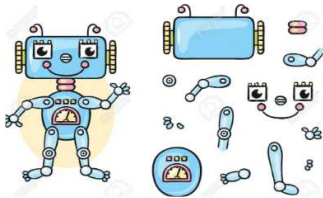




UNIDAD 5: LA SALUD

Las partes del Cuerpo	Parts of the body
Mueve ...	Move ...
la cabeza	head
la garganta	throat
la espalda	back
la mano	hand
la pierna	leg
la rodilla	knee
las muelas	back teeth
el estómago	stomach
el brazo	arm
el pie	foot
el dedo	finger/toe
los oídos	the ears
a la izquierda	to the left
a la derecha	to the right
¿Qué te duele?	What hurts?
¿Qué le duele?	What hurts him/her?
Me duele el/la ...	My ... hurts.
Me duelen los/las ...	My ... hurt.
Nos duele(n) los/las...	My ... hurt(s).



Me siento mal	I don't feel well
¿Qué te pasa?	What's wrong?
Tengo una insolación.	I have sunstroke.
Tengo la pierna rota.	I have a broken leg.
Tengo tos.	I have a cough.
Tengo fiebre.	I have a temperature.
Tengo una picadura.	I've been bitten.
Tengo catarro.	I have a cold.
Tengo gripe.	I have the flu.
Tengo dolor de cabeza.	I have a headache.
¿Qué tal?	How are you?
Estoy enfermo/a.	I'm ill.
Estoy mareado/a.	I feel sick/dizzy.
Estoy constipado/a.	I've got a cold.
No me siento bien./	I don't feel well.
Me siento mal.	I feel awful.

"Learn everything you can, anytime you can, from anyone you can; there will always come a time when you will be grateful you did" — *Sarah Caldwell*

En la farmacia	At the chemist's
¿Tiene algo para ...?	Do you have anything for ...?
la diarrea	diarrhoea
el dolor de estómago	a stomach ache
las picaduras	bites
Este ...	this ...
jarabe	syrup
Esta ...	This ...
pomada	ointment
crema antiséptica	antiseptic cream
Estas ...	These ...
aspirinas	aspirins
pastillas	tablets
tiritas	plasters
Déme ...	Give me ...
un tubo de pomada	a tube of ointment
un tubo de crema antiséptica	a tube of antiseptic cream
un paquete de tiritas	a packet of plasters
una caja de aspirinas	a box of aspirin
una caja de pastillas	a box of tablets
una botella de jarabe para la tos	a bottle of cough syrup
¿Grande o pequeño/a	Large or small?
¿Qué debo hacer?	What should I do?
Debes ...	You should ...
tomar unas aspirinas	take some aspirin
tomar este jarabe	take this syrup
ponerte una tiritita	put on a plaster
ir al médico	go to the doctor
ir al dentista	go to the dentist
ir a la cama	go to bed

Vida sana	Healthy life
(No) Hay que ...	You (don't) have to ...
desayunar	have breakfast
(No) Tienes que ...	You (don't) have to ...
comer cinco raciones de fruta y verduras	eat five portions of fruit and vegetables
lavarte los dientes	clean your teeth
(No) Debes ...	You should(n't) ...
practicar mucho	practise a lot
llevar ropa cómoda	wear comfortable clothes
entrenar muchas horas	train for hours
tener tiempo libre	have free time
hacer deporte	do sports
dormir ocho horas al día	sleep eight hours a day
cenar muy tarde	have dinner very late
Estoy de acuerdo.	I agree.
No estoy de acuerdo.	I don't agree.



Voy a ...	I am going to ...
Durante ...	During ...
las vacaciones	the holidays
el verano	the summer
voy a ...	I am going to ...
hacer deporte	do sports
jugar al tenis	play tennis
jugar al bádminton	play badminton
montar en bicicleta	go cycling
correr	run
beber mucha agua	drink a lot of water
comer frutas	eat fruit
descansar	relax
levantarme temprano	get up early
levantarme tarde	get up late
jugar con videojuegos	play videogames
escuchar música	listen to music
leer	read
ver la tele	watch TV
salir con mis amigos	go out with my friends
ir a la playa	go to the beach
cada día	each day
todos los días	every day
a la semana	a week
¿Qué deporte practicas?	What sports do you do?
Practico el ...	I do ...
Juego al ...	I play ...

¿SABÍAS QUE?

- ✓ The Spaniards have a completely different life rhythm from other Europeans. They typically have lunch between 2 and 3 pm, and dinner around 10 pm.
- ✓ The Mediterranean diet is the basis of Spain's food. It consists of large quantities of fresh fruits and vegetables, nuts, fish and olive oil—coupled with physical activity—The Mediterranean diet can reduce the risk of serious mental and physical health

