Memorias de Pepa Llinares Burguet

Toucar (Senegal)

1 julio – 1 agosto 2019

CC ONG
AYUDA AL DESARROLLO

Hace años que me rondaba por la cabeza la idea de realizar un voluntariado/cooperación sanitario internacional. La diferencia entre voluntariado y cooperación radica principalmente en que el primero, como bien refleja la palabra no se recibe un salario, mientras que en el segundo sí que se percibe.

Soy enfermera, acabé la carrera en 2009 y fruto de esta inquietud y con la idea firme de embarcarme en esta aventura realicé el Curso-taller de Voluntariado Internacional: “Interdependencia Solidaria”, impartido por Intered Intercambio y Solidaridad, y Proyecto Cultura y Solidaridad, ese mismo año. Pero todo se quedó en eso, en proyectos, sueños e ilusiones. Y pasaron los años, hasta que un día recordé que tenía sueños pendientes por cumplir, y que debía ponerme manos a la obra.

Trabajo en el CS de San Vicente I, en San Vicente del Raspeig (Alicante), me informé de la posibilidad de que me diesen en mi lugar de trabajo un permiso de cooperación sanitaria internacional, hice la solicitud y me la concedieron. Contra todo pronóstico, lo más complicado fue encontrar una ONG que tuviese proyectos sanitarios y que NO ME ENVIASEN A ZONAS EN CONFLICTO BÉLICO. Estuve meses buscando ONG hasta que encontré a **CC ONG AYUDA AL DESARROLLO**. La primera gran diferencia con respecto a las otras ONGs fue que el presidente, Rafael Jariod, me contestó rápidamente el mail y me dio facilidades para contactar con él por teléfono y resolver todas mis dudas. Lo que me hizo decantarme por ellos, fue que me pareció que las condiciones estaban muy bien explicadas, y que mi seguridad estaba garantizada (ya que iba a viajar sola, y me daba bastante respeto, por no decir que “estaba muy cagada”). Yo tenía claro que quería ir a África, ya que tres años antes había estado de turista en Tanzania y me había enamorado de la África negra y de sus paisajes. Tras varias llamadas y varios mails, seguí la recomendación de Rafa de ir a trabajar al **dispensario de Toucar (Senegal). Del 1 de julio al 1 de agosto de 2019**.

Un par de meses antes de mi partida, comentándolo en el trabajo, Guille, un compañero de guardias, decidió unirse a la aventura.

A parte de trabajar en el dispensario de Toucar, pensé en realizar un **proyecto de Educación para la Salud: Proyecto de higiene bucodental**, así como **continuar con el proyecto de higiene de manos** iniciado por una voluntaria unos meses antes. Se lo comenté a Guille a quien le pareció buena idea. Y se lo dijimos a Rafa que no nos puso ninguna pega. Y como íbamos a coincidir con otras tres voluntarias en Toucar (Laia, Irene y Mayte) nos pusimos en contacto con ellas para comentarles la idea e invitarles a participar en el proyecto. Les pareció buena idea, y de esta manera fue una buena forma de empezar a hacer equipo antes de conocernos en Toucar. El proyecto consistió en llevar desde España cepillos de dientes y pasta de dientes para luego repartirlos entre los niños y realizar todas las tardes el taller. Con la idea de que, aunque nosotros sólo íbamos a estar unas semanas, el hábito de cuidarse los dientes y lavarse las manos quedase impregnado. Entre los cinco llevamos unos 500 cepillos de dientes y otras tantas pastas.

Y después de tantos preparativos y con los nervios pertinentes que acompañan este tipo de aventuras, el 1 de julio llegamos a Senegal. Era de noche. Al llegar al aeropuerto nos dimos cuenta de que nos iba a resultar un poco complicado saber quién era Pablo, el responsable de recogernos y acompañarnos durante nuestra estancia en Senegal. En ese momento, me alegré muchísimo de no ir sola, jejeje… Pero para él no fue tarea complicada, aún no estábamos saliendo por la puerta, Pablo estaba agitando sus manos con una sonrisa. ¡Bien! Primer paso conseguido. Pablo ya tenía las tarjetas de orange para ponerlas en nuestros móviles, y nos acompañó para cambiar el dinero. Os recomiendo que traigáis desde España todo el dinero en efectivo que vayáis a necesitar en vuestra estancia en Senegal. Encontrar un cajero en Senegal es tarea ardua, y en el aeropuerto sólo cambian efectivo.

