

California State University, San Bernardino

## CSUSB ScholarWorks

---

World Languages and Literatures Faculty  
Publications

World Languages & Literatures

---

2017

### Spanish for Healthcare & Related Fields

Carmen Jany  
CSUSB, [cjany@csusb.edu](mailto:cjany@csusb.edu)

Maria Mayberry  
CSUS, [mayberry@csus.edu](mailto:mayberry@csus.edu)

Follow this and additional works at: <https://scholarworks.lib.csusb.edu/worldlang-publications>



Part of the [Spanish Linguistics Commons](#)

---

#### Recommended Citation

Jany, Carmen and Mayberry, Maria, "Spanish for Healthcare & Related Fields" (2017). *World Languages and Literatures Faculty Publications*. 1.

<https://scholarworks.lib.csusb.edu/worldlang-publications/1>

This Book is brought to you for free and open access by the World Languages & Literatures at CSUSB ScholarWorks. It has been accepted for inclusion in World Languages and Literatures Faculty Publications by an authorized administrator of CSUSB ScholarWorks. For more information, please contact [scholarworks@csusb.edu](mailto:scholarworks@csusb.edu).

# Spanish for Healthcare & Related Fields

## **Developed by**

Julieta Cabrera (MA, CSUSB)

Carolina Fiallo (MA, CSUSB)

Gabriela Flores (BA student, CSUS)

Maryesther Gracier (MA student, CSUS)

Carolina Scorza (MA student, CSUS)

## **Under guidance of**

Prof. Carmen Jany (CSUSB)

Prof. María Mayberry (CSUS)

*A second year specialized Spanish  
language textbook*

## **Interdisciplinary Advisory Committee**

The Interdisciplinary Advisory Committee assisted in structuring and defining the thematic content for this textbook.

Manijeh Badiie (Psychology, CSUSB)

Bernice Bass de Martínez (Education, CSUS)

Dorothy Chen-Maynard (Health Science/Nutrition, CSUSB)

Rafael Correa (Spanish, CSUSB)

Heather Diaz (Health Science, CSUS)

Teresa Dodd-Butera (Nursing, CSUSB)

Guillermo Escalante (Kinesiology, CSUSB)

Erica Lizano (Social Work, CSUSB)

José Muñoz (Sociology, CSUSB)

Angie Otiniano Verissimo (Health Science, CSUSB)

Brigitte Parsch (Nursing, CSUS)

## SCOPE & SEQUENCE

FUNCIONES COMUNICATIVAS	TEMAS CENTRALES	NOTAS	LECTURAS	NOTAS CULTURALES	GRAMÁTICA
<b>Capítulo 1: Primera visita al consultorio y el historial medico Páginas 1- 60</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir síntomas</li> <li>• Describir profesiones de la salud</li> <li>• Describir condiciones permanentes y temporales</li> <li>• Narrar en el presente</li> <li>• Expresar sugerencias y recomendaciones</li> </ul>	<p>A. Visita al consultorio <b>Páginas 2-19</b></p> <p>B. El historial medico <b>Páginas 20-33</b></p>	<p>1.1 Uso de títulos señor/a, señorita para referirse a los pacientes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesiones de la salud</li> <li>• Temperatura y presión arterial</li> <li>• Diabetes y Colesterol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de tú vs usted</li> <li>• Chile</li> <li>• Diferencia entre 'paciente' y 'cliente'</li> </ul>	<p>1.1 El género de los artículos definidos e indefinidos <b>Páginas 40- 44</b></p> <p>1.2 El presente del indicativo y presente del subjuntivo <b>Páginas 45- 55</b></p> <p>1.3 Diferencia entre ser, estar, haber y tener <b>Páginas 56-59</b></p>
<b>Capítulo 2: En la sala de urgencias Páginas 61 - 118</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar hace cuánto tiempo...</li> <li>• Describir lo que ocurrió</li> <li>• Explicar lo que se va a hacer</li> <li>• Hablar de lo que ha pasado</li> <li>• Explicar si ya había ocurrido o no</li> </ul>	<p>A. Llega la ambulancia <b>Páginas 62-64</b></p> <p>B. En la sala de urgencias <b>Páginas 65-76</b></p> <p>C. A la unidad de cuidados intensivos (UCI) <b>Páginas 77-78</b></p> <p>D. Seguimiento del paciente dado de alta <b>Páginas 79-83</b></p>	<p>2.1 Uno o dos apellidos</p> <p>2.2 ¿Sala de urgencias o Sala de emergencias?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Historia de la medicina de urgencia</li> <li>• Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)</li> <li>• La salud en México</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El cáncer en la población hispana</li> </ul>	<p>2.1 ¿Cuánto tiempo hace que...? <b>Páginas 95-98</b></p> <p>2.2 Hablar del futuro: ir a + <i>inf</i> <b>Páginas 99-101</b></p> <p>2.3 Narraciones en el pasado: pretérito e Imperfecto <b>Páginas 102-106</b></p> <p>2.4 Narraciones en el pasado: presente perfecto <b>Páginas 107 -109</b></p> <p>2.5 Narraciones en el pasado: pluscuamperfecto [for recognition only] <b>Páginas 110-111</b></p> <p>2.6 Expresiones indefinidas y negativas <b>Páginas 112-117</b></p>



<b>Capítulo 3: La salud mental Páginas 119 - 192</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>Recomendar para levantar el ánimo</li> <li>Expresar cómo te has sentido</li> <li>Expresar si ya había ocurrido o no</li> <li>Dar indicaciones</li> <li>Expresar que se tiene información: Saber</li> </ul>	<p>A. Una visita a domicilio <b>Páginas 120-121</b></p> <p>B. La trabajadora social y la paciente <b>Páginas 122-127</b></p> <p>C. Un intento de suicidio <b>Páginas 128-136</b></p> <p>D. Una intoxicación alcohólica <b>Páginas 137-143</b></p> <p>E. La abstinencia <b>Páginas 144-149</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>El sistema de salud en Argentina</li> <li>Diagnóstico del alcoholismo</li> <li>El test Audit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La depresión en adolescentes</li> <li>El suicidio y las adolescentes hispanas</li> <li>Bajo los efectos del alcohol</li> </ul>	<p>3.1 Modo: indicativo y subjuntivo <b>Páginas 163-171</b></p> <p>3.2 Tiempos perfectos: indicativo <b>Páginas 172-175</b></p> <p>3.3 Tiempos perfectos: subjuntivo <b>Páginas 176-177</b></p> <p>3.4 Mandatos formales e informales <b>Páginas 178-186</b></p> <p>3.5 Saber y conocer <b>Páginas 187-191</b></p>
<b>Capítulo 4: Lesiones y rehabilitación Páginas 193 - 249</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>Describir lesiones</li> <li>Recomendar tratamientos</li> <li>Narrar en el presente perfecto</li> </ul>	<p>A. Las lesiones deportivas <b>Páginas 194-207</b></p> <p>B. Las lesiones de la vida rutinaria <b>Páginas 208-215</b></p> <p>C. Las lesiones en el área laboral <b>Páginas 216-227</b></p>	<p>4.1 Obtener una referencia a un especialista</p> <p>4.2 Cirugía electiva</p> <p>4.3 Cirugía requerida</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tipos de lesiones</li> <li>Terapeuta de lesiones deportivas</li> <li>Fisioterapeuta</li> <li>Accidentes en el área laboral</li> <li>Terapeuta ocupacional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>México</li> </ul>	<p>4.1 Presente perfecto y participio pasado <b>Páginas 235- 238</b></p> <p>4.2 Se reflexivo y se impersonal <b>Páginas 239-241</b></p> <p>4.3 Imperativo formal <b>Páginas 242-244</b></p> <p>4.4 Verbos reflexivos <b>Páginas 245-248</b></p>
<b>Capítulo 5: La planificación familiar y la salud sexual Páginas 250 - 318</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>Expresar los gustos y las opiniones</li> <li>Crear hipótesis</li> <li>Hablar del futuro</li> </ul>	<p>A. Adolescentes <b>Páginas 251- 265</b></p> <p>B. Hombres <b>Páginas 266-283</b></p> <p>C. Mujeres <b>Páginas 284-300</b></p>	<p>5.1 Actitudes hacia los anticonceptivos</p> <p>5.2 La sexualidad: un tema tabú</p> <p>5.3 Los roles de género</p> <p>5.4 LGTB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Métodos anticonceptivos</li> <li>Las enfermedades de transmisión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuba</li> </ul>	<p>5.1 Pronombres de complemento directo <b>Páginas 308-310</b></p> <p>5.2 Pronombres de complemento indirecto <b>Páginas 311-314</b></p>

		5.5 Los trabajadores agrícolas y la salud 5.6 La próstata 5.7 Tratamiento para la disfunción eréctil	sexual (ETS) deportivas • Ginecólogo/a • Urólogo/a • Tipos de cáncer en los hombres • Métodos anticonceptivos para hombres • Tipos de cáncer en las mujeres • El/la obstetra • Beneficios de la lactancia		5.3 Verbos como <i>gustar</i> <b>Páginas 315-317</b>
<b>Capítulo 6: Visitas al pediatra Páginas 319 - 382</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>Referirse a personas y cosas que ya se mencionaron</li> <li>Hablar de eventos en el futuro</li> <li>Expresar cortesía y probabilidades</li> </ul>	<p>A. Visitas de rutina al pediatra - La lactancia <b>Páginas 320- 329</b></p> <p>B. Las vacunas <b>Páginas 330- 341</b></p> <p>C. El desarrollo del cerebro adolescente <b>Páginas 342- 360</b></p>	<p>6.1 Candidiasis oral o 'algodoncillo'</p> <p>6.2 Contacto visual entre niños y adultos</p> <p>6.3 Esposo/marido</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Beneficios de la lactancia materna</li> <li>Lactancia materna en América Latina</li> <li>Las vacunas</li> <li>Diferencias entre el sistema de vacunas en México y en Estados Unidos</li> <li>Qué esperar después de las vacunas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Un caso de 'mal de ojo'</li> <li>El sistema sanitario en España</li> </ul>	<p>6.1 Repaso del objeto directo <b>Páginas 364-367</b></p> <p>6.2 Repaso de pronombres dobles <b>Páginas 368-370</b></p> <p>6.3 Futuro simple <b>Páginas 371-373</b></p> <p>6.4 Futuro simple vs. futuro perifrástico <b>Páginas 374-375</b></p> <p>6.5 Condicional <b>Páginas 376-378</b></p> <p>6.6 Pronombres de objeto de preposición <b>Páginas 379-381</b></p>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo cerebral y sus consecuencias en la adolescencia</li> <li>• La cortesía verbal</li> </ul>		
<b>Capítulo 7: El estilo de vida saludable y la prevención de enfermedades Páginas 383 - 431</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir la nutrición</li> <li>• Describir las enfermedades crónicas</li> <li>• Expresar sugerencias y recomendaciones</li> <li>• Hacer comparaciones</li> </ul>	<p>A. La nutrición <b>Páginas 384- 396</b></p> <p>B. La actividad física <b>Páginas 397- 404</b></p> <p>C. La prevención de las enfermedades crónicas <b>Páginas 405- 416</b></p>	7.1 La nutrición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los macronutrientes: carbohidratos, grasas y proteínas</li> <li>• Los macronutrientes: Las vitaminas y los minerales</li> <li>• La actividad física en las diferentes etapas de la vida</li> <li>• Profesionales de la salud: El nutricionista-dietista y el fisiólogo</li> <li>• Las enfermedades crónicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La nutrición y dieta de los latinos</li> </ul>	<p>7.1 La a personal <b>Páginas 419- 421</b></p> <p>7.2 Las conjunciones <b>Páginas 422- 425</b></p> <p>7.3 El subjuntivo en cláusulas adjetivales <b>Páginas 426- 427</b></p> <p>7.4 El subjuntivo en cláusulas adverbiales <b>Páginas 428- 430</b></p>
<b>Capítulo 8: Cuidados en la etapa terminal Páginas 432- 488</b>					
• Dar		8.1 El 'nono' y 'la	• El páncreas	• Directiva	8.1 Repaso: presente del

<p>recomendaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar sugerencias a enfermos en la fase terminal</li> <li>• Expresar situaciones hipotéticas</li> </ul>	<p>A. El cáncer pancreático <b>Páginas 433- 444</b></p> <p>B. Directiva anticipada para la atención de la salud <b>Páginas 445-457</b></p> <p>C. El alzheimer <b>Páginas 458- 464</b></p> <p>D. El cuidado de un enfermo en le hogar <b>Páginas 465- 474</b></p>	<p>nona'</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Síntomas del cáncer pancreático</li> <li>• Signos y síntomas del cáncer</li> <li>• Directiva anticipada paa la atención de la salud</li> <li>• El alzheimer y su efecto en la comunidad latina</li> <li>• El cuidado del paciente en su hogar</li> </ul>	<p>anticipada paa la atención de la salud en Latinoamérica</p>	<p>subjuntivo <b>Páginas 480- 481</b></p> <p>8.2 Repaso: pasado del subjuntivo <b>Páginas 482- 483</b></p> <p>8.3 Hipótesis <b>Páginas 484- 487</b></p>
<b>Capítulo 9: Geriatría</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar recomendaciones</li> <li>• Dar sugerencias a ancianos</li> </ul>	<p>A. El envejecimiento saludable <b>Páginas 490- 498</b></p> <p>B. El cuidado del anciano en el hogar <b>Páginas 499- 509</b></p> <p>C. El cuidado del anciano fuera del hogar <b>Páginas 510- 519</b></p>	<p>9.1 Notas para los proveedores del cuidado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Título?</li> <li>• La sexualidad en los adultos mayores</li> <li>• La importancia de las interacciones sociales en el envejecimiento</li> <li>• El cuidado para ancianos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La depresión, la demencia y la comunidad latina</li> <li>• Los latinos y los asilos de ancianos</li> </ul>	<p>9.1 El imperfecto del subjuntivo en las cláusulas nominales y adjetivales <b>Páginas 522- 523</b></p> <p>9.2 El imperfecto del subjuntivo en cláusulas adverbiales <b>Páginas 524- 527</b></p> <p>9.3 El imperfecto del subjuntivo en cláusulas principales <b>Páginas 528- 530</b></p>

			<p>con demencia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabla sin título</li> <li>• Los centros de cuidado a largo plazo</li> </ul>		
<b>Capítulo 10: Salud ambiental</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir eventos que están ocurriendo</li> <li>• Hablar de precauciones</li> <li>• Hablar de posibilidades e hipótesis</li> </ul>	<p>A. Incendio <b>Páginas 533- 539</b></p> <p>B. La malaria <b>Páginas 540- 545</b></p> <p>C. El zika <b>Páginas 546- 550</b></p> <p>D. El ébola <b>Páginas 551- 557</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• El zika</li> <li>• El ébola</li> </ul>	Guinea Ecuatorial	<p>10.1 Repaso: presente del subjuntivo <b>Páginas 562- 567</b></p> <p>10.2 El presente progresivo <b>Páginas 568- 570</b></p> <p>10.3 Repaso: Condicional como hipótesis <b>Páginas 571- 573</b></p> <p>10.4 Repaso: Perifrástico <b>Páginas 574- 575</b></p> <p>10.5 Futuro de probabilidad <b>Páginas 576- 577</b></p>
<b>Capítulo 11: La salud en la comunidad</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar recomendaciones</li> </ul>	<p>A. La salud pública <b>Páginas 580- 589</b></p> <p>B. Cómo navegar el sistema de salud <b>Páginas 590- 597</b></p> <p>C. Las disparidades en la atención de la salud <b>Páginas 598- 601</b></p>	<p>11.1 LGTB</p> <p>11.2 Los trabajadores agrícolas</p> <p>11.3 ¿Necesitamos esta nota?</p> <p>11.4 Auto-apoyo o autorepresentación</p> <p>11.5 ¿Necesitamos esta nota?</p> <p>11.6 Los defensores de los pacientes</p> <p>11.7 'Estar malito'</p> <p>11.8 Las organizaciones</p>	<p>Falta identificar las lecturas como lecturas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La vida pública y la planificación familiar</li> <li>• Métodos anticonceptivos</li> <li>• La salud pública y la orientación sexual</li> </ul>		<p>11. 1 El futuro <b>Páginas 604- 606</b></p> <p>11.2 El condicional <b>Páginas 607- 610</b></p> <p>11.3 Repaso: los mandatos <b>Páginas 611- 612</b></p>

		internacionales que promueven la salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los trabajadores agrícolas y la salud pública</li> <li>• El sistema de salud estadounidense</li> <li>• Los siete problemas con los que se enfrentan los usuarios con el sistema de salud estadounidense</li> </ul>		
<b>Capítulo 12: Otros problemas de salud</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar indicaciones</li> <li>• Desarrollar la fluidez al hablar</li> </ul>	A. El sobrepeso y la obesidad <b>Páginas 615- 621</b> B. la sexualidad <b>Páginas 622- 627</b> C. El tabaquismo <b>Páginas 628- 633</b> D. El asma <b>Páginas 634- 641</b>	12.1 Contacto visual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El sobrepeso y la obesidad</li> <li>• El virus del papiloma humano (VPH)</li> <li>• Prevención del tabaquismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Costa Rica</li> </ul>	12.1 Repaso: el imperativo <b>Páginas 646- 649</b> 12.2 Pronombres de objeto de preposición <b>Páginas 650- 652</b> 12.3 Por y para <b>Páginas 653- 654</b> 12.4 Preguntas abiertas/cerradas <b>Páginas 655- 657</b>

# Capítulo 1

## Primera visita al consultorio y el historial médico

### Metas comunicativas

- Describir síntomas
- Describir profesiones de la salud
- Describir condiciones permanentes y temporales
- Narrar en el presente
- Expresar sugerencias y recomendaciones

### Temas Centrales

#### A. Visita Inicial al consultorio

#### B. El historial médico

### Gramática

#### 1.1 Género de los artículos definidos e indefinidos

#### 1.2 El presente de indicativo y el presente de subjuntivo

#### 1.3 Diferencia entre ser, estar, haber y tener

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará posibles situaciones durante la primera visita de un paciente al consultorio. Al final del capítulo el estudiante estará más preparado para enfrentarse a estas situaciones donde puede utilizar las estructuras formales e informales de las presentaciones. También el estudiante será expuesto a cuestionarios estándares y formularios generales.

### Preguntas para considerar

¿Cómo es la interacción/relación entre el paciente y la enfermera o el doctor?

¿Cuál es la función de la enfermera y del doctor en estas situaciones?

¿Qué tipo de preguntas se hacen? ¿Hay preguntas o cuestionarios estándares?

## A. VISITA INICIAL AL CONSULTORIO



Consulte la gramática 1.1 y 1.2

**Metas comunicativas: Describir síntomas; Expresar sugerencias**

### Vocabulario

la cuenta  
el seguro  
médico el  
formulario  
la presión

the bill  
the health  
insurance the  
medical form the  
blood pressure to

**Diálogo 1.1.** La paciente Rosalinda Chávez Medal entra y habla con la recepcionista.

- Recepcionista -- Buenos días, señorita.  
Sra. Medal --Buenos días, señorita. Me puede decir señora; soy casada. Necesito hablar con la doctora Pérez, por favor.
- Recepcionista --Muy bien. ¿Su nombre y apellido?  
Sra. Medal --Rosalinda Chávez Medal.  
Recepcionista --¿Quién paga la cuenta, señora Medal? ¿Usted o el seguro médico?  
Sra. Medal --El seguro.  
Recepcionista --Me permite la tarjeta de seguro médico, por favor. Necesito sacar una fotocopia.  
Sra. Medal --Aquí está.  
Recepcionista --Ahora **necesito que llene** este formulario, por favor. Sra. Medal --Muy bien. *(La paciente llena el formulario)*
- Recepcionista --Muchas gracias. **Tome asiento** y espere hasta que el asistente médico la llame.  
Sra. Medal --Muy bien, gracias.

### Nota 1.1

Nótese que con los pacientes de Latinoamérica se usan los títulos señor/a o señorita al referirse al paciente. La forma *usted* para referirse al paciente se usa sin importar la edad del proveedor médico.



**Dialogo 1.2** La Sra. Medal entra y habla con el asistente de enfermería certificado (CNA por sus siglas en inglés).

- CNA --(*Sonríe*) Buenos días, señora. (*Saluda con la mano derecha, con la mano izquierda indica donde sentarse*)  
Mi nombre es Esteban y soy el asistente de enfermería certificado. ¿Cómo está?
- Sra. Medal --Buenos días, joven. Bien, aquí con unos dolores y mucho malestar.  
CNA -- Lamento **que se sienta** así, la médica la va a ver pronto. Primero **necesito que se suba** a la báscula para ver cuánto pesa y mide y después voy a tomarle la presión sanguínea y la temperatura y voy a medirle el pulso.
- Sra. Medal -- Muy bien, joven.  
CNA -- (*El asistente médico procede a medirla, pesarla, tomarle la presión sanguínea y la temperatura.*) Muy bien, señora. Todo listo. Antes de que vea a la médica, ¿es alérgica a algún medicamento o alimento?
- Sra. Medal -- No, no soy alérgica a ningún medicamento o alimento.  
CNA -- Muy bien, si me hace el favor de seguirme al cuarto donde la médica la va a ver.
- Sra. Medal -- Muchas gracias.

## Actividades

### 1. Preséntese

**a.** Busque el nombre de su profesión en español. Preséntese con cinco de sus compañeros y averigüe la ocupación de cada uno como en el siguiente modelo. Consulte la lista de vocabulario.

- Modelo:
- Estudiante 1: Buenas tardes, soy Ignacio. Soy médico.  
Estudiante 2: Mucho gusto Ignacio. Me llamo Nancy.  
Estudiante 1: Encantado. ¿En qué trabaja usted?  
Estudiante 2: Soy una asistente de enfermería certificada (CNA). ¿Y usted, cuál es su especialidad?  
Estudiante 1: Soy pediatra.

Nombre	Ocupación	Especialidad
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

**b:** Cuando haya terminado, comparta sus datos con la clase y presente a sus cinco compañeros. Por ejemplo: “ella es Nancy y es asistente de enfermería certificada”.

## 2. Comprensión

Conteste las siguientes preguntas, según los diálogos 1.1 y 1.2.

1. ¿Qué documentos necesita presentar un paciente?
2. ¿Qué tiene que hacer un paciente después de entregar el formulario?
3. ¿Cuáles síntomas menciona la Sra. Medal al hablar con el CNA?
4. ¿Cuáles son los procedimientos que realiza el CNA en la Sra. Medal?

### 3. Combinación

Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

- |   |                      |
|---|----------------------|
| 1. ____ Persona que padece de un malestar físico y especialmente se halla bajo atención médica.                       | a. asistir           |
| 2. ____ Latido intermitente de las arterias, que se percibe en varias partes del cuerpo y especialmente en la muñeca. | b. dolor agudo       |
| 3. ____ Órgano formador de gametos femeninos.   | c. ovarios           |
| 4. ____ Residuos del alimento que, después de hecha la digestión, despide el cuerpo por el ano.                       | d. báscula           |
| 5. ____ Un dolor puntiagudo, punzante, afilado.   | e. El paciente       |
| 6. ____ Aparato que sirve para pesar.   | f. presión sanguínea |
| 7. ____ Presión ejercida por la sangre circulante sobre las paredes de las arterias.                                  | g. dolor             |
| 8. ____ Se dice de la persona a quien se le ha muerto su cónyuge y no ha vuelto a casarse.                            | h. el pulso          |
| 9. ____ Servir o atender a alguien, especialmente de un modo eventual o desempeñando tareas específicas.              | i. Viudo/a           |
| 10. ____ Sensación desagradable en una parte del cuerpo debido a una herida o a una enfermedad.                       | j. excremento        |

## Vocabulario

la hoja clínica  
la regla  
los  
ovarios  
el malestar

the medical history  
the menstrual  
period the ovaries  
the  
discomfort

## A. VISITA INICIAL AL CONSULTORIO

**Metas comunicativas** Describir síntomas; Narrar en el presente

**Diálogo 1.3** La Sra. Medal entra y habla con la doctora Pérez.

- Dra. Pérez --(Sonríe) Buenas tardes, ¿cómo está, señora Medal?  
Sra. Medal -- Muy mal, doctora. Tengo muchos dolores vaginales después de tener sexo y estoy sangrando también.
- Dra. Pérez --(Mira la hoja clínica\*) ¿Cómo están las cosas en casa? ¿Cómo la trata su pareja? ¿Tiene algún problema con su pareja?  
Sra. Medal --Todo está bien en casa doctora. Mi esposo me trata bien. ¿Por qué?  
Dra. Pérez --Desafortunadamente, la violencia doméstica es muy común en nuestra sociedad y por eso he empezado a hacerles estas preguntas a mis pacientes.
- Sra. Medal --Está bien doctora, gracias por preocuparse.  
Dra. Pérez --¿Cuándo fue su última regla?  
Sra. Medal --Hace dos semanas.  
Dra. Pérez --¿Tiene un sangrado más abundante de lo normal?  
Sra. Medal --Sí, doctora.  
Dra. Pérez --¿Cuándo comenzó el dolor?  
Sra. Medal -- El dolor comenzó hace un mes y me duele por la parte derecha de los ovarios.  
Dra. Pérez -- En una escala de 0 a 10, donde 0 no indica dolor y 10 indica un dolor intenso, ¿cómo diría usted que es el dolor? ¿Es agudo o punzante?  
Sra. Medal --Doctora tengo mucho dolor, de 0 a 10 es un 8, y es un dolor punzante como de un cuchillo.  
Dra. Pérez --Bueno, necesitamos radiografías y un análisis de sangre, un examen del virus papiloma humano (VPH), al igual que una prueba de Papanicolaou.
- Sra. Medal -- Muy bien doctora, pero dígame, ¿cree usted que es algo serio, algo grave?  
Dra. Pérez -- Señora Medal, **es importante que se haga** estos análisis antes de darle más información. **Después de que salga** de la consulta va a ver a Susana; ella es una enfermera especializada. No se preocupe, **en cuanto tenga** los resultados, la recepcionista la llamará para hacer una cita. En la cita discutiremos los resultados. **Que tenga** un buen día.

