

¿QUIÉN HABITA A QUIÉN?

[INTRO]

¡Les damos la bienvenida al podcast de Wimblu!

Esta entrevista es la primera en una serie de conversaciones que queremos entablar con profesionales de las ciencias naturales, para explorar las intersecciones entre ciencia, filosofía, artes, espiritualidad y más.

[MÚSICA]

Soy Alessandra Baltodano, y en esta entrega les traemos *¿Quién habita a quién?* Con la microbióloga y química clínica Marisa Victoria.

Marisa es colombiana de nacimiento, pero vive en Costa Rica desde hace más de 20 años. Su camino ha incluido la música, la ciencia, el activismo por la diversidad, y más recientemente, la comunicación científica.

Conversamos con ella sobre el fascinante mundo de

los microorganismos, sobre nuestra vital relación con ellos y sobre lo mucho que pueden enseñarnos acerca de la importancia de la diversidad para la salud de los humanos y del planeta.

[MÚSICA]

AB: Lo primero que quería era hablar un poco de tus orígenes y de tu infancia.

Volviendo la mirada hacia atrás, ¿cuáles experiencias sentís que moldearon tu relación temprana con el planeta, como tu forma de entender el mundo?

MV: Yo hice la escuela en 3 países diferentes. Fuimos migrando hasta llegar aquí, vinimos...mi familia vino como refugiada por temas políticos. Pero para quien soy ahora ha implicado que le doy mucho valor a la diversidad, osea cuando los ambientes y los espacios son diversos son complejos, son de interacciones varias, son de todo menos homogéneos, a mi me parece que eso

genera riqueza. Por lo menos para mi, los espacios sociales y los espacios naturales se enriquecen cuando son diversos, cuando son diferentes.

AB: Claro.

Bueno, entremos de una vez al tema de la microbiología. Háblame de lo que hacés actualmente, adonde lo haces, ¿cómo se ve tu día a día?

MV: Bueno yo soy microbióloga y química clínica, trabajo en un hospital, trabajo en un laboratorio para la CCSS... Y casi que durante toda la carrera a mí me llamó mucho la atención el hecho de que había mucha expectativa por hacer el internado en alguno de los hospitales grandes. Y yo intentaba, cómo, decir no nosotros también tenemos que irnos es parte de no solo retribuir no solo de verlo como un sacrificio sino de una aventura personal que hay que ir a vivir. Y

cuando yo me gradué me salió la oportunidad de venir al hospital de Ciudad Neily, que queda a casi 17 km de la frontera con Panamá, creo que es el laboratorio que en distancia queda más lejos de mi casa en todo el país, no hay otro más lejos.

AB: Para los que estamos cero familiarizados con la microbiología, ¿que estás haciendo todo el día en el laboratorio?

MV: Bueno, cuando uno va al laboratorio es para hacerse algún tipo de análisis, entonces puede ser una muestra de heces, puede ser una muestra de orina. La mayoría de veces son muestras de sangre lo que la gente asocia con los laboratorios y a partir de todo ese tipo de fluidos biológicos hay secciones diferentes del laboratorio que hacen diferentes análisis, dependiendo de la información que requieran los médicos para tomar una decisión clínica. Entonces depende del día en el que me toque trabajar en

alguna sección me va a tocar trabajar con alguna de esas muestras. Es muy diverso y eso me gusta mucho.

AB: Es increíble que en una muestra pequeña de microorganismos te pueda decir tanto sobre una persona, verdad.

MV: Si es muy interesante, a veces yo creo que nos pasa mucho, es una realidad de la práctica microbiológica, digamos de nuestro quehacer laboral que tenemos muy poco contacto con los pacientes, entonces yo digo siempre, yo casi nunca veo a las personas, veo tubos, pero hay que siempre me recuerdo en la U que nos decían los profesores, recuerden que cada tubo es un ser humano, es una realidad y es una angustia de los resultados y es una decisión familiar verdad, entonces no pierdan esa perspectiva y yo trato, por lo menos aquí en este lab creo q tratamos de tener eso siempre en cuenta

[MÚSICA]

Invitamos a Marisa a salir del laboratorio por un momento para conversar sobre microbiología. Pero desde un enfoque más reflexivo y filosófico, para abordar algunas preguntas sobre la relación que tenemos con estos microorganismos y lo determinantes que son para nuestra existencia. A tal punto que difuminan los contornos de nuestra individualidad.