Foto 1. Guille y yo en el aeropuerto de Alicante. 1 de julio de 2019

Paramos en M'Bour para comprar agua, Guille y yo compramos 2 garrafas de 10 litros cada una en el Auchan con la idea que volver semanalmente a comprar más, como si moverse por Senegal fuese tan fácil y cómodo… Con la calor de allí en el primer día Guille y yo nos habíamos bebido una garrafa de 10 litros entre los dos… (Para que calculéis bien). En Toucar también venden agua embotellada, pero es algo más cara.

Llegamos a Toucar a las 12 de la noche, nos recibió Dadi, el profesor de castellano y unos niños de "nuestra" familia senegalesa (que posteriormente supimos que eran Mathias y Mousou). El resto de la familia estaba durmiendo. Les conoceríamos al día siguiente. Nos quedamos en casa de la familia de "Mariama Yola", procedentes de Cassamance. Esta familia tiene una construcción separada de su vivienda, donde hay habitaciones que alquilan a los profesores de la escuela. Guille y yo compartíamos la habitación de la profesora de Biología que se había marchado con su familia para dar a luz. Ya en ese momento, fuimos conscientes del bochorno que hacía, y eran las 12 de la noche…. Nada que ver con el calor que pasaríamos durante el resto del mes… Por mucho que se vea desde España que en Senegal hay unas temperaturas por encima de los 40ºC, hay que vivir los 47 ºC que sufrimos algunos días…Los días que estábamos a 38ºC, nos parecía que no hacía calor…. Todo depende de con qué lo compares, y allí 38ºC era "la Gloria" (Por

supuesto sin aire acondicionado ni nevera para poder enfriar el agua). Me sorprendió gratamente que tuviésemos un ventilador, algo viejo y que no funcionara en ocasiones, pero ventilador al fin y al cabo. Antes de acostarnos nos dijeron que no tuviésemos prisas en levantarnos, que descansásemos bien, y nos dijeron una de las frases que nos acompañaría durante toda nuestra estancia en Toucar, y de la que luego fuimos muy conscientes de ella: **Aquí en África no hay tiempo**.

En Toucar aunque haya días que parece que no sucede nada "nuevo", siempre, siempre, pasa algo que lo diferencia de los demás y lo hace único… Para el recuerdo queda la primera visita a la letrina (no describiré lo que nos encontramos, no os voy a desvelar todas las sorpresas antes de ir, no tendría gracia). Destaco cómo nuestra estancia en Toucar nos hizo ser más conscientes (nada como vivir la escasez en primera persona) del bien tan preciado y necesario que es el agua, que debemos preservar y no malgastar. En Senegal hay problemas de sequía y hay horas en el día que no sale ninguna gota de agua del único grifo que hay en los patios de las casas.

Por las mañanas íbamos al dispensario, la primera semana pasábamos consulta Guille y yo (Maite, Laia e Irene aún no habían llegado) con los enfermer@s Tabaski Sene, Jeanne (sabe un poco de español) y Cheik. Posteriormente y cuando ya estábamos los cinco, nos dedicábamos a curar, cada día venían más gente a curas, lo que imaginamos que sucedió, es que se corrió la voz de que había voluntarios que no cobraban las asistencia sanitaria. Al igual que otros voluntarios que habían estado en Toucar, llevamos material sanitario. Aprovecho para decir que lo que más falta hace es material para curas, sobretodo gasas, apósitos y vendas autoadhesivas. Nuestra sorpresa fue mayúscula cuando vimos que cierto material (gasas y antibióticos sobretodo) que llevamos los voluntarios desaparecía con bastante facilidad, no teniendo, posteriormente, el material básico para curas. Esto nos hizo ser muy eficientes con el poco material que nos quedaba para realizar las curas, y utilizar de manera muy estricta lo justo y necesario para cada cura. Quiero aprovechar estas memorias para decir que los voluntarios traemos material y medicación para los pacientes, pero es muy complicado que ese material no

“desaparezca” del dispensario, obligando a los usuarios a comprarlos en la farmacia cuando lo necesitan para sus curas y/o tratamientos médicos. Otros, en cambio caducan sin ser utilizados, básicamente porque los profesionales de allí no lo conocen y por mucho que se pongan carteles en francés explicando su uso, creo que no se sienten del todo cómodos utilizándolos. Durante nuestro mes allí, tuvimos la oportunidad de ver un taller de control de la natalidad para mujeres (la gran mayoría iba a escondidas de sus maridos, por lo que no mostraré ninguna foto del taller para preservar su anonimato), así como varios días de campaña de vacunación infantil, tanto en el dispensario de Toucar, como en el de N’Dock.

