



UNIDAD 3

UNA TÉCNICA PARA ESTUDIAR

UNA TÉCNICA PARA ESTUDIAR

Imagina que te sientas en una silla cómodamente y que lees un libro que te dice cómo nadar. Después sigues con otros asuntos durante los siguientes días sin pensar en lo que has leído, y solamente lo haces cuando entras en la alberca. Naturalmente, tu brazada mejorará muy poco, si es que mejora, por resultado de tu lectura.

Asimismo, si solamente lees este manual estarás desperdiciando lamentablemente tu tiempo, pues no se trata simplemente de un boletín de información. Describe, más bien, procedimientos que deberán *practicarse* para que sean útiles. No podrás estudiar mucho mejor si *lees* este *manual* , pero aprenderás más con un poco de tiempo que dediques al estudio, si llegas a entender los principios y procedimientos que da a conocer y si los aplicas cuando estudias.

Para aprender bien mediante este libro, se requiere una lectura eficiente, pues poca gente lee con todo el *provecho* con que podría llegar a hacerlo; por lo que, en primer lugar, presentaremos un método de estudio en el que se lee el material asignado para adquirir la mayor cantidad posible de conocimientos y de memoria, independientemente del tiempo dedicado a la lectura.

Este método para estudiar se llama método PQRST.* Es fácil de recordar porque, como se ve, contiene cinco letras consecutivas del alfabeto.

* Este método consta de cinco fases que se llaman, en inglés:

Preview
Question
Read
State
Test

Para observar la tendencia nemotécnica del autor (PQRST) se decidió utilizar una fórmula equivalente (EFGHI), que correspondiese, en cuanto a su significado, a las palabras inglesas cuyas siglas integran el nombre del método:

P = Examen preliminar
Q = Formularse preguntas
R = Ganar información mediante la lectura
S = Hablar para describir o exponer los temas leídos
T = Investigar los conocimientos que se han adquirido.

Hay que admitir que estas traducciones españolas presentan el inconveniente de estar formadas, en cada caso, de dos o más palabras: pero es necesario tener en cuenta que, además de corresponder al significado inglés, ofrecen otras ventajas: claridad y precisión para el estudiante de habla española y, también una equivalencia nemotécnica:

PQRST = EFGHI

Se trata de un procedimiento de estudio que se ha preparado para obtener el máximo provecho de los factores que ayudan al aprendizaje. Se ha puesto a prueba repetidamente, comparándose los resultados obtenidos entre un grupo de alumnos que estudiaron siguiendo el método PQRST, con los de otro grupo que aplicó sus métodos comunes de estudio. Los estudiantes que siguieron el método de estudio PQRST obtuvieron, consecuentemente, un promedio de calificaciones superior en las pruebas que se hicieron del material estudiado que el que obtuvieron los estudiantes que no utilizaron el método PQRST. Se han repetido estos experimentos, mediante procedimientos muy diferentes, y se ha comprobado que los grupos que emplean el método PQRST obtienen mejores calificaciones en las pruebas, independientemente de que los grupos en confrontación dediquen poco o mucho tiempo al estudio. En otras palabras, si solamente se dispone de poco tiempo para estudiar, los alumnos parecen aprender y recordar más si utilizan *todas* las fases del método PQRST, aunque sea rápida y brevemente, que si omiten alguna o algunas de ellas.

En cada una de las cinco etapas que vamos a examinar hay dos cosas que debemos conocer: a) *Cómo se realiza la etapa.* b) *Cuáles son los resultados de su buena, realización.*

1. EL MÉTODO DE ESTUDIO PQRST

La primera etapa, en el método de estudio PQRST, consiste en un EXAMEN PRELIMINAR del material que se va a estudiar. Ya sabes lo que es hacer un examen preliminar. Muchas veces has visto un "avance" o examen preliminar de la próxima película en un cine - una rápida ojeada para ver lo que viene más adelante- para conocer el plan e idea generales, para despertar tu interés en ver más, aunque no se ofrecen los detalles, lo cual es exactamente lo que tienes que hacer en el EXAMEN PRELIMINAR del método PQRST.

