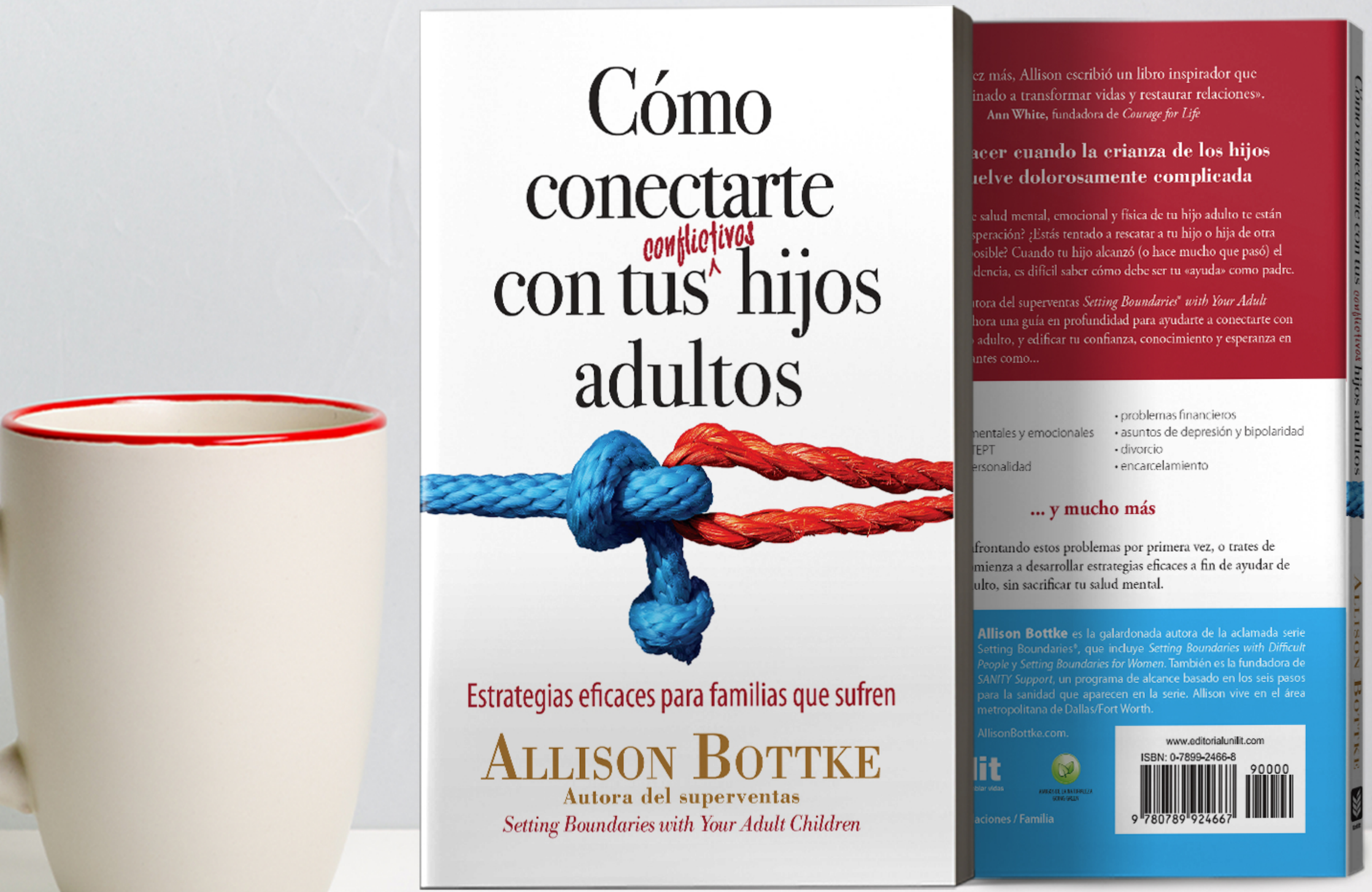
Desarrolla estrategias eficaces

y ayuda a tu hijo adulto,

sin sacrificar tu salud mental.