Foto 2. Dispensario de Toucar.

Foto 3. Una de las salas del dispensario de Toucar

Foto 4. Sala de la maternidad de Toucar

Foto 5. Con Jeanne, Tabasky y la chica de la farmacia del dispensario

Foto 6. Guille lavando una herida del pie en la fuente del patio del dispensario. No siempre hay agua ni luz en Toucar

Foto 7. Laia haciendo una cura en la sala de curas del dispensario

Foto 8. Día de vacunación infantil en el dispensario de Toucar.

Foto 9. Día de vacunación infantil en el Dispensario de N'Dock.

Todas las tardes de lunes a viernes, hacíamos en el patio de la casa de Mariama Yola el taller de higiene bucodental y lavado de manos con los niños del pueblo. Aunque costó un poco establecer un orden y unas mínimas normas, finalmente podemos decir, que salió bien. Invitamos a los próximos voluntarios que sigan con el taller de lavado de manos iniciado en marzo de 2019 y con el de higiene bucodental iniciado en julio de 2019, de esta forma conseguiremos establecer unos buenos hábitos de higiene y podremos conseguir pequeños cambios en los toucareños.

Foto 10. Taller higiene bucodental

Foto 11. Taller higiene bucodental

Foto 12. Taller higiene bucodental

Foto 13. Taller higiene bucodental

Foto 14. Taller higiene bucodental

Foto 15. Taller higiene bucodental

Tras el taller de higiene bucodental y lavado de manos, aprovechábamos para pasear por el pueblo y alrededores, viendo atardeceres preciosos, aunque también la gran cantidad de basura que hay por todo Toucar (y por extensión en todo Senegal, tal y como pudimos comprobar en nuestras salidas los fines de semanas) y los otros habitantes del pueblo…. En mucho de nuestros paseos nos acompañaba Ablaye (que habla español bastante bien), sobrino de la familia de Mariama Yola, quien nos explicaba las costumbres y los lugares de Toucar; y cómo no, ir al bar de Robert o al de Leo a tomarnos una cervecita o una coca cola, digamos que no calientes, pero tampoco frías, jejeje.

Foto 16. Paseando por Toucar y sus alrededores

Foto 17. Basura en una calle cualquiera de Toucar

Foto 18. Los animales campan a sus anchas por las calles de Toucar

Foto 19. Medio de transporte habitual

Y, digamos que no tuvimos mucha dificultad en integrarnos en las costumbres de la zona….

Foto 20. Lavando la ropa con Pascualine y Constance

Foto 21. Parte de las mujeres y niños de la familia de Mariama Yola

En cuanto a la comida, en Toucar, hambre no pasas. Los desayunos a base de pan (exquisito) con chocopain y leche en polvo estaban geniales. Y las comidas y las cenas, al principio al ser algo diferente flipas con los sabores diferentes y todo riquísimo, hasta que llevas cinco días comiendo y cenando exactamente lo mismo: pescado, arroz/mijo, y cebolla caramelizada, en cantidades industriales, pero lo mismo. Algún día ponen un trocito de alguna verdura. Pero lo más sorprendente de todo es que te ves comiendo el pescado que unas horas antes viste en el suelo del mercado sin ningún tipo de higiene y a altas temperaturas. El poder de adaptación y normalización que se vive en Toucar es increíble. De hecho aquí os paso una **foto resumen de Senegal (pescado, cebolla caramelizada, la garrafa de agua y el ventilador).**

Foto 22. Foto resumen Senegal

Foto 23. Desayunando un día cualquiera en Toucar

Foto 24. Guille comprando mangos en un puestecito de Toucar

Foto 25. Esa noche me tocó cocinar para toda la familia y preparar antes la “materia prima”. ¡Menos mal que estaba Ablaye!