Puedes efectuar este EXAMEN PRELIMINAR mediante cualquiera de los diferentes procedimientos que se mencionan a continuación. Muchos autores de libros de texto dividen su material en *temas* o *subtemas*. Otros colocan breves títulos descriptivos al principio de estos temas. Si esto se ha hecho, el análisis de estos títulos te proporcionará una idea más clara y general del asunto que debes aprender.

Si el autor no emplea títulos para los temas, puedes encontrar *oraciones clave* en el primero o en el último de los párrafos, que proporcionan una idea general sobre el contenido de éstos. Un vistazo rápido te indicará si el autor ha



empleado este medio de estudio; si así es, estas oraciones clave equivalen, en importancia, a los títulos de los temas.

Si el autor no ha hecho ninguna de estas cosas, quizá ha preparado un *resumen*, al final del artículo o del capítulo, en el que se incluyen las principales ideas contenidas en ellos. Si se dispone de estos resúmenes, contarás con excelentes elementos para hacer el EXAMEN PRELIMINAR del material. *Primero* lee el resumen, con el propósito de obtener una idea general del capítulo.

Si no se dispone de ninguno de estos tres auxiliares para hacer el EXAMEN PRELIMINAR, tienes que depender del más difícil, pero más valioso y útil de los procedimientos para efectuar el EXAMEN PRELIMINAR: El de escudriñamiento, que consiste en leer rápida pero cuidadosamente, una página de arriba abajo, no leyendo palabra tras palabra, ni siquiera mirando a cada una de las oraciones, sino tomando una frase aquí y otra allá para tener una idea de lo que el autor está tratando y para conocer el procedimiento general que emplea. Desarrollar esta habilidad, de escudriñar rápidamente y bien, requiere cierta práctica, pero una vez obtenida se convierte en un valioso auxiliar para un estudio completo, y en una gran ayuda para examinar rápidamente determinado material y ver lo importante y lo intrascendente.

La ejecución adecuada de la etapa que se ha llamado EXAMEN PRELIMINAR te proporcionará el cuadro general que el autor está dando a conocer en su escrito y te ayudará a descubrir la verdadera idea que está tratando de probar. Distinguir exactamente lo que el autor está tratando de hacer te facilita localizar y reconocer los puntos más importantes de las páginas que vas leyendo. El EXAMEN PRELIMINAR También te permite juzgar la *organización* del tema que vas a estudiar. Es como mirar la imagen de un rompecabezas antes de juntar sus piezas. Tener una idea

general de un capítulo te ayudará considerablemente para ver cómo se interrelacionan los temas. Esta etapa del proceso del estudio muestra la organización del autor y te ayuda a precisar *por qué* vas a estudiar este material.

La segunda etapa del método de estudio PQRSST, consiste en FORMULARSE PREGUNTAS. Cuando estés leyendo el título del capítulo o del tema, o cuando te encuentres desarrollando el EXAMEN PRELIMINAR, te detendrás un minuto para preguntarte: ¿Cuál será precisamente el contenido del tema que lleva este título?, y conforme vayas desarrollando el EXAMEN PRELIMINAR, FORMULA algunas preguntas que consideres que podrán contestarse mediante una cuidadosa lectura del material. Por ejemplo, imagina que estás leyendo un trabajo sobre la vida de Edgar Allan Poe. Las preguntas que podrías esperar que fuesen contestadas son: *¿Cómo fue su infancia?; ¿cuál fue su educación?; ¿cómo influyeron estos aspectos en lo que escribió?; ¿hubo algún acontecimiento especial en su vida que permita explicar el horror y la tragedia contenidos en la mayor parte de sus escritos?; ¿es correcto suponer que haya sido influido, considerable y especialmente por los trabajos de algún otro autor?; ¿en qué forma ha influido su obra en otros autores?*

Todas estas preguntas podrán FORMULARSE teniendo en cuenta solamente el título del trabajo. Tú puedes FORMULAR preguntas, más detalladas, conforme efectúas el EXAMEN PRELIMINAR del tema. Puede encontrarse también, a menudo, una lista de preguntas al final del capítulo o de la lectura asignada. Es un buen recurso buscar tales preguntas antes de que inicies la lectura formal. Léelas todas después de tu EXAMEN PRELIMINAR Y CONSÉRVASLAS en la mente mientras haces cuidadosamente tu lectura. Encontrarás que este sistema de realizar la segunda etapa, la de FORMULARSE PREGUNTAS, se ajusta debidamente con la sugerencia de que leas - si existe- el resumen del capítulo antes de leer detalladamente este último, como se te indicó en la etapa llamada EXAMEN PRELIMINAR, ya que ambos suelen aparecer al final del capítulo.