[MÚSICA]

AB: Me tope muy temprano como con esta idea de que mucho de lo que somos como individuos, como seres humanos, está determinado por esos microorganismos que nos habitan, que viven dentro de nosotros, entonces somos como este universo de unos ecosistemas invisibles que viven dentro de nosotros y bueno no se tal vez vos nos podrías comentar mejor cómo es que nuestras comunidades de microbios definen mucho de lo que somos.

MV: Bueno yo tenía un profe en la U que decía ante el dato que solo en la piel nosotros tenemos más células bacterianas que el número total de células humanas que nos componen. Entonces bueno él decía, quién habitaba a quién. Y siempre pienso en eso. Todos esos microorganismos para los que nosotros somos el ecosistema, ¿será o no será que ellos proveen un ecosistema en el que nosotros y nosotras nos desarrollamos? Creo que ni una ni la otra y de eso se trata la ecología, que implica que la relaciones no siempre son jerárquicas sino que muchas veces son simbióticas, son de aportes y de aveces daños pero la mayoría de las veces aportes entre los diferentes organismos y entre las especies, por ejemplo bacterianas, que nos habitan y lo que nosotros somos. Por ahí del año 2000-2001 cuando ya hay una explosión en la técnicas sobre todo de lab para este tipo de investigaciones, hay un renacer de la microbiología porque se empieza a poder comprobar estas ideas que venían cambiando

el paradigma de la salud y de la enfermedad de que los microorganismos hacen mucho más que solo causar enfermedad. Ya eso se sabía desde hace muchos años, pero estas nuevas técnicas permitieron empezar a comprobar que tan beneficiosos y que tan necesarios terminaban siendo. Entonces por ejemplo hay una hipótesis que se llama la hipótesis de la higiene, que propone que ahora hay una prevalencia tan alta de enfermedades respiratorias que tienen que ver con hipersensibilidad como el asma, como las alergias, porque el mundo es mas higienico y sobre todo la infancia es más higiénica. Entonces cómo los niños comen menos tierra y se lavan las manos más, que es muy bueno porque tienen menos diarreas y etcétera, pero también pierden un contacto con un montón de antígenos y de microorganismos y de cosas que están en el ambiente que van modulando la función inmunológica.

Y eso quiere decir que los microorganismos desarrollan una función súper importante en

nuestro crecimiento de todo tipo y en algo tan determinante como nuestra función inmunológica.

AB: Lo que decías ahora de quien habita a quien, también pone en duda donde terminamos, osea como que pone en duda un poco si somos solo humanos, somos más que humanos... Como que sin esa relación dejamos de ser lo que somos, entonces como que pone en crisis esta certeza de que lo que somos es seres humanos cuando en realidad somos una serie de ecosistemas...

MV: Y requerimos además de esas interacciones para tener una vida saludable, la vida saludable no es aséptica de limpieza absoluta y asepsia...

AB: Bueno y hablando de eso, vi un TED Talk de un ecologista microbiano, que se llama Rob Knight, que justamente él comparaba nuestros cuerpos con los ecosistemas de la Tierra, entonces un dato curioso que mencionaba es que la diferencia que hay entre una comunidad de microbios en nuestra

boca con respecto a la de nuestros intestinos por ejemplo, esa diferencia era mucho mayor que la diferencia que había entre digamos un arrecife y una pradera. Y quería preguntarte tal vez que analogías como esta podemos hacer entre los ecosistemas en los que nosotros habitamos y los que nos habitan a nosotros, aunque bueno ya vimos que no se puede hacer esa distinción tan clara...

MV: Bueno yo creo que esa analogía es muy buena porque como que nos despierta a esta realidad de que tan diversos son los microorganismos con los que cohabitamos nuestros cuerpos. Digamosle así más esotéricamente... Pero si uno se pone a pensar más a profundidad esa aseveración, si lo ves un arrecife y una pradera tienen una cosa en común muy significativa que es que son ambientes aeróbicos, son ambientes en los que hay oxígeno. Pero por ejemplo, nuestra boca y nuestro intestino, por decir una parte del colon, porque también la población de microorganismos va variando según la porción intestinal, el colon es

un ambiente completamente sin oxígeno. Entonces solo en eso ya es un abismo de diferencia aunque hayan centímetros de cercanía.