Foto 26. Compartiendo con la familia cena típica de Toucar

Foto 27. Comiendo con nuestra familia

Foto 28. Mercado de Toucar… y ese pescado luego estaba en nuestro plato

Foto 29. Mercado de Toucar

Nosotros cinco aprovechamos cada fin de semana para hacer turismo. En anexos os detallo infraestructuras y costes económicos de cada salida para que tengáis una idea. Salir de Toucar a hacer turismo es necesario, por el mente y el cuerpo, y porque es una ayuda para comprender mejor el funcionamiento, la cultura y la gente de Senegal. Me lo recomendó tanto Rafa el presidente de la ONG como Salvador Mollá, enfermero del Hospital Universitario de Alicante con el que contacté a través de Rafa cuando estaba en el proceso de búsqueda de destino. Decir que al igual que hice caso en esto, no hice mucho caso a la advertencia de Salvador en cuanto a las altas temperaturas de Senegal en verano, y como luego le reconocí a Salvador, en más de una ocasión estando allí recordé sus palabras.

Seguiría escribiendo y contando mil anécdotas y vivencias, pero entonces, para vosotros, los futuros voluntarios en Toucar, perdería la gracia.

La experiencia del voluntariado en Toucar- Senegal con CC ONG ayuda al desarrollo ha sido increíble, la mejor experiencia de mi vida junto con el Camino

de Santiago; recomiendo realizar ambas. Y recomiendo CC ONG Ayuda al desarrollo, sobre todo para que aquellos, que como yo, es su primera experiencia de este tipo, por su buena logística. Cuando estás allí hay cosas que no te gustan, ni cómo se hacen ni como se gestionan tanto entre los trabajadores del dispensario ni desde la propia ONG. Pero cuando llegas a España y pasan los meses y hablas con otros voluntarios de otras ONG más o menos similares, te das cuenta que al final la cooperación funciona más o menos igual en todas las ONG. ¿Qué es mejorable? Muchísimo, pero en eso consiste la vida, en avanzar, mejorar y realizar las críticas constructivas necesarias para que poco a poco el mundo de la cooperación sea más efectivo y eficiente.

ANEXO 1. Medio de transporte habitual

En la foto os muestro el autobús que nos acompañó en todas nuestras salidas desde Toucar. O sales en bus o en taxi, ésta última opción bastante cara, más porque te hacen “precio especial” por ser blanco. Y en el bus te tratan como uno de ellos. Además es una experiencia increíble y que hay que vivir, el viajar dentro de este autobús. Nosotros siempre cogimos el bus del sábado por la mañana que sale entre las 6-7:30 de la mañana hacia Dakar (cuando dicen que en África no existe el tiempo, es con conocimiento de causa, jejeje), y hablando con los chicos del bus, nos paraban en el punto acordado, y en función de la distancia, pagábamos.

Foto 30. Autobús de Toucar. Reparándole una rueda

Foto 31. Autobús en Ndopsmone

Nosotros seguíamos las instrucciones de Pablo, pero siempre salimos solos de Toucar. Decir que en nuestras salidas, Pablo estaba muy pendiente de saber por dónde estábamos, cómo estábamos y servirnos de enlace para coger un bus u otro. Pablo tiene muchos contactos y aunque se empeñaba en acompañarnos “por seguridad”, finalmente cedía. Viajar por libre un grupo de blancos solos por Senegal llama la atención, simplemente hay que ser cautelosos, no separarse del grupo e intentar que te tanguen lo menos posible, jejeje. Me pareció seguro y nunca tuve sensación de miedo.

Mientras estuvimos los cinco en Senegal, subíamos los cinco en un mismo coche, nunca nos separábamos. Es habitual subir en un coche ocho personas, olvidarse de buscar cinturón de seguridad, los coches del desguace de España, están en mejores condiciones que la mayoría de Senegal. Una semana allí, es suficiente para mimetizarse con el entorno y verlo todo normal.

Otra cosa a tener en cuenta es que hay que regatear, siempre, en todo momento, son inagotables…

Nosotros aprovechábamos las salidas de los fines de semana para comprar y comer algo de fruta. En Toucar sólo hay mangos y no suelen ponerte en las comidas. Y se echa de menos…

Debido a las condiciones del bus y de los caminos y las carreteras, las distancias se hacen inmensamente largas. Para que os hagáis una idea, ir a Dakar desde Toucar, son unos 110 km, y se tardan unas 7 horas, en “El autobús”, y le llamo así, porque en nada se parece a los de España, pero tiene su encanto.