Puedes ver, según lo anterior, que una de las formas para mejorar el estudio consiste en aprovechar al máximo todos los elementos útiles que proporciona el autor. Esto indica que, algunas veces, no tomarás las cosas en el mismo orden en que el autor las ha colocado en su texto. Si el autor coloca algo (resumen, por ejemplo, o una lista de preguntas para estudiar) al *final* de un capítulo y te puede ser más útil si lo lees *primero* pues. . . ¡léelo primero!

¿Qué ventajas obtienes en esta etapa de FORMULARSE PREGUNTAS anticipadamente? Ya hemos mencionado que es útil saber con exactitud lo que se busca cuando se está estudiando. Cuanto más te esfuerces por encontrar las respuesta a preguntas provechosas e inteligentes, conforme vas estudiando, mayor será la probabilidad de que tu aprendizaje sea eficaz. Estas preguntas te proporcionan objetivos *inmediatos* que hay que investigar, y no precisamente una idea general de lo que vas a percibir al estudiar todo el capítulo.



Te indican lo que debes buscar en cada subtema, en cada oración y en cada párrafo. Te estimulan a estar pendiente de los detalles durante tu lectura. También te facilitan concentrar la atención en lo que estás leyendo. Dicho de otro modo: las preguntas favorecen tu *concentración*, ya que te indican lo que tienes que precisar a lo largo de tu estudio.

Esta etapa, que consiste en FORMULARSE PREGUNTAS, ayuda mucho en el momento de preparar los exámenes. Las buenas calificaciones en los exámenes no son la única razón para estudiar; pero sería ridículo pensar que no son importantes en el trabajo escolar. Solamente puede formularse un número limitado de buenas preguntas sobre determinada cantidad del material que se estudia. Conforme desarrolles cierta habilidad para FORMULAR PREGUNTAS mientras estudias, encontrarás que aparecen en los exámenes, en cada ocasión, mayor número de las preguntas que te haces y cuyas respuestas conoces. Conforme conozcas las características de tus maestros para hacer exámenes, irás deduciendo, cada vez en mayor número, las preguntas de éstos. Si has estudiado cuidadosamente aunque sea unas cuantas preguntas que aparezcan en el examen, ¡éstas te serán de gran ayuda! Si escribes las preguntas que *te formulas* cuando realizas esta etapa, las estudias a diario y las repasas al preparar un examen, puedes mejorar mucho tus calificaciones.

Nuestra tercera etapa en el método PQRST consiste en LEER, es decir, en GANAR INFORMACIÓN mediante la lectura y no leer solamente las palabras. La lectura eficiente exige ser *activo*. Cuando empezamos la lectura de un estudio que

nos han dejado, muchos de nosotros nos sentamos en una silla cómoda, nos recargamos sobre su respaldo, colocamos los pies sobre el escritorio y el libro sobre las rodillas, y leemos. Nuestros ojos están activos - leen palabra tras palabra, todo lo que está escrito en la página- pero nuestra mente suele distraerse. El resultado es que leemos un párrafo, palabra tras palabra, y entonces, nos damos cuenta de que no tenemos la menor idea de lo que hemos leído.

La trascendencia de la lectura eficaz depende de la *actitud*, dicho de otra manera: hay que pensar intensamente en lo que se está leyendo. Tu mente no es como un terreno seco que absorbe el conocimiento sin ningún esfuerzo y que lo toma, tan sólo, al entrar en contacto con él. El conocimiento es, más bien, como una pelota que ha sido pateada al aire y que debe perseguirse y atraparse, antes de hacer algo con ella.