También por ejemplo la boca en sí misma es un ecosistema que no solo es variable al respecto de otros ecosistemas del cuerpo, sino que lo es al respecto de sí mismo, porque durante el día estamos hablando, estamos ingiriendo alimentos, estamos etc., como utilizando toda la vía aérea, en muchos casos a través de la boca, pero en la noche no. En la noche, bueno usualmente, la mayoría tenemos la boca cerrada y eso hace que haya una variación entre las poblaciones bacterianas del día y de la noche en la boca.

AB: Osea, hay vida nocturna en nuestra boca.

MV: Hay vida nocturna y es muy diferente a la vida diurna, parecido a las ciudades. Porque el ambiente cambia por completo. Entonces eso es, bueno esa analogía me gustó que hay una vida nocturna diferente en la boca....

[MÚSICA]

Hoy en el podcast de Wimblu estamos conversando con la microbióloga Marisa Victoria.

Pueden encontrar también una transcripción de esta entrevista en nuestra página web: wimblu.com. Eso es W-I-M-B-L-U.

Ahí pueden también suscribirse a nuestro boletín de noticias y pueden apoyar nuestro proyecto compartiendo nuestras historias o si les es posible, dándole click al botón de apoyar para contribuir con un monto desde los dos dólares. Su apoyo nos motiva y nos permite seguir produciendo contenido para reimaginar un mundo justo y sano para todas las formas de vida.

AB: Pensando de nuevo en esas analogías que pueden haber entre esos ecosistemas, y el tema del que venís hablando de la importancia de la biodiversidad, creo que estamos en un contexto perfecto tal vez para hablar de esto, digamos de la importancia que tiene la biodiversidad en la

salud de los ecosistemas y las repercusiones que puede tener como esa destrucción de hábitats de ecosistemas para nuestra salud

MV: Sí, sí, coincido. Bueno, vieras que ayer pasé como 40 minutos buscando un artículo de un diario español que se llama El Confidencial que me lo mandó mi papá que me manda como veinte mil artículos cada día. Y este tiene un título que dice *La vacuna del coronavirus ya la teníamos y nos la hemos cargado*. Es una entrevista a Fernando Valladares, es también un ecólogo, que propone que la vacuna—el habla de vacuna en un término mucho más amplio, simplemente una forma de prevención de una enfermedad—que la vacuna es la diversidad en los ecosistemas, que tener diversidad en los ecosistemas nos protege de los potenciales saltos de especie que pueden dar microorganismos que terminan siendo patógenos para nosotros. Eso quiero como tratar de enfatizarlo, que es que así como este SARS COV2 que ahorita está haciendo estragos y ahorita es

terrible verdad para tantísima gente, hay, ni siquiera sabemos, ni siquiera tenemos la capacidad de estimar cuántos potenciales virus, bacterias hay viviendo en otros ecosistemas que podrían terminar siendo patógenos para nosotros, pero es que no son patógenos, podrían terminar siendo patógenos para nosotros, pero ahorita habitan y simplemente conviven en muchas otras especies animales y no por eso significan un riesgo, significan un riesgo cuando esas especies animales se ven sometidas a presiones ecológicas, se ven perdiendo su hábitat, se ven hasta sustituido su hábitat natural por otro artificial como el de un zoológico, etc., y entonces ahí se vuelven patógenos, pero se vuelven patógenos por nuestra actividad, no por que lo fueran. Entonces aquí dice, es que además es imposible aniquilar a todos los virus antes de que nos lleguen, es imposible aniquilar a todos los hospederos, no tiene ningún sentido ecológico matar a todos los murciélagos. Entonces me pareció un ejemplo muy lindo por que el dice, ya había vacuna, no había

que buscarla, la vacuna es siempre mantener la biodiversidad.

AB: Y pasa un poco lo mismo también para adentro, según entiendo la falta de diversidad de nuestros microbios, también provoca que nuestro sistema no funcione bien.

