

# A1.30 Salud y bienestar

## Health and wellbeing

*"Cada palabra que aprendes añade una pincelada al lienzo de la comunicación."*

*"Each word you learn adds a brushstroke to the canvas of communication."*

*Anonymous*

## Objetivos de aprendizaje

### Learning objectives

- ✓ Situación : Vocabulario básico de salud. / Situation : Basic health vocabulary.
- ✓ Situación : Expresar enfermedad y dolor. / Situation : Express illness and pain.
- ✓ Situación : Vocabulario médico básico. / Situation : Basic medical vocabulary.
- ✓ Gramática : Adverbios de modo / Grammar : Adverbs of manner

## Utiliza esta hoja de ejercicios en combinación con nuestro sitio web.


Use this worksheet in combination with our website.

1. All exercises, video, audio and presentations

 <https://learnspace.colanguage.es/syllabus/a1/30>

2. Legend (available on the website):

 Interactive exercise.

 Audio with translations.

 Presentations and translations.

 Subtitled video (self-study).

## Recapitulación y ejercicios de preparación

### Recap and preparatory exercises

 <https://learnspace.colanguage.es/syllabus/a1/29>

 <https://learnspace.colanguage.es/syllabus/a1/30/learning-history>

# A1.30 Vocabulario básico (12)

## A1.30 Basic Vocabulary (12)

 <https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

### Spanish

Ayudar

*Él ayuda a su hermana con los deberes.*

Doler

*A ella le duele la espalda.*

El descanso

*Después de caminar tanto, necesitamos un descanso.*

El doctor

*La doctora está relajada después de meditar en su tiempo libre.*

El medicamento

*El medicamento ayuda a mejorar la salud rápidamente.*

Enfermo

*El doctor está enfermo y necesita descansar.*

La alergia

*La alergia causa síntomas incómodos.*

La fiebre

*La fiebre alta puede ser muy peligrosa para la salud.*

La gripe

*Ella tiene la gripe y no puede ir al trabajo.*

La salud

*Cuidarse bien es importante para la salud.*

Los síntomas

*El síntoma puede ser más intenso por la noche.*

Toser

*Nosotros tosemos cuando estamos enfermos.*

### English

To help

*He helps his sister with her homework.*

To hurt

*Her back hurts.*

The rest

*After walking so much, we need a rest.*

The doctor

*The doctor is relaxed after meditating in her free time.*

The medicine

*The medicine helps to improve health quickly.*

Ill

*The doctor is ill and needs to rest.*

The allergy

*The allergy causes uncomfortable symptoms.*

The fever

*High fever can be very dangerous for health.*

The flu

*She has the flu and can't go to work.*

Health

*Taking good care of oneself is important for health.*

The symptoms

*The symptom can be more intense at night.*

To cough

*We cough when we are ill.*

# A1.30 Tablas de conjugación verbal

## A1.30 Verb conjugation tables

 <https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

### Doler - Presente, indicativo

le duele → *hurts*

# A1.30 Tablas de conjugación verbal

## A1.30 Verb conjugation tables

 <https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

# A1.30.1 Diálogo: Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 Dialogue: A headache and back pain

   <https://learnspace.colanguage.es/dialogues/partes-del-cuerpo-dolor>

*Pedro y Ana hablan sobre qué partes del cuerpo duelen.*

- Pedro:** ¿cómo estás hoy?
- Ana:** **Me duele** la cabeza.
- Pedro:** Uf, lo siento. Yo también tengo **dolor** de espalda.
- Ana:** ¿Por qué **te duele** la espalda?
- Pedro:** Duermo fatal últimamente.
- Ana:** ¿Y te duele algo más?
- Pedro:** No, pero tengo **síntomas** de la gripe.
- Ana:** Tienes que cuidarte, **tu salud** es muy importante.
- Pedro:** Es verdad. Mañana voy al **doctor**.

---

*Pedro and Ana talk about which parts of the body hurt.*

- Pedro:** *How are you today?*
- Ana:** **My head hurts.**
- Pedro:** *Oh, sorry. I also have **back** pain.*
- Ana:** *Why does your **back hurt**?*
- Pedro:** *I've been sleeping terribly lately.*
- Ana:** *And does anything else hurt?*
- Pedro:** *No, but I have **symptoms** of the flu.*
- Ana:** *You have to take care of yourself, **your health** is very important.*
- Pedro:** *It's true. Tomorrow I am going to the **doctor**.*

# A1.30.1 Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 A headache and backache

   <https://learnspanish.colanguage.es/dialogues/partes-del-cuerpo-dolor>

## Ejercicio 1: Preguntas de debate

**Instrucción:** *Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.*

1. ¿Qué le duele a Ana? A) Ojos B) Piernas C) Cabeza
2. ¿Qué le duele a Pedro? A) Brazos B) Cuello C) Espalda
3. Verdadero o Falso: "Es importante la salud."