**Diálogo 1.4** La Sra. Medal entra y habla con Anahí, la enfermera práctica licenciada (LPN por sus siglas en inglés).

Anahí (LPN) --Hola, buenas tardes, señora Medal. ¿Cómo está?

Sra. Medal --Aquí, un poco preocupada porque he tenido muchos malestares y no me siento bien.

Anahí (LPN) --La médica **ha pedido que se le haga** un análisis de sangre, una radiografía y una prueba de Papanicolaou. Así veremos qué es lo que le está causando estos malestares. Señora Medal, ¿puede extender su brazo izquierdo? Voy a tomarle una muestra de sangre.

Sra. Medal --Claro que sí.

Anahí (LPN) --Ahora **necesito que pase** al sanitario y me dé una muestra de orina y de allí pasará con la recepcionista **para que haga** una cita con la oficina de radiografía.

Sra. Medal --Muchísimas gracias por ser tan amable y **que tenga** un buen día, señorita.

Anahí (LPN) --Igualmente y no se preocupe, todo saldrá bien.

## Actividades

**4. Recopilando información.** Usted trabaja en un consultorio y parte de su trabajo es ayudar al paciente a llenar este formulario. Obtenga la información necesaria de un compañero de clase para completar la planilla. Después de que llene el formulario, pídale a su compañero que verifique la información que usted ha escrito y que la firme.

DATOS DEL PACIENTE (llenar en letra de molde)			
Fecha de hoy _____			
Nombre completo del paciente _____			
	Apellido(s)	Nombre	Segundo nombre
Domicilio _____			
	Calle	Ciudad	Código postal
Dirección postal _____			
	Calle	Ciudad	Código postal
¿Cuánto tiempo lleva viviendo en este domicilio? _____ Teléfono de casa _____			
Teléfono celular _____ Teléfono de trabajo _____			
Fecha de nacimiento _____ Número de seguro social _____			
Estado Civil			
_____ Casado(a)	Dirección de correo electrónico _____		
_____ Soltero(a)			
_____ Divorciado(a)	Sexo _____ Masculino		
_____ Separado(a)	_____ Femenino		
_____ Viudo (a)			
Empleador Ocupación _____ Número de años trabajando en esta empresa _____			
En caso de emergencia, llamar a _____ Teléfono _____			
Nombre de la compañía de seguro _____ Número de póliza _____			
Firma _____ Fecha _____			

**5. Dramatización** Trabaje en grupo con cuatro compañeros de clase para escribir y dramatizar la siguiente situación. Decidan quién va a ser el/la recepcionista, el/la CNA, el/la LPN, el/la médico y el/la paciente.

Llega al consultorio Roberto Carvajal. Presenta síntomas de dolor agudo en el tórax y dificultad al respirar. También tiene una tos constante con secreción. ¿Qué procedimientos debe seguir el/la recepcionista, el/la CNA, el/la LPN, el/la médico/ca? ¿Cuál es la reacción del paciente?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ★ Consulte gramática 1.2

### Lea este breve comentario sobre el uso del tú/usted



Los angloparlantes utilizan el pronombre *you* para dirigirse directamente a una persona sin importar el nivel de formalidad que existe. Sin embargo, los hispanohablantes tienen dos pronombres que representan *you*. Estos pronombres singulares son **usted** y **tú**. El pronombre formal **usted** es apropiado para dirigirse a personas con las cuales no se está familiarizado. Por ejemplo, los médicos, las recepcionistas, los asistentes médicos, los asistentes de enfermería certificados y los enfermeros

prácticos licenciados deben utilizar el pronombre singular formal **usted** para dirigirse a sus pacientes. Aparte de usar el **usted**, el proveedor médico debe utilizar los títulos de **señor**, **señora** y **señorita**.

El pronombre informal **tú** es apropiado para dirigirse a personas con las cuales se está familiarizado. Se usa, por ejemplo, con amigos, compañeros/colegas y niños. Por ende, los médicos, las recepcionistas, los asistentes médicos, los asistentes de enfermería certificados y los enfermeros prácticos licenciados pueden usar el pronombre **tú** para dirigirse entre ellos siempre y cuando exista un nivel de familiaridad adecuado.

En algunos países latinoamericanos, como en Argentina y Centroamérica, los hispanohablantes utilizan el **vos** que es el equivalente al **tú**. El uso del **tú** varía mucho en los países hispanos. Por ejemplo, en Colombia, los miembros de la familia se hablan de **usted**, mientras que en España y en muchas ciudades grandes del mundo hispano prefieren usar **tú**. Abajo se encuentran dos enlaces. Uno explica el uso general de **tú** y **usted** en Latinoamérica. El otro enlace es un artículo de periódico sobre el uso de **tú** y **usted** en Cuba.

*Tú vs usted* en español general:

[http://www.protocolo.org/social/tratamientos/de tu o de usted como tratar a otra persona cuando hacerlo.html](http://www.protocolo.org/social/tratamientos/de_tu_o_de_usted_como_tratar_a_otra_persona_cuando_hacerlo.html)

<http://www.protocolo.org>

En el Caribe: formas de *usted* vs. *tú*:

<http://www.granma.cu/opinion/2014-08-21/entre-el-tu-y-elusted?page=2> <http://www.granma.cu>

#### Vocabulario útil

angloparlante	English speaking
la formalidad	the formality
hispanohablante	Spanish speaking
el proveedor médico	the medical provider
el/la colega	the colleague
la familiaridad	the familiarity
el enlace	the link



## Actividades

### 6. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuándo es apropiado utilizar el pronombre formal *usted*? Dé dos ejemplos.

2. ¿Cuándo es apropiado utilizar el pronombre informal *tú*? Dé dos ejemplos.

---

3. A su consultorio llega un nuevo paciente. El paciente es un anciano de aproximadamente 70 años. Escriba un diálogo en donde usted atiende al paciente.

¿Cuál pronombre usaría y por qué?

---

**7. Identifique ¿usted o tú?** Indique si al dirigirse a estas personas se debe usar el *usted* o el *tú*. Explique por qué. Recuerde que en algunas situaciones puede usar ambos pronombres.

1. Un CNA hacia la recepcionista:

---

2. Una enfermera hacia un doctor de visita en el consultorio:

---

3. Un proveedor médico hacia una niña de 12 años:

---

4. Una mujer de 27 años hacia una LPN:

---

5. Una recepcionista hacia su cliente:

---

6. Un asistente médico de 25 años hacia un paciente de la misma edad:

---

7. Un enfermero hacia un niño de 5 años:

---

8. Un enfermero hacia un amigo y colega doctor:

---

8. **Investigación.** Busque información acerca de las normas de uso de los pronombres personales *tú/usted/vos* en un país latinoamericano y presente tres situaciones específicas. Después escriba un diálogo breve.

---

---

---

9. **Actividad de pre-lectura.**

Conteste las siguientes preguntas

1. Piense sobre las carreras de la salud. ¿Cuáles carreras conoce y qué sabe sobre ellas? Explíquelo en cinco oraciones.

---

---

---

2. Las carreras de salud son fundamentales. Estos profesionales salvan vidas, sanan y brindan apoyo a pacientes. ¿Por qué cree usted que las carreras de salud son importantes? Explíquelo en siete oraciones.

---

---

---

**Vocabulario útil**

los auxiliares	the assistants / helpers
los discapacitados	the handicapped
acreditado	accredited
aprobar	to pass
las vías intravenosas	the intravenous lines
una gama amplia	a wide range
la receta	the prescription
la geriatría	the geriatrics
la pediatría	the pediatrics
la psiquiatría	the psychiatry
el docente médico	the supervising doctor
los osteópatas	the osteopaths



## LECTURA

### ¡Profesionales de la salud!

**CNA** Esteban es un asistente de enfermero certificado que proporciona atención básica a los pacientes bajo la supervisión de una LPN (enfermera práctica con licencia). Esteban tiene responsabilidades limitadas. Las tareas diarias que puede realizar incluyen contestar luces de aviso, ayudar a los pacientes con baños y vestido, servir comidas y alimentación a los pacientes, tomar signos vitales, trasladar a los pacientes, por ejemplo de la silla de ruedas a la cama, y hacer las camas.

Las CNA son auxiliares de enfermería certificadas que han completado un programa de formación post-secundaria. Han aprobado el examen de competencia para el estado en el cual ejercen su carrera y conocen los principios básicos de la profesión de enfermería y la práctica clínica. Los programas de formación de la CNA se ofrecen en las escuelas secundarias, escuelas

**LPN** Anahí es una enfermera práctica con licencia que proporciona atención básica a los pacientes enfermos y discapacitados en un entorno médico o en casa. Anahí es parte de un equipo de atención de la salud y trabaja bajo la supervisión de una enfermera registrada u otro supervisor. Las responsabilidades de Anahí también son limitadas. Tiene un contacto directo con el paciente. Sus tareas diarias incluyen proporcionar atención médica, administrar medicamentos, recopilar datos y signos vitales y comunicar información. Anahí no decide acerca del plan de cuidado, ni evalúa los datos; ella ayuda al/ a la enfermero/a registrado/a con estas funciones en un papel limitado.

Las LPN deben completar un programa acreditado que por lo general se ofrece en los colegios comunitarios o en los de formación profesional. El programa tiene una duración de al menos un año, aunque muchos programas son de dos años. Los estudiantes estudian en el salón de clases y participan en un entorno clínico supervisado. Los LPN deben aprobar el examen NCLEX-

**RN** Edward es un enfermero registrado que tiene la capacidad de realizar más tareas que un LPN o un CNA. Edward administra medicamentos por vías intravenosas u orales, mantiene registros detallados de cada paciente y lleva a cabo un plan de salud implementado y supervisado por un médico. También provee consejos para cuidado en casa y ofrece apoyo emocional a los pacientes y a sus familias.

Los/las enfermero/as registrados/as usualmente siguen uno de tres caminos educativos: hacer una licenciatura en enfermería, un grado asociado en enfermería, o un diploma de una

**NP** Linda es una enfermera con licencia para diagnosticar y tratar padecimientos y recetar medicamentos o ‘nurse practitioner’ (NP por sus siglas en inglés). Es una profesión única en los EE.UU. No existe una ocupación equivalente en Latinoamérica. Linda puede proveer una gama amplia de servicios que incluye: adquirir el historial médico, administrar un examen físico, recetar análisis de laboratorio, diagnosticar y tratar enfermedades, escribir recetas y referencias médicas, entre otros.

Un NP debe obtener una maestría en enfermería especializada. También debe obtener una certificación nacional por medio de organizaciones nacionales de enfermería como ‘American Nurses’ Association, Pediatric Nursing Certification Board’. Para obtener dicha certificación los candidatos deben de aprobar un examen en una de las áreas especializadas como geriatría,

**PA** Tomas es un asociado médico, o ‘PA’ (por sus siglas en inglés), es un profesional licenciado y altamente competente de atención a la salud, capacitado para efectuar evaluaciones del paciente, proporcionar información educativa y servicios de atención de la salud. Tomas trabaja en colaboración con el médico para brindar atención sanitaria y guía al paciente.

Un PA debe cursar y aprobar un programa especializado de capacitación médica dictado en una Facultad de Medicina, incluyendo estudios académicos y experiencia clínica. Al graduarse puede recibir un título y/o certificado académico. Muchos PA poseen ya un título universitario de dos o cuatro años antes de matricularse en el programa de capacitación de PA. La mayoría de programas para la capacitación de PA exigen experiencia previa en atención a la salud como condición de admisión. Por lo tanto, para ejercer su profesión en los Estados Unidos debe aprobar un examen nacional y ser licenciado por la Junta de Asociados Médicos.

**MD o DO** Gabriela Pérez es una médica de atención primaria, o médica general. Es la persona a quien primero se acude para hacerse chequeos y abordar problemas de salud. El término “general” frecuentemente hace referencia a los médicos (MD) y a los médicos osteópatas (DO) quienes se especializan en medicina interna, medicina familiar o pediatría.

De acuerdo con la *Asociación americana de medicina*, existen diversos requisitos para ejercer la carrera de medicina. Primero, los estudiantes que quieren ser doctores o médicos deben de obtener una licenciatura en una universidad de cuatro años en uno de los siguientes enfoques: biología, química, física y genética humana. Sin embargo los estudiantes pueden ingresar a la escuela de medicina con otras áreas de especialización. Después de graduarse con una licenciatura, los estudiantes deben tomar el MCAT, Medical College Admission Test, para ingresar a una escuela de medicina acreditada por LCME, Liaison Committee on Medical Education, por otros cuatro años. De aquí se gradúan como MD o DO. El último paso es ingresar a un programa de residencia en el cual practican de tres a siete años medicina bajo la supervisión de un docente médico/doctor. El lapso de residencia puede variar ya que depende de la especialización médica.

**Fuentes:** <http://www.ehowenespanol.com>  
[http://www.ehowenespanol.com/tipos-enfermeros-salarios-hechos\\_457504/](http://www.ehowenespanol.com/tipos-enfermeros-salarios-hechos_457504/)  
<http://www.pyme.lavoztx.com>  
<http://www.pyme.lavoztx.com/la-diferencia-entre-lpn-y-cna-12580.html>  
<http://www.nlm.nih.gov>  
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/0019333.htm>  
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001934.htm>

**10. Preguntas de comprensión.**

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuál es el trabajo de Esteban? De tres ejemplos de sus tareas diarias.

---

2. En un hospital regional, Anahí proporciona atención básica. ¿Cuáles son sus responsabilidades?

---

3. Nombre los caminos educativos que puede seguir un RN. ¿Cuáles son las tareas que debe cumplir un RN?

---

4. De acuerdo con la *Asociación americana de medicina* existen requisitos densos para ejercer la carrera de medicina. Nombre los pasos que debe de tomar un estudiante para poder ser médico/doctor.

---

5. ¿Hay alguien en su familia o entre sus amigos que ejerce una de esas profesiones? ¿Qué puede comentar sobre esa carrera?

---

6. ¿Cuál es la carrera que usted desea realizar y por qué?

---

**11. Comparar y contrastar.** Escriba una composición de cuatro párrafos donde compara las profesiones de LPN y RN. ¿Cuáles son los requisitos académicos? ¿Cuáles son las responsabilidades en el servicio de la salud? Si tuviera que escoger entre estas dos carreras, ¿cuál escogería y por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 12. Vocabulario en contexto.

Con un compañero, indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas.

1. El asistente de enfermería certificado está autorizado para dar recetas.    
\_\_\_\_\_
2. El enfermero práctico licenciado puede tomar muestras de orina.    
\_\_\_\_\_
3. El doctor tiene que llenar la planilla médica.    
\_\_\_\_\_
4. El asistente médico debe pesar al paciente con una cinta métrica.    
\_\_\_\_\_
5. Cuando un paciente necesita radiografías debe ir a la oficina de radiografía.    
\_\_\_\_\_

### 13. Actividad de pre-lectura.

1. ¿Conoce a un profesional de la salud de otro país o que ejerza su carrera médica en otro país? ¿A usted le gustaría trabajar en otro país? ¿En cuál país? ¿Por qué? Explique sus respuestas.

---

---

#### Vocabulario útil

el pregrado  
el posgrado  
el curso optativo  
implementar  
las semejanzas

the undergraduate level  
the graduate level  
the elective course  
to implement  
the similarities



¿Alguna vez se ha preguntado cómo son las carreras médicas en otro país? En Chile las carreras médicas son similares a las que existen en los Estados Unidos. En general, son siete años de la carrera en medicina. Por ejemplo, los requisitos en la Pontificia Universidad Católica de Chile (PUCCH) son cuatro años de cursos de pregrado. En el primer año, los estudiantes deben tomar algunos cursos como la **Introducción a los estudios médicos, Anatomía y embriología humana II, Aplicaciones biomédicas de la física y química**, entre otros. En el segundo año, los estudiantes deben tomar cursos como la **Biología molecular de la célula, Neuroanatomía, y Neurofisiología**, entre otros. En el tercer año se encuentran cursos como **Microbiología médica, Salud pública y Patología morfológica y funcional**. En el último año de pregrado se toman cursos como la **Ética médica, Integrado de clínica III e Integrado de Clínica IV**.

Penélope, una estudiante en la universidad PUCCH, ha concluido todos los cursos de pregrado. Ella tiene la opción de continuar con su educación de posgrado ahí o en una universidad que ofrece estudios médicos especializados. En la PUCCH, uno de los cursos del primer año de posgrado es la **Integrada clínica quirúrgica**, al igual que la **Psiquiatría clínica** y la **Obstetricia y Ginecología**. En el segundo año se dan cursos como el **Internado de medicina interna, Internado de pediatría e Internado de cirugía**. En el tercer año de posgrado se encuentran cursos como **Medicina legal, Dermatología, Oftalmología y Otorrinolaringología**, entre otros. Otra universidad que ofrece cursos de especialidades primarias es la Universidad de Chile que está acreditada por ASOFAMECH, la Asociación Chilena de Facultades de Medicina. Esta universidad ofrece cursos de posgrado como la **Inmunología, Psiquiatría infantil y del adolescente, Urología** por mencionar algunos. Sin embargo, la Universidad de Chile ofrece más cursos en las especialidades derivadas que la PUCCH. Algunos programas que ofrece la Universidad de Chile son la **Cirugía de cabeza, cuello y plástica máxilo facial, Cirugía digestiva y Cirugía de tórax**. Los programas especializados, es decir los cursos optativos de profundización, que se ofrecen en la Universidad Católica son solo los siguientes: **Radiología del abdomen, Electrocardiografía práctica y Adiestramiento en banco de sangre**.

Después de haber cursado las materias requeridas, Penélope y otros estudiantes deben tomar un examen final común llamado EMN, examen médico nacional, que implementó ASOFAMECH en 1999. Hay dos objetivos principales prácticos definidos por el EMN. El primero se enfoca en aportar a la sociedad una forma objetiva de comparar los conocimientos de los médicos que inician su ejercicio profesional en Chile. El segundo es entregar información objetiva a las escuelas de medicina respecto a los conocimientos finales de sus egresados, con el fin de corregir eventuales falencias en áreas fundamentales.

Después de haber leído esta información encuentre semejanzas con la formación médica en los Estados Unidos. Para encontrar más información, abajo se encuentran los enlaces de las fuentes de información.

Fuentes:

**Universidad de Chile**

[http://www.postgradomedicina.uchile.cl/med.portal?\\_nfpb=true&\\_pageLabel=conUrl&url=9854#esp](http://www.postgradomedicina.uchile.cl/med.portal?_nfpb=true&_pageLabel=conUrl&url=9854#esp) <http://www.postgradomedicina.uchile.cl>

Pontificia Universidad  
Católica de Chile

<http://medicina.uc.cl/malla-curricular/cursos-preg>

<http://medicina.uc.cl>

**Revista médica de Chile**

[http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872005000400014](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872005000400014)

[http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872009000500017&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872009000500017&script=sci_arttext)

<http://www.scielo.cl>

ACTIVIDADES

**14. Actividades de comprensión.**

a. Use la red mundial para investigar cuáles son los requisitos para ser doctor en otro país hispano. Escoja un país de la siguiente lista:

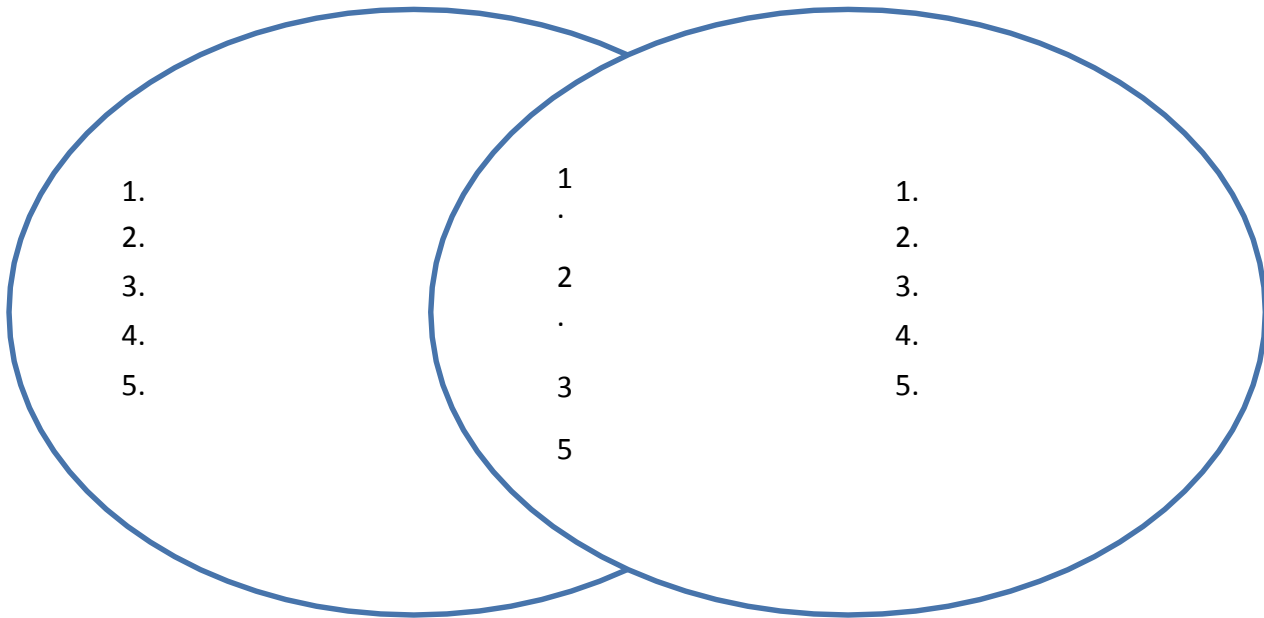
México	España	Guatemala	Honduras	El Salvador	Nicaragua	Costa Rica
Panamá	Colombia	Perú	Bolivia	Venezuela	Uruguay	Paraguay
Argentina	Ecuador	República Dominicana	Cuba	Puerto Rico		

b. Si alguien le preguntara cuáles son los requisitos de su propia carrera, como los explicaría. ¿Qué detalles proporcionaría? ¿Le explicaría lo difícil que es o lo interesante que es?



- **Comparar y contrastar.**

Penélope acaba de terminar su carrera médica en Chile. Marcia terminó su carrera médica en los Estados Unidos. Prepare un diagrama de venn como el siguiente y haga una comparación de las carreras de ambas. Los cursos, los requisitos, los exámenes, etc.



## Vocabulario

el historial  
médico  
las  
hierbas  
fallecer

the medical  
history  
the herbs  
to pass away  
the

## B. HISTORIAL MÉDICO

### Metas comunicativas: Describir síntomas

**Diálogo 1.5.** La Sra. Medal fue al laboratorio de radiografía. En el laboratorio la hicieron firmar una forma de consentimiento informado donde le explicaron los motivos y riesgos de las radiografías. Para más información sobre el consentimiento, visite el siguiente enlace: <http://www.nlm.nih.gov> o <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/patientinstructions/000445.htm>. Para ver un ejemplo de un formulario de consentimiento visite: <http://www.ausrad.com> o <http://www.ausrad.com/wp-content/uploads/Pregnancy-Release-Form-Spanish.pdf> o <http://www.ausrad.com/wp-content/uploads/Patient-Information-Form-Spanish.pdf>

La Sra. Medal recibió sus resultados y habla con la Dra. Pérez en su consultorio.

Dra. Pérez: Buenas tardes, señora Medal. ¿Cómo **está**?

Sra. Medal: Buenas tardes, doctora. **Estoy bien**, dentro de lo que cabe, pero los dolores **son más intensos**. La recepcionista me llamó y me dijo que ya tiene mis resultados.

Dra. Pérez: Sí, ya los recibí. Antes de darle los resultados necesito que me conteste algunas preguntas sobre su historial médico.

Sra. Medal: Sí, está bien.

Dra. Pérez: ¿Padece de una enfermedad crónica? ¿Ha tenido heridas graves en el pasado?

Sra. Medal: No doctora, no padezco de ninguna enfermedad crónica; tampoco he tenido heridas graves en el pasado.

Dra. Pérez: ¿Tiene todas sus vacunas?

Sra. Medal: Sí, tengo todas mis vacunas

Dra. Pérez: ¿**Está tomando** algún medicamento? ¿**Está tomando** algún suplemento como vitaminas o hierbas?

Sra. Medal: **Estoy tomando** el medicamento que me dio la última vez para calmar el dolor. No **estoy tomando** ningún suplemento.

Dra. Pérez: Muchas gracias por sus respuestas. Tengo más preguntas.

Preguntas asociadas con el historial médico	
¿Ha estado enfermo/a en los últimos tres meses?	¿Tiene alergias? ¿A qué le tiene alergia?
¿Es alérgico/a a algún medicamento? ¿A cuál/es?	¿Alguna vez ha tenido una cirugía?
¿Ha sido hospitalizado/a alguna vez? ¿Por qué?	¿Usa remedios caseros para tratar ciertas enfermedades? ¿Cuáles? ¿Qué es lo que usa para tratar (esas enfermedades)?