MV: Claro, un ejemplo es por ejemplo cuando tenemos una infección, nos cortamos y se infectó la herida, entonces nos dan antibióticos, que es importante que nos los den, yo no soy anti-medicamentos, pero soy pro uso racional de los medicamentos, y unos medicamentos que hay que usar con especial raciocinio son los antibióticos. Entonces bueno nos dan un antibiótico y nos quitan una infección que hace 100-150 años era mortal. Entonces ahora el antibiotico te soluciona el problema de la infección que era localizada, pero como el antibiótico es oral, pues también termina afectando otras zonas que no requerían la

presencia de un antibiótico como por ejemplo el sistema digestivo, porque así como el antibiótico afecta la bacteria que estaba generando la infección, también afectó toda la microbiota intestinal entonces hay que empezar a repoblarla. Entonces a la gente la mandan a tomar probióticos y prebióticos, yogurt, etc. Y para personas que tienen condiciones crónicas en las que el uso de antibióticos es inevitable y los tienen que tomar a largo plazo, esto es un problema muy serio.

La microbiota gástrica realmente cumple funciones yo diría, así un poco atrevidamente, como funciones como un órgano más, o sea requerimos bacterias para degradar alimentos, para fermentar alimentos que comemos. Si no las tenemos corremos un riesgo serio y verdadero de desnutrición. Por ejemplo, cuando los bebés, las personas, los humanos nacemos no tenemos el colon poblado, de nada porque, verdad, venimos de un ambiente completamente estéril, hasta un par de días en los que ya estamos tomando leche materna etc. Entonces una cosa que hacen justo cuando nacemos

es ponernos una dosis de vitamina K, porque la vitamina K se produce a través de la degradación de ciertos compuestos que ingerimos en los alimentos por bacterias, entonces como no tenemos bacterias, no tenemos vitamina K y podemos tener problemas de sangrados o de coagulación. Entonces para prevenir eso, nos ponen una dosis, que está muy bien, pero demuestra la importancia de después la población y la repoblación de ese intestino para que ya esa función la haga como la hace normalmente la microbiota intestinal. Entonces imagínate, es una función determinante.

AB: Eso me lleva al siguiente tema que quería hablar, que mencionaste un poco qué es la microbiota de los intestinos. Leyendo sobre esto, lo que me impresionó es como sentir como que era un mundito, vi una animación, que bueno claramente es una explicación super básica pero que lo presentaba casi como si fuera una sociedad, o sea donde hay diferentes individuos con diferentes funciones y el hecho de que todos

tienen roles diferentes y todos son importantes para ese funcionamiento. O sea realmente es como un pequeño universo.

MV: Sí y ahí bueno retomo como esa idea de que la homogeneidad por ejemplo en la microbiota intestinal puede ser super negativa, porque esa diversidad de microorganismos hace que haya muchos que podrían ser patógenos pero por sí mismos, pero cuando están en competencia con otros, no logran establecerse en una forma mayoritaria, entonces es como que todos se controlan a todos, todos cumplen una función pero ninguno permite que haya un sobrecrecimiento de una sola población, que eso puede llegar a ser dañino. Entonces es muy llamativo, es una población que se controla a sí misma.

AB: Un equilibrio interno.

Otra de las cosas que leí sobre este microbiota es que todo lo que se está descubriendo sobre la

forma en la que se comunica con el cerebro. Incluso leí que muchos llaman a los intestinos el segundo cerebro, y bueno eso me puso a pensar en otras cosas como que en inglés existe esta frase como de este gut feeling. Que justamente hace un referencia un poco a una sabiduría extraña que tenemos y yo creo que todos en algún momento en nuestras vidas hemos experimentado ese sentimiento, ese gut feeling, tener como una certeza de algo, saber algo sin saber explicar por qué. Y leyendo por otro lado todo lo que se ha venido descubriendo de cómo el intestino se comunica con la mente y como lo llaman el segundo cerebro, como de esa complejidad también neuronal que hay en estos órganos... me pregunto si será que esto del instinto, de la intuición se podrá explicar a través de la microbiología.

MV: Bueno el sistema gástrico o todos los órganos que lo componen también tienen como esa particularidad de que tienen un sistema nervioso prácticamente aparte, que está solo destinado a

controlar todas las funciones gástricas, ayer leía que tiene 100 millones de neuronas que son tantas como en la médula espinal. Pero también hay mucho que no conocemos sobre la biología, la bioquímica, etc, de ese sistema nervioso gástrico, sistema nervioso entérico, que además funciona de forma prácticamente autónoma. Sucede aunque no queramos que suceda, sucede. Y hay mucho de esa complejidad de ese sistema nervioso entérico que no se conoce, entonces pues yo no querría aventurarme a decir mucho más sobre las interacciones de esto que todavía falta tanto por conocer con algo en lo que también estamos incursionando como humanidad que es el entendimiento de todas las funciones y todas las relaciones en las que está involucrada la microbiota intestinal que además es tan cambiante.