El día que fuimos a N’Dock utilizamos el carro. Para ir a N’Dock desde Toucar 3000 CFA/5pers, la vuelta nos cobraron 4000 CFA/5 pers. Y nos cobraron caro. Unos 4 km separan ambos pueblos, no mucho, pero a 45 ºC es una distancia imposible hacerla andando.

ANEXO 2. Reserva de Bandia, Lago Somone y Playa de Sally

Bus Toucar-Bandia 1000 CFA/pers

Safari Bandia: 23.625 CFA/pers

Comida en Bandia 7450 CFA/pers

"Taxi" (hicimos autostop y nos metimos en un coche seis personas, esa vez nos llamó la atención… luego sería lo habitual) Bandia → **Lago Somone:** 3000 CFA/4 personas (Aún no había llegado Laia). 750 CFA/pers

Paseo en barca Lago Somone: 15.500 CFA/4 personas →3875 CFA/4 personas

Hotel Residence Sant James- Playa de Sally (con aire acondicionado, piscina y dos camas):21800 CFA/2 personas →10900 CFA/personas

Cena Somone: Bocadillo de huevo duro 300 CFA

Desayuno Somone y agua: 900 CFA

Foto 32. Reserva de Bandia con Irene, Mayte y Guille (que hacía la foto)

ANEXO 3. Saint Louis

Bus Toucar → **Diamniadio (cerca de Dakar)** 1500 CFA/pers

Bus Diamniadio (cerca de Dakar) → Saint Louise 2000 CFA/pers. Aquí nos quisieron tangar, pero como siempre en nuestras salidas, encontramos a una mujer muy buena gente que se encaró a sus iguales exigiéndoles que nos cobrasen lo mismo que a ellos.

Taxi parada de bus de Saint Louis → Hotel La Meson de la Plage 4000 CFA/pers

Taxi Hotel La Meson de la Plage → **Restaurante TAF TAF** (comida occidental, bocadillos, hamburguesas, pizzas; precios parecidos a España, nos lo recomendó un señor que vivía en el hotel) 1500 CFA/5 personas (300 CFA/pers)

Taxi Restaurante TAF TAF → Hotel La Meson de la Plage 300 CFA/pers

Hotel Hotel La Meson de la Plage: 45 euros /noche/5 personas.21000 CFA/pers/3 noches. Estuvimos tres noches y cuatro días en Saint Louis. El precio en booking estaba en euros, y podíamos pagar en euros o en Cefas, pero en metálico. El hotel estaba bien. No tenía aire acondicionado pero está en primera línea de la playa, y por lo general, en Saint Louis hacía muchísima menos calor que en Toucar.

Cena en TAF TAF (pizza/hamburguesa/bocadillo y agua, cerveza o coca-cola): 3000-7000 CFA/pers

Desayuno: 3 barras de pan + 4 leches en polvo + 3 cafés en polvo + 2 botellas de agua: 2000 CFA/5 pers → 400 CFA/pers

Ruta turística en coche de caballo con guía incluido: 1500 CFA/5 pers→ 300 CFA/pers

En Saint Louis comimos siempre en el TAF TAF, conocimos una chica canaria que había vivido allí mucho tiempo y estaba de visita y nos recomendó el Rte Flamingo, una pasada, pero se nos salía del presupuesto, así que lo vimos por fuera, jajaja.

Como el camino de ida se nos hizo eterno, tardamos unas 12 horas en llegar a Saint Louis y acabamos muy muy cansados (no olvidéis el autobús), decidimos volver en un taxi de siete plazas hasta Diamniadio (cerca de Dakar), fue de lo más caro que hicimos allí, pero no queríamos volver a pasar por el tedioso viaje de la ida. Así que pagamos los 60.000 CFA/7 pers (12.000 CFA/pers). Nuestro

error fue no recalcar que no nos importaba compartir el taxi con más gente, lo que nos hubiese abaratado el coste. Pero esto, como todo lo demás, fue un aprendizaje, que aplicamos en viajes posteriores.

Bus de Diamniadio (cerca de Dakar)→ Toucar 1500 CFA/pers

Pablo avisa a los chicos del bus para que nos paren y luego nos recojan en el punto indicado, esta vez Diamniadio (cerca de Dakar).