Aprenderás en el mismo grado en que tu mente se conserve atenta y comprenda cada aspecto de lo que estás leyendo. Todo aprendizaje es un trabajo que pide a tu cerebro entrar en acción, y esto ocurre cuando actúas con interés y dinamismo en relación con el material que vas a aprender. El cuarto paso de nuestro método de estudio consiste en HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS LEÍDOS. Con esto queremos decir que repitas oralmente, en tus propias palabras, lo que has leído. Cuando termines de leer un párrafo, reclínate hacia atrás, deja de ver tu libro y vuelve a decir lo que el autor ha mencionado. Después de que hayas dominado la ejecución de esta etapa, tal vez preferirás leer toda una sección o capítulo antes de detenerte para volver a repetir lo que ya has leído, y puede serte útil, cuando hayas leído varias páginas, mira el título del tema para recordar lo que se ha mencionado en él. Si lo que estás leyendo no tiene temas con títulos, entonces subraya las partes importantes conforme las vayas leyendo.



Los subrayados te recordarán los puntos importantes y te servirán para reconstruir el tema, en tu imaginación, tan completamente como sea posible. Si no se trata de un libro de tu propiedad, naturalmente no deberás subrayarlo. En este caso, podrías describir de memoria lo que has leído y, después, confirmar con el texto si tu resumen ha sido correcto. Al terminar tu exposición será conveniente que vuelvas a pensar en los puntos importantes para comprobar si recuerdas suficientes detalles que abarquen los hechos que se mencionaron en la descripción. Conviene que este recordatorio se haga *en forma verbal*, o sea, decir realmente las palabras en voz alta o murmurándolas. Pensar nada más: "¡Oh. . . hum. . . ah. . .!", ya recuerdo. . ., esto trata de. . . si, lo sé todo", no es suficiente por ningún motivo.

Todos hemos tenido la experiencia de pensar en algo y decirnos: "Si es una buena idea, sé todo sobre eso", y más tarde, cuando empezamos a explicar la idea a alguna otra persona, nos encontramos con que no somos capaces de expresarla correctamente. Una idea vaga e incierta, que no puede aplicarse con palabras efectivas y claras, tal vez no tenga ningún valor para nadie. Es claro que no se puede hablar de un asunto, ni presentar un examen sobre él —con buenos resultados—, si sólo se tiene una idea indefinida o confusa sobre el tema. Después de todo, la única forma de que disponemos para saber si podemos expresar con palabras un tema por estar suficientemente claro en nuestra mente— es, precisamente, ¡expresarlo mediante palabras! Por tanto, haz precisamente esto.

Al reconstruir el tema por medio de un resumen, de subrayados, de títulos o indirectamente de tu memoria, presenta tus ideas con palabras eficaces para asegurarte de poder manejarlas con claridad y precisión. Repítelas mentalmente o en voz alta. Si lo realizas, esta etapa íntegramente probará que *respondes* al estímulo del estudio que es absolutamente necesario para el aprendizaje. De esta manera te encuentras en plena actividad mental cuando haces un resumen del material que el autor ha expuesto, ya que vuelves a expresar el tema, pero ahora con tus propias palabras.



Al hacerlo se desarrolla otro aspecto necesario para el aprendizaje que es entender la *organización*. Es imposible comprender una materia o un tema perfectamente si sólo se conocen los hechos individuales de esa materia o tema, o si sólo se tiene una ligera idea de cómo esos hechos se combinan para dar forma a toda la materia o a todo el tema. No puedes expresar lo que dice el autor, con tus propias palabras, salvo que hayas creado, en forma clara en tu mente, la imagen completa, es decir la *organización* de lo que él está diciendo.

La etapa que hemos llamado HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS LEIDOS, Contribuye también en mucho para lograr la *comprensión* de lo que estudias; es otro de los elementos esenciales del aprendizaje. Para reconstruir un tema con tus propias palabras, debes tener un conocimiento real del contenido y del significado de la materia, y una comprensión efectiva de lo que representan las palabras y las ideas. Si descubres la organización que ha empleado el autor, y si puedes expresar sus ideas con tus propias palabras, seguramente has aprendido el material bastante *bien* y *podrás* utilizarlo. Te aprovechará lo que aprendes tanto como puedas aplicar el conocimiento adquirido en las situaciones en que lo necesites, ya se trate de exámenes o de otras actividades de tu vida. Rara vez podrás aplicar el conocimiento y la información y, por tanto, rara vez podrás obtener gran utilidad de ellos, salvo que realmente comprendas lo que significan esos hechos e ideas, lo que representan en conjunto, y cuál es su punto esencial. Podrías repetir de memoria, con gran exactitud, un determinado conjunto de datos sin *comprenderlos*. ¡Un perico también puede repetirlos! Indudablemente, tales hechos carecen, en estas condiciones, de valor para ti; pero si puedes expresar los datos con tus propias palabras, en tal forma que tengan un significado para ti, seguramente podrás aplicar tus conocimientos en determinadas situaciones con gran provecho personal.