**Dialogo 1.6** Continúa la conversación...

- Dra. Pérez: Señora Medal, ahora le voy a hacer unas preguntas sobre su familia.  
 Sra. Medal: **Está bien.**  
 Dra. Pérez: ¿Siguen vivos sus papás/abuelos?  
 Sra. Medal: No doctora, mis abuelos ya fallecieron, al igual que mis padres.  
 Dra. Pérez: ¿A qué edad murieron sus abuelos y sus padres?  
 Sra. Medal: Mi madre murió a los 52 años y mi padre murió a los 70 años. Mis abuelos ya fallecieron también, pero no me acuerdo cuando fallecieron.  
 Dra. Pérez: ¿De qué murió su mamá?  
 Sra. Medal: Mi madre murió de hipertensión.  
 Dra. Pérez: ¿Y su padre?  
 Sra. Medal: Mi padre murió de cáncer de colon.  
 Dra. Pérez: ¿Y sus abuelos?  
 Sra. Medal: *(La paciente piensa por un momento)* Doctora no **estoy muy segura**, pero creo que mi abuelo murió de problemas cardiovasculares y mi abuela, no me acuerdo.  
 Dra. Pérez: Gracias.

Preguntas asociadas con el historial familiar	
¿Hay algún miembro de su familia inmediata (hijos, hermanos, padres) que padecen de <u>  </u> *	¿Hay algún miembro de su familia que sufre de diabetes?
¿Hay algún miembro de su familia que sufre de hipertensión?	¿Hay algún miembro de su familia que sufre de una enfermedad del corazón?
¿Hay algún miembro de su familia que sufre de infartos cerebrales y/o	¿Hay algún miembro de su familia que padece de alguna enfermedad mental?
¿Hay algún miembro de su familia que sufre de alcoholismo?	¿Hay algún miembro de su familia que sufre de abuso de sustancias?

\*en este espacio en blanco pone el nombre de una enfermedad

**Diálogo 1.7** Continúa la conversación...

- Dra. Pérez: Ahora voy a hacerle unas preguntas sobre su vida personal. Algunas de estas preguntas van a parecerle muy privadas, pero necesito **que sea** lo más honesta posible. **¿Está casada** o en una relación monógama?
- Sra. Medal: Sí, **soy casada**.
- Dra. Pérez: ¿Es sexualmente activa? Es decir, ¿tiene relaciones sexuales?
- Sra. Medal: Sí, con mi esposo.
- Dra. Pérez: ¿Cuántas parejas sexuales ha tenido en el año pasado?
- Sra. Medal: Solo mi esposo.
- Dra. Pérez: ¿Usa protección?
- Sra. Medal: No.
- Dra. Pérez: ¿Se ha sentido alguna vez sexualmente abusada?
- Sra. Medal: No, doctora.

Preguntas asociadas con el historial social				
Historial Sexual	Hábitos	Vocación	Religión	Ambiente
¿Tiende a tener relaciones con hombres, con mujeres, o con los dos	¿Fuma? ¿Cuántas cajetillas o cigarillos al día?	¿Trabaja?	¿Se considera religioso/a?	¿Cómo es el ambiente por donde vive?
<b>¿Tiene algunas preguntas o dudas sobre el sexo?</b>	¿Cuánto tiempo lleva fumando?	¿A qué se dedica?	¿Pertenece a alguna congregación o a alguna comunidad religiosa?	¿Hay crimen por donde vive?
	¿Toma alcohol? ¿Mas o menos cuántas bebidas a la semana?			¿Es limpio por donde vive?
	¿Usa drogas? ¿Cuáles? ¿Qué tan seguido?			¿Alguna vez lo/la ha golpeado / pateado / lastimado / amenazado su pareja?
	¿Hace ejercicio? ¿Cuántas horas de ejercicio al día?			

### Diálogo 1.8 Continúa la conversación...

- Dra. Pérez: Pasemos ahora a los resultados. El resultado del Papanicolaou salió anormal. En el examen del virus del papiloma humano los resultados fueron positivos, es decir, también anormal.
- Sra. Medal: Pero doctora ¿qué significan estos resultados?
- Dra. Pérez: Señora Medal, esto quiere decir que sus células cervicales **están anormales** y tiene el virus del papiloma humano. Esto no quiere decir que usted tenga cáncer cervical, pero es una posibilidad y necesito hacer más pruebas para determinar si tiene cáncer cervical.
- Sra. Medal: Muy bien doctora, haré todos los exámenes que me pida. (*La paciente se pone nerviosa*)  
Pero dígame, ¿**Es algo grave?**, ¿puedo morir? , ¿cuál es la probabilidad que tenga cáncer cervical? , ¿necesitaré una cirugía? , ¿podré tener hijos? , ¿qué tipo de pruebas me hará? , ¿cuándo tendré los resultados?
- Dra. Pérez: Señora Medal lamento informarle que sí, es algo grave. Es muy pronto para decir, pero hay posibilidad de muerte. No puedo darle información concreta hasta que le hagamos una biopsia. Una biopsia es una muestra de tejido que se tomará de la zona cervical.  
Tendremos los resultados en un par de días.

## ACTIVIDADES

### 16. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos proveídos.

1. ¿Qué es un historial médico y cuál es su propósito?

---

2. ¿Cuáles son algunas preguntas que se hacen para averiguar el historial médico?

---

3. ¿Qué es un historial familiar?

---

4. ¿Cuáles son algunas preguntas que se hacen para averiguar el historial familiar? y ¿cuál es su propósito?

---

### 17. Entrevista al paciente.

Improvisé una entrevista. Piense en un conjunto de síntomas de un resfriado o malestar en alguna parte del cuerpo. La entrevista debe solicitar suficiente información para dirigir la queja principal del paciente a una conclusión más concisa del problema y del dolor. **Vocabulario útil: cuerpo cortado, congestión nasal, secreción nasal, tos, estornudos, carraspera, disminución del apetito, dolor de cabeza, goteo retro nasal, dolor de garganta, resfriado común.**

### 18. Presentación.

Roberto Carvajal va a su consultorio médico para obtener los resultados de sus análisis médicos (como son presentadas en la actividad D de la sección Visita al consultorio). Con un compañero desarrollen un diálogo en el cual el médico obtiene el historial médico, familiar y social del paciente. Deben hacerse preguntas como ¿Ha estado enfermo/a dentro de los últimos tres meses? ¿Usa remedios caseros para tratar ciertas enfermedades? ¿Cuáles? ¿Qué es lo que usa para tratar (esa/s enfermedades)? Use otras preguntas de las proveídas anteriormente. Presente el diálogo a la clase.

**19. Vocabulario en contexto.** Con un compañero, indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas.

	Cierto	Falso
1. El historial médico se utiliza para encontrar enfermedades crónicas a las que el paciente está propenso por herencia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. El historial social indaga acerca de la relación sexual del paciente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Algunos pacientes toman remedios caseros aun después de haber consultado a un médico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. La diabetes es una enfermedad crónica.		
5. El Papanicolau es un virus del papiloma humano.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**20. Actividad de pre-lectura.**

Conteste la siguiente pregunta.

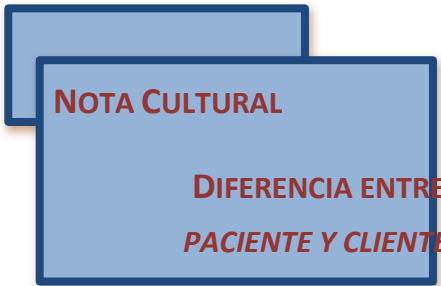
1. ¿Cuándo debería de usar un médico los términos paciente y/o cliente?

---

---

Vocabulario

el periódico	the newspaper
someterse	to undergo
infallible	infallible
la estética	
implicar	



**Lea el siguiente comentario cultural sobre la diferencia entre los términos *paciente* y *cliente*.**

En Hispanoamérica se encuentran ideas controversiales sobre el uso de los términos *paciente* y *cliente*. De acuerdo con el periódico electrónico *La voz digital* en España el término *paciente* se utiliza cuando un *usuario* se somete a una operación o a un diagnóstico por cuestiones de salud. Se toma en cuenta que el médico no es infalible y se ajusta a los medios de

los que dispone. Sin embargo, se indica que en el caso de intervenciones por estética, centradas en cirugía plástica y reparadora y tratamientos oftalmológicos y odontológicos el *usuario* se ve como un *cliente* ya que la atención que se le ofrece no es indispensable para su salud. Con referencia al término *cliente* se entiende que hay una obligación de resultados que demuestren que esa persona quede mejor de lo que estaba.

El doctor Heberto Priego Álvarez, profesor-investigador, en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco en su carta al editor de la *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal* cuestiona el porqué del uso *cliente* y no *paciente* en los servicios de salud. El doctor Álvarez señala que el término *cliente* es comercial y poco humanista. El concepto de *cliente* está ligado a un consumidor, un usuario que tiene la capacidad de pagar y, por lo tanto, el derecho a exigir un servicio de mejor calidad. También define el término *paciente* como “término con el que se reconoce a la persona bajo cuidados médicos.” Menciona que la relación tradicional médico-paciente implica que el *paciente* sigue las pautas estipuladas por el doctor sin cuestionarlo, por lo tanto el *paciente* es un “paciente cumplidor.” El doctor Álvarez cree que el *paciente*, aunque es referido con este término, debe recibir servicios de calidad al igual que un *cliente*, porque al final pagan esos servicios a través de los impuestos.

La voz digital (1/30/15)

<http://www.lavozdigital.es/cadiz/20090121/ciudadanos/diferencia-entre-paciente-cliente-20090121.html> <http://www.lavozdigital.es>

¿Por qué cliente y no paciente en los servicios de salud? (1/30/15)

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10637501> o <http://www.redalyc.org>



## ACTIVIDADES

### 21. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas.

1. Dentro de la nota periodística, ¿cuál es la diferencia entre *paciente* y *cliente*?  
¿Cuál usaría usted aquí en los EE.UU y por qué? ¿En qué situación? ¿Cuál es la diferencia para usted?  

---

---
2. El doctor Heberto Priego Álvarez tiene su opinión sobre el uso de ambos términos, *paciente* y *cliente*.  
¿Cuál es?  

---

---
3. ¿Qué piensa usted sobre el uso de los términos *paciente* y *cliente*? ¿Se usan de la misma manera en los EE.UU? ¿En inglés?  

---

---
4. Investigue. ¿Existe en Estados Unidos una diferencia en el uso de los términos *paciente/cliente*? ¿Existe una diferencia en el uso de los términos en un hospital, un consultorio o una clínica? Explíquelos.  

---

---

---

---

## Vocabulario

la dentición  
la presión arterial  
la diabetes  
los almidones

the teething  
the blood  
pressure the  
diabetes  
the starches

**Metas comunicativas: Describir síntomas; Narrar en el presente**



## LECTURA

### Temperatura y presión arterial

**Temperatura:** La temperatura corporal es la magnitud física que expresa el grado o nivel de calor del cuerpo. Se encuentran tres variaciones de temperatura corporal: normal, alta y baja.

**Normal:** La temperatura corporal normal que generalmente se acepta es de 98.6°. Existen factores que afectan la temperatura corporal normal. Son la persona, la edad, la actividad y el momento del día. La temperatura corporal puede variar durante el día.

**Alta:** La temperatura corporal alta es por lo general de 1 a 1.5° por encima de la temperatura normal. Es decir, una temperatura por encima de 100.4°. Algunas causas de la temperatura alta son estar activo, estar en alta temperatura o humedad, comer, sentir emociones fuertes, estar menstruando, la dentición y usar ropa pesada. Sin embargo, la fiebre puede ser una señal de una infección o una enfermedad como coágulos de sangre, cáncer y ciertos tipos de artritis. La temperatura corporal demasiado alta puede ser grave.

**Baja:** La temperatura corporal baja es por lo general debajo de 95°. La temperatura baja, también llamada hipotermia, puede ser causada al estar expuesto al frío por largos períodos de tiempo. Las causas más comunes de hipotermia incluyen permanecer al aire libre durante el invierno sin ropa protectora, caer en aguas frías de un lago, río o cualquier otro cuerpo de agua, usar ropa húmeda cuando hay viento o mucho frío y hacer esfuerzos agotadores o no ingerir alimentos o bebidas suficientes en climas fríos. Las personas más propensas a sufrir hipotermia son las personas de mayor edad y los jóvenes crónicamente enfermos, en especial las personas que sufren de problemas circulatorios o cardíacos, si están desnutridas, excesivamente cansadas, tomando ciertos medicamentos recetados y bajo los efectos del alcohol o las drogas.

**Presión arterial:** La presión arterial, también llamada la presión sanguínea, es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias. Cada vez que el corazón late bombea sangre hacia las arterias. En ese momento la presión es alta. A esto se le llama presión sistólica. Cuando el corazón está en reposo entre un latido y otro, la presión sanguínea disminuye; a esto se le llama la presión diastólica. Cuando se mide la presión arterial se utilizan estos dos valores, la presión sistólica y diastólica. Regularmente se escribe una sobre la otra.

Valores de la presión arterial/sanguínea:

- 119/79 o menos son normales
- 140/90 o más indican hipertensión arterial
- Entre 120 y 139 para el número más elevado, o entre 80 y 89 para el número más bajo es pre hipertensión.

**Pre hipertensión arterial:** La pre hipertensión por lo general significa que la persona está propensa a tener hipertensión arterial si no toma los pasos necesarios. Para prevenir la hipertensión, la persona debe de hacer un cambio de estilo de vida, lo cual incluye la actividad física, una dieta balanceada, reducción del consumo de la sal y del alcohol, por mencionar algunas medidas preventivas.

**Hipertensión arterial:** La hipertensión arterial es el aumento de la presión arterial de forma crónica. Aunque por mucho tiempo no se presentan síntomas que indiquen que la persona tenga esta enfermedad, si no se trata tempranamente puede desencadenar problemas severos como: derrames cerebrales, insuficiencia cardíaca, infarto e insuficiencia renal, entre otras.

## ACTIVIDADES

### 21. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas.

3. ¿Qué es la temperatura corporal? ¿Cuáles son los niveles normales y anormales? Investigue y haga una tabla que incluya el sistema de grados *Fahrenheit* y grados *Celsius*. Explique cuál sistema se utiliza en los países hispanos. ¿Se usa uno diferente al que se usa en los EE.UU? ¿Cómo lo cambiaría al sistema que se usa en los EE.UU?

---

---

2. ¿Ha sufrido de temperatura alta o baja? ¿Cuándo y cuáles fueron sus síntomas?

---

---

3. Explique cuál es la diferencia entre la presión sistólica y la diastólica. También explique la pre hipertensión arterial y sus efectos para la salud.

---

---

4. ¿Alguien en su familia sufre de presión arterial? Si la respuesta es sí, ¿qué tipo de presión y cuáles fueron los síntomas? ¿Cuáles cambios de vida hizo su pariente al ser diagnosticado?

---

---

## Diabetes y colesterol

**Diabetes:** La diabetes es un grupo de enfermedades caracterizadas por un alto nivel de glucosa que es el resultado de defectos en la capacidad del cuerpo para producir o usar insulina. Existen dos tipos de diabetes: tipo 1 y tipo 2.

**Tipo 1:** La diabetes tipo 1 es cuando el cuerpo no produce insulina. La insulina es necesaria para convertir el azúcar, los almidones y otros alimentos en energía necesaria para las actividades de la vida diaria.

Generalmente se les diagnostica este tipo de diabetes a los niños y adultos. Anteriormente a este tipo de diabetes se le conocía como diabetes juvenil.

**Prediabetes:** La prediabetes es una alteración en el nivel de la glucosa en la sangre que es mayor de lo normal. Sin embargo, no es lo suficientemente alto como para ser diagnosticado con diabetes, aunque sí significa que está en riesgo de tener diabetes tipo 2 más adelante.

**Tipo 2:** La diabetes tipo 2 es el tipo más común de diabetes. El cuerpo no produce suficiente insulina o las células no hacen uso de la insulina. La insulina es necesaria ya que es una fuente de energía para el cuerpo. Cuando una persona come, el cuerpo procesa todos los azúcares y almidones y los convierte en glucosa. La insulina transporta la glucosa a las células. Se producen complicaciones cuando la glucosa se acumula en la sangre en vez de ingresar a las células.

**Colesterol:** El colesterol es una sustancia cerosa, de tipo grasosa, que existe normalmente en todas las partes del cuerpo y cierta cantidad es necesaria para el funcionamiento adecuado del cuerpo. El exceso de colesterol en la sangre junto con otras sustancias, puede adherirse a las paredes de las arterias. A esto se le conoce como placas que puede comprimir las arterias o incluso obstruir las vías sanguíneas.

Nivel de colesterol total:

- Menos de 200 mg/dL.
- De 200 a 239 mg/dL es casi alto.
- 240 o más implica que usted tiene un mayor riesgo de tener una enfermedad cardíaca.

**Lipoproteína de baja densidad (LDL por sus siglas en inglés):** Generalmente conocido como el colesterol malo (LDL) ya que dificulta la circulación sanguínea hacia el corazón al acumularse en las paredes de las arterias. Es necesario llevar un control adecuado de LDL porque este tipo de colesterol aumenta el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares

Niveles de colesterol LDL:

1. Menos de 100 mg/dL es ideal para las personas que tienen un riesgo más alto de tener una enfermedad cardíaca.

2. De 100 a 129 mg/dL es cercano a lo ideal.
3. De 130 a 159 mg/dL es casi alto.
4. 160 mg/dL o más implica que usted tiene un riesgo más alto de tener una enfermedad cardíaca.

**Lipoproteína de densidad alta (HDL por sus siglas en inglés):** Generalmente conocido como el colesterol bueno (HDL) ya que recoge el colesterol no usado y lo regresa al hígado donde es eliminado.

**Niveles de colesterol HDL:**

- Menos de 40 mg/dL implica que usted tiene un riesgo más alto de tener una enfermedad cardíaca.
- 60 mg/dL o más reduce, en gran medida, el riesgo de tener una enfermedad cardíaca

### 23. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuántos tipos de diabetes hay? Defínalos.

---

2. ¿Sufre de diabetes? Si tiene diabetes, ¿qué tipo de diabetes tiene y qué hace para controlarla? Si no tiene diabetes, ¿qué medidas de prevención cree que las personas deben tomar?

---

3. Dé una explicación de la diferencia entre el colesterol bueno y el colesterol malo.

---

4. ¿Alguien en su familia sufre de colesterol de baja densidad? Si la respuesta es sí, ¿qué medicamentos toma ese pariente para controlar el nivel de colesterol? Si la respuesta es no, ¿qué programas preventivos le gustaría implementar en su comunidad para controlar el colesterol?

---

## 24. Investigación.

En la red mundial busque las estadísticas con el número de personas que sufren/padecen de la hipertensión arterial, diabetes y colesterol en los EE.UU y en otro país hispano de su elección. Preséntelo a la clase.

Páginas web útiles:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/s>

[panish/ http://www.nlm.nih.gov](http://www.nlm.nih.gov)

<http://www.ahrq.gov/health-care-information/informacion-en-espanol/>

<http://www.ahrq.gov>

[http://www.usa.gov/gobiernousa/Temas/Salud-Nutricion-](http://www.usa.gov/gobiernousa/Temas/Salud-Nutricion-Seguridad/Salud/Prevencion/consejos-generales.shtml)

[Seguridad/Salud/Prevencion/consejos-generales.shtml http://www.usa.gov](http://www.usa.gov)

[http://umm.edu/health/medical/spanis](http://umm.edu/health/medical/spanish)

[hency http://umm.edu](http://umm.edu)

## 25. Combinación. Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

1. \_\_\_\_\_ Sustancia que, administrada interior o exteriormente, sirve para prevenir, curar o aliviar la enfermedad y corregir o reparar las secuelas de ésta.
  2. \_\_\_\_\_ Es una enfermedad viral del tracto respiratorio.
  3. \_\_\_\_\_ Es un sinónimo de morir (llegar al final de la vida).
  4. \_\_\_\_\_ Alteración más o menos grave de la salud.
  5. \_\_\_\_\_ Sentir física y corporalmente un daño, dolor, enfermedad, pena o castigo.
  6. \_\_\_\_\_ Desconfiar, sospechar de alguien o algo.
  7. \_\_\_\_\_ Una obstrucción repentina del flujo de sangre rica en oxígeno que llega a una sección del músculo cardíaco.
  8. \_\_\_\_\_ Sucede cuando se detiene el flujo sanguíneo al cerebro y causa la muerte de células cerebrales.
  9. \_\_\_\_\_ Enfermedad ocasionada por el abuso habitual y compulsivo de bebidas alcohólicas.
  10. \_\_\_\_\_ Que accidentalmente se halla fuera de lo natural.
- A.** padecer  
**B.** enfermedad  
**C.** medicamento  
**D.** resfriado  
**E.** Infarto cardíaco  
**F.** alcoholismo  
**G.** fallecer  
**H.** infarto cerebral  
**I.** anormal  
**J.** dudar

## Vocabulario del tema

### A. Visita inicial al consultorio

encantado/a	delighted (pleased) to meet you
gusto en conocerlo/a	nice to meet you
quiero presentarle a...	I want to introduce you to... ( <i>sg.pl.</i> )
quiero presentarte a...	I want to introduce you to... ( <i>inf.</i> )
igualmente	likewise/ same here
mucho gusto	pleased to meet you
¿cómo está?	how are you?
buenos días	good morning
buenas tardes	good afternoon
buenas noches	good evening/ good night
hasta luego	see you later
hola	hi
adiós	good-bye

### COGNADOS

Los cognados son palabras que tienen un significado y una escritura similar en dos lenguas. Por ejemplo, algunos cognados en español son idénticos en significado a las respectivas palabras en inglés. En otros casos, aunque la escritura se parezca, el significado es diferente (=falsos cognados). Aprender a reconocer los cognados facilitará el aprendizaje del vocabulario y facilitará la fluidez en el habla y en la lectura.

el/la paciente	los resultados	el proveedor médico
el/la recepcionista	el teléfono	
la fotocopia	el seguro social	
la clínica	divorciado/a	
la náusea	el sexo	
el abdomen	masculino	
el vómito	femenino	
el excremento	el empleador	
los ovarios	la ocupación	
el análisis médico	la emergencia	
la póliza	los síntomas	
el número de póliza	el pulso	
la temperatura	el documento	



## Vocabulario del tema

### Profesiones

el/la doctor/a	M.D. doctor
el/la médico/ca	M.D. doctor
el/la asistente médico	medical assistant
el/la asistente de enfermería certificado (CNA)	certified nursing assistant
el/la enfermero/a práctica licenciado/a (LPN)	licensed practical nurse

### Vocabulario general

el consultorio	doctor's office
el seguro médico	health insurance
la tarjeta de seguro médico	medical insurance card
el formulario	medical form
el dolor	pain/ache
el dolor intenso	intense pain
el dolor agudo	sharp pain
el dolor punzante	stabbing pain
el dolor de cabeza	headache
el dolor de abdomen	abdominal ache
el malestar	discomfort
la báscula	scale
la presión sanguínea	blood pressure
el procedimiento	procedure
la compañía de seguro	insurance company
la cuenta	bill
la hoja clínica/la historia clínica	medical history
la sangre	blood
el análisis de sangre	blood test
la materia fecal, el excremento	stool, feces, excrement
el análisis de materia fecal	stool/feces test
la derecha	right
la izquierda	left
la orina	urine
el análisis de orina	urine test
la muestra de orina	urine sample
el sanitario/baño	restroom
la cita	appointment
la radiografía	X-Ray
la oficina de radiografía	X-Ray office
la cinta métrica	measuring tape
la regla	menstrual period
los signos vitales	vital signs
el discapacitado	disabled person

## Vocabulario del tema

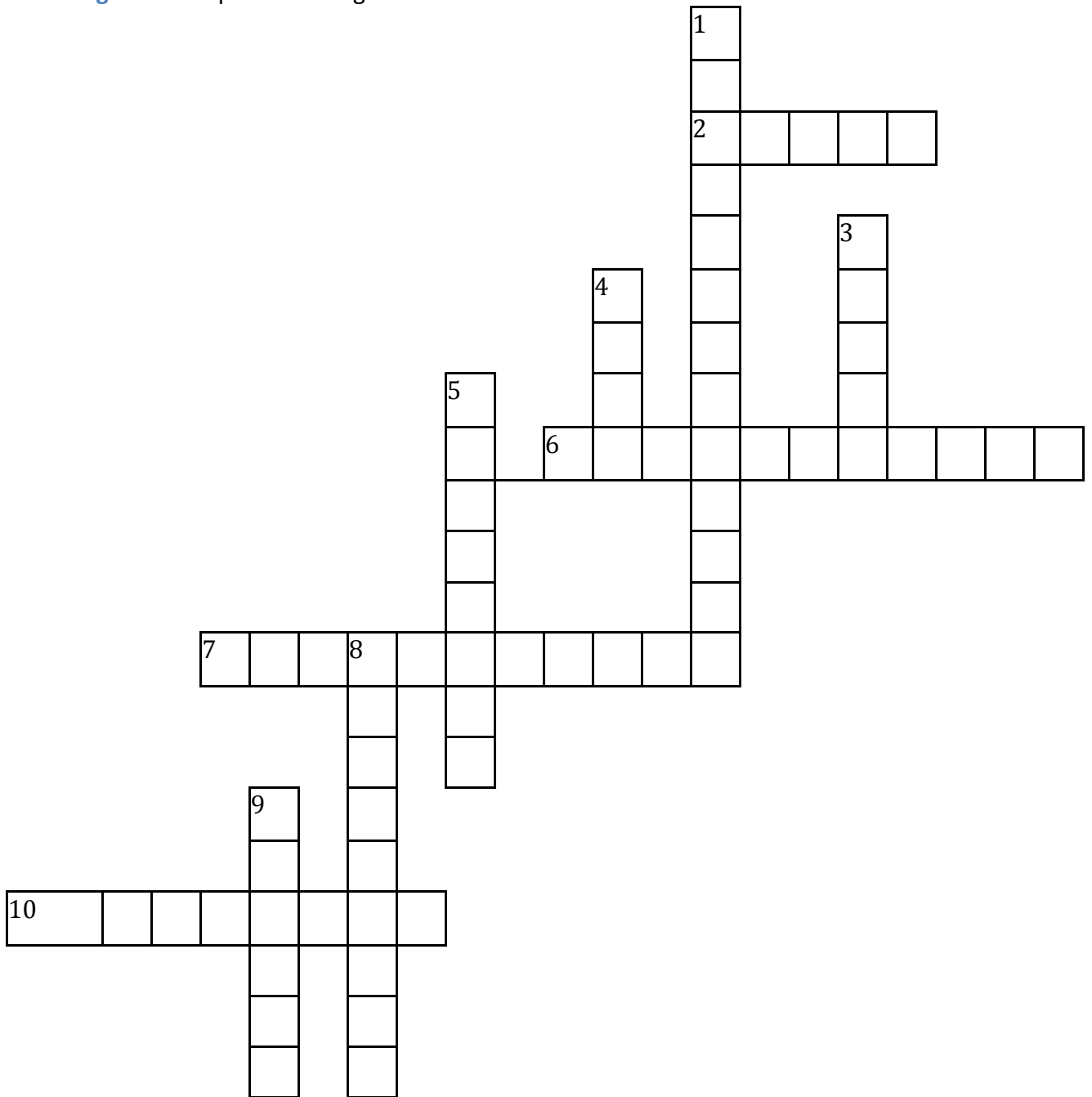
### A. Visita inicial al consultorio (datos del paciente)

el nombre	name
el apellido	last name
el segundo nombre	middle name
la fecha	date
la fecha de nacimiento	birthdate
el código postal	zip code
el domicilio	address
el seguro social	social security
el estado civil	marital status
casado/a	married
soltero/a	single
separado/a	separated
divorciado/a	divorced
viudo/a	widow
el correo electrónico	email address
la empresa	Company/firm
la firma	signature
la letra de molde	printed letter
la letra de imprenta	print
las vías intravenosas	intravenous lines
la licenciatura	bachelor's degree
las hierbas	herbs
el tejido	tissue
el periódico	newspaper