# A1.30.1 Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 A headache and backache

   <https://learnspanish.colanguage.es/dialogues/partes-del-cuerpo-dolor>

## Ejercicio 2: Elige la palabra correcta

**Instrucción:** Elige la palabra correcta, lee la frase en voz alta y traduce.

*Me duele, síntomas, te duele, tu salud, dolor*

1. .... la cabeza.
2. Uf, lo siento. Yo también tengo ..... de espalda.
3. ¿Por qué ..... la espalda?
4. Tienes que cuidarte, ..... es muy importante.
5. No, pero tengo ..... de la gripe.

**Solutions:**

1. Me duele 2. dolor 3. te duele 4. tu salud 5. síntomas

# A1.30.1 Un dolor de cabeza y de espalda

## A1.30.1 A headache and backache

   <https://learnspanish.colanguage.es/dialogues/partes-del-cuerpo-dolor>

### Ejercicio 3: Ordena el texto

**Instrucción:** Numera las oraciones en el orden correcto y léelas en voz alta.

- ... ¿Y te duele algo más?
- 9 Es verdad. Mañana voy al doctor.
- ... Me duele la cabeza.
- ... No, pero tengo síntomas de la gripe.
- ... Duermo fatal últimamente.
- ... Tienes que cuidarte, tu salud es muy importante.
- ... Uf, lo siento. Yo también tengo dolor de espalda.
- ... ¿Por qué te duele la espalda?
- 1 ¿cómo estás hoy?

**Solutions:**

6, 9, 2, 7, 5, 8, 3, 4, 1



# A1.30.2 Gramática: Adverbios de modo

## A1.30.2 Grammar: Adverbs of manner

Los adverbios de modo describen la manera o el estilo en que ocurre algo. Estos adverbios responden a la pregunta "¿cómo?".

<https://learnspanish.colanguage.es/grammar-list/adverbs-manner>

### Reglas de formación / Formation rules:

1. Manner adverbs are words that describe how an action is performed.
2. They are formed by adding the suffix "-mente" to the feminine form of an adjective.

Example: "Rápido --> Rápidamente."

### Excepciones / Exceptions!

1. Moreover, there are simple adverbs that do not have the ending "-mente". Example: "Bien."
2. There are also adverbial expressions. Example: "Con cuidado."

## Adverbios de modo

### Adverbs of manner

Lee los ejemplos en la tabla en voz alta antes de hacer los ejercicios.

| Adverbio                | Descripción         | Ejemplo   |
|-------------------------|---------------------|---|
| Rápidamente (Quickly)   | Rápida + mente      | Toma el medicamento <b>rápidamente</b> . (Take the medicine <b>quickly</b> .)         |
| Difícilmente (Hardly)   | Difícil + mente     | El enfermo puede toser <b>difícilmente</b> . (The patient can cough with difficulty.) |
| Bien (Well)             | Adverbio simple     | El doctor me ayuda <b>bien</b> . (The doctor helps me <b>well</b> .)                  |
| Mal (Badly)             | Adverbio simple     | El enfermo se siente <b>mal</b> . (The patient feels <b>bad</b> .)                    |
| Con cuidado (Carefully) | Expresion adverbial | El doctor ayuda <b>con cuidado</b> . (The doctor helps <b>carefully</b> .)            |

# A1.30.2 Adverbios de modo

## A1.30.2 Adverbs of manner

   <https://learnspanish.colanguage.es/grammar-list/adverbs-manner>

### Ejercicio 1: Adverbios de modo

**Instrucción:** Elige la palabra correcta, lee la frase en voz alta y traduce.

*necesariamente, rápidamente, con dificultad, mal, con cuidado, bien, fácilmente, lentamente*

1. **Cuidado:** Tengo que toser .....
2. **Difícil:** Me levanto .....
3. **Necesario:** La alergia se trata .....
4. **Lento:** La fiebre baja ..... después de tomar el medicamento.
5. **Malo:** El enfermo se siente ..... por la fiebre.
6. **Rápido:** Los síntomas vienen .....
7. **Fácil:** Me pongo enfermo .....
8. **Bueno:** Hoy me siento ..... No estoy cansada.

**Solutions:**

1. con cuidado 2. con dificultad 3. necesariamente 4. lentamente 5. mal 6. rápidamente 7. fácilmente 8. bien

# A1.30.2 Adverbios de modo

## A1.30.2 Adverbs of manner

   <https://learnspanish.colanguage.es/grammar-list/adverbs-manner>

### Ejercicio 2: Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Traduce y di la palabra en voz alta. Usa la palabra en una oración.

1. Fácilmente

.....

2. Con cuidado

.....

3. Con dificultad

.....

4. Fuertemente

.....

**Solutions:**

1. Easily 2. Carefully 3. With difficulty 4. Severely

# A1.30.3 Cuento: María tiene la gripe

## A1.30.3 Story: María has the flu

   <https://learnspanish.colanguage.es/short-story/maria-tiene-la-gripe>

*María tiene gripe y va al médico. Se siente muy mal y tiene que descansar mucho.*

María se siente muy **mal**.