Creo que es un campo que está todavía muy en desarrollo como para sacar conclusiones que sean firmes y así como sólidas.

AB: *Es realmente interesante, porque es lo que vos decis, es un sistema en nuestro cuerpo que funciona autónomamente y que bueno leyendo también tiene toda esta comunidad increíble de microorganismos y pues te pone a pensar verdad, así como pensamos ¿quien habita a quien? ¿quien usa a quien?*

Y yo creo que eso también un poco para mí lo interesante es como que habla de todas esas inteligencias que hemos despreciado, de otro montón de formas de experimentar y conocer y entender el mundo y creo que todo este tema de los microbios y entender que se comunican es super interesante, pensar que hay una inteligencia también en nuestros microbios que apenas estamos comenzando a entender.

MV: *Y que algo de lo más interesante es que falta tantísimo por conocer y que hay tantas investigaciones que pueden tener aplicaciones muy concretas en la salud, en buscar formas de tratar enfermedades que han sido por muchísimos años*

desconocidas y tal, que me parece muy interesante. Y eso parte por ejemplo de algo que está relacionado con lo que vos decís. Cuando se dejó de considerar a los microorganismos como una fuente de enfermedad y se empieza a ver todas las posibles aplicaciones de investigarlos como parte de un sistema del cuerpo humano, abre todas estas puertas. Y eso es una madurez que vamos teniendo en la humanidad me parece.

[MÚSICA]

PARTE 3 ➔

Parte de nuestro interés con estas conversaciones es precisamente explorar más allá de lo que sabemos, o de lo que la ciencia nos puede confirmar. Salirnos de la zona de confort de las ciencias naturales, para entrar en el campo de la imaginación, la espiritualidad, las interrogantes. Queremos conversar de aquellas cosas que escapan una medición exacta, pero que no por eso son menos determinantes en nuestra

existencia humana.

[MÚSICA]

AB: Yo sé que como científica, la tendencia es a no especular, verdad. No se salta a conclusiones como decis vos si no sabemos suficiente. Pero bueno, volviendo a esta idea de lo que hay dentro de nuestros cuerpos se parece mucho a lo que hay afuera, o hay muchísimas analogías que hacer, me recuerdo a una teoría que llaman la teoría de Gaia. No sé si estás familiarizada. Básicamente, y poniéndolo en formas muy simples, la teoría de Gaia, su posición es que el planeta Tierra es un ser vivo, un ser consciente en el cual nosotros somos parte de ese organismo vivo y consciente. Y entonces me puse a pensar si realmente dentro de nosotros, de nuevo es una visión un poco jerárquica, pero si al interior de nosotros tenemos como una serie de ecosistemas que resultan en esto que hemos llamado conciencia, que tan descabellado es pensar que eso se puede

extrapolar, que nosotros somos los microorganismos, por decirlo así, del planeta....

MV: Sí que tal vez estamos descontrolados al respecto a otras poblaciones y estamos generando una disbiosis planetaria. Bueno en realidad no me parece nada descabellado la verdad. Yo, entre más aprendo, y entre más leo... hay una cosa, mi mamá trabaja, ha trabajado mucho conociendo culturas y poblaciones indígenas de todo Centroamérica y a veces hablamos y ella me cuenta de tradiciones de formas culturales que tienen que ver con la alimentación, con el sueño, en general con el estilo de vida que yo digo: "¡wow que interesante!", hace mil años la gente estaba aplicando tal vez intuitivamente cosas que ahora nos intentamos recetar desde la medicina alopática.

Entonces creo que sí hay muchas explicaciones que se dan desde la recuperación de esas sabidurías, pues que son super determinantes y que parece loco que ahora las tengamos que redescubrir para

aplicarlas si ya las veníamos haciendo, ya las venían haciendo poblaciones que desde muchas miradas eran poblaciones inferiores, no letradas. No letradas, ¿en qué letras? no escolarizadas, ¿en que tipo de escuelas?....Entonces desde esa perspectiva me parece super importante hacer ese tipo de cuestionamientos y tenerlos como ahí en la mente, además porque nos permite ver las culturas diferentes, las personas diferentes las actitudes diferentes como ricas, importantes además, como que suman.