### Verbos

lamentar	to mourn
pesar	to weigh
medir	to measure
tomar	to take
tomar la presión sanguínea	to take your blood pressure
tomar la temperatura	to take your temperature
deber	have to; must
ayudar	to help
necesitar	to need; must
doler	to hurt
me duele el brazo derecho	my right arm hurts
preocupar	to worry
hacer	to do
extender	to extend
someterse	to undergo
implicar	to imply

**26. Crucigrama** Complete el crucigrama utilizando el vocabulario.



**Horizontal**

- 2. líquido excrementicio, por lo común de color cetrino
- 6. fotografías del interior de un cuerpo por medio de rayos X
- 7. local en que el médico recibe y atiende a sus pacientes
- 10. sentir pena, contrariedad, arrepentimiento, por alguna cosa

**Vertical**

- 1. método de ejecutar algunas cosas
- 3. sensación molesta y aflictiva de una parte del cuerpo
- 4. reunión o encuentro previamente acordado entre dos o más personas
- 5. impreso o formulario con espacios en blanco para rellenar
- 8. las instalaciones higiénicas de un edificio
- 9. líquido generalmente de color rojo que circula por las venas

## Vocabulario del tema

### B. Historial médico

la enfermedad	illness
la enfermedad crónica	chronic illness
la enfermedad mental	mental illness
la enfermedad del corazón	illness of the heart
el medicamento	medication
las vacunas	vaccines
contra la influenza	against influenza
los remedios caseros	home remedies
el infarto	infarct
el infarto cerebral	stroke
el infarto cardíaco	heart attack
el acto sexual	sex
el crimen	crime
la pareja	partner
el Papanicolaou	pap smear
el virus del papiloma humano	human papiloma virus
las células cervicales	cervical cells
el resfriado	the cold
oftalmológico	ophthalmological
odontológico	odontological
el investigador	researcher
ligado	linked
las pautas estipuladas	stipulated guidelines

### Verbos

fallecer	to pass away
sufrir	to suffer
padecer	to suffer
morir	to die
parecer	to appear
fumar	to smoke
dudar	to doubt
patear	to kick
golpear	to hit
lastimar	to hurt
amenazar	to threaten
confirmar	to confirm
pedir	to ask
averiguar	to inquire
improvisar	to improvise
entrevistar	to interview
solicitar	to request

### Cognados

el historial médico	el resultado positivo	la protección
las alergias	el resultado negativo	anormal
las vitaminas	el cáncer cervical	la relación monógama
el coma diabético	concisa	ser sexualmente activo/a
la hipertensión	infalible	las relaciones sexuales
el alcoholismo	la estética	la comunidad religiosa
el cáncer de colon	la cirugía plástica	las drogas
la diabetes	el/ la religioso/a	el ejercicio
el abuso de sustancia	la congregación	la fluoroscopia

## 1.1 El género de los sustantivos y los artículos definidos e indefinidos.

Los sustantivos tienen género masculino o femenino y nombran objetos, personas y lugares. Los sustantivos generalmente van acompañados de un artículo que concuerda en género y número con el sustantivo al que acompaña.

### ❖ El género de los sustantivos

- Los sustantivos masculinos generalmente terminan en **-o** y los sustantivos femeninos generalmente terminan en **-a**.

#### Ejemplos

el medicamento	la tarjeta
el infarto	la compañía

- Algunas excepciones de uso común son las siguientes: **el planeta, el mapa, el día, el cometa, la mano.**
- Los sustantivos que terminan en **-ción, -sión, -dad, y -umbre** por lo general son femeninos.

#### Ejemplos

la costumbre	la presión
la congregación	la enfermedad

- Algunas excepciones de uso común son las siguientes: **el ataúd, el césped, el avión y el camión.**
- Los sustantivos de origen griego que terminan en **-ma** son masculinos.

#### Ejemplos

el clima	el problema
el drama	el idioma

- Los sustantivos que terminan en **-r o -l**, en su mayoría, son masculinos.

### Ejemplos

el dolor	el malestar
el hospital	el papel

- Algunas excepciones de uso común son las siguientes: **la flor, la labor y la sal.**
- Los sustantivos que se refieren a hombres son masculinos y los sustantivos que se refieren a mujeres son femeninos. Por ejemplo, **el amigo y la amiga o el abuelo y la abuela.** Pero la forma del plural masculina incluye tanto a mujeres como a hombres: **los médicos, los enfermeros, los abuelos y los amigos.**

### Las profesiones en el sector de salud

el médico	la médica	el doctor
la doctora	el enfermero	la enfermera
la psicóloga	el psicólogo	el endocrinólogo
la endocrinóloga	el oftalmólogo	la oftalmóloga
el oncólogo	la oncóloga	el urólogo
la uróloga	el radiólogo	la radióloga

## ❖ El género de los artículos

- Los artículos definidos son **el, la, los y las**. Estos artículos cambian de acuerdo con el género y número. **Ejemplo:** El doctor da consulta **el** martes. El doctor da consulta todos **los** martes. Los artículos definidos se utilizan en las siguientes ocasiones:
- Con sustantivos usados en sentido general o abstracto.  
**Ejemplo:** El abuso de sustancias no soluciona **los** problemas.  
Debemos continuar mejorando **la** educación sobre **la** salud pública.
  - Con artículos de ropa cuando va precedido de un verbo reflexivo. También con partes del cuerpo o cuando es claro quién es el poseedor.  
**Ejemplo:** Doctora, ¿puedo ponerme **la** bata?  
Me duele **la** cabeza.
  - Cuando se habla acerca de alguien. También con títulos, excepto “San/Santa” y “don/doña.” Se omite el artículo cuando se dirige a alguien directamente.  
**Ejemplo:** -Necesito hablar con **la** doctora Pérez.  
- Por supuesto, señora Medal.  
¿Conoces a doña Elvira?  
Hoy es el día de Santa Teresa.
  - Para indicar cuándo ocurre algo.  
**Ejemplo:** Su cita es **el** jueves próximo.  
Usted tiene que venir al doctor **el** martes.
  - Para indicar las unidades de peso, cantidad o frecuencia.  
**Ejemplo:** Tengo que ir al doctor dos veces a **la** semana.  
El médico me recetó comer más frutas como el kiwi; pero cuesta \$.99 **la** libra.
  - Con términos referentes a comidas.  
**Ejemplo:** Después de **la** cena, tengo que tomar mis medicamentos.  
¿A qué horas es **el** almuerzo? Preguntó la enfermera.
  - Contracciones de los artículos indefinidos  
**Ejemplo:** a + el = al      Voy **al** doctor frecuentemente.  
de + el = del      Vengo **del** consultorio médico.

➤ En español también existen los artículos indefinidos **un, una, unos y unas**. Estos artículos también cambian con el género y número. **Ejemplo:** Hay **un** doctor en el consultorio. Hay **unas** enfermeras en el consultorio. Los artículos indefinidos se utilizan en las siguientes ocasiones:

- Indica que el sustantivo no es conocido por el oyente o lector.

**Ejemplo:** --Hay **un** artículo interesante sobre el abuso sexual.

-- Debemos leer **el** artículo para el próximo jueves.

- La forma **un** se usa inmediatamente antes de un sustantivo singular femenino que comienza con **a-** o **ha-** acentuada.

**Ejemplo:** El muchacho sufrió de **un** abuso sexual.

Ella se va a hacer **un** análisis de sangre.

El ejercicio es **un** hábito diario para ella.

- Los artículos indefinidos **unos** y **unas** indican una cantidad aproximada cuando se encuentran delante de un número.

**Ejemplo:** De acuerdo con la asociación americana del cáncer en el 2012, **unos** seis mil nuevos casos de cáncer de colon y recto fueron diagnosticados.

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

- Se omite el uso de los artículos indefinidos en las siguientes ocasiones:
  - Después de los verbos *ser* y *hacerse* cuando van seguidos de un sustantivo que indica profesión, religión, nacionalidad o afiliación política. Sin embargo, cuando el sustantivo está modificado por un adjetivo o frase descriptiva se usa el artículo indefinido.

Ejemplo : Él es oncólogo.

Sí, es **un** oncólogo responsable.

- Con las palabras *cien, ciento, cierto, mil, otro, medio*, y después de *tal* y *qué*. Ejemplo: Se necesita cien milímetros de agua con el medicamento.

¡Qué día tan lindo!

- Después de las preposiciones “con” y “sin.”

Ejemplo: La enfermera no toca a los pacientes sin guantes.

La RN toca las muestras de excrementos con guantes.



## Gramática y ejercicios

### 1.1 En el consultorio.

¿Sabes qué puedes encontrar en un consultorio? ¿Cuál es su función? Escribe el artículo según el género del sustantivo y describe su función.

**Ejemplo:** La báscula. La báscula en el consultorio se usa para pesar a los pacientes.

1. \_\_\_\_\_repcionista. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_resultados. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_médica. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_planilla médica. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_paciente. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_radiografía. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_cinta métrica. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_termómetro. \_\_\_\_\_

### 1.2 El consultorio médico.

Complete el siguiente párrafo para saber cómo es un consultorio. Escriba el artículo definido o indefinido adecuado. (Ojo: también puede haber una contracción de preposición y artículo)

Las visitas a (1)\_\_\_\_\_consultorio pueden ser desagradables, pero son necesarias. Una visita médica no es tan intimidante. Primero, (2)\_\_\_\_\_repcionista le da la bienvenida a (3)\_\_\_\_\_paciente. (4)\_\_\_\_\_repcionista le va a pedir su información básica y la pondrá en (5)\_\_\_\_\_formulario médico. El formulario médico será visto por (6)\_\_\_\_\_ doctor. (7)\_\_\_\_\_CNA va a medirle (8)\_\_\_\_\_temperatura, tomarle (9)\_\_\_\_\_ presión sanguínea y pesar al paciente. (10)\_\_\_\_\_doctor le va a hacer preguntas al paciente. Después el doctor documenta (11)\_\_\_\_\_síntomas (12)\_\_\_\_\_paciente en (13)\_\_\_\_\_historial médico electrónico. (14)\_\_\_\_\_final de la consulta, el doctor le va a recetar (15)\_\_\_\_\_

### 1.3 Identificación.

En la página 13 (Nota cultural de Chile) identifique los artículos y el sustantivo que acompañan en la lectura. Después de identificar los artículos, cree una lista clasificándolos como definidos o indefinidos. Por último, escriba un diálogo utilizando los artículos identificados.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

## 1.2 El presente de indicativo y el presente de subjuntivo.

Existen dos modos verbales principales en español: el **indicativo** y el **subjuntivo**. Ambos tienen sus funciones. Por ejemplo, el modo indicativo narra o describe algo que se considera definido, objetivo o real. El modo subjuntivo expresa emociones, dudas, juicios de valor o incertidumbre acerca de una acción.

**Ejemplo:** Su cita **es** el jueves próximo. (modo indicativo)  
**Quizás** la parte más interesante de estudiar medicina **sean** las recompensas y la gratitud de los pacientes. (modo subjuntivo)

Infinitivo	Presente de indicativo	Presente de subjuntivo
hablar	habla	hable
aprender	aprende	aprenda
progresar	prograsa	progrese

- Las formas de presente de subjuntivo contienen una vocal diferente a las de presente de indicativo.

❖ **El presente de indicativo** se usa para comunicar ideas generales en el presente. También se utiliza para referirse a acciones o situaciones en el futuro próximo o en el pasado.

➤ El modo presente de indicativo se utiliza en las siguientes ocasiones:

- Acciones o situaciones que ocurren regular o habitualmente, aunque no tomen lugar en el momento actual.  
**Ejemplo:** Hola **soy** Esteban y **trabajo** en el centro médico de Loma Linda. **Llevo** cinco años trabajando allí.
- Acciones que ocurren en el presente, o acciones en curso.  
**Ejemplo:** ¿Y, por qué **estudias** medicina?
- Acciones que ya están planeadas que tendrán lugar en un futuro próximo.  
**Ejemplo:** El martes próximo la clase de español **visita** el centro médico de Loma Linda.

- En narraciones para reemplazar los tiempos pasados para que éstas resulten más vividas y animadas. Es el llamado presente histórico.  
**Ejemplo:** Severo Ochoa **nace** en España en 1905. Él **recibe** el premio nobel de medicina en 1959.

## Formas del presente de indicativo

	Verbos en -ar	Verbos en -er	Verbos en -ir
	hablar	deber	medir
yo	hablo	debo	mido
tú	hablas	debes	mides
usted, él, ella	habla	debe	mide
nosotros	hablamos	debemos	medimos
vosotros	habláis	debéis	medís
ustedes, ellos, ellas	hablan	deben	miden

- Los verbos en español terminan en **-ar**, **-er** o **-ir**. La raíz del verbo queda al remover estas terminaciones. Por ejemplo, la raíz del verbo “deber” es **deb-**. En los verbos regulares la raíz del verbo nunca cambia.
- El presente de indicativo se forma en los verbos regulares al quitar la terminaciones **-ar**, **-er** o **-ir** del infinitivo y añadir a la raíz verbal la terminación correspondiente a cada sujeto. Vea el cuadro.

- Los verbos irregulares con cambios en la raíz.

## Verbos irregulares con cambios en la raíz

	pedir	extender	morir
	e → i	e → ie	o → ue
yo	pid <b>o</b>	exti <b>en</b> do	mu <b>er</b> o
tú	pid <b>e</b> s	exti <b>en</b> des	mu <b>er</b> es
usted, él, ella	pid <b>e</b>	exti <b>en</b> de	mu <b>er</b> e
nosotros	pedi <b>m</b> os	extendi <b>m</b> os	mor <b>i</b> mos
vosotros	ped <b>í</b> s	extendi <b>é</b> is	mor <b>í</b> s
ustedes, ellos, ellas	pid <b>e</b> n	exti <b>en</b> den	mu <b>er</b> en

- En el presente de indicativo, la última vocal de la raíz de ciertos verbos cambia de **e → ie**, de **o → ue** o de **e → i** cuando lleva acento prosódico. La vocal de la raíz de la primera y segunda persona del plural *nosotros* y *vosotros* no cambia porque el acento prosódico cae en la terminación, no en la raíz. Este cambio afecta las formas verbales de todas las personas del singular y la tercera persona del plural.
  - Los siguientes son algunos verbos de uso común que tienen cambios en la raíz.

e → ie	o → ue	e → i (verbos solo en -ir)
recomendar	aprobar	medir
querer	resolver	seguir
sugerir	recordar	sonreír

- Algunos verbos necesitan un cambio ortográfico para mantener la pronunciación de la raíz.
  - La **g** cambia por **j** en la primera persona singular en los verbos que terminan en -gir o -ger.

**Ejemplo: Exijo** que vayas al dentista.

Todos los martes **recojo** mis medicamentos de la farmacia.

<b>exigir:</b>	exi <b>j</b> o	exig <b>e</b> s	exig <b>e</b>	exig <b>i</b> mos	exig <b>í</b> s	exig <b>e</b> n
<b>recoger:</b>	reco <b>j</b> o	reco <b>j</b> es	reco <b>j</b> e	reco <b>j</b> emos	reco <b>j</b> éis	reco <b>j</b> en

- La **gu** cambia por **g** en la primera persona singular en verbos que terminan en **-guir**.

**Ejemplo:** Cuando voy al doctor **sigó** todas las instrucciones.

<b>seguir:</b>	sigó	sigues	sigue	seguimos	seguís	siguen
----------------	------	--------	-------	----------	--------	--------

- Otros ejemplos son: **distinguir, conseguir, proseguir y extinguir**.

- La **c** cambia por **z** en la primera persona singular en verbos que terminan en **-cer y -cir**.

**Ejemplo:** Soy oncóloga y **ejerzo** en el hospital regional.

<b>ejercer:</b>	ejerzo	ejerces	ejerce	ejercemos	ejercéis	ejercen
-----------------	--------	---------	--------	-----------	----------	---------

- La **i** cambia por **y** delante de **-o** y **-e** en verbos que terminan en **-uir**.

**Ejemplo:** **Sustituyo** las comidas grasosas por comidas más saludables.

<b>sustituir:</b>	sustituyo	sustituyes	sustituye	sustituimos	sustituís	sustituyen
-------------------	-----------	------------	-----------	-------------	-----------	------------

- Otros ejemplos son: **atribuir, concluir, distribuir y obstruir**.

➤ Los verbos irregulares de uso frecuente.

- Los verbos en la siguiente tabla son de uso frecuente y tienen irregularidades en el presente de indicativo. De igual manera los verbos derivados de estas palabras tienen las mismas irregularidades. Por ejemplo, **tener** → **contener: contengo**.

## Verbos irregulares de uso frecuente

decir	estar	ir	oir	ser	tener	venir	obtener
digo	estoy	voy	oigo	soy	tengo	vengo	obtengo
dices	estás	vas	oyes	eres	tienes	vienes	obtienen
dice	está	va	oye	es	tiene	viene	obtiene
decimos	estamos	vamos	oímos	somos	tenemos	venimos	obtenemos
decís	estáis	vais	oís	sois	tenéis	venís	obtenéis
dicen	están	van	oyen	son	tienen	vienen	obtienen

- Los siguientes verbos solo son irregulares en la primera persona del singular.

<b>hacer:</b>	hago	haces	hace	hacemos	hacéis	hacen
<b>saber:</b>	sé	sabes	sabe	sabemos	sabéis	saben

- Otros ejemplos son: **dar** → **doy**, **salir** → **salgo**, **traer** → **traigo**, **cab**er → **quepo**.
  - Las mismas irregularidades se ven en los verbos derivados de estos ejemplos: **hacer** → **deshacer**: **deshago**, **poner** → **componer**: **compongo**, **traer** → **atraer**: **atraigo**.
  - **Ojo:** La primera persona del presente de indicativo de *cab*er es **quepo**, no **cabo**.
- Los verbos con terminación –cer o –cir seguidos de una vocal añaden una **z** delante de la **c** en la primera persona singular.

**Ejemplo: Conozco** a un ginecólogo muy eficaz.

conocer:	cono <b>z</b> co	conoces	conoce	conocemos	conocéis	conocen
obedecer:	obede <b>z</b> co	obedeces	obedece	obedecemos	obedecéis	obedece
agradecer:	agrade <b>z</b> co	agradeces	agradece	agradecemos	agradecéis	agradecen

- Otros ejemplos son: **aparecer**, **conducir**, **deducir** y **pertenecer**.

## Gramática y ejercicios 1.2

### 1.4 Retrato de un odontólogo.

Ignacio nos habla de su vida como odontólogo. Completa lo que dice con la forma apropiada del verbo.

deber	ocupar	encargar	preocupar	tener
pensar	ser	dar	poder	conocer

Me llamo Ignacio Baradoja. 1\_\_\_\_\_odontólogo en la ciudad de Managua, Nicaragua. Me 2\_\_\_\_\_ de la salud oral de mis pacientes. 3\_\_\_\_\_  
6\_\_\_\_\_ de la prevención y 7\_\_\_\_\_ el diagnóstico y tratamiento necesario. Como odontólogo 8\_\_\_\_\_ practicar cirugía bucal y máxilo facial. 9\_\_\_ muchos profesionales de salud. Nosotros 10\_\_ que lo más fundamental es proveer un servicio de calidad a los pacientes.

### 1.5 Profesionales responsables.

Las siguientes personas son profesionales de la salud y dicen algo especial sobre su carrera. ¿Qué dicen?

**MODELO:** los miembros/ ser/ los estudiantes/ del *American Heart Association*  
Los estudiantes son los miembros del *American Heart Association*.

1. traducir/ la enfermera/ el formulario médico
2. el doctor/ el diagnóstico/ deducir
3. los derechos de privacidad del paciente / yo/ saber
4. ejercer/ los doctores y yo (enfermero)/ nuestra profesión/ en hospitales y clínicas
5. recomendar/ ejercicio y dieta/ para los pacientes con diabetes/ los doctores
6. el urólogo/ de próstata/ obtener/ mis exámenes
7. mantener/ su nivel/ usted/ de colesterol bajo
8. la CNA/ medir/ niño/ la estatura del
9. las preocupaciones de los pacientes/ nosotros (los profesionales de la salud)/ oír.
10. algunos pacientes / en la sala de cirugía/ morir

### 1.6 ¿Situaciones locas o razonables?

Escoja cuatro verbos de la siguiente lista y escriba una pregunta loca o razonable con esos verbos. La profesora coleccionará todas las preguntas y repartirá a cada estudiante una pregunta que el estudiante tiene que contestar.

**MODELO:** Obedecer: ¿Obedeces todas las leyes de tráfico?

conocer	deber	agradecer	graduarse	proponer
convencer	conducir	caber	concluir	dirigir



**El presente del subjuntivo** se usa para expresar emociones, dudas, juicios de valor, deseos, necesidad o incertidumbre acerca de una acción.

- El modo presente de subjuntivo se utiliza en las siguientes ocasiones:
  - El modo de subjuntivo se usa cuando el verbo o la expresión indica deseo, recomendación, sugerencia o mandato con los verbos **desear, preferir, querer, recomendar y sugerir**, entre otros.  
**Ejemplo:** Sus padres **prefieren** que él **estudie** medicina y no arte.  
Yo **recomiendo** que tú le **desees** a Penélope buena suerte en su examen médico nacional.
  - Expresa esperanza o emoción con los verbos **alegrarse, enfadarse, enojarse, esperar, lamentar, sentir o temer**, entre otros.  
**Ejemplo:** **Deseo** que se **sienta** mejor.  
**Quiero** que **espere** a que la **llame** el médico.
  - Se usa con una expresión impersonal que conlleva a una preferencia o probabilidad con las frases siguientes: **es bueno, es horrible, es importante, es posible, es raro**, entre otras.  
**Ejemplo:** **Es bueno** que ellos **hayan** llevado sus libros a clase.  
**Es probable** que mañana **puedan** salir. El tiempo va a mejorar.
  - Se usa para expresar duda, incertidumbre o negación con los verbos **dudar, negar, no creer, no pensar** entre otros.  
**Ejemplo:** El **duda** que **sean** capaces de contestar esa pregunta.  
**No cree** que el equipo médico que tiene **esté** regularizado.



- Se usa con **requerir, aconsejar, exigir, insistir, impedir, mandar, obligar**, entre otros.

**Ejemplo: Aconsejamos** que las personas obesas **practiquen** el fútbol.

**Pedimos** que todos los pacientes **sean** pacientes.

## Formas del presente del subjuntivo

	Verbos en –ar	Verbos en –er	Verbos en –ir
	hablar	deber	medir
yo	hable	deba	mida
tú	hables	debas	midas
usted, él , ella	hable	deba	mida
nosotros	hablemos	debamos	midamos
vosotros	habléis	debáis	midáis
ustedes, ellos, ellas	hablen	deban	midan

- El presente del subjuntivo de todos los verbos regulares y también de la mayoría de verbos irregulares se forma al quitar la terminación –o de la primera persona singular del presente de indicativo y añadir las terminaciones apropiadas, como se nota en la tabla.
- Nótese que los verbos terminados en –ar tienen en común la vocal –e, y los verbos terminados en –er e –ir tienen en común la vocal –a.

- Los cambios de los verbos irregulares con cambios en la raíz.

	recomendar	aprobar
	e → ie	o → ue
yo	recomiende	apruebe
tú	recomiendes	apruebes
usted, él, ella	recomiende	apruebe
nosotros	recomendemos	aprobemos
vosotros	recomendéis	Aprobéis

- Los verbos que terminan en **-ar** y en **-er** tienen los mismos cambios en la raíz en el presente de subjuntivo, al igual que en el presente de indicativo. Recuerde que todas las formas cambian, menos las formas del “nosotros” y “vosotros.”

**Ejemplo:** Los docentes médicos quieren que los estudiantes **aprueben** el “MCAT.”

Mi médico docente quiere que **recomiende** a todos mis pacientes diabéticos y obesos una rutina rigurosa de ejercicio y dieta.