**Le duele** la cabeza y tiene fiebre.

Va al **doctor**.

El doctor la mira bien para **ayudar**.

Dice a María que tiene **gripe**.

Le da un **medicamento**.

Dice que necesita mucho **descanso**.

María toma el medicamento y descansa.

**Lentamente** se siente mejor.

Después de unos días ya no tiene fiebre.

La **salud** es muy importante.

---

*María has the flu and goes to the doctor. She feels very bad and has to rest a lot.*

*María feels very **bad**.*

***She has** a headache and a fever.*

*She goes to the doctor.*

*The doctor examines her thoroughly to **help**.*

*He tells María that she has **flu**.*

*He gives her a **medication**.*

*He says that she needs a lot of rest.*

*María takes the medicine and rests.*

***Slowly** she feels better.*

*After a few days, she no longer has a fever.*

*Health is very important.*

# A1.30.3 María tiene la gripe

## A1.30.3 María has the flu

   <https://learnspanish.colanguage.es/short-story/maria-tiene-la-gripe>

## Ejercicio 1: Preguntas de debate

**Instrucción:** *Debatir las preguntas después de escuchar el audio o leer el texto.*

1. ¿Qué síntomas de gripe tiene María?
2. ¿Qué dice el doctor?
3. ¿Qué hace María después de ir al doctor?
4. ¿Qué haces cuando estás enfermo/a?

# A1.30.3 María tiene la gripe

## A1.30.3 María has the flu

   <https://learnspanish.colanguage.es/short-story/maria-tiene-la-gripe>

## Ejercicio 2: Elige la palabra correcta

**Instrucción:** Elige la palabra correcta, lee la frase en voz alta y traduce.

*descanso, Le duele, medicamento, mal, gripe, doctor*

1. María se siente muy .....
2. Dice a María que tiene .....
3. Va al .....
4. .... la cabeza y tiene fiebre.
5. Le da un .....
6. Dice que necesita mucho .....

**Solutions:**

1. mal 2. gripe 3. doctor 4. Le duele 5. medicamento 6. descanso

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

## Exercise 1: Find the words

**Instruction:** Find the words, mark them and make sentences with the words.

### Hints

*The medicine , To cough , To hurt , The doctor , The rest , The symptoms*

exmtoserugjbiveldescansosrutqolossíntomasnpqvrxel doct  
orealxvielmedicamentomwdrwkdolersky

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspace.colanguage.es/syllabus/a1/30>

## Ejercicio 2: Reordenar oraciones

**Instrucción:** ¡Las palabras de estas oraciones han sido desordenadas! Ordénalas para que formen una oración válida de nuevo y tradúcelas.

1. espalda. | la | duele | A | le | ella

.....

2. durante | clase. | la | tosen | Ellos

.....

3. a | comida. | la | ayuda | Yo | preparar

.....

### Solutions:

Available on website.



# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

## Ejercicio 3: Traduce y haz oraciones

**Instrucción:** Traduce las palabras y frases a continuación y úsalas en una conversación o texto.

1. A ella le duele la espalda.

.....

2. Ellos tosen durante la clase.

.....

3. Yo ayudo a preparar la comida.

.....

**Solutions:**

Available on website.

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

## Ejercicio 4: Traduce y usa en una oración

**Instrucción:** Traduce y di la palabra en voz alta. Usa la palabra en una oración.

1. Doler

.....

2. Ayudar

.....

3. El medicamento

.....

4. Los síntomas

.....

5. Toser

.....

### Solutions:

1. To hurt 2. To help 3. The medicine 4. The symptoms 5. To cough

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

## Ejercicio 6: Adverbios de modo

**Instrucción:** Elige la palabra correcta, lee la frase en voz alta y traduce.

*necesariamente, rápidamente, con dificultad, mal, con cuidado, bien, fácilmente, lentamente*

1. **Cuidado:** Tengo que toser .....
2. **Difícil:** Me levanto .....
3. **Necesario:** La alergia se trata .....
4. **Lento:** La fiebre baja ..... después de tomar el medicamento.
5. **Malo:** El enfermo se siente ..... por la fiebre.
6. **Rápido:** Los síntomas vienen .....
7. **Fácil:** Me pongo enfermo .....
8. **Bueno:** Hoy me siento ..... No estoy cansada.

**Solutions:**

1. con cuidado 2. con dificultad 3. necesariamente 4. lentamente 5. mal 6. rápidamente 7. fácilmente 8. bien

# A1.30 Deberes / ejercicios

## A1.30 Homework / exercises

Las soluciones, audios, vídeos de autoestudio y hojas de trabajo para estudiantes están disponibles en el sitio web.

<https://learnspanish.colanguage.es/syllabus/a1/30>

## Ejercicio 7: Traduce y haz oraciones

**Instrucción:** Traduce las palabras y frases a continuación y úsalas en una conversación o texto.

1. I help to prepare the food.

.....

2. They cough during the class.

.....

3. Her back hurts.

.....

**Solutions:**

Available on website.