

# EL PODCAST DE UNLIMITED SPANISH

## USP 093: ¡Doctor, doctor!

*Doctor doctor, me duele todo, todo y todo.*

¡Hola a todos! Soy Òscar, fundador de [unlimitedspanish.com](http://unlimitedspanish.com). Quiero ayudarte a **hablar** español fluidamente. ¡Hablar español es más fácil de lo que parece! Solo tienes que usar el material y técnicas adecuadas.

Hoy, en este episodio...

- Vamos a practicar un poco de vocabulario relacionado con la salud.
- A continuación, una lección de punto de vista para ayudarte con tu gramática.

Recuerda que puedes conseguir el texto del episodio en [www.unlimitedspanish.com](http://www.unlimitedspanish.com)

Esta última semana he estado enfermo. Empezó con un dolor de cuello, fiebre, tos, debilidad general...no es gripe sino faringitis con algo de bronquitis.

Cuando estás en esta situación no descansas bien y te acuerdas de lo bien que se está cuando tienes salud :)

Ahora estoy mejor, aunque aún tengo tos. Me gustaría agradecer todos los mensajes de apoyo. Gracias desde aquí. Además, incluso he recibido recetas caseras para mejorar la salud :)

Esta semana he pensado en hablar sobre este tema, la salud. ¿Qué te parece? Siempre es bueno conocer algunas expresiones relacionadas con este tema. Así, si vas a algún país donde se habla el español y te pasa alguna cosa, podrás comunicarte mucho mejor con los médicos del lugar.

Cuando quieres preguntar a alguien sobre su estado de salud, es muy normal utilizar la expresión "encontrarse". Aquí unos ejemplos:

- *Tienes mala cara. ¿Te encuentras mal?*
- *Sí, no me encuentro bien. Mejor me voy a casa.*

En inglés, si digo "no me encuentro bien" sería "I don't feel well".

Por si no lo sabes, "encontrar" también quiere decir "to find" en inglés. En este contexto no lo utilizamos de esta manera.

Por tanto decir:

*Juan no se encuentra bien.*

No significa que Juan está perdido.

Bien. Si alguien te dice “no me encuentro bien”, una posible continuación de la conversación sería preguntar:

*¿Qué te pasa?*

Entonces, a esta pregunta podemos especificar los síntomas. Un síntoma es una manifestación de lo que te pasa. Por ejemplo. Vamos a ver esta conversación:

- *No me encuentro bien.*
- *Oh, ¿qué te pasa?*
- *Bueno...me duele la cabeza.*

¿Ves? “me duele la cabeza” es un síntoma.

Por cierto, es lo mismo decir:

*Me duele la cabeza*

Qué

*Tengo dolor de cabeza*

Por tanto, puedes decir:

Me duelen las piernas o tengo dolor de piernas.  
Me duele el estómago o tengo dolor de estómago.

Cuando te pasa algo, el médico o doctor te receta una medicina. Entonces, tú tomas la medicina. Por ejemplo.

- *Ayer el doctor me recetó estas pastillas. Me tengo que tomar 3 pastillas al día.*

Vale, vamos a ver con un poco más de detalle los síntomas más comunes que puedes tener. ¡No te deseo ninguno de ellos!

## Tener tos

Esta expresión la he mencionado antes. Tener tos en inglés es cough. Vamos a ver un ejemplo:

- *No me encuentro muy bien.*
- *¿Qué te pasa?*
- *Tengo mucha tos, sobre todo por la noche.*
- *Ah lo siento. ¿Estás tomando jarabe?*

Jarabe, por cierto, es una de las medicinas que te pueden ayudar a no tener tos. En inglés es cough syrup.

## Inflamación

Puedes tener casi cualquier parte del cuerpo inflamada. Hay muchas causas para ello. Por ejemplo, en mi caso, la semana pasada tenía el cuello inflamado y me dolía. También puedes tener una inflamación por un golpe. Por ejemplo:

*Mi pie se inflamó mucho después de un golpe.*

## Fiebre

La fiebre es el aumento de la temperatura del cuerpo. Tener fiebre es muy normal si tienes gripe. Gripe en inglés es flu. Por ejemplo:

*Tengo la temperatura alta y el cuello inflamado. Creo que tengo la gripe.*

## Escalofríos

Tener escalofríos es cuando mueves el cuerpo rápidamente, normalmente para combatir el frío. Es muy típico tener escalofríos si tienes fiebre.

## Fatiga

Fatiga es lo mismo que cansancio. Cuando estás fatigado quiere decir que estás cansado, que no tienes energía. A veces una enfermedad produce fatiga. No tenemos energía y no sabemos por qué.

## Sentar mal la comida

Esta expresión es curiosa. Como sabes, las personas se sientan en sillas, sofás, etc. Aquí, la comida también “se sienta”. El significado de sentar mal la comida es que comiste algo que el cuerpo no acepta bien. Vamos a ver un par de ejemplos y como se construye:

*Me duele el estómago. Creo que me ha sentado mal la comida.*

*Si comes esa mayonesa, te va a sentar mal.*

Esta expresión de “sentar mal la comida” es importante saberla. Si tienes un problema en un sitio de habla española, puedes fácilmente describir lo que te pasa. No es la primera vez que a un turista le sienta mal la comida :)

## Nauseas / vómitos

Un efecto no deseado de comer algo que no te sienta bien, es sentir nauseas. Simplemente tienes que tener claro que las nauseas son el deseo de vomitar. Puedes tener nauseas sin vómitos. Por ejemplo:

*Me ha sentado mal el bocadillo que guardaba del año pasado. Siento nauseas y creo que voy a vomitar.*

## Mareos

Otro síntoma es estar mareado o tener mareos. En inglés estar mareado es *to be dizzy*. Tener mareos es otra manera de decir lo mismo. Si tienes mareos durante mucho tiempo es mejor ir al médico.