- Los verbos que terminan en **-ir** tienen los mismos cambios en la raíz en el presente de subjuntivo, al igual que en el presente de indicativo. Sin embargo, las formas correspondientes de “nosotros” y “vosotros” en el subjuntivo tienen un cambio de **e → i** y de **o → u**.

	mentir	dormir	medir
	e → ei, i	o → ue, u	e → i, i
yo	mienta	duerma	mida
tú	mientas	duermas	midas
usted. él, ella	mienta	duerma	mida
nosotros	mintamos	durmamos	midamos
vosotros	mintáis	durmáis	midáis
ustedes, ellos, ellas	mientan	duerman	midan

**Ejemplo:** Les sugiero a mis pacientes que no **mientan** cuando se les pregunta sobre su actividad sexual. Mi médico me dijo “Quiero que tú **duermas** ocho horas esta noche.” Quiero que **mida** su nivel de azúcar todas las mañanas.

- Los verbos que tienen una raíz irregular en la primera persona en el presente de indicativo mantienen la misma irregularidad en la forma del presente de subjuntivo.
  - Ejemplos de palabras: **conocer** → **conozca**, **decir** → **diga**, **hacer** → **haga**, **influir** → **influya**, **proteger** → **proteja**, **tener** → **tenga**

➤ Los verbos con cambios ortográficos.

- Los verbos que terminan en **-car**, **-gar**, **-guar** y **-zar** requieren un cambio ortográfico en todas las personas para mantener la pronunciación de la raíz.

	<b>c → qu</b>	<b>g → gu</b>	<b>u → ü</b>	<b>z → c</b>
	<b>sacar</b>	<b>pagar</b>	<b>averiguar</b>	<b>amenazar</b>
Yo	saque	pague	averigüe	amenace
Tú	saques	pagues	averigües	amenaces
usted, él , ella	saque	pague	averigüe	amenace
nosotros	saquemos	paguemos	averigüemos	amenacemos
vosotros	saquéis	paguéis	averigüéis	amenacéis

: Señora Medal, necesito que **averigüe** más información sobre el VPH.

Ojalá **paguen** la matrícula a tiempo.

➤ Los verbos irregulares.

- Los siguientes verbos son irregulares en el presente de subjuntivo. Ponga atención a los acentos escritos en las formas **dar** y **estar**.

	<b>estar</b>	<b>ser</b>	<b>dar</b>	<b>saber</b>	<b>ir</b>	<b>haber</b>
yo	esté	sea	dé	sepa	vaya	haya
tú	estés	seas	des	sepas	vayas	hayas
usted, él , ella	esté	sea	dé	sepa	vaya	haya
nosotros	estemos	seamos	demos	sepamos	vayamos	hayamos
vosotros	estéis	seáis	deis	sepáis	vayáis	hayáis
ustedes, ellos, ellas	estén	sean	den	sepan	vayan	hayan

o: Quizás **sea** buena idea ir al médico.

**Vayamos** al doctor mañana.

# Ejercicios

## 1.7 Identificar

En los diálogos 1.1-1.4 se encuentran algunas formas del presente de subjuntivo. Especifique cuáles Formas y dónde se encuentran en el diálogo.

- |           |           |
|-----------|-----------|
| 1. _____  | 2. _____  |
| 3. _____  | 4. _____  |
| 5. _____  | 6. _____  |
| 7. _____  | 8. _____  |
| 9. _____  | 10. _____ |
| 11. _____ | 12. _____ |
| 13. _____ |           |

## 1.8 Sugerencias en el consultorio médico.

Mencione las sugerencias que usted haría a sus colegas o pacientes. **Formas útiles: sugiero que, necesito que, quiero que.**

**Modelo:** no comer comidas grasosas

Le sugiero que no coma comidas grasosas.

1. tomar el medicamento todos los días
2. conversar con tus colegas
3. obtener los resultados de la paciente
4. ir al hospital si tiene una emergencia
5. dar las recetas necesarias al paciente
6. medir al paciente
7. amenazar a tu pareja
8. saber lidiar con pacientes frustrados
9. adquirir nueva información sobre el colesterol
10. sacar muchas radiografías del hueso fracturado

## 1.9 Recomendaciones.

Ha llegado un estudiante latinoamericano y quiere ser médico. Escriba un párrafo en el que le da sus recomendaciones y sugerencias acerca de los pasos que debe seguir para ser médico en los EE.UU.

---

---

---

---

### 1.3 Diferencias entre *ser*, *estar*, *haber* y *tener*

**Metas comunicativas: Describir condiciones permanentes y temporales**

Los verbos *ser*, *estar*, *haber* y *tener* significan *to be* en el presente de indicativo. Estos verbos se utilizan para describir condiciones permanentes o temporales.

❖ El verbo **ser** se utiliza para:

- Definir, describir o identificar el sujeto de la oración.  
**Ejemplo:** La doctora Pérez **es** una médica de atención primaria.  
Esteban **es** un CNA encargado de medir la temperatura corporal de los pacientes.
- Para indicar el origen, la posesión o el material de que algo está hecho.  
**Ejemplo:** Penélope **es** de Chile.  
Los guantes son necesarias para las cirugías. **Son** de látex.
- Para describir las características o cualidades de las personas, los animales o los objetos.  
**Ejemplo:** Anahí **es** de pelo castaño; **es** inteligente y carismática.
- Para formar la voz pasiva con el participio pasado.  
**Ejemplo:** El centro médico de Loma Linda **fue** fundado en 1905.
- Para señalar la hora, las estaciones del año y las fechas.  
**Ejemplo:** Hoy **es** viernes. **Son** las dos de la tarde.  
**Es** marzo; **es** invierno
- Para señalar la localización o la hora de un evento.  
**Ejemplo:** La próxima cita médica **es** el viernes, **es** a las tres de la tarde.
- Con ciertas expresiones impersonales.  
**Ejemplo:** **Es** útil saber el español en Latinoamérica.

❖ El verbo **estar** se utiliza para:

- Para indicar ubicación.

**Ejemplo:** Edward **está** en el hospital, ayudando a pacientes.

- Para formar los tiempos progresivos con el gerundio (la forma verbal que termina en **-ndo**).

**Ejemplo:** El índice de obesidad **está** aumentando cada día.

- Para indicar la condición que resulta de una acción con un participio pasado.

**Ejemplo:** Linda rompió el frasco donde contenía la muestra de los análisis de sangre de la paciente. El frasco **está** roto.

- Para describir estados o condiciones o para describir un cambio en alguna característica utilizando un adjetivo.

**Ejemplo:** Ellos **están** contentos porque su papa **está** saludable.

❖ El verbo **haber**:

- **Hay** es una forma irregular del verbo haber. Se utiliza para expresar la idea de *there is* o *there are*. Ponga atención porque no se debe confundir este verbo con los verbos **ser** y **estar**.

**Ejemplo:** ¿Qué **hay** en el laboratorio de radiografía?

**Hay** dos máquinas de radiografía.

❖ El verbo **tener**:

- El verbo *tener* se puede traducir a *to be* pero es limitado a ciertas expresiones idiomáticas.

**Ejemplo:** **Tengo** frío.

- Note que en algunas expresiones idiomáticas se puede utilizar el verbo **hacer**. Generalmente las expresiones están limitadas al pronóstico climático. Por ejemplo, **hace viento, hace sol, hace calor/frío**.
- La siguiente tabla muestra algunas expresiones idiomáticas en las cuales se utiliza el verbo **tener**.

tener calor	tener... años	tener miedo de (a)	tener éxito	tener cuidado
tener celos	tener prisa	tener sed	tener sueño	tener suerte
tener la culpa	tener hambre	tener vergüenza	(no) tener razón	tener frío

## Gramática y ejercicios 1.3

**1.10 La paciente Rosalinda Medal.** Llene los espacios en blanco para conocer a la paciente Medal. Use las formas apropiadas de *ser* y *estar*.

Rosalinda Medal 1 \_\_\_\_\_ una de las pacientes de la médica Pérez. La señora Medal 2 \_\_\_\_\_ del estado de Veracruz. Veracruz 3 \_\_\_\_\_ ubicado en México y tiene costa con el Golfo de México. La Sra. Medal extraña Veracruz. Ella reside en el sur de California donde vive feliz con su familia. 4 \_\_\_\_\_ casada y tiene tres hijos. Su esposo también 5 \_\_\_\_\_ veracruzano. Sus hijos también 6 \_\_\_\_\_ mexicanos pero han crecido en los Estados Unidos. Ella y su esposo 7 \_\_\_\_\_ orgullosos de ellos. Todos sus hijos 8 \_\_\_\_\_ bilingües y 9 \_\_\_\_\_ estudiantes sobresalientes. Sus padres quieren que hablen y escriban español; por eso ellos 10 \_\_\_\_\_ practicando todos los días su lectura en español. Rosalinda Medal desea llevar a sus hijos a visitar las playas de Veracruz.

**1.11 Preguntas personales.** Usted quiere conocer mejor a sus compañeros de clase, así que necesita hacerles preguntas personales. Complete las siguientes preguntas con la forma correcta de *ser* y *estar*. Luego hágalas estas preguntas a un compañero y a una compañera de clase.

1. ¿\_\_\_\_\_ muchos los miembros de tu familia?
2. ¿Cómo \_\_\_\_\_ tú hoy?
3. ¿\_\_\_\_\_ entretenido o aburrido en clase?
4. ¿De dónde \_\_\_\_\_ tu familia?
5. ¿Cómo \_\_\_\_\_ los miembros de tu familia? ¿\_\_\_\_\_ aburridos? \_\_\_\_\_ simpáticos?
6. ¿Cómo \_\_\_\_\_ tú, generalmente?
7. ¿\_\_\_\_\_ divertido o aburrido?
8. ¿\_\_\_\_\_ activo? ¿Cuáles \_\_\_\_\_ tus actividades favoritas?
9. ¿Cuál \_\_\_\_\_ tu meta académica? ¿Cuál \_\_\_\_\_ tu meta laboral? ¿Cuál \_\_\_\_\_ tu profesión?
10. ¿\_\_\_\_\_ interesado en los países latinoamericanos? ¿Cuáles?

**1.12 En la sala de radiología.** Imagínese que usted está en la sala de radiología. ¿Qué cosas o personas hay o no hay en la sala?

**Modelo:** Cortadores mecánicos: No, no hay cortadores mecánicos en la sala de radiología.

Sí, hay cortadores mecánicos en la sala de radiología.

1. las batas: \_\_\_\_\_
2. la mesa radiológica: \_\_\_\_\_
3. el fluoroscopio: \_\_\_\_\_
4. un tanque de oxígeno: \_\_\_\_\_
5. los balones de angioplastia: \_\_\_\_\_
6. una cama: \_\_\_\_\_
7. un desfibrilador: \_\_\_\_\_
8. agujas de inyección: \_\_\_\_\_
9. grapas quirúrgicas: \_\_\_\_\_
10. succionadores: \_\_\_\_\_



## En resumen

En este capítulo usted exploró las posibles situaciones en la primera visita de un paciente al consultorio.

Utilizando la información de este capítulo y su conocimiento previo conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. ¿Cómo es la interacción y la relación entre paciente y el/la enfermero/a, doctor/a y recepcionista?  
¿Cuál es la función de la enfermera y el doctor en las visitas al consultorio?

---

---

---

2. Durante la primera visita al consultorio, ¿cuáles preguntas se hacen? ¿Hay preguntas o cuestionarios estándares? ¿Cuáles son?

---

---

---

3. En el siguiente enlace [www.migrantclinician.org/toolsource/101/health-history-forms/index.html](http://www.migrantclinician.org/toolsource/101/health-history-forms/index.html) bajo “Adult Medical History Form1-Spanish” se encuentra un formulario de historial médico del “Migrant Clinician Network.” Llene el formulario.

- El enlace original es [www.migrantclinician.org](http://www.migrantclinician.org)

---

---

---

# Capítulo 2

## En la sala de urgencias

### Metas comunicativas

- Explicar hace cuánto tiempo
- Describir lo que ocurrió
- Explicar lo que se va a hacer
- Hablar de lo que ha pasado
- Explicar si ya había ocurrido

### Temas Centrales

- A. Llega la ambulancia
- B. En la sala de emergencia
- C. A la unidad de cuidados intensivos (UCI)
- D. Seguimiento del paciente dado de alta

### Gramática

- 2.1 ¿Cuánto tiempo hace?
- 2.2 Hablar del futuro  
Ir + a + infinitivo
- 2.3 Narraciones en el Pasado:  
Pretérito e Imperfecto
- 2.4 Narraciones en el pasado:  
Presente Perfecto
- 2.5 Narraciones en el pasado:  
Pluscuamperfecto
- 2.6 Expresiones Indefinidas y Negativas

### En resumen

En este capítulo se van a explorar situaciones como la llegada de una ambulancia a la casa de un paciente, la llegada a la sala de urgencias, la unidad de cuidados intensivos, así como el cuidado de seguimiento a un paciente que ha sido dado de alta.

Se examinará la gramática necesaria (e.g., pretérito, imperfecto y tiempos perfectos) así como frases de tiempo útiles para **hablar de eventos en el pasado**.

También se presenta la función comunicativa de **explicar lo que se va a hacer** y la gramática necesaria (e.g., ir + a + infinitivo) para cumplir esta función.

### Preguntas para considerar

- ¿Cuál es la función de los paramédicos?
- ¿Cuál es la función del personal de Triage?
- ¿Qué tipo de preguntas se hacen? ¿Hay preguntas o cuestionarios estándares?

## A. LLEGA LA AMBULANCIA



**Metas comunicativas: Explicar hace cuánto tiempo; Describir lo que ocurrió**

Vocabulario útil			
La ambulancia	ambulance	la edad	age
Los mareos	dizziness	sudar	to sweat
Las palpitaciones	palpitations	acompañarla	go with
El disgusto	displeasure	camilla	stretcher
El corazón	heart	las pastillas	pills
Apenas	just	quejarse	to complaint

**Diálogo 2.1** El paramédico habla con el paciente (si está consciente).

- Paramédico -- Buenos días, ¿Alguien **llamó** para pedir una ambulancia?
- Diana -- Buenos días, doctor\*. Es que mi mamá no se siente bien. Dice que tiene unas palpitaciones muy fuertes en el pecho. Está sudando mucho y parece confundida.
- Paramédico -- Está bien. (Dirigiéndose a la paciente) Voy a escucharle el corazón, Señora. Respire profundo, por favor... Otra vez. Tosa, por favor. ¿Cuándo **comenzó** a sentir las palpitaciones?
- Diana -- **Hace como una hora.**
- Paramédico -- Le voy a tomar la presión. ¿Me puede decir su nombre y su edad? (dirigiéndose a la paciente).
- Sra. Enríquez -- Rosario Enríquez de Goitia. Tengo 49 años.
- Paramédico -- ¿Sabe cuál es la fecha de hoy?
- Sra. Enríquez -- No lo sé. Estoy muy cansada y mareada.
- Paramédico -- Muy bien. La vamos a llevar al hospital. (dirigiéndose a Diana) ¿Puede acompañarla al hospital?
- Diana -- Sí, claro, doctor.
- Paramédico -- Muy bien. Aquí está la camilla, señora Enríquez. Acuéstese por favor. Señorita (a Diana), ¿podría traer todas las medicinas de su mamá y la información de su seguro médico?
- Diana -- Claro que sí.

### Nota 2.1

En muchos países es común usar dos apellidos. Tradicionalmente, las mujeres casadas usan la siguiente estructura para sus apellidos: Nombre + Apellido paterno + de + Apellido del esposo. En la actualidad, sin embargo, hay muchas profesionistas que deciden conservar su apellido o apellidos de soltera.

**Diálogo 2.2** El paramédico habla con Diana, la hija de la señora Enríquez.

- Paramédico -- Señorita, ¿padece de mareos su mamá?  
Diana -- No. Casi nunca. En general, tiene buena salud y se controla muy bien la presión.  
Paramédico --¿**Tuvo** algún disgusto o sabe si algo la **molestó**?  
Diana -- No. **Estaba** muy bien viendo la tele y **dijo** que se iba a hacer algo de comer porque tenía mucha hambre. Apenas se había levantado cuando **comenzó** a sudar mucho y a quejarse de palpitaciones en el pecho.  
Paramédico --¿Qué medicinas toma para la presión?  
Diana -- Aquí tiene... toma estas pastillas para la presión y a veces se toma una aspirina para el dolor de cabeza.  
Paramédico --¿**Cuánto tiempo hace que** tiene la presión alta?  
Diana -- Creo que desde **hace dos años**.  
Paramédico -- Muy bien. Vamos al hospital.

Actividades

**1. Combinación.** Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| 1. _____ Es un tipo de cama que se usa en ambulancias o en hospitales para trasladar a los pacientes.     | <b>A.</b> la pastilla         |
| 2. _____ Es una sensación como que uno se puede desmayar.   | <b>B.</b> el corazón          |
| 3. _____ Es un comprimido que normalmente se toma por vía oral y tiene actividad terapéutica.             | <b>C.</b> Acompañar a alguien |
| 4. _____ Es una sustancia orgánica segregada a través de los poros de la piel.                            | <b>D.</b> El disgusto         |
| 5. _____ La acción de ir en compañía de otra persona.   | <b>E.</b> quejarse            |
| 6. _____ Una palabra que ignifica el tiempo que ha pasado desde el nacimiento hasta ahora.                | <b>F.</b> la camilla          |
| 7. _____ Es el órgano principal del aparato circulatorio. Sirve para impulsar la sangre a todo el cuerpo. | <b>G.</b> La edad             |
| 8. _____ Expresar con palabras o sonidos que se tiene un dolor físico o emocional.                        | <b>H.</b> apenas              |
| 9. _____ Una preocupación que causa tristeza o enojo.   | <b>I.</b> el mareo            |
| 10. _____ Quiere decir 'al punto que', 'tan pronto como', 'en cuanto'.                                    | <b>J.</b> el sudor            |

**2. Identificar.** En los diálogos identifique ejemplos de las metas comunicativas de narraciones en el pasado. Subraye la palabra o las palabras que comunican cada meta.

**3. Comprensión.** Conteste las siguientes preguntas, según los diálogos. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Por qué llamaron a los paramédicos?

---

---

2. ¿Qué otros síntomas presenta la señora Enríquez?

---

---

3. ¿Cuánto tiempo hace que tiene estos síntomas?

---

---

4. ¿Cómo describe Diana lo que pasó con su mamá?

---

---

5. ¿Desde cuándo padece de presión alta la señora Enríquez?

---

---



## B. EN LA SALA DE URGENCIAS

### Consulte la gramática 2.2 y 2.3

**Metas comunicativas: Explicar lo que se va a hacer**

**Diálogo 2.3** La ambulancia llega a la Sala de Urgencias y el paramédico habla con la doctora de Triage en turno.

- Paramédico: -- La señora Enríquez de Goitia se queja de palpitaciones, de mareos y mucho cansancio. También parece confundida. Aquí están sus signos vitales.  
(La doctora de Triage, la doctora Ramírez, habla con la paciente y con su hija, Diana.)
- Doctora Ramírez --(Sonríe) Buenos días, señora Enríquez. Soy la doctora Ramírez y **voy a examinarla**. Dígame, ¿qué le pasa?
- Sra. Enríquez --Buenos días, doctora Ramírez.  
Comencé con palpitaciones y mareos esta mañana. Estoy muy cansada.
- Doctora Ramírez -- **Voy a escucharle el corazón** otra vez y **a tomarle la presión....**  
¿Hace cuánto tiempo que tiene estos síntomas?
- Sra. Enríquez -- Hace días que me siento muy cansada, pero me asusté porque es la primera vez que siento estas palpitaciones en el pecho y este mareo.
- Doctora Ramírez -- Tiene la presión muy alta. ¿Toma medicinas para la presión?
- Sra. Enríquez -- Sí. Mi hija tiene las pastillas que tomo.
- Doctora Ramírez -- Bien. Póngase por favor esta bata abierta por adelante. Le **voy a mandar** a hacer un electrocardiograma y después un análisis de sangre. ¿Tiene diabetes?
- Sra. Enríquez -- No, no creo

Vocabulario útil	
el pecho	chest
la bata	robe
los parches	patches
la piel	skin
las señales	signals

#### Nota 2.2

En muchos países se le llama sala de urgencias a lo que en Estados Unidos se conoce como la sala de emergencias. Debido a la gran cantidad de pacientes que pueden llegar en un momento dado al hospital, en las salas de emergencias/urgencias se usa el método de Triage para clasificar a los pacientes dependiendo de sus requerimientos terapéuticos y los recursos disponibles.

**Diálogo 2.4** Entra Alicia, la auxiliar de enfermería que va a hacer el electrocardiograma y habla con la paciente.

- Alicia -- Buenas tardes, señora Enríquez. Soy Alicia. Le **voy a hacer** el electrocardiograma. ¿Está bien?
- Sra. Enríquez -- Sí, está bien. Gracias. ¿Me **va a doler**?
- Alicia -- No. **Voy a limpiarle** con alcohol unas partes en los brazos, la piernas y en el tórax para que estos parches (muestra los electrodos a la paciente) se le peguen en la piel, pero no le **va a doler** nada.
- Sra. Enríquez --¿Y esa máquina?
- Alicia -- Esta máquina **va a leer** las señales eléctricas que vienen del corazón. ¿Está bien?
- Sra. Enríquez --Sí, muy bien. Gracias por explicarme.
- Alicia --Claro que sí. Siempre puede preguntar cuando tenga alguna duda. Ahora le voy a tomar una muestra de sangre. ¿Cuál dedo prefiere?
- Sra. Enríquez -- Este dedo (mostrando el índice de la mano derecha).

### Actividades

**4. Vocabulario en contexto.** Indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero.

	Cierto	Falso
1. La paciente siente palpitaciones en la cabeza. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La paciente está cansada y tiene mareos. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. La paciente está cansada y tiene mareos. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Se traslada a los pacientes en camillas. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Para hacer el electrocardiograma se pegan parches en las manos del paciente. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**5. Una narración en el pasado.** [actividad auditiva] La señora Enríquez de Goitia ha sido ingresada al hospital. Usted es el/la enfermero/a en turno de la paciente. La señora Enríquez de Goitia le describe los eventos que la llevaron al hospital.

**Paso 1.** Oiga la narración de la señora Enríquez de Goitia y conteste las siguientes preguntas.

[Transcript: Ayer, estaba viendo la televisión con mi hija. Eran como las 8 de la mañana y estaba tomando café. Tenía mucha hambre así que me levanté y fui a la cocina para prepararme unos huevitos revueltos. En eso, comencé a sentirme muy mareada. También, sentía unas palpitaciones muy fuertes en el pecho y comencé a sudar mucho. Me senté en una silla en la cocina y le hablé a mi hija Diana porque me dio mucho miedo. Después, mi hija llamó a una ambulancia.]

**Paso 2. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a la narración de la señora Enríquez de Goitia y después compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Qué hacía la señora Enríquez de Goitia mientras miraba la televisión?

---

2. ¿Qué hora era?

---

3. ¿Qué hizo cuando sintió hambre?

---

4. ¿Qué pasó cuando fue a la cocina? ¿Qué sentía?

---

5. ¿Qué hizo la señora Enríquez después? ¿Quién llamó a la ambulancia?

---



## Actividades de pre-lectura

6. **Conteste las siguientes preguntas.** Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Ha tenido que estar en una sala de urgencias ya sea por su salud o por la de algún familiar o alguna amistad? Describa esa experiencia con cinco oraciones: ¿Cuánto tiempo estuvo? ¿Tuvieron que hospitalizarlo/la a usted (o a su familiar o a su amistad)?

---

---

2. ¿Cómo explicaría la diferencia entre lo que es una sala de emergencias y una clínica de urgencias?

---

---

### Vocabulario útil de la lectura

lenta/o	slow
la tierra de nadie	no man's land
el castigo	punishment
terminar	to finish, to complete
la jerarquía	hierarchy
bélicos/as	warlike, military
el caldero de avance (sentido figurado)	source of progress (no literal)
dieron paso	cleared the way
el pionero	pioneered
se careció	lacked
el terremoto	earthquake
alcanzó	reached
las cifras oficiales	official number
el sismo	earthquake
la pérdida	loss
venirse abajo	to fall
fallecieron	died
la falta	lack
enfrentar	to face
el rescate	rescue
disponía	had



## LECTURA

### Historia de la medicina de urgencias

Los Servicios de Urgencias (o salas de emergencias, como se le conoce en los Estados Unidos) han tenido una historia un poco más lenta comparados a otros servicios hospitalarios. El doctor Rocha Luna (2009) menciona que, por muchos años, a los Servicios de Urgencias se les consideraba “la tierra de nadie” y hasta eran vistos como una forma de castigo o como una manera simple de obtener trabajo después de terminar alguna especialidad. Como consecuencia de esta actitud, los Servicios de Urgencias eran atendidos por los médicos con menos experiencia y menor capacitación, como los médicos residentes de menor jerarquía, médicos internos e incluso estudiantes de medicina.

Aunque esta situación todavía continúa en muchos lugares, en otros la situación ha mejorado como un beneficio inesperado de los conflictos bélicos. “Las guerras históricamente han sido caldero de avance en las ciencias médicas”, expresa Rocha Luna. El conocimiento obtenido durante las guerras del siglo XX, en especial las de Corea y Vietnam, y los avances en atención médica de lesionados dieron paso a que se reconociera la necesidad de tener un personal médico y paramédico capacitado para dar la atención pre-hospitalaria y hospitalaria de urgencias, en especial de trauma.

Los Estados Unidos fue el pionero en este campo en la década de los 60, al comenzar a ofrecer los primeros cursos de residencia con especialización en medicina de urgencia. Otros países que ofrecían esta especialidad también eran Canadá, Austria e Inglaterra. Sin embargo, algunos países como Francia, España, Alemania y Rusia, aunque sí tenían médicos en el área de urgencias y trauma, para el 2009 todavía no contaban con una residencia hospitalaria formal en medicina de urgencia. También en Latinoamérica por mucho tiempo se careció de la oportunidad de obtener una preparación formal en el área de la medicina de urgencias.