La realización de esta etapa te brindará un medio valioso y seguro de saber el grado de eficacia que ha tenido tu estudio; te permitirá saber si necesitas estudiar un poco más un tema dado, y sobre que puntos necesitas un estudio adicional. Es una pérdida de tiempo volver a estudiar el material que ya conoces y comprendes claramente, o estudiar material nuevo cuando el básico no ha sido realmente aprendido. Si puedes reconstruir lo que has leído a partir de tus anotaciones, sabes perfectamente bien que puedes seguir adelante sin dedicar más tiempo a lo que ya aprendiste; pero si no es así, continuar con material nuevo, en estas condiciones, probablemente determinará que además de acumular más material "semiaprendido", impreciso y sin ninguna utilidad, inviertas mayor cantidad de tu tiempo sin obtener resultados positivos.

Es necesario insistir en la importancia que tiene —en la ejecución de esta cuarta etapa: HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS QUE HAYAS ESTUDIADO— Emplear tus propias palabras. Diversas pruebas de laboratorio han demostrado que la persona que dispone de cierta cantidad de tiempo para estudiar

un tema, independientemente de que sean quince minutos o cinco horas, generalmente obtiene mejores calificaciones en los exámenes sobre el material visto, si dedica, *por lo menos, la mitad de su tiempo total de estudio* a meditar, esto es, a pensar nuevamente sobre lo leído —como tiene que hacerse en la etapa de HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS LEIDOS—. Esto significa que si dispones de toda una hora para estudiar un capítulo, generalmente obtendrás mejores resultados si empleas treinta minutos, o un poco menos, en las etapas de EXAMEN PRELIMINAR y en la de lectura (GANAR INFORMACIÓN MEDIANTE ELLA Y no leer sólo palabras) y, cuando menos, treinta minutos en las etapas de FORMULARSE PREGUNTAS Y que implica HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS LEÍDOS. Si reflexionas brevemente encontrarás que estas dos últimas etapas implican, prácticamente, el mismo tipo de proceso mental. Ambas exigen que se piense, que se emplee nuestra memoria, y que organicemos y analicemos nuestras ideas e informaciones basándonos en nuestros propios esfuerzos. Las etapas de EXAMEN PRELIMINAR Y de lectura (GANAR INFORMACIÓN MEDIANTE ELLA Y no leer sólo las palabras), por otra parte, son semejantes en cuanto a que están relacionadas, esencialmente, con tu esfuerzo para adquirir la información que proporciona el autor. Por tanto, ten presente que ocupar la mitad de tu tiempo de estudio en las dos etapas que necesitan meditación y la otra mitad en la lectura, parece ser el mejor procedimiento. Muchos especialistas recomiendan que se dediquen unos dos tercios del tiempo de estudio a la meditación; pero *seguramente ninguno de ellos recomendaría que se dedicara menos de la mitad*.

Es muy común no dar importancia a este proceso de meditación dentro del trabajo intelectual porque suele ser más difícil pensar que leer. Incluso, es mucho más fácil que te engañes creyendo que has meditado un tema aunque en verdad no te hayas enterado de la lectura. Por lo que el procedimiento más adecuado consiste, probablemente, en que hagas de la observación atenta un principio de acción que emplearás durante tu proceso de estudio, asegurándote de que no reduces ni modificas las dos etapas de meditación. Concédete mayor importancia a la etapa de HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS LEIDOS, ¡si realmente estás interesado en aprender y recordar!

La última etapa, en tu técnica de estudios PQRST, consiste en INVESTIGAR LOS CONOCIMIENTOS QUE HAS ADQUIRIDO. Quizá supongas que, siendo las escuelas y los maestros lo que son, tendrás gran cantidad de exámenes ¡sin que tengas que idear ninguno por ti mismo!; pero la quinta etapa del sistema PQRST (INVESTIGAR QUÉ CONOCIMIENTOS HAS ADQUIRIDO), es una de las comprobaciones que tienes que hacer para asegurarte mejores calificaciones en esas pruebas que inevitablemente tendrás que presentar.