Foto 33. En Saint Louis también hay basura

Foto 34. Playa de pescadores de Saint Louis

Foto 35. Tour en coche de caballo por Saint Louis

ANEXO 4. Isla de Goreé. Isla de los esclavos

El tercer fin de semana teníamos dudas entre ir al Lago Rosa o a la Isla de Goreé. Como en N'Dock había tres voluntarios más que querían ir a la Isla de Goreé decidimos ir todos allí, ya que Sandra, maestra que iba con su hijo y que ya había estado en otras ocasiones en Senegal, nos comentó que merecía más la pena la isla que el lago. Isla de Goreé es muy turística, y los precios van acorde a esto. Pero merece mucho la pena visitarla.

Bus hasta **Dakar**: 1500 CFA/pers

Taxi Dakar → puerto de Dakar 500 CFA/pers . Aquí sí que nos tuvimos que separar en dos grupos ya que éramos 10 (vino con nosotros Mathias el hijo de la familia de N'Dock en cuya casa se quedaban, Sandra y su hijo, y Nacho y Clara)

Ferry desde puerto de Dakar hasta la isla de Goreé: 5200 CFA/pers (ida y vuelta)

Apartamento **casa Saliu** (Saliu es un chico vendedor de "maracas cas-cas" que conocimos. Nos ofreció dos habitaciones con colchón en el suelo en lo alto de la isla. Fuimos a verlas, nos pareció adecuado, regateamos y ya teníamos dónde pasar esa noche) 4.000 CFA/pers

Taxi desde puerto de Dakar → Ront Point Colobane (desde ahí sale el bus hacia Toucar sobre las 13 h del domingo): 600 CFA /pers

IMPORTANTE: en la isla de Goreé hay cajero automático de banco

Foto 36. Playa de la Isla de Goreé

Foto 37. Laia con Saliu aprendiendo a tocar las cas-cas. En casa de Saliu, al fondo Dakar

Foto 38. Paseando por las calles de la isla de Goreé

ANEXO 4. Isla de Joal-Fadiouth

El último fin de semana, ya sólo quedábamos Laia, Guille y yo. Acostumbrados a ir siempre los cinco juntos, se nos hizo un poco extraño estar los tres solos y notamos mucho la ausencia de Mayte e Irene.

Bus hasta **Ndiosmone**: 1000 CFA/pers

Taxi colectivo (aquí ya habíamos aprendido) Ndiosmone→ **Fimela**: 1000 CFA/pers

Taxi colectivo Fimela → **Garaje de Joal**: 1000 CFA/pers

Garaje de Joal → Puente de Fadiouth: 300 CFA/pers

Guía en español visita Fadiouth: 5000 CFA/3 pers

Canoa Fadoiuth: 6000 CFA/3 pers

Hotel de Joal "La feme Noire": 9000 CFA/ pers + 1000 CFA de desayuno

Foto 39. Puente de la isla de Fadiouth

Foto 40. Baobab más grande de Senegal en Joal

Foto 41. Bolsitas con anacardos. Imagen típica de las carreteras de Senegal

ANEXO 5. Mi familia de Toucar

GRACIAS A RURIFICACIÓN RODRIGO, MI COORDINADORA DEL CS DE SAN VICENTE I (ALICANTE) POR PERMITIRME COGER EL PERMISO DE COOPERACIÓN SANITARIA INTERNACIONAL.

GRACIAS A CC ONG AYUDA AL DESARROLLO POR LA OPORTUNIDAD.

GRACIAS A LA GENTE DE TOUCAR POR SU GRAN ACOGIMIENTO.

GRACIAS A LA FAMILIA DE MARIAMA YOLA POR ACOGERNOS COMO UNO MÁS EN SU FAMILIA Y EN SU VIDA.

Y SOBRETODO GRACIAS A MIS HERMANAS Y A MIS PADRES, EN ESPECIAL A MI MADRE, POR ANIMARME SIEMPRE A REALIZAR MIS SUEÑOS

VOLVERÉ

Memorias de Pepa Llinares Burguet

Toucar (Senegal)

1 julio – 1 agosto 2019

(Tengo el permiso de mis compañeros de aventura Laia, Irene, Mayte y Guille para poner fotos en las que aparezcan. Ellos son parte imprescindible de mi magnífica experiencia)