En México, esta situación cambió a consecuencia del terremoto del 19 de septiembre de 1985 en la Ciudad de México, que alcanzó una magnitud de 8.1. Las cifras oficiales más recientes calculan que el sismo causó la muerte de más de 10,000 personas y una pérdida del 30% de la capacidad hospitalaria y de personal de la salud. Por ejemplo, al venirse abajo la torre de hospitalización del Hospital Juárez se estima que fallecieron 740 personas, entre médicos, enfermeras y enfermeros, pacientes y personal administrativo. Además de la pérdida de vidas y de infraestructura, esta tragedia puso en evidencia la falta de preparación hospitalaria y médica para enfrentar desastres de este tipo, pues no se contaba con personal capacitado en la atención de urgencia de víctimas y de rescate ni se disponía de la organización requerida. No es una casualidad que en marzo de 1986, apenas seis meses después del terremoto, comenzara la historia de la medicina de urgencias en México y en Latinoamérica con la creación del primer curso de residencia médica en especialización en Urgencias Médico-Quirúrgicas.

### Fuentes:

- [«Crónicas de Desastres No. 3; Terremoto de México, 1985 \(OPS\)»](#). *Pan American Health Organization*. Consultado el 19 de julio de 2015.
- Legislatura LIII - Año II - Período Ordinario - Fecha 19860901 - Número de Diario 3. <http://cronica.diputados.gob.mx/DDebate/53/2do/Ord/19860901-I.html>. Consultado el 19 de julio de 2015.
- Rocha Luna, J. M. (2009). Historia de la Medicina de Urgencia en México. Archivo de Medicina de Urgencia de México. <http://www.medigraphic.com/pdfs/urgencia/aur-2009/aur091b.pdf>. Consultado el 19 de julio de 2015.
- Noticieros Televisa (2014). Sismos registrados en México en los últimos 30 años. <http://noticieros.televisa.com/mexico/1404/sismos-registrados-mexico-ultimos-30-anos>. Consultado el 19 de julio de 2015.

## Actividades

7. **Comprensión.** Conteste las siguientes preguntas, según la lectura. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Por qué la lectura dice que a las Salas de Urgencia se les consideraba “la tierra de nadie”? Explique con un par de oraciones.

---

2. ¿Por qué el Dr. Rocha Luna dice que “Las guerras históricamente han sido **caldero de avance** en las ciencias médicas”? Explique la frase **caldero de avance** con sus propias palabras.

---

3. Mencione dos desastres en los que se haya requerido una respuesta de emergencia médica masiva. ¿Qué profesionistas se necesitan en este tipo de servicios de emergencias? Si ha participado en un evento de este tipo, describa su experiencia.

---

Actividades de pre-lectura

8. **Conteste las siguientes preguntas.** Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) protegen a la población de los Estados Unidos de enfermedades y de atentados contra la salud y la seguridad. ¿Cuáles enfermedades han causado preocupación últimamente? ¿Qué es lo que sabe de esas enfermedades (por ejemplo, en dónde se han originado y qué precauciones se han tomado)? Explíquelo en cinco oraciones.

---

---

2. ¿Por qué cree usted que sea importante tener un centro de este tipo? Explíquelo en cinco oraciones.

---

---

9. **Investigación.** Use la página en español del CDC (<http://www.cdc.gov/spanish/>) para investigar la siguiente información. Escriba un ensayo de una página con sus respuestas.

1. ¿Qué tipo de información tiene la página en español del CDC con respecto a la preparación para desastres? ¿Cree que presenta información que sea fácil de entender? ¿Por qué sí o por qué no?  
¿Qué es lo que le parece bien a usted de esta información? ¿Qué cambiaría y cómo lo haría? Reporte dos datos concretos de lo que le parece bien y dos de los que le servirían a usted para informar a sus pacientes/clientes.

---

---

---

---

---

---

---

---

## Vocabulario útil

los auxiliares	assistants / helpers
discapacitados/as	handicap
acreditado/a	accredited
aprobar	to pass
las vías intravenosas	intravenous lines
una gama amplia	wide range
las recetas	prescription
el docente médico	supervising doctor
los osteópatas	osteopaths



## LECTURA

### Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) tienen un sitio web en español que cubre desde información acerca de enfermedades y afecciones hasta consejos para prepararse ante emergencias.

Uno de los temas que se ha incluido en este sitio es el recién brote de sarampión del 2015. Ahí se puede obtener una descripción de lo que es el sarampión, así como una lista de los síntomas que presentan las personas que se han contagiado. El CDC recomienda proteger a los niños contra esta enfermedad que es muy contagiosa. Se estima, por ejemplo, que una persona con sarampión puede contagiar a un 90% de los que están a su alrededor. Es más probable que ocurra el contagio de sarampión entre personas que no se han vacunado. Para prevenir esta enfermedad hay una vacuna que protege contra tres enfermedades: el sarampión, las paperas y la rubeola (MMR, por sus siglas en inglés). Si un niño necesita también la vacuna contra la varicela, el pediatra puede recomendar la vacuna MMRV que protege contra el sarampión, las paperas, la rubeola y la varicela.

Otros temas que se pueden encontrar en la página del CDC son 'las vacunas y la inmunización', 'las infecciones por superbacterias', 'la influenza', así como 'la diabetes', 'la diabetes y el embarazo', 'el lavado de manos' y otros.

Fuentes:

<http://www.cdc.gov/spanish/>

## Actividades

**10. Comprensión.** Conteste las siguientes preguntas, según la lectura. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Cómo se dice CDC en español?

---

2. ¿Qué información se puede encontrar en la página en español del CDC? Dé dos ejemplos.

---

3. ¿Por qué la lectura dice que el sarampión es muy contagioso?

---

**11. Investigación.** Use la página en español del CDC para investigar la siguiente información.

1. ¿Cuáles son las vacunas recomendadas desde el nacimiento hasta los 6 años de edad?

---

2. Escoja uno de los varios temas que se incluyen en la página en español del CDC, investiguelo y reporte cuatro datos concretos que le servirían a usted para ayudar a sus pacientes/clientes. Para guiar su investigación busque información que conteste las siguientes preguntas: ¿qué?, ¿quién?, ¿cómo?, ¿cuándo?, ¿dónde?, ¿por qué?, ¿qué tan frecuentemente?

---

---

---

---

---

## Vocabulario útil

las células	cells
los tejidos	tissue
el seno	breast
el pulmón	lung
el riñón	kidney
el hígado	liver
el estómago	stomach
la vejiga	bladder
el linfoma	lymphoma
las lámparas solares	sunlamps
el cuello uterino	cervix



## LECTURA

NOTA CULTURAL : El cáncer en la población hispana

**Cáncer.** La palabra cáncer se usa para referirse a enfermedades en que células anormales se multiplican sin control e invaden órganos o tejidos cercanos o a distancia. La página en español de la CDC dice que hay más de 100 tipos diferentes de cáncer. Los tipos de cáncer más comunes en la población hispana, según la página del Instituto Nacional de Cáncer de los Institutos Nacionales de la Salud de los Estados Unidos, son los siguientes: de seno, de próstata, de colon y recto, de pulmón, de tiroides, de riñón, de hígado, de endometrio, de páncreas, de estómago, de vejiga, uterino, linfoma no Hodgkin y leucemia.

Algunas de las medidas para reducir el riesgo de cáncer son evitar el tabaco y reducir el consumo de bebidas alcohólicas, reducir la exposición a la radiación ultravioleta del sol y la de las lámparas solares, tener una alimentación nutritiva rica en frutas, verduras y productos preparados con harina integral, así como mantener un peso saludable y practicar ejercicio físico de forma regular.

También es recomendable recibir una atención médica rutinaria, hacerse pruebas de detección como la mamografía (para detectar cáncer de seno) y el Papanicoláu (para detectar cáncer de cuello uterino) y pruebas para detectar cáncer colorrectal y pólipos. Los exámenes para detectar cáncer de pulmón se recomiendan para personas con un antecedente de uso excesivo de tabaco. La detección de un cáncer es muy importante ya que puede ayudar a descubrir el cáncer en etapas iniciales, que es cuando hay más posibilidades de tratamiento. La página del CDC también menciona el Programa Nacional de Detección Temprana de Cáncer de Mama y de Cuello Uterino que a nivel nacional ofrece pruebas de detección gratuitas o a bajo costo como mamografías y pruebas de Papanicoláu.

El riesgo de algunos tipos de cáncer se puede reducir por medio de vacunas. Por ejemplo, la vacuna contra el Virus del Papiloma Humano (VPH) ayuda a prevenir la mayoría de los cánceres de cuello uterino y algunos cánceres de vagina y de vulva. El riesgo de cáncer de hígado se puede reducir con la vacuna contra la hepatitis B.

El Instituto Nacional de Cáncer tiene una lista de más de 100 organizaciones nacionales que ofrecen una variedad de servicios de apoyo emocional, práctico y económico tanto para las personas que tienen cáncer como para sus familias. La ayuda y los recursos que se ofrecen en estas organizaciones incluye desde información sobre la enfermedad y su tratamiento—como apoyo emocional, ayuda relacionada al pago de cuentas médicas, transporte y alojamiento, cuidados en la casa, terapia física, servicios de trabajo social, rehabilitación—hasta servicios de atención al final de la vida para los pacientes con cáncer incurable y para su familia.

Link del CDC en español para prevención y control de cáncer:

<http://www.cdc.gov/spanish/cancer/>

<http://www.cdc.gov/spanish/cancer/dcpc/about/nbccedp.htm>

Link del Instituto Nacional de Cáncer en español:

<http://www.cancer.gov/espanol>



## Actividades

**12. Comprensión.** Conteste las siguientes preguntas, según la nota cultural. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Cuáles son los tipos de cáncer más comunes entre la población hispana?

---

---

2. ¿Cuáles son algunas de las pruebas de detección que se mencionan en la lectura? ¿Por qué es importante la detección?

---

---

3. ¿Qué sugerencias se dan en la lectura para reducir el riesgo de cáncer?

---

---

**13. Investigación.** Use la página en español del CDC para investigar lo siguiente.

1. Investigue el Programa Nacional de Detección Temprana de Cáncer de Mama y de Cuello Uterino. Reporte cuatro datos concretos que le servirían a usted para ayudar a sus pacientes/clientes.

---

---

2. Vaya a la página del Instituto Nacional de Cáncer. De la lista de 100 organizaciones nacionales que ofrecen una variedad de servicios de apoyo a las personas con cáncer, busque cuatro organizaciones que le servirían a usted para ayudar a sus pacientes/clientes. Para guiar su investigación busque información que conteste a las siguientes preguntas: ¿qué tipo de cáncer?, ¿a quién ayuda?, ¿cómo apoya?, ¿dónde está?, ¿qué se tiene que hacer para recibir ayuda/apoyo?

---

---

---

## C. LA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS (ICU)



### Consulte la gramática 2.4

**Metas comunicativas: Hablar de lo que ha pasado**

**Diálogo 2.5** La doctora Ramírez le explica a la Señora Enríquez que la van a internar en el hospital porque presenta síntomas de hipoglucemia.

- Doctora Ramírez -- ¿Cómo se siente, señora Enríquez?
- Paciente -- Todavía muy mareada. Veo un poco borroso. ¿Dónde estamos?
- Diana -- Estamos en el hospital, mamá. (se dirige a la doctora) Está confundida, doctora. Nunca la **he visto** así.
- Doctora Ramírez -- El electrocardiograma **ha salido** bien, pero el nivel de glucosa en la sangre está muy bajo.
- Diana -- ¿Y eso qué quiere decir?
- Doctora Ramírez -- La glucosa es el azúcar en la sangre. Lo normal es entre 70 y 100 mg/dL para personas sin diabetes y para personas con diabetes deben de estar entre 70 y 130 mg/dL. Su mamá lo tiene en 40.
- Diana -- ¿Cómo es posible? Ella nunca **ha tenido** problemas de azúcar.
- Doctora Ramírez -- ¿Alguna vez **ha visitado** a un endocrinólogo?
- Diana -- No creo, pero su doctora le dijo que aunque no tenía problemas con el azúcar, le recomendaba que comiera menos cosas dulces.
- Doctora Ramírez --Vamos a internarla en el hospital para monitorear sus niveles de azúcar. Mientras, vamos a darle un jugo de naranja para que le suba el nivel de glucosa.

**Diálogo 2.6** En la Unidad de Cuidados Intensivos entra Ricardo, el enfermero, y habla con la Señora Enríquez y con su hija Diana.

- Ricardo -- Hola, señora Enríquez. Soy Ricardo. ¿Se siente mejor?
- Sra. Enríquez -- Sí, el jugo de naranja que me dieron me cayó muy bien, aunque todavía me siento muy cansada. ¿Cuánto tiempo voy a estar en el hospital?
- Ricardo -- Vamos a tenerla unos cuatro o cinco días para hacerle varios exámenes de sangre y de orina. Voy a hacerle unas preguntas. ¿**Había padecido** de esto antes?
- Sra. Enríquez -- No, nunca. Esta es la primera vez que me siento así.

- Ricardo -- ¿Desayunó esta mañana?
- Sra. Ernández -- No, es que **he aumentado** mucho de peso y necesito bajarlo. Solamente me tomé un café con leche.
- Ricardo -- Entonces, ¿cuándo fue la última vez que comió?
- Sra. Ernández -- Anoche, comí como a las 9 de la noche. Me comí una manzana.
- Ricardo -- ¡Qué poco! Le voy a tomar otra muestra de sangre para ver si el nivel de glucosa se **ha normalizado** después de **haberse tomado** el jugo.

## Actividades

**14. Vocabulario en contexto.** Indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero

	Cierto	Falso
1. El electrocardiograma ha salido bien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La paciente nunca ha tenido problemas con el azúcar en la sangre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. La paciente ha visitado a un endocrinólogo varias veces.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. La paciente no desayunó porque quiere bajar de peso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. El jugo de manzana le ha ayudado a la paciente a sentirse mejor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## D. SEGUIMIENTO DEL PACIENTE YA DADO DE ALTA



Consulte la gramática 2.5 y 2.6

Metas comunicativas: Explicar si ya había ocurrido o no

**Diálogo 2.7** Tres días después de que la han dado de alta, la Señora Enríquez tiene cita con su médico de cabecera, el Doctor Nuñez.

- Dr. Núñez -- Buenas tardes Señora Enríquez, ¿Cómo se siente?
- Sra. Enríquez -- Mejor doctor, pero ¡qué susto! **Nunca había sentido** esos malestares.
- Dr. Núñez -- Bueno, luego de **haber visto** los resultados de los estudios que le hicieron, pude corroborar que la hipoglucemia que se le presentó no fue causada por diabetes, lo cual es una buena señal. Sin embargo, en su caso parece haber un problema de nutrición. ¿**Alguna** vez ha visitado a **algún** nutricionista?
- Sra. Enríquez -- No, **nunca** he visitado a **ninguno**. Pero me alimento bien...
- Dr. Núñez -- En las notas del día que la internaron dice que **no había desayunado nada**, excepto por un café con leche que se tomó, y que solamente **había comido** una manzana la noche anterior.
- Sra. Enríquez -- Sí, es verdad, es que necesito perder peso.
- Dr. Núñez -- De acuerdo con su ficha médica, su peso actual es de 155 libras. Usted mide 5' 5", lo cual significa que usted tiene razón en querer bajar de peso. Me gustaría verla con unas 10 libras menos. La voy a referir con un nutricionista y quiero que siga al pie de la letra la lista de alimentos que le recomendará. También quiero que camine por lo menos veinte minutos por día y que me vuelva a ver en un mes.
- Sra. Enríquez -- Sí doctor, no quiero volver a sentirme así. Le voy a confesar que no solo comí mal el día que me internaron sino que ahora que lo pienso, yo ya **había estado** comiendo poco durante toda la semana. Aunque debo admitir que no lo **había hecho** a propósito sino que me pareció lógico ingerir menos alimentos.
- Dr. Núñez -- Su razonamiento no está del todo errado, pero a veces hay que saber qué alimentos disminuir y cuáles aumentar, por eso el nutricionista la ayudará.
- Sra. Enríquez -- Muchas gracias doctor.

### Vocabulario útil

los malestares	discomfort
corroborar	verify
al pie de la letra	word by word
erradoa	mistaken
disminuir	to diminish
aumentar	to increase

## Actividades

**15. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Cuántos días habían pasado desde que dieron de alta a la Señora Enríquez hasta que vio al Doctor Núñez?

---

---

2. ¿Qué había comido la Señora Enríquez el día que la internaron?

---

---

3. ¿Por qué el Doctor Núñez recomienda a la Señora Enríquez ir con un nutricionista?

---

---

## Actividades de pre-lectura

**16. Conteste las siguientes preguntas.** Después, en grupos, comparen sus respuestas.

1. ¿Cuál cree usted que sea la causa principal de defunciones en México actualmente?

---

---

2. ¿Cuál cree que sea la esperanza promedio de vida en México actualmente?

---

---

**17. Para pensar y discutir.** En grupos, comparen sus respuestas. ¿Piensan igual? ¿Por qué sí o por qué no? Piensen en dos argumentos para defender su posición.

---

---

### Vocabulario útil de la lectura

el desarrollo	development
la muestra	shows
las defunciones	deaths
la disminución	reduction
la tasa	rate
el promedio	average
la esperanza de vida	life expectancy
prestan	provide
incluye, comprende,	includes
abarca tales como	(synonyms) such
la capacidad de pago	as



## LECTURA



### La salud en México

El sistema de salud mexicano tiene más de 70 años. En 1943 se crearon la Secretaría de Salubridad y Asistencia (SSA; llamada hoy en día Secretaría de Salud), el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y el Instituto Infantil de México.

#### Desarrollo demográfico

El desarrollo **demográfico** en México con respecto al área de la salud **muestra** un descenso en el índice de mortalidad de 27 muertes por cada 1,000 habitantes en 1930 a 4.9 por cada 1,000 habitantes en 2008. De igual manera, las causas de muerte en México **han cambiado**. En 1940 la causa principal de muertes eran las infecciones gastrointestinales. En cambio, hoy día, la diabetes mellitus es la causa principal de **defunciones** en hombres y mujeres en todo el país y su prevalencia en adultos es de 14.4%, una de las más altas del mundo. También ha habido una **disminución** en la **tasa** de fecundidad. En los años sesenta, el número **promedio** de hijos por mujer en edad reproductiva era de siete (7); en 2008, bajó a un promedio de 2.1. De igual manera, en las últimas décadas, se ha manifestado un incremento en la **esperanza de vida**: de 34 años en 1930 a 75.1 años en 2008.

#### Prestadores de servicios

El sistema mexicano de salud tiene tres grupos de prestadores de servicios. El acceso a las instituciones que **prestan** servicios de salud depende de la participación laboral y de las posibilidades de pago de las personas. El primer grupo de prestadores son las instituciones que atienden a la población que no está asegurada, lo que **incluye** a alrededor del 40 % de la población que en su mayoría son personas pobres del campo o de la ciudad. A este grupo lo atiende la Secretaría de Salubridad y Asistencia (SSA) y el programa IMSS-Solidaridad. El segundo grupo lo **comprende** el sector de trabajadores públicos y del estado, que **abarca** más del 50 % de la población. Los trabajadores públicos son atendidos por el IMSS, considerada la institución de salud social más grande en Latinoamérica. Los trabajadores del estado son atendidos por el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) y los miembros del ejército, por su propia institución la Secretaría de Defensa Nacional (SEDENA).

El tercer grupo incluye al sector privado tales como clínicas, hospitales y oficinas médicas localizadas en zonas urbanas y rurales a las que puede acudir cualquier persona con capacidad de pago.

#### Fuentes:

[http://www.salud.gob.mx/apps/htdocs/gaceta/gaceta\\_010702/hoja7.html](http://www.salud.gob.mx/apps/htdocs/gaceta/gaceta_010702/hoja7.html)

[http://bvs.insp.mx/rsp/articulos/articulo\\_e4.php?id=002625](http://bvs.insp.mx/rsp/articulos/articulo_e4.php?id=002625)

## Actividades

### 18. Preguntas de comprensión y analíticas.

1. ¿Qué institución o instituciones atienden a más del 50 % de la población en México?

---

---

2. ¿Cuál era la principal causa de defunciones en México en los años cuarenta y cuál es la causa hoy en día, según la lectura?

---

---

3. ¿Cómo ha cambiado la tasa de fecundidad entre las mujeres de edad reproductiva en la población mexicana?

---

---

- 19. Para pensar y discutir.** En grupos respondan a las siguientes preguntas:  
¿Por qué cree que la causa de defunciones sea diferente ahora a la de los años cuarenta? ¿Por qué ha cambiado la tasa de fecundidad entre las mujeres?  
En grupos, presenten dos argumentos (razones) que respalden o apoyen sus respuesta(s) a estas dos preguntas.

---

---

---

---

---



## Vocabulario del tema

### A. LLEGA LA AMBULANCIA

el disgusto	displeasure/ get upset
apenas	just
la queja	complaint
la camilla	stretcher
los mareos	dizziness
las pastillas	pills
el corazón	heart
el pecho	chest
profundo /a	deep
otra vez	again
una hora	one hour/ an hour
la fecha de hoy	today's date
cansado/a	tired
mareado/a	feeling dizzy
nunca	never
casi	almost
la tele	TV
la presión	blood pressure
aquí	here
los apellidos	last names
el apellido de soltera	maiden name
casado/a	married
la actualidad	nowadays
soltero/a	single
el dolor	pain/ache
la cabeza	head
la presión alta	high blood pressure
desde	since/ago
la cama	bed
el cuerpo	body
la sangre	blood
las palabras	words
los sonidos	sounds
el nacimiento	birth
la tristeza	sadness
el enojo	disappointment

### Verbos

hablar	to speak
acompañar	to go with
quejarse	to complain
sudar	to sweat
dirigirse a	facing to
respirar	to breath
toser	to cough
acostarse	to lie down
viendo (ver)	watching
trasladar	to move

### COGNADOS

tradicionalmente  
actividad  
poros  
común  
aspirina  
medicina  
ambulancia  
palpitaciones  
médico  
información

## Actividades de vocabulario

**2.1 Definiciones** Lea las definiciones y marque si son ciertas o falsas. Corrija las que son falsas.

	Cierto	Falso
1. <b>Nacimiento</b> es el momento en que una persona o animal sale del vientre de su madre, un animal ovíparo sale del huevo o una planta brota de una semilla. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. <b>La camilla</b> es una cama estrecha y portátil que se lleva sobre ruedas. Sirve para transportar enfermos. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. <b>Tristeza</b> es un sentimiento de alegría y con tendencia a reír. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. <b>Una pastilla</b> es una porción pequeña y sólida de una sustancia medicinal de forma generalmente redonda que se puede tragar con facilidad. Es un comprimido. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. <b>Presión sanguínea</b> es la fuerza que ejerce la sangre sobre las manos y la cabeza. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. <b>El corazón</b> es un órgano muscular que impulsa la sangre fuera del cuerpo a través del sistema circulatorio. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. <b>Ambulancia</b> es un vehículo que trasporta doctores y enfermeras a su trabajo. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. <b>Dolor</b> se refiere a la sensación agradable causada por lesiones o enfermedades. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. <b>Presión alta</b> es la fuerza (más alta de lo normal) que ejerce la sangre sobre las paredes de los vasos sanguíneos. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. <b>El apellido</b> de soltera es el apellido de la mujer después de que se casa. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 2.2 Lo que le pasó a la señora Luisa.

Llene las líneas del párrafo con las palabras del vocabulario del tema que correspondan según el contexto.

**Nota:** El párrafo está relatando la historia de lo que le pasó a la señora Luisa.

A la señora Luisa le dieron unos \_\_\_\_\_ muy fuertes y su hija tuvo que llamar a la \_\_\_\_\_ . Cuando los \_\_\_\_\_ llegaron le preguntaron si había tenido un \_\_\_\_\_ pero ella les dijo que no. Al parecer, se le olvidó tomar las \_\_\_\_\_ que le controlan la \_\_\_\_\_ .

Para asegurarse de que Luisa no corría peligro, la subieron a la \_\_\_\_\_ y la \_\_\_\_\_ al hospital para que la revisara un \_\_\_\_\_ . Su hija la \_\_\_\_\_ al hospital.

## Vocabulario del tema

### B. EN LA SALA DE URGENCIAS

el pecho	chest
la bata	robe
complete	
la piel	skin
las señales	signals
el cansancio	tiredness
el dolor	pain
lento/a	slow
la tierra de nadie	no man's land
el castigo	punishment
la jerarquía	hierarchy
bélicos/ as	warlike, military
el caldero de avances	source of progress (not literal)
dieron paso	cleared the way
se careció	lacked
el terremoto / sismo	earthquake
las cifras oficiales	official number/s
la guerra	war
la pérdida	loss
venirse abajo	to fall
la falta	lack
el campo	field
el rescate	rescue
disponía	had
la capacitación	training
inesperado /a	unexpected
los lesionados	injured
los auxiliares	assistants / helpers
los discapacitados	hándicap
acreditado/ a	accredited
las vías intravenosas	intravenous lines
una gama amplia	wide range
las recetas	prescriptions/ récipes
docento médico	supervising doctor
las células	cells
el seno	breast
el pulmón	lung

### Verbos

examinar	to examine
terminar	to finish/ to
alcanzar	to reach
fallecer	to die
enfrentar	to face
aprobar	to pass / to approve
invadir	to invade
reducir	to reduce

### Cognados

colón
recto
tiroides
endometrio
palpitaciones
signos vitales
electrocardiograma
parches
pionero
consecuencia
trauma
infraestructura
geriatría
psiquiatría
osteópatas
transporte
leucemia
antecedente
incurable
pólipos
alojamiento
órganos
próstata
páncreas
uterino

## Vocabulario del tema

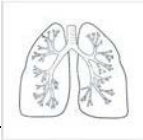




### B. EN LA SALA DE URGENCIAS

el riñon	kidney
el hígado	liver
el estómago	stomach
la vejiga	bladder
el linfoma	lymphoma
las lámparas solares	sunlamps
el cuello uterino	cérvix

### Actividades de vocabulario

#### 2.3 Relacionar lo visual con el vocabulario.

A la derecha de cada dibujo escriba el nombre de cada órgano del cuerpo humano

## 2.4 Vocabulario en contexto.

Indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero.

	Cierto	Falso
1. El castigo es el resultado de una acción mala. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Un sinónimo de <b>terremoto</b> es la palabra <b>piel</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. El término <b>bélico</b> se refiere a la paz. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Una persona <b>lenta</b> es alguien que tiene mucha velocidad. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. El <b>dolor</b> es por lo general la causa de una enfermedad. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. La <b>capacitación</b> es necesaria para todo trabajo de salud. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. El <b>corazón</b> está en el <b>pecho</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. El <b>estómago</b> está en el <b>cuello uterino</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Vocabulario del tema

### C. UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS

todavía	still
borroso/a	blurry
está confundida	s/he's confused
nunca	never
entre	between
mientras	meanwhile
aunque	even though
los dulces	Candy
el huevo	egg
anoche	last night
la última vez	last time
la muestra de sangre	blood simple
el nivel	level
la orina	urine
el azúcar	sugar

### VERBOS

internar	to admit
ver	to see
he visto	have seen
salir	to go out
he salido	has gone out
tener	to have
he tenido	to have had
visitar	to visit
ha visitado	has visited
padecer	to suffer
he padecido	has suffered
aumentar	to gain
ha aumentado	has gained
normalizar	to normalize
ha normalizado	has normalized
recomendar	to recommend
monitorear	to monitor

### COGNADOS

la hipoglicemia  
el electrocardiograma  
la glucosa  
la diabetes  
normal  
posible  
el endocrinólogo

## Actividades

### 2.5. Vocabulario en contexto.

Indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero.

	Cierto	Falso
1. Una visión borrosa significa que se puede ver muy bien. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Las personas con diabetes tienen un nivel alto de azúcar en la sangre. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. La hipoglicemia es cuando el nivel de azúcar ha subido mucho. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Decir <b>anoche</b> se refiere a <b>esta noche</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Las personas con diabetes no necesitan dar muestras de sangre nunca. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 2.6 ¿Qué ha hecho usted para estar saludable?

Está llenando el historial clínico de la Sra. Treviño, una paciente con diabetes y presión arterial alta. Necesita cuáles medidas ha tomado para mantener su salud. Use verbos y otro vocabulario de este tema para hacerle cinco preguntas con el **presente perfecto**. Siga el modelo y use la segunda persona singular **usted**. Después, trabaje con un compañero y tomen turnos para hacerse las preguntas que escribieron.

Modelo: ¿Ha visitado a su médico recientemente?

---

---

---

---



## Vocabulario del tema

### D. SEGUIMIENTO DEL PACIENTE DADO DE ALTA

Los malestares	discomfort
Al pie de la letra	word by word
El desarrollo	development
La muestra	shows
Las defunciones	deaths
La esperanza de vida	life expectancy
Incluye / comprende/ abarca	includes
Tales como...	such as
La capacidad de pago	ability to pay
El promedio	average
La tasa	rate
La disminución	reduction
Demográfico	demographic
El índice de mortalidad	death rate
La fecundidad	fertility
Los prestadores de servicios	service providers
Alrededor	around
Abarca	covers / includes

### VERBOS

disminuir	to diminish
aumentar	to increase
corroborar	to verify
manifestar	to manifest
prestar	to provide

### COGNADOS

Gastrointestinal	gastrointestinal
La prevalencia	prevalence
Las décadas	decades

## Actividades de vocabulario

**2.7 ¿Cómo ha estado su salud?** Necesita escribir un reporte de lo que **ha hecho** su paciente, el Sr. González, desde su última visita. Escriba una oración con cada una de las siguientes palabras o frases:

**Promedio**

---

**Al pie de la letra**

---

**Disminuir**

---

**Malestares**

---

**Desarrollo**

---

**Prevalencia**

---

**Corroborar**

---

**Prestadores de servicios**

---

**2.8 Traducciones en contexto.** Trabaje con un/a compañero/a y traduzca las siguientes oraciones.

1. Life expectancy has increased over the last century.

---

2. The death rate declined in Mexico.

---

3. The healthcare system in Mexico has three groups of service providers.

---

4. Your health service provider is determined according to your ability to pay.

---

5. Mrs. Enríquez, please follow these instructions word by word.

---

## 2.1 Narraciones en el pasado: ¿Cuánto tiempo hace que...?

En esta sección, se van a presentar varias expresiones de tiempo que comunican que ha transcurrido un plazo de tiempo desde que un evento comenzó:

1. *¿Cuánto tiempo hace que* tiene palpitaciones?
2. *¿Hace cuánto tiempo que* tiene palpitaciones?
3. *Hace* una semana.
4. *¿Cuándo comenzó* a toser?

❖ *Para preguntar* cuánto tiempo un paciente ha tenido un síntoma o una condición, se puede usar una de las siguientes estructuras con el verbo **hacer**:

➤ *¿Cuánto tiempo hace que + frase verbal?*

**Ejemplos:** *¿Cuánto tiempo hace que + tiene mareos?*  
*¿Cuánto tiempo hace que + padece de la presión alta?*

➤ *¿Hace cuánto tiempo que + frase verbal?*

**Ejemplos:** *¿Hace cuánto tiempo que + tiene mareos?*  
*¿Hace cuánto tiempo que + padece de la presión alta?*

❖ Otra expresión de tiempo incluye la siguiente estructura con la pregunta **cuándo**:

➤ *¿Cuándo comenzó + con + síntoma(s)?*

**Ejemplos:** *¿Cuándo comenzó con la presión alta?*  
*¿Cuándo comenzó con la tos?*

❖ **Para contestar** cuánto tiempo ha padecido de un síntoma o una condición, se pueden usar las siguientes estructuras. Note que el verbo (subrayado) de la frase verbal puede estar en varios tiempos:

➤ **Hace + período de tiempo + que + frase verbal**

**Ejemplos:** *Hace + dos días + que + tengo fiebre.* (presente)

*Hace + tres años + que + padezco de presión alta.* (presente)

*Hace + una semana + que + comencé con la tos.* (pretérito)

*Hace + varios años + que + tenía cataratas.* (imperfecto)

*Hace + varios años + que + he tenido diabetes.* (presente perfecto)

## Ejercicios

**2.9 ¿Hace cuánto tiempo?** Usted es un/a enfermero/a y está tomando el historial clínico de la paciente. Un compañero va a hacer el papel de la paciente, la señora Enríquez de Goitia, quien ha sido ingresada al hospital. La siguiente forma muestra los síntomas que la señora Enríquez de Goitia ha experimentado en los últimos seis meses. Usted necesita saber cuánto tiempo exactamente lleva con estos síntomas y qué medicamentos toma y desde hace cuánto tiempo. Puede usar una de las estructuras vistas: *¿Cuánto tiempo hace que...?*, *¿Hace cuánto tiempo que...?* o *¿Cuándo comenzó con...?* Anote sus respuestas en donde dice "Explique" en la segunda página.

HISTORIAL CLÍNICO DEL PACIENTE (llenar en letra de molde)			
Fecha _____ Cuarto: _____ Sala: _____ Número de expediente: _____			
Nombre completo del paciente _____			
		Apellido(s)	Nombre
Fecha de nacimiento: _____		Sexo: _____	Edad: _____
Motivo de la hospitalización: _____		Segundo nombre	
Motivo de su visita: _____		Ocupación: _____	
<b>Síntomas o condiciones que han ocurrido en los últimos seis meses. Marque los que se han padecido</b>			
Bienestar general		Osteomuscular	
<input checked="" type="checkbox"/> Fatiga/Debilidad		<input type="checkbox"/> Dolor de articulaciones	
<input type="checkbox"/> Fiebre		<input type="checkbox"/> Artritis	
<input type="checkbox"/> Pérdida de apetito		<input type="checkbox"/> Dolor de espalda / Cirugía	
<input type="checkbox"/> Aumento de peso		<input type="checkbox"/> Padecimientos musculares	
<input type="checkbox"/> Pérdida de peso		<input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____	
Aparato Digestivo		Cardiovascular	
<input type="checkbox"/> Dolor abdominal		<input checked="" type="checkbox"/> Ritmo cardíaco anormal	
<input type="checkbox"/> Acidez estomacal / Agruras		<input type="checkbox"/> Dolor en el pecho	
<input type="checkbox"/> Diarrea		<input checked="" type="checkbox"/> Presión sanguínea alta	
<input type="checkbox"/> Constipación		<input type="checkbox"/> Ataque cardíaco. Fecha _____	
<input type="checkbox"/> Vómito		<input type="checkbox"/> Cirugía cardíaca. Fecha _____	
<input type="checkbox"/> Úlcera		<input type="checkbox"/> Usa Marcapasos	
<input type="checkbox"/> Padecimientos Intestinales		<input type="checkbox"/> Angiograma	
<input type="checkbox"/> Padecimientos Hepáticos (del Hígado)		<input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____	
<input type="checkbox"/> Dificultad para pasar alimentos			
<input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____			

<b>Neurológico</b> <input checked="" type="checkbox"/> Mareos <input type="checkbox"/> Convulsiones <input checked="" type="checkbox"/> Dolores de Cabeza o Migrañas <input checked="" type="checkbox"/> Amnesia o Confusión <input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____	<b>Respiratorio</b> <input checked="" type="checkbox"/> Dificultad para respirar <input type="checkbox"/> Asma <input type="checkbox"/> Enfisema pulmonar
<b>Endocrinológico</b> <input type="checkbox"/> Diabetes <input type="checkbox"/> Colesterol Alto <input type="checkbox"/> Glándula del Tiroides <input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____	<b>Urinario</b> <input type="checkbox"/> Incontinencia <input type="checkbox"/> Cálculos renales <input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____
<b>Siquiátrico</b> <input type="checkbox"/> Ansiedad <input type="checkbox"/> Depresión <input type="checkbox"/> Otro padecimiento _____	

**HISTORIAL CLÍNICO DEL PACIENTE (continúa)**

Fecha: \_\_\_\_\_ Cuarto: \_\_\_\_\_ Sala: \_\_\_\_\_ Número de expediente: \_\_\_\_\_

Nombre completo del paciente \_\_\_\_\_

	Apellido(s)	Nombre	Segundo nombre
--	-------------	--------	----------------

Medicamentos: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Explique: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 2.2 Hablar del futuro: Ir + a + infinitivo.

❖ **Futuro perifrástico:** Este tiempo se forma con el verbo *ir* 'to go' para explicar algo que se va a hacer en un futuro. La estructura del futuro perifrástico es la siguiente:

➤ *Ir (conjugado) + a + Verbo en infinitivo*

**Ejemplos:** *Voy a tomarle la presión*

*La auxiliar va a hacerle un electrocardiograma*

➤ La siguiente tabla presenta la conjugación del verbo *ir* en el presente:

Sujeto	Ir
Yo	Voy
Tú	Vas
Usted, él / ella	Va
Nosotros	Vamos
Vosotros	Vais
Ustedes, ellos / ellas	van



## Ejercicios

### 2.10 Su compañero y usted van al extranjero.

Es la primera vez que viajan fuera del país, así que han hecho un plan con una lista de todos los preparativos para su viaje. Ahora están verificando lo que falta por hacer. Complete las siguientes oraciones con la forma del **futuro perifrástico** del verbo en '**negritas**' (*boldface*) en la pregunta anterior. Recuerde conjugar el verbo **ir** de acuerdo al sujeto correspondiente. Compare sus respuestas con un compañero. El ejemplo 1 se presenta como modelo:

1. Esteban: Tu pasaporte, ¿ya lo **sacaste**?  
Carlos: No. Lo **voy a sacar** mañana. ¿Y los boletos de avión? ¿ya los **compraste**?
2. Esteban: No, todavía. Los \_\_\_\_\_ esta noche.  
Carlos: Y las reservaciones del hotel, ¿ya las **hiciste**?
3. Esteban: No, las \_\_\_\_\_ esta noche, también.
4. Carlos: ¿Y **fuiste** al banco? Necesitamos pesos para México y soles para Perú.  
Esteban: Es cierto. \_\_\_\_\_ esta tarde. ¡Necesitamos **ponernos** las vacunas!
5. Carlos: ¡Claro! ¿Por qué no nos las \_\_\_\_\_ en la clínica.  
Esteban: Me parece bien. Creo que vamos bien. Podemos **revisar** nuestra lista otra vez más tarde. ¿Te parece?
6. Carlos: Sí, \_\_\_\_\_ la lista el fin de semana.



## 2.3 Narraciones en el pasado: pretérito e imperfecto.

En español, el pretérito y el imperfecto se combinan para narrar en el pasado. Cada tiempo tiene una función distinta en la narración.

- ❖ El **pretérito** se usa normalmente para avanzar la trama de la narración y para enfatizar que un evento se ha terminado.

**Ejemplo:** Esta mañana, **me levanté**, **me lavé** la cara y los dientes. Después **bajé** a la cocina para prepararme un café y **prendí** el calentador.

- La conjugación de los verbos regulares en el **pretérito** se ve en la siguiente tabla:

	Verbos -ar	Verbos -er	Verbos -ir
	<u>respirar</u>	<u>beber</u>	<u>asistir</u>
yo	respiré	bebí	asistí
tú	respiraste	bebiste	asististe
él / ella, usted	respiró	bebió	asistió
nosotros	respiramos	bebimos	asistimos
vosotros	respirasteis	bebisteis	asististeis
ellos, ellas, ustedes	respiraron	bebieron	Asistieron

- La pregunta **¿Qué hizo...?** se usa con el verbo *hacer* en el **pretérito**, al preguntar sobre eventos en una secuencia de eventos que se supone ya han terminado.  
**Ejemplo:** Pregunta: **¿Qué hizo** después de que comenzó a sentir mareos? Respuesta: Después de que **comencé** a sentir mareos, me senté.

- La conjugación de los verbos irregulares en el pretérito está en las siguientes tablas:

	<b>estar</b>	<b>tener</b>	<b>poder</b>	<b>poner</b>	<b>saber</b>
	(to be)	(to have)	(to be able)	(to put)	(to know)
yo	estuve	tuve	pude	puse	supé
tú	estuviste	tuviste	podiste	pusiste	supiste
él / ella, usted	estuvo	tuvo	pudo	puso	supo
nosotros	estuvimos	tuvimos	podimos	pusimos	supimos
vosotros	estuvisteis	tuvisteis	podisteis	pusisteis	supisteis
ellos/ellas, ustedes	estuvieron	tuvieron	podieron	pusieron	supieron

	<b>hacer</b>	<b>querer</b>	<b>venir</b>	<b>decir</b>	<b>traer</b>
	(to do/to make)	(to want)	(to come)	(to say/to tell)	(to bring)
yo	hice	quise	vine	dije	traje
tú	hiciste	quisiste	viniste	dijiste	trajiste
él / ella, usted	hizo	quiso	vinó	dijo	trajo
nosotros	hicimos	quisimos	vinimos	dijimos	trajimos
vosotros	hicisteis	quisisteis	vinisteis	dijisteis	trajisteis
ellos/ellas, ustedes	hicieron	quisieron	vinieron	*dijeron	*trajeron

\*Recuerden que la terminación de las formas “ustedes” y “ellos/ellas” de los verbos ‘decir’ y ‘traer’ es –eron (not –ieron).

- En la siguiente tabla se presenta la conjugación de los verbos **dar**, **ser** e **ir** en el pretérito.

	<b>Dar</b>	<b>Ser/ir</b>
	(to give)	(to be/ to go)
Yo	Di	Fui
Tú	Diste	Fuiste
Él, ella, usted	Dio	Fue
Nosotros	Dimos	Fuimos
Vosotros	Disteis	Fuisteis
Ellos, ellas, ustedes	Dieron	Fueron

- Noten que el pretérito de los verbos **ser** e **ir** es igual. El contexto distinguirá de qué verbo se trata.

**Ejemplos:** Ellos **fueron** a la playa el fin de semana pasado. (**ir**)  
Ellos **fueron** muy inquietos de niños. (**ser**)

❖ El **imperfecto** tiene varias funciones.

- Se usa para expresar eventos habituales en el pasado.

**Ejemplos:** Mis padres me **llevaban** a la playa todos los veranos.  
En México, **comía** tortillas de maíz todos los días.

- En narraciones, el imperfecto se usa para dar el contexto de la narración; es decir, se usa para describir el clima, la hora, un estado físico o emocional en el pasado.

**Ejemplo:** Esta mañana, me levanté, me lavé la cara y los dientes. *Me sentía* un poco cansada y *tenía* mucho sueño, así que bajé a la cocina para prepararme un café. La cocina **estaba** fría por eso prendí el calentador.

- El imperfecto también se usa para comunicar lo que se **estaba haciendo** en un momento dado en el pasado.

**Ejemplo:** **Estaba cenando** cuando sonó el teléfono.  
Ella **estaba mirando** la televisión mientras su esposo **estaba leyendo**.

- La conjugación de los verbos regulares en el **imperfecto** se ve en la siguiente tabla:

	<b>Verbos -ar</b>	<b>Verbos -er</b>	<b>Verbos -ir</b>
	<b>respirar</b>	<b>padecer</b>	<b>asistir</b>
yo	respiraba	padecía	asistía
tú	respirabas	padecías	asistías
él / ella, usted	respiraba	padecía	asistía
nosotros/as	respirábamos	padecíamos	asistíamos
vosotros/as	respirabais	padecíais	asistíais
ellos, ellas, ustedes	respiraban	padecían	asistían

- Solamente hay tres verbos irregulares en el imperfecto. Son verbos que se usan frecuentemente.

	<b>ser</b>	<b>ver</b>	<b>ir</b>
yo	era	veía	iba
tú	eras	veías	ibas
él / ella, usted	era	veía	iba
nosotros	éramos	veíamos	íbamos
vosotros	erais	veíais	ibais
ellos, ellas, ustedes	eran	veían	iban

- La pregunta **¿Qué hacía...?**, con el verbo *hacer* en el **imperfecto**, se usa al preguntar sobre eventos habituales en el pasado o eventos que ocurrían al mismo tiempo que otro evento.

**Ejemplo:** *Pregunta: ¿Qué hacía cuando comenzó a sentir mareos?*

*Respuesta: Cuando comencé a sentir mareos, **preparaba / estaba preparando** la cena.*

*Pregunta: ¿Qué hacías de niña para prevenir las bajas del nivel*

*de azúcar? Respuesta: De niña, siempre **llevaba** un dulce conmigo para tomármelo tan pronto me **bajaba** el azúcar.*

- ❖ **Una narración en el pasado.** Como se vio antes, el pretérito (en rojo en los ejemplos) avanza la trama de la narración por medio de una secuencia de eventos, mientras que el imperfecto (en azul) ayuda a dar contexto.

**Ejemplos:** Esta mañana, **me levanté**, **me lavé** la cara y los dientes. **Me sentía** un poco cansada y **tenía** mucho sueño, así que **bajé** a la cocina para prepararme un café. La cocina **estaba** fría, así que **prendí** el calentador.

Hoy **regresé** a casa a las 8 de la noche; **abrí** la puerta y **noté** que se la casa **se sentía** muy caliente así que **puse** el aire acondicionado a toda marcha. Yo **estaba** muerta. **Me metí** a la cama sin cenar y **me quedé** bien dormida.



### 2.4 Narraciones en el pasado: El presente perfecto

❖ En esta sección se va a presentar el uso del **presente perfecto** para expresar eventos en el pasado.

- Una de las funciones más comunes del presente perfecto es expresar una acción que comenzó en el pasado y que tiene relevancia en el presente.

**Ejemplo:** Ya **he analizado** los exámenes de sangre y de orina de la paciente, pero todavía **no he escrito** el reporte en su expediente.

- En algunos dialectos del español, el **presente perfecto** se usa en lugar del pretérito. De esta manera, las siguientes oraciones comunican la misma información de un evento que se terminó en el pasado. De hecho, el uso del adverbio **ya** en este caso sirve para enfatizar que el evento ha concluido:

**Ejemplo:** ¿Ya **has comido**? o ¿Ya **comiste**?  
Ya **hemos visto** esa película o Ya **vimos** esa película  
Ya **hemos estudiado** hoy o Ya **estudiamos** hoy

- Sin embargo, si el evento no se completó en el pasado, solamente se puede usar el **presente perfecto** para enfatizar la relevancia del evento en el presente. El pretérito en este contexto no es posible, como se ve en los siguientes ejemplos:

**Ejemplo:** ¿Ya **has comido**? o Sí, ya **he comido** o Sí, ya **comí**  
No, **no he comido** (\*No, **no comí**)

Ya **he analizado / analicé** los exámenes de sangre y de orina de la paciente, pero todavía **no he escrito** (\*no **escribí**) el reporte en su expediente.

- **Nota:** El asterisco (en \*no, **no comí** o en \*no **escribí**) indica que estas formas no son aceptadas en el habla formal



- La conjugación en el **presente perfecto en el indicativo** de los verbos regulares se ve en la siguiente tabla:

	<b>Verbos -ar</b>	<b>Verbos -er</b>	<b>Verbos -ir</b>
	<b>respir<u>a</u>r</b>	<b>bebe<u>r</u></b>	<b>asist<u>i</u>r</b>
yo	he analizado	he bebido	he asistido
tú	has analizado	has bebido	has asistido
usted	ha analizado	ha bebido	ha asistido
él / ella	ha analizado	ha bebido	ha asistido
nosotros	hemos analizado	hemos bebido	hemos asistido
vosotros	han analizado	han bebido	han asistido
ustedes	han analizado	han bebido	han asistido

## Ejercicio

### 2.14 ¿Cómo has estado?

Complete las siguientes oraciones con la forma correcta del presente perfecto: Ojo, algunas oraciones tienen la opción de usar el pretérito. Consulte con un/a compañero/a en caso de tener dudas.

- Hola Jorge, ¿cómo te \_\_\_\_\_ (sentir), mejor?  
- Sí, me \_\_\_\_\_ (sentir) mejor.  
- \_\_\_\_\_ (hacer) la cita con el cardiólogo?  
- No, no la \_\_\_\_\_ (hacer) todavía.
- Claudia y Esther \_\_\_\_\_ (estudiar) toda la noche para el examen de biología. Ellas tienen que rendir con un profesor que \_\_\_\_\_ (dar) cátedras por más de cuarenta años y tiene mucho conocimiento del tema.
- Mirta, ¿ya \_\_\_\_\_ (tomar) tu medicina?  
- No, todavía no la \_\_\_\_\_ (tomar)
- El jugo de fruta natural siempre \_\_\_\_\_ (ser) mejor que el que uno compra en el supermercado. Mi mamá siempre me \_\_\_\_\_ (consentir) desde niña con jugo recién extraído de la fruta.
- Antes, el médico iba a tu casa cuando estabas enfermo; las cosas \_\_\_\_\_ (cambiar) mucho hoy en día.
- Claudia, ¿cómo te \_\_\_\_\_ (ir) en los exámenes este semestre?  
- No me \_\_\_\_\_ (ir) mal, pero tampoco \_\_\_\_\_ (sacar) notas. Honestamente, \_\_\_\_\_ (tener) mejores semestres.

## 2.5 Narraciones en el pasado: El pluscuamperfecto

- ❖ El **pluscuamperfecto** se usa para expresar una acción que ya había pasado antes que otra en el pasado.

**Ejemplos:** Ya *había terminado* de tomarle sangre para cuando tú llegaste.

Nunca antes la *habían visto* en esas condiciones.

- El **pluscuamperfecto en el indicativo** de los verbos regulares se ve en la siguiente tabla:

	Verbos -ar	Verbos -er	Verbos -ir
	<u>respirar</u>	<u>beber</u>	<u>asistir</u>
yo	había analizado	había bebido	había asistido
tú	habías analizado	habías bebido	habías asistido
usted	había analizado	había bebido	había asistido
él / ella	había analizado	había bebido	había asistido
nosotros	habíamos analizado	habíamos bebido	habíamos asistido
vosotros	habíais analizado	habíais bebido	habíais asistido
ustedes	habían analizado	habían bebido	habían asistido
ellos/ellas	habían analizado	habían bebido	habían asistido

- Observen que para formar el **pluscuamperfecto en el indicativo**, se usa el verbo **haber** en el imperfecto (e.g., *había, habías*, etc.).
- El participio pasado de los verbos irregulares se ve en la siguiente tabla:

<b>abrir</b>	abierto	<b>poner</b>	puesto
<b>cubrir</b>	cubierto	<b>responder</b>	respondido
<b>decir</b>	dicho	<b>resolver</b>	resuelto
<b>escribir</b>	escrito	<b>romper</b>	roto
<b>hacer</b>	hecho	<b>ver</b>	visto
<b>morir</b>	muerto	<b>volver</b>	vuelto

## Ejercicio

### 2.15 Un juego amistoso.

Un/a compañero/a y usted van a jugar al Ta-Te-Ti (o **Gato** en otros países). Tomen turnos para escoger una sección y conjugar los siguientes verbos en el pluscuamperfecto. Si contestan correctamente pongan O o X. Gana quien tenga tres caracteres en una línea horizontal, vertical o diagonal.

Franco y Claudia (estudiar) enfermería antes de hacer la carrera de medicina	Juan no (tener) oportunidad de ver al médico	Los estudiantes (salir) muy bien en los exámenes hasta el año pasado
Ustedes (arreglar) las citas de la semana antes que la secretaria	Ellos y yo (ir) al mismo médico sin darnos cuenta	Yo (llegar) al hospital antes de que naciera mi hermano.
Ellas (preparar) la oficina para los pacientes	El Doctor López siempre (querer) trabajar en pediatría	¿Usted (poder) evaluar la radiografía antes de ver al paciente?