Esto es realmente una forma abreviada de la etapa anterior ya descrita, pero que se efectúa, con fines de repaso, algún tiempo después de tu primer estudio. Lo

que se debe recordar es que el repaso se basa en la *meditación* sobre el material que se está revisando más bien que en pasar los ojos rápidamente sobre él.



Los mismos conceptos que se han mencionado sobre la actitud y sobre la etapa que hemos llamado HABLAR (PARA EXPONER O DESCRIBIR LOS TEMAS LEIDOS), se aplican aquí. Cuando se repasa, se aprende de memoria determinado material no porque tus ojos lo vean por segunda o tercera vez, sino como resultado de lo que sucede cuando tu cerebro empieza a examinar el material completamente por segunda o tercera vez.

Si consideras el repaso como un *examen* (para ver cuánto recuerdas y para determinar cuáles son tus puntos débiles, en lugar de mirar sólo tus notas o el material), te darás cuenta de que recuerdas más y de que puedes emplear tus conocimientos con gran provecho al hacer tus exámenes o al aplicarlos en otros usos. Por ello, cuando repases, utiliza un procedimiento abreviado del paso que hemos llamado HABLAR (DESCRIBIENDO O EXPONIENDO LOS TEMAS LEÍDOS). A esto lo llamamos INVESTIGACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS QUE SE HAN ADQUIRIDO.

2. CONCLUSIÓN

Esta es la técnica de estudio PQRST. Se ha comprobado que cada una de sus etapas es un eslabón necesario de una cadena que conduce a un estudio más eficiente. No hace milagros. No puede proporcionar aprendizaje salvo que le dediques tiempo y trabajo. Sin embargo, si estás pensando: "Este sistema puede ser bueno, pero tarda más tiempo del que se puede dedicar al estudio y es muy complicado de seguir", conviene tener presentes estas tres condiciones:

1. *Con cualquier tiempo que le dediques* —si lo divides entre la lectura y la meditación, como se ha descrito antes—, podrás aprender y recordar más que si omites la parte relacionada con la meditación.
2. Si para estudiar empleas breves periodos, desligados entre si, y no sigues un plan sistemático de estudio, el tiempo empleado no te dará tan buenos resultados como los que obtendrías con el total de ese mismo tiempo si lo distribuyes y lo usas sistemáticamente, como en el método PQRST.
3. La mayor parte de la gente informa que cuando se usa correctamente el método PQRST, resulta mucho más sencillo y fácil de llevar a cabo de lo que suponían. De modo que ¡pruébalo! No concluyas que será difícil de hacer ni que tardará mucho tiempo; no lo dejes pasar sin haberlo ensayado. Prácticalo unas seis veces y encontrarás que verdaderamente es muy fácil y sencillo, por muy difícil que pueda parecerle cuando lo apliques por primera vez. Un poco de tiempo, dedicado a desarrollar la habilidad necesaria para usar el método PQRST, te producirá grandes dividendos por el tiempo que ahorrarás en los estudios posteriores y por las mejores calificaciones que obtendrás.

Esto no es sólo teoría; se ha probado repetidamente con las experiencias reales de estudiantes y alumnos como tú. Ensáyalo.

GUÍA DE ESTUDIOS

1. ¿Cómo te ayuda a aprender el EXAMEN PRELIMINAR?

2. ¿Qué papel desempeña el FORMULARSE PREGUNTAS en el estudio eficiente?

3. ¿Qué debes hacer para GANAR INFORMACIÓN MEDIANTE LA LECTURA, esto es, para leer más eficazmente?

4. ¿Haz una lista de los beneficios que se obtienen cuando se emplea la etapa de HABLAR PARA DESCRIBIR O EXPONER LOS TEMAS LEÍDOS.

5. ¿En qué difiere la etapa de INVESTIGAR LOS CONOCIMIENTOS QUE SE HAN ADQUIRIDO de la forma en que repasa la mayoría de los estudiantes?

[Indice](#)