AB: Otra cosa que me llamó la atención fue que cuando te invitamos a hacer esta entrevista, y pues te hablamos de que queríamos venir y unir hilos que usualmente no se unen como la ciencia, con la filosofía con la espiritualidad... Me parece que una de tus respuestas fue que no te considerabas particularmente espiritual, pero pensando más en un término de espiritualidad como de conexión, de conectar con otros, de conectar con el planeta, o incluso con un sentido tal vez

de asombro. Tal vez una pregunta para ir cerrando sería preguntarte de dónde lo sacas. O sea, claro que tiene que haber algo que te cause asombro, cómo este sentido de pertenencia de conexión y me encantaría saber también un poco esta parte.

MV: Bueno a mí me sigue asombrando mucho como cuando logro establecer conexiones con gente que es muy diferente a mí. Y encontrar que eso es muy fácil me asombra. Sobre todo como, por la negativa, por cuando nos cuesta, porque pienso, wow, pero siempre hay algo en lo que podemos generar empatía. Me sigue asombrando lo que aprendo y me sigue asombrando que entre más respuestas encontramos en avances científicos también surgen más preguntas y eso me deja a veces un sentimiento de vacío como que esto lo entendimos pero eso abre toda esta compuerta de cosas que no tenemos ni la menor idea y sobre las que solo podemos afirmar posibilidades, siempre me deja como al borde de la silla así....

AB: Y siguiendo por esa línea, digamos, ¿cómo la microbiología podría hacer este aporte de ayudarnos a tener una conexión más profunda con el mundo, con el planeta, con otros seres que no son humanos...

MV: Yo creo que desde el quehacer de los y las microbiólogos nosotros podemos aportar en algunos temas en los que tenemos certezas pero también explicando que no tenemos las respuestas ni la explicación para todo. Y que ante eso tenemos que anteponer no el miedo, sino pues la ciencia, la investigación, las posibilidades, las capacidades y en todo caso las explicaciones que también son muy importantes y que están por fuera de las ciencias naturales.

AB: Si creo que volvemos a lo mismo tener esa diversidad de ramas de cómo entender las cosas y creo que es importantísimo porque sí, a veces son comunidades y aquí tal vez volviendo a la analogía, son comunidades que no se están

comunicando y si vemos digamos desde el mundo de la microbiología, pues la comunicación es básica, como esta interacción más bien.

Y bueno le das además a un punto que para nosotros en Wimblu es importantísimo y es como justamente crear un punto de encuentro donde se puedan tener conversaciones desde la ciencia pero también desde la filosofía pero también desde el arte, la fotografía, como entender que estos temas vienen cruzados por muchos lados vd, desde muchos ángulos. Entonces, creo que esto es lo rico juntarse y empezar a amarrar cositas de diferentes lados y ver todas las conexiones que sostienen a este mundo.

MV: Sí, ciertamente.

AB: Bueno, muchísimas gracias. ¿Hay algo que te gustaría agregar?

MV: No, no. Voy a dejarlo ahí. También agradezco la oportunidad y gracias más bien.

[MÚSICA]

¡Muchas gracias por escucharnos! Si quieren recibir nuestras próximas entregas de este podcast, así como otras historias que reconectan ecología y cultura, con el fin de restaurar nuestro sentido de pertenencia y conexión con el planeta, pueden visitar nuestra página web www.wimblu.com. Ahí pueden suscribirse a nuestro boletín de noticias y si les es posible, darle click al botón de apoyar para que nos ayuden a sostener este y otros proyectos independientes, con una contribución que puede ir desde los dos dólares. Con su aporte podremos continuar nuestra misión de crear contenido que permita una pausa desde la cual re-imaginar un mundo justo y sano para todas las formas de vida.

[CRÉDITOS]

Este episodio fue guionizado y producido por Diego Espeleta y Alessandra Baltodano.

La música original y la posproducción de sonido
estuvieron a cargo de Diego Espeleta.

Agradecemos a Jimena Cerdas por su apoyo en el
guión, y por supuesto a Marisa Victoria por
compartirnos su tiempo y sus reflexiones.

Este es un podcast producido por Wimblu.

[MÚSICA]