## 2.6 Expresiones Indefinidas y Negativas

En español las palabras indefinidas y negativas se usan de manera similar al inglés, aunque hay diferencias importantes. La más importante es que **en español sí se permite la doble negación**. Por ejemplo: En inglés es incorrecto decir *\*I don't like nothing*; sin embargo, en español, es gramaticalmente correcto decir *No me gusta nada*.

✦ A continuación se presenta una tabla con palabras indefinidas y negativas en español.

Expresiones Indefinidas y Negativas	
Indefinidas	Negativas
<b>alguna vez</b> <i>sometime, ever</i>	<b>nunca, jamás</b> <i>never, ever</i>
<b>Siempre</b> <i>always</i>	
<b>También</b> <i>also, too</i>	<b>Tampoco</b> <i>neither, either</i>
<b>Algo</b> <i>something, anything</i>	<b>Nada</b> <i>nothing, anything</i>
<b>Alguien</b> <i>someone, somebody, anybody</i>	<b>Nadie</b> <i>no one, nobody</i>
<b>Alguno</b> <i>something, anything</i>	<b>Ninguno</b> <i>none, neither</i>
<b>Cualquiera</b> <i>any, whatever</i>	
<b>o</b> <i>or</i>	<b>ni</b> <i>nor</i>
<b>o... o</b> <i>either... or</i>	<b>ni...ni</b> <i>neither... nor</i>

## ❖ Alguno y Ninguno (*some, any, none*)

- **Alguno** concuerda en género y en número con el sustantivo que modifica (igual que los adjetivos).

**Ejemplos:** *Algunos* niños son más inquietos que otros.

Quiero comprar *algunos cuadros*.

¿Hay *alguna mesa* disponible?

¿Hay *algún problema*?

- **Ninguno** solamente concuerda en género con el sustantivo que modifica. No tiene plural excepto con sustantivos que normalmente se usan en plural.

**Ejemplos:** *Ninguna* niña se quedó sin participar.

*Ninguno* de ellos habla inglés.

No encuentro *ningunos* tenis que me gusten.

- Cuando **alguno o ninguno** se refieren a una persona en forma de *objeto directo*, se escribe la preposición **a** antes de las expresiones: **alguno y ninguno**.

**Ejemplos:** Hoy no he recibido **a ningún** paciente.

No he visto **a ninguno** de mis doctores todavía.

¿Conoce **a alguien** que pueda ayudarle?

**Nota:** Esta regla también se aplica a las expresiones **alguien y nadie**.

- Cuando las palabras **alguno o ninguno** se refieren a un sustantivo en forma de *objeto indirecto*, se escribe la preposición **a** antes de las expresiones: **alguno y ninguno**.

**Ejemplos:** ¿**A nadie** le gustó la nueva póliza de seguro?

**A algunos** de mis pacientes no les gusta hacer ejercicio.

## ❖ Nunca y Jamás (*never, ever*)

- Aunque las dos expresiones se usan para expresar *never*, **nunca** se usa más frecuentemente que **jamás**. Generalmente, **jamás** se usa para dar énfasis. Es común escuchar la frase: **nunca jamás** para crear un énfasis especial y más definitivo.

**Ejemplos:** **Nunca** he estado hospitalizada.

¡**Jamás** regresaré a ese hospital!

La enfermera se portó tan groseramente que **nunca jamás** regresaré a esa clínica.

- En algunos países de habla hispana, las expresiones **jamás y alguna vez** se usan para expresar *ever* al usarse para hacer preguntas. En general, se usa **jamás** cuando la respuesta que se espera es negativa. En cambio, con **alguna vez** no se sabe si la respuesta será afirmativa o negativa.

**Nota:** En la mayoría de las veces se usa la expresión **nunca** (*ever*) con más frecuencia que **jamás**, cuando la respuesta que se espera es negativa.

**Ejemplos:** A. -- ¿Escuche bien? ¡**Jamás** has comido una hamburguesa?

B -- Así es, **nunca** he comido hamburguesas.

A. -- ¡**Nunca** había conocido a alguien que **jamás** hubiera comido una hamburguesa!

B. -- ¿**Alguna vez** has comido “hot dogs”?

A. -- No, nunca. o Sí, los comí una vez de niña.

### Nota 2.3

Para indicar una sugerencia es común iniciar una pregunta con la palabra **no**.

**Ejemplos:**

-¿**No** quieres ir al gimnasio? *Do you want to go to the gym?*

-¿**No** te gustaría ir a la playa? *Would you like to go to the beach?*

Para suavizar mandatos es común terminar una oración con la palabra **no**.

**Ejemplos:**

-Ya vámonos, ¿**no**? *Let's go!*

-Apúrate, ¿**no**? *Hurry up!*

## ❖ No

- La expresión **no** se usa antes del verbo.

**Ejemplo:** No quiero ir al dentista

**No necesitas** tomar esa medicina todos los días.

- La expresión **no** se omite si ya existe otra expresión negativa antes del verbo.

**Ejemplos:** Yo **tampoco** quiero ir al dentista.

Mi abuelito **nunca** ha tenido que ir a ver un doctor. Es muy saludable.

- Si hay un pronombre de objeto directo, indirecto o reflexivo, la palabra **no** se escribe antes del pronombre.

**Ejemplos:** ¿Mi tarjeta de seguro médico? **No la** he recibido.

Parece que **no se** peina.

- En el caso de doble negación, la expresión **no** va antes del verbo o antes de un pronombre.

**Ejemplos:** **No** he visto a **nadie**.

**No la** viste **tampoco**, ¿verdad?

Parece que **no se** peina **nunca**.

## ❖ Cualquiera (*any, whatever*)

- Puede usarse como adjetivo o pronombre. Si se usa como adjetivo antes de un sustantivo singular, es necesario usar la forma corta: **cualquier** en vez de **cualquiera**.

**Ejemplos:**

~~-Cualquiera~~ estudiante puede ir a Costa Rica.

**Cualquier** estudiante puede ir a Costa Rica.



## Ejercicio

### 2.16 ¡Nunca jamás!

Use expresiones indefinidas o negativas para completar las siguientes oraciones. Algunas oraciones pueden tener más de una expresión posible.

1. A pesar de que la familia Cota tiene dos hijos que sufren de depresión, \_\_\_\_\_ han buscado ayuda psicológica.
2. ¿Conoce a \_\_\_pediatra que pueda atender a mi niño?
3. \_en mi familia ha tenido cáncer.
4. No he visto \_\_\_\_\_ resultado con el tratamiento que me dio.
5. ¿\_\_\_\_\_ ha tenido problemas cardiacos en su familia?
6. Si necesita comunicarse conmigo, puede llamarme a \_\_\_\_\_ de estos teléfonos.
7. \_\_\_\_\_ debe comer \_\_\_\_\_ carbohidratos azúcares si quiere controlar su peso.
8. \_\_\_\_\_ vas al gimnasio \_\_\_\_\_ sales a caminar todos los días. Pero tú tienes que hacer \_\_\_\_\_ para mantenerte activa.
9. ¿Ha fumado \_\_\_\_\_?
10. ¡ \_\_\_\_\_ permitiré que mi hija de 15 años tome anticonceptivos!

### 2.17 Ni esto, ni aquello.

Cambie las siguientes expresiones a su forma negativa. Siga el ejemplo.

**Ejemplo:** *Toda* mi familia quiere algo.      Nadie quiere *nada*.

1. A veces camino con alguien \_\_\_\_\_
2. Tengo una pregunta \_\_\_\_\_
3. Alguien tiene diabetes en su familia \_\_\_\_\_
4. Siempre desayuno \_\_\_\_\_
5. Tengo que hacer algo \_\_\_\_\_
6. Algunos saben hablar español \_\_\_\_\_
7. Fumo y bebo alcohol \_\_\_\_\_
8. El ejercicio y la dieta me han ayudado a controlar el colesterol \_\_\_\_\_
9. Alguna vez regresaré a la escuela \_\_\_\_\_
10. Alguien tomó tu bolso \_\_\_\_\_

## 2.18 ¿Cómo se dice?

Traduzca las siguientes oraciones a español:

1. Always eat breakfast. It is the most important meal of the day.

---

2. Someday she would like to go to Europe.

---

3. We are not seeing anyone at the clinic today.

---

4. None of the patients has medical insurance.

---

5. He never sleeps more than four hours.

---

## En resumen

En este capítulo se presentaron situaciones de emergencia como la llegada de la ambulancia a la casa de un paciente, la llegada a la sala de urgencias, la unidad de cuidados intensivos, así como el cuidado de seguimiento a un paciente que ha sido dado de alta. Se presentó también la gramática necesaria para hacer **narraciones en el pasado**.

Use la información de este capítulo y su conocimiento para contestar las siguientes preguntas y después escriba un ensayo con esta información.

1. ¿Cuál es la diferencia entre una sala de emergencias y una clínica de urgencias en los Estados Unidos? ¿Por qué considera necesario que los pacientes conozcan la diferencia? ¿Qué tan difícil cree usted que será que los pacientes se dirijan a una clínica de urgencias para situaciones que no son severas? ¿Por qué? ¿Cómo se podría ayudar a los pacientes a entender si se trata de una urgencia o una emergencia al evaluar su condición considerando que no son expertos?

---

---

---

2. ¿Cuál es la función del Triage en una sala de emergencias?

---

---

---

3. En el siguiente enlace <http://salud.tamaulipas.gob.mx/wp-content/uploads/2012/03/triagedeurgencias.pdf> se presenta información explicando la naturaleza del Triage en la sala de urgencias en Tamaulipas, un estado en México. Explique cuál es la justificación que propone el autor para mejorar el Triage en las salas de urgencias. ¿Qué significa 'urgencia médica real' y 'urgencia médica sentida'. ¿Por qué el autor hace esa diferencia? Explique brevemente lo que es la estrategia SUMAR y los niveles de prioridad de atención.

---

---

---

# Capítulo 3

## La salud mental

### Metas comunicativas

- Recomendar para levantar el ánimo
- Expresar cómo te has sentido
- Expresar si ya había ocurrido o no
- Dar indicaciones
- Expresar que se tiene información: **saber**

### Temas Centrales

- A. Una visita a domicilio
- B. La trabajadora social y la paciente
- C. Un intento de suicidio
- D. Una intoxicación alcohólica
- E. La abstinencia

### Gramática

2.1 Modo: indicativo y subjuntivo

2.2 Tiempos Perfectos: indicativo

2.3 Tiempos Perfectos: subjuntivo

2.4 Mandatos Formales e Informales

2.5 Saber y Conocer

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará temas relacionados a la salud mental como la depresión y el alcoholismo. El estudiante será expuesto a situaciones de visitas a domicilio y de llamadas de emergencia. También se explorará el tema de la salud mental como un tabú en las familias hispanohablantes.

Este capítulo también presenta la función comunicativa de dar **recomendaciones** y se explora la conexión de la gramática (subjuntivo, indicativo e imperativo) con esta meta comunicativa. Otras funciones comunicativas en este capítulo son las de hablar en el pasado, dar órdenes o indicaciones y expresar que se tiene o no información con el verbo **saber**.

Preguntas para considerar

¿Cómo puede aliviar la preocupación del paciente?

¿Cómo diagnosticar el estado del paciente?

¿Qué puede deducir del comportamiento del paciente?

¿Cómo comunicarse con los familiares del paciente?

## A. UNA VISITA A DOMICILIO



### Consulte la gramática 3.1

#### Metas comunicativas: Recomendar para levantar el ánimo

##### Vocabulario útil

Respaldar	to support
Introverso / a	introverted
Preferir	to prefer
La recaída	relapse, setback

##### Nota 3.1

Las familias hispanas son, por lo general, muy unidas. En muchos casos, toda la familia está al tanto de la situación especial de algún miembro en específico y se dan apoyo incondicional

**Diálogo 3.1** La trabajadora social Blanca Flores va a la casa de Lidia Sánchez, una menor de edad que vive con sus padres y padece de depresión. Lidia ha sido dada de alta del hospital en donde estuvo recuperándose de un episodio depresivo que tuvo hace una semana.

- Blanca — Buenas tardes, mucho gusto. Mi nombre es Blanca Flores del departamento de trabajo social y vengo a ver a Lidia Sánchez.
- Sra. Sánchez — Mucho gusto. Yo soy Gloria Sánchez, la mamá de Lidia. Adelante por favor. Lidia está en su cuarto, ¿quiere que la llame? Blanca — Primero, **me gustaría que hablemos** nosotras a solas. **Quiero que me cuente** cómo está Lidia. ¿Está su esposo para que hablemos los tres?
- Sra. Sánchez — No, mi esposo está trabajando, pero no se preocupe, yo le informo de su visita y de nuestra conversación.
- Blanca — Muy bien. **Es evidente que ustedes son** una familia muy unida y que apoyan a Lidia. **Es muy importante que ella sepa** que ustedes la **respaldan** al cien por ciento. Así que, bueno, cuénteme, ¿la ve mejor?
- Sra. Sánchez — Bueno, ella es una niña bastante introvertida. Pero sé que cuando recién volvió del hospital estaba con más ánimos, pero hace casi una semana que noto que está un poco decaída. **Yo le digo que salga, que hable** con sus amigas, pero ella prefiere quedarse en su cuarto.
- Blanca — Entonces, ¿usted cree que Lidia esté sufriendo una recaída?
- Sra. Sánchez — Sí, **aunque yo quisiera que esté mejor, dudo que así sea**
- Blanca — Gracias por su honestidad. **Lamento que su hija esté** pasando por momentos difíciles, pero para eso estamos nosotros. Ahora sí, hágame el favor de llamarla para que podamos hablar un ratito y **yo pueda** determinar su estado actual.

## Actividades

**1. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos. Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Por qué Blanca Flores visita a la familia Sánchez?

---

---

2. ¿Dónde está el Señor Sánchez?

---

---

3. Describa el comportamiento de Lidia según su madre.

---

---

4. ¿Qué le ha recomendado la Señora Sánchez a Lidia?

---

---

5. De lo que ha leído, resuma en unas líneas cuál es la situación de esta familia.

---

---

## B. LA TRABAJADORA SOCIAL Y LA PACIENTE



### Consulte la gramática 3.2

Metas comunicativas: Expresar cómo te has estado

Vocabulario útil	
La causa	the cause
rigurosamente	regularly
coordinar	to coordinate
molestia, incomodidad	discomfort
no está de más...	it doesn't hurt...

**Diálogo 3.2** La trabajadora social habla con la paciente para evaluar su estado emocional desde que fue dada de alta del hospital.

- Lidia -- Buenas tardes, gracias por venir.
- Blanca -- Hola Lidia, ¿Cómo **te has** sentido?
- Lidia -- Bien...
- Blanca -- **Has tenido** alguna molestia desde que volviste del hospital?
- Lidia -- Bueno, no me siento con ánimos de ducharme, ni de vestirme, ni de salir de casa.
- Blanca -- ¿A qué crees que se deba esto?
- Lidia -- No lo sé, creo que me siento un poco triste.
- Blanca -- Y, ¿por qué estás triste? ¿A qué crees que se deba esto?
- Lidia -- No lo sé?
- Blanca -- Bueno, vamos a ver si juntas podemos encontrar la causa de tu tristeza y luego veremos qué se puede hacer, ¿te parece?
- Lidia -- Sí, está bien.
- Blanca -- ¿**Te has sentido** así desde que volviste del hospital o hace unos días?
- Lidia -- Desde que volví
- Blanca -- ¿**Has tomado** el medicamento rigurosamente?
- Lidia -- A veces se me olvida, pero mi mamá siempre me lo recuerda.
- Blanca -- ¿Cómo **ha estado** tu apetito?
- Lidia -- Mi apetito **ha estado** un poco raro. Aunque sienta hambre, no tengo ánimos de levantarme a comer y prefiero quedarme en la cama.
- Blanca -- Mira Lidia, considero necesario que veas al Doctor Smith. Voy a coordinar una cita para esta misma tarde. Es muy importante que veas a tu psicólogo y que él decida si necesitas volver a la rehabilitación hasta que te sientas mejor.
- Lidia -- No creo que sea necesario...
- Blanca -- Tal vez no lo sea, pero no está de más que él verifique que todo está bien.

## Actividades

**2. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿En qué estado se encuentra Lidia?

---

---

2. ¿Cuáles son los síntomas de Lidia?

---

---

3. ¿Ha tomado Lidia el medicamento rigurosamente?

---

---

4. ¿Qué le recomienda Blanca a Lidia?

---

---

5. ¿Por qué cree Blanca que es importante que Lidia vea a su psicólogo?

---

---

**3. Y usted, ¿qué piensa y qué haría?**

1. ¿Tiene usted algún conocido que sufra de depresión? Describa a la persona y sus síntomas. Si no conoce a nadie, cree un personaje y descríballo.

---

---

---

2. Escriba tres recomendaciones (usando el subjuntivo) que le daría a la persona que describió para levantarle el ánimo.

---

---

---



## Vocabulario útil

Desganado / a

El bálsamo

'una reacción sana'

agobiado /a

inquieto /a

superar

listless

balm

a healthy reaction

exhausted / overwhelmed

restless

to overcome

### NOTA CULTURAL

#### LA DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES

### Lea la siguiente información sobre la depresión en adolescentes

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), hay nuevos estudios que indican que hoy en día la gente joven padece de depresión al mismo nivel que cualquier adulto. Según Fernando Taragano, de la sección de

Investigación y Rehabilitación de Enfermedades Neurocognitivas del Cemi (un centro argentino de educación e investigación médica) los síntomas se expresan según la edad, por eso a veces es difícil diagnosticarlo: "Cada grupo expresa la depresión con signos y síntomas que responden a la edad y al desencadenante." Entre los síntomas que expresan los adolescentes, por ejemplo, se puede observar el abuso de alcohol y sustancias, irritabilidad, inquietud, mal humor y agresividad, hurtos, deseo e intentos de fugas, sentimientos de no ser aceptado, falta de colaboración con la familia, aislamiento, descuido del aseo personal y autocuidado, hipersensibilidad con retraimiento social, tristeza, y hasta pensamientos suicidas (Guía de la Salud). Hay que tener en cuenta, sin embargo, que a veces los síntomas mencionados son la reacción a las circunstancias que muchos adolescentes viven hoy en día. Como Miguel Espeche, psicólogo y psicoterapeuta, afirma: "A veces lo que se marca como enfermedad es una reacción adversa lógica ante lo que ocurre; diría que a veces es una reacción sana". Es por esta razón que muchos expertos, especialmente en Argentina, no se apresuran a medicar al joven paciente. Por el contrario, la clave está en que los padres o adultos responsables busquen la atención especializada necesaria para que los expertos puedan tratar a los chicos antes de que el problema crezca. La psicoterapia es fundamental y el primer paso de recuperación ante esta enfermedad. Las pastillas antidepresivas, por otro lado, pueden crear dependencia y tapan el problema en vez de solucionarlo.

Fuente: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK63757/>

Salud: [www.who.int/es/](http://www.who.int/es/)

Fuente: Diario Clarín.

## Actividades

### 4. Con el trabajador social.

Trabaja con un/a compañero/a de clase. Uno va a tomar el papel del trabajador social y el otro, el del paciente. El 'trabajador social' va a seguir el modelo y a hacer todas las preguntas en voz alta; el/la 'paciente' contesta. Luego intercambien los roles y repitan la actividad.

AUTO CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE DEPRESIÓN.

**Modelo:** ¿Te sientes con la misma energía que te has sentido siempre?

	Sí	No
1. Me siento con la misma energía que he tenido siempre		
2. Desde hace un tiempo tengo menos hambre		
3. He abandonado muchos de mis intereses y actividades		
4. He perdido interés en el sexo		
5. Me siento bien de salud en general		
6. Es obvio que estoy molesto/a		
7. Soy capaz de realizar el trabajo que debo hacer igual que siempre		
8. Puedo concentrarme fácilmente cuando leo		
9. Tardo más de media hora en dormirme		
10. Estoy inquieto/a y nervioso/a		
11. Por las mañanas me despierto mucho antes de lo necesario		
12. Me siento esperanzado/a respecto al futuro		
13. Tengo bastantes problemas de mareos y sensación de debilidad		
14. Estoy satisfecho/a conmigo mismo/a		
15. Mi interés sexual es el mismo de antes		
16. Me siento miserable y a menudo tengo ganas de llorar		
17. Siento que soy igual de bueno/a que cualquier otra persona		
18. Puedo superar mis problemas		
19. Me despierto frecuentemente durante la noche		
20. Me siento inútil y me avergüenzo de mí mismo/a		
21. Casi siempre me parece que tengo un nudo en la garganta		
22. Me siento tan activo/a como siempre		
23. La mayor parte del tiempo tengo miedo sin saber la razón		
24. Siento placer y satisfacción con lo que hago		
25. Estoy muy cansado/a la mayor parte del tiempo		
26. Todo lo que necesito es un buen descanso para estar bien otra vez		
27. Siento que vale la pena vivir la vida		
28. Mi voz se oye apagada y falta de vida		

29. A menudo creo que nadie me comprende		
30. La mayor parte del tiempo me siento triste		
31. Mi corazón late algunas veces más de prisa de lo habitual		
32. Trabajo igual que antes		
33. Disfruto comiendo tanto como de costumbre		
34. Me siento triste cuando llueve		
35. Estoy muy preocupado/a por mis síntomas corporales		

**Puntuación:**

**0 a 9 puntos:** No padece síndrome depresivo, su estado de ánimo así como su autoestima personal se encuentran dentro de la normalidad.

**10 a 19 puntos:** Síndrome depresivo leve. Su visión del mundo y de su futuro es algo negativa, así como su estado de ánimo, posiblemente causado por una autoestima baja; sería aconsejable consultar con un especialista.

**Más de 20 puntos:** Padece un síndrome depresivo entre moderado y grave; debería consultar con un especialista lo antes posible.

**5. Investigación.** Investigue lo que es el CIE-10 y el DSM-V. ¿Qué son y cuál es la diferencia?

---

---

---

**Paso 1.** Consulte el CIE-10 y haga una lista de los síntomas para hacer un diagnóstico de depresión. Identifique tipos de tratamientos y/o terapias para la depresión.

Síntomas	Tratamientos y/o terapias

**Paso 2.** Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase. ¿Cuáles de los tratamientos les parecen que son más fáciles de seguir? ¿Por qué?

---

---

---

**6. Para escribir.** Si tuviera que hablar sobre la depresión a un grupo de personas que no tienen mucho conocimiento de esta condición, ¿qué les diría? Escriba un párrafo de concientización sobre este desorden mental.

---

---

---

## C. UN INTENTO DE SUICIDIO



### Consulte la gramática 3.3

Metas comunicativas: Expresar si ya había ocurrido o no

Vocabulario útil			
Encerrado /a	locked in	las preguntas	questions
Raro /a	odd	la edad	age
Asustado /a	scared	está en camino	it's on its way
Preocupado /a	worried	de repente	all of the sudden
La dirección	address	el nombre completo	full name

### Diálogo 3.3 Llamada de emergencia para reportar un intento de suicidio.

- Operador – 911, ¿Cuál es su emergencia?
- Rocío – Hola, mi nombre es Rocío. Llamo porque mi amiga Lidia, hace más de una hora que está encerrada en el baño. Estoy muy preocupada, creo que se ha tomado todas las pastillas de su medicina.
- Operador – Hola, Rocío. Gracias por llamar. Necesito hacerte unas preguntas para enviar a los paramédicos, ¿sí?
- Rocío – Sí, está bien.
- Operador – ¿Cuál es la dirección en dónde están?
- Rocío – La dirección es 568 El Dorado Way en Caseros.
- Operador – ¿Y el número de teléfono?
- Rocío – El número de teléfono de la casa es 856-123-4567.
- Operador – ¿Cuál es el nombre completo y la edad de tu amiga?
- Rocío – Mi amiga se llama Lidia Sánchez y tiene 17 años.
- Operador – ¿Hay algún adulto en la casa?
- Rocío – No, su mamá se **había ido** al mercado antes que yo llegara; Lidia y yo estamos solas. Ya la **había notado** un poco rara, como que **había estado llorando**, por eso traté de distraerla con temas de la escuela.
- Operador – ¿Tu amiga está consciente?
- Rocío – No sé porque está encerrada en el baño. Estábamos estudiando, pero de repente se metió en el baño. La oí llorar otra vez, pero ahora le hablo y no me contesta. Nunca me **hubiera imaginado** que haría esto. No sé qué hacer. Su mamá ya debe estar por llegar.
- Operador – ¿Sabes si tiene seguro médico y quién es su médico de cabecera?
- Rocío – No sé si tiene seguro, pero su médico es el Doctor Smith. Estoy muy asustada porque no sale ni me contesta. Creo que le habían recetado una medicina fuerte y creo que ha intentado suicidarse. Estoy muy asustada.

- Operador – Gracias por la información, Rocío. La ambulancia ya está en camino y llegará en unos quince minutos. Mientras tanto, sigue hablándole, mantén la calma e intenta hablarle hasta que lleguen los paramédicos.
- Rocío – Muchas gracias, espero que lleguen rápido.
- Operador – Sí, ya no tardan. Me voy a quedar en la línea contigo hasta que lleguen. Acércate a la puerta del baño y dile que la ambulancia está en camino.

## Actividades

**7. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos.  
Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Por qué Rocío estaba con Lidia y dónde está el adulto responsable?

---

---

2. ¿Qué ha hecho Lidia?

---

---

3. ¿En qué situación se encuentra Lidia?

---

---

4. ¿Qué le sugiere la operadora a Rocío?

---

---

**8. Para pensar y discutir.** Trabaje con un compañero para contestar las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué cree que el operador pregunta si hay algún adulto en la casa?

---

---

2. ¿Qué habría hecho