## Tensión baja

¿Y que puede producir los mareos? Bueno, una de los motivos es la tensión baja. En inglés low blood pressure. Un ejemplo:

- *Estaba sentado, me he levantado y ahora estoy mareado.*
- *Ah...¿Tienes la tensión baja?*

## Dificultad para respirar

Por último, la dificultad para respirar. Muy importante ir al médico si notas esta dificultad. ¡Si no podemos respirar, no creo que sigamos vivos mucho tiempo!

A veces esta dificultad para respirar está producida por ansiedad. Es lo que llaman los médicos un efecto psicósomático, pero no vamos a entrar en vocabulario tan específico. Esto no es un podcast para aprender medicina :)

Perfecto. Hasta aquí hemos visto vocabulario y expresiones relacionadas con la salud.

## PUNTO DE VISTA (mejora tu gramática)

Ahora vamos a hacer un pequeño punto de vista. La idea es mejorar tu gramática. ¿Cómo? Muy simple. Yo te cuento la misma historia más de una vez. Cada vez cambio un aspecto gramatical. Así puedes ver cómo cambia la gramática y puedes comparar.

Solo tienes que escuchar.

*En tercera persona, en pasado:*

Don Pepe era una persona que tenía siempre problemas de salud. Como él era muy organizado, se planificaba la semana de la siguiente manera:

Los lunes, se levantaba con mucha tos. Tenía tanta tos que venía la policía y los bomberos para ver qué pasaba. Los martes, lo que más sentía era fatiga. Estaba cansado todo el día. Si parpadeaba con los ojos, aún se sentía más cansado. Incluso tenía dificultad para respirar. Él intentaba no parpadear mucho y respirar lo mínimo, por si acaso.

Los miércoles no comía, porque siempre le sentaba mal la comida. Incluso sin comer tenía los mismos síntomas. En el 90% de los casos también sentía náuseas.

Los jueves no era un mal día para él. Solo tenía fiebre alta y escalofríos durante el día.

Los viernes sufría de tensión baja las horas pares y de tensión alta las horas impares. También tenía mareos constantes.

Un día decidió ir a visitar al médico, y el doctor le dijo: "Don Pepe, usted está en perfecto estado de salud, pero tengo que decir que nunca había visto a una persona tan hipocondríaca. Le recetaré una medicina con efecto placebo fantástica". Y a partir de ese día, Don Pepe nunca más estuvo enfermo.

*Muy bien. Te he explicado la historia en tercera persona en pasado. Voy a explicártela en primera persona, desde el punto de vista de Don Pepe:*

Era una persona que tenía siempre problemas de salud. Como yo era muy organizado, me planificaba la semana de la siguiente manera:

Los lunes, me levantaba con mucha tos. Tenía tanta tos que venía la policía y los bomberos para ver qué pasaba.

Los martes, lo que más sentía era fatiga. Estaba cansado todo el día. Si parpadeaba con los ojos, aún me sentía más cansado. Incluso tenía dificultad para respirar. Yo intentaba no parpadear mucho y respirar lo mínimo, por si acaso.

Los miércoles no comía, porque siempre me sentaba mal la comida. Incluso sin comer tenía los mismos síntomas. En el 90% de los casos también sentía náuseas.

Los jueves no era un mal día para mí. Solo tenía fiebre alta y escalofríos durante el día.

Los viernes sufría de tensión baja las horas pares y de tensión alta las horas impares. También tenía mareos constantes.

Un día decidí ir a visitar al médico, y el doctor me dijo: "Don Pepe, tiene usted una salud de hierro, pero le voy a decir que usted es la persona más hipocondríaca que he visto nunca. Aquí tiene una receta de una medicina con efecto placebo muy buena". Y a partir de ese día, nunca más estuve enfermo.

Perfecto. Este es el final de este punto de vista. Pobre Don Pepe. Era hipocondríaco y se curó con una medicina con efecto

placebo. Por cierto, en este punto de vista de pasado en primera y tercera persona hay pocos cambios en los verbos.

Esto no siempre es así. Puedes encontrar muchos más aspectos del idioma en lecciones mucho más elaboradas de mis cursos para mejorar tu español hablado.

Uno de los cursos más populares es El Curso Mágico que puedes conseguir aquí:

[www.cursomagico.com](http://www.cursomagico.com)

Repito:

[www.cursomagico.com](http://www.cursomagico.com)

Recuerda que puedes usar estos cursos en tu Iphone, Android, etc. Cada curso tiene horas de audio con este tipo de ejercicios. Así, seguro que progresarás en tu español.

Fantástico. ¡Nos vemos la semana que viene! ¡Hasta entonces, y...¡cuídate!



Óscar Pellus  
[unlimitedspanish.com](http://unlimitedspanish.com)