganda, le permitió ganar batallas significativas y ampliar el control territorial de los sublevados. Al final de la guerra, tras una lucha encarnizada y una serie de victorias militares, Franco logró entrar en Madrid en abril de 1939, proclamando la victoria del bando sublevado.

Este ascenso al poder no solo se basa en la destreza militar de Franco, sino también en su capacidad para manipular el apoyo social en un momento de gran polarización e inestabilidad. En el contexto de la guerra, logró atraer a una amplia gama de grupos, desde campesinos hasta empresarios, unificando intereses bajo el estandarte del nacionalismo y la unidad española. Al final de la guerra civil, Franco emergió no solo como un líder militar sino como el

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

dictador que marcaría el futuro de España con su régimen autoritario.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

4. La Era del Franquismo y la Represión Política

La era del franquismo, que abarcó desde el fin de la Guerra Civil en 1939 hasta la muerte de Franco en 1975, se caracterizó por una dictadura totalitaria marcada por una intensa represión política. Una de las primeras acciones del régimen fue la persecución sistemática de la oposición, que incluía tanto a republicanos como a quienes habían mostrado simpatías hacia el gobierno legítimo durante la guerra. Las fuerzas franquistas, especialmente la Guardia Civil y la policía, llevaron a cabo detenciones masivas, torturas y ejecuciones sumarias, haciendo de la represión un mecanismo central para consolidar el poder de Franco.

El régimen se vio sustentado por una ideología nacionalcatólica, donde la Iglesia católica jugó un papel crucial, validando y legitimando la brutalidad del gobierno. Los opositores estaban expuestos a juicios militares, donde las garantías judiciales eran prácticamente inexistentes, y los condenados a menudo enfrentaban penas de muerte o largas condenas en prisiones infames. Desde 1939 hasta 1945, se estima que más de 100,000 personas fueron ejecutadas y cientos de miles encarceladas, creando un ambiente de miedo y oposición internalizada que perduraría durante décadas.

Además de la represión física, Franco implementó una guerra cultural, silenciando cualquier tipo de disidencia a través de censura estricta en los

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

medios de comunicación, la literatura y el arte. La propaganda fue un elemento clave en la estrategia del régimen; mediante ella se promovían valores de nacionalismo, unidad y la imagen de Franco como el salvador de España, mientras se demonizaba al enemigo republicano. En este contexto, se prohibieron todas las manifestaciones de pensamiento crítico y cualquier intento de recuperar la memoria histórica que contradijera la narrativa oficial.

La oposición al régimen se organizó de diversas formas, pero siempre bajo el constante riesgo de represión. Los grupos de resistencia, incluidas las formaciones socialistas, anarquistas y comunistas, intentaron reorganizarse, aunque enfrentaron el desafío de la represión estatal que no solo intentaba aplastar a los disidentes, sino que también buscaba desintegrar cualquier forma de unidad entre ellos.

A partir de los años 60, surgieron nuevas formas de protesta. Las manifestaciones estudiantiles y la creciente presión internacional hacia un cambio democrático empezaron a cuestionar el prolongado statu quo. Sin embargo, la represión continuó siendo feroz, desmantelando marchas y concentraciones pacíficas y deteniendo a quienes osaban alzar la voz contra la dictadura.

En resumen, la era del franquismo estuvo marcada por una represión política

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

brutal y sistemática, que moldeó la sociedad española hasta límites que afectarían a generaciones futuras. La combinación de terror físico, control cultural y manipulación ideológica permitió a Franco mantenerse en el poder durante casi cuatro décadas, creando un legado de división y trauma que España aún trabaja por sanar.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

5. Desarrollo Económico y Social en la España Franquista

Durante el periodo del franquismo, que se extendió desde 1939 hasta 1975, España experimentó cambios fundamentales en su estructura económica y social. Al final de la Guerra Civil, el país se encontraba en estado de devastación. La economía estaba colapsada, marcada por la pobreza y la falta de recursos. Franco, apoyado por su ideología autárquica y el deseo de reconstruir la nación, implementó políticas rígidas que inicialmente llevaron a un estancamiento económico palpable.

En los primeros años del franquismo, la autarquía se definió como la respuesta del régimen a la crisis. Se promovió un modelo económico que buscaba la autosuficiencia, limitando las importaciones y desarrollando la producción nacional. Sin embargo, esta estrategia no dio frutos positivos. La población sufría hambre y carecía de bienes básicos, lo que desató descontento y desilusión entre la gente. La escasez de alimentos y otros productos esenciales era crítica, y muchas medidas del gobierno eran vistas como ineficaces.

A mediados de la década de 1950, la situación comenzó a cambiar con la aprobación del Plan de Estabilización de 1959. Este plan impulsó una apertura al exterior y promovió una serie de reformas que liberalizaron la economía. A partir de entonces, España adoptó un modelo de desarrollo que

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

incentivó la inversión extranjera y fomentó la industrialización. Durante los años 60, el "Milagro Económico Español" se convirtió en una realidad, evidenciado por un crecimiento sostenido del PIB que transformó el país en uno de los más dinámicos de Europa en esa época.

El desarrollo industrial fue acompañado por la modernización de las infraestructuras, y se expandió considerablemente la construcción de viviendas. Las ciudades crecieron rápidamente, y el éxodo rural hacia los centros urbanos dio lugar a una nueva clase trabajadora. Esto a su vez ocasionó alteraciones en la estructura social, dando origen a una sociedad más urbanizada y, aunque aún marcada por la desigualdad, más educada y comunicativa. El aumento de la producción y del consumo llevó a un progreso significativo en los niveles de vida de muchos españoles.

No obstante, el desarrollo del franquismo también trajo consigo tensiones sociales. La represión política y social coexiste con la modernización económica, y el régimen utilizó la propaganda para presentar una imagen de progreso que contrarrestaba con las duras realidades vividas por aquellos que se oponían al régimen. Se establecieron controles sobre los sindicatos y los movimientos sociales, limitando así cualquier atisbo de disidencia. Esto creó una serie de contradicciones donde la prosperidad económica era un espejismo que no reflejaba la realidad de la libertad y los derechos humanos en el país.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

En resumen, el desarrollo económico y social durante la España franquista fue un proceso complejo que, tras los años de crisis y autarquía, llevó a una modernización significativa. Sin embargo, esta transformación llegó a costa de una opresión que impidió el desarrollo pleno de la sociedad y la participación ciudadana, lo que dejaría secuelas profundas en la historia del país.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

6. La Transición hacia la Democracia y el Legado de Franco

La Transición hacia la Democracia en España, que se inició a finales de los años 70, se desarrolla en un contexto nacional marcado por la muerte de Francisco Franco en 1975 y la consiguiente apertura política tras décadas de régimen autoritario. La figura de Franco y su legado continúan siendo objeto de intenso debate y controversia, ya que su régimen dejó una profunda huella en la sociedad española y en sus instituciones.

La transición se inició de forma gradual, empezando con la legalización de los partidos políticos y la celebración de elecciones libres. Este proceso fue guiado por líderes moderados que buscaban establecer un sistema democrático sin provocar un enfrentamiento directo con los sectores más duros del franquismo, lo que refleja una voluntad de consenso y estabilidad. La figura de Adolfo Suárez, primer presidente del Gobierno tras la dictadura, fue fundamental para la elaboración de una nueva Constitución en 1978, que institucionalizó la democracia y los derechos fundamentales, simbolizando el alejamiento definitivo de la autarquía y la represión.

El legado de Franco, sin embargo, fue complicado. Por un lado, su política de desarrollo económico y su intervención en sectores clave como la industria y la agricultura sentaron las bases de un modelo económico que, en el contexto de la transición, demostró ser capaz de adaptarse a las demandas

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

de una economía más abierta y dinámica. A pesar de ello, las heridas y divisiones dejadas por su régimen continuaron presente en la sociedad española, generando tensiones especialmente en cuestiones como la memoria histórica y el reconocimiento de las víctimas de la represión franquista.

El legado de Franco no solo persistió en el ámbito económico, sino también en el cultural y social, donde el nacionalismo español y la idea de la unidad del Estado, promovidas durante su régimen, continuaron influyendo en el debate político en las décadas siguientes. La reconciliación nacional se convirtió en una tarea difícil y a veces ambigua, a medida que se intentaba construir una narrativa común que incluyera tanto a los que habían apoyado la dictadura como a aquellos que habían luchado contra ella.

En resumen, la Transición hacia la Democracia en España fue un proceso complejo, marcado por el peso del legado de Franco. A pesar de los esfuerzos por establecer un nuevo orden democrático, las cicatrices del pasado y los desafíos en torno a la memoria y justicia histórica siguen formando parte de la conversación política en España, recordando que la transición no fue solo un cambio de régimen, sino un proceso de redefinición nacional y un intento de sanación colectiva.

Más libros gratuitos en Bookey



Escanear para descargar

5 citas clave de Franco

1. "La memoria histórica es una construcción ideológica, no una verdad absoluta."
2. "Franco no fue un dictador al uso; fue un producto de su tiempo y de su entorno."
3. "El régimen franquista, a pesar de sus sombras, también logró importantes avances en la modernización de España."
4. "La guerra civil fue una tragedia que dejó profundas heridas en la sociedad española, heridas que tardarán generaciones en sanar."
5. "El legado de Franco es complejo e interrelacionado con la historia de España en el siglo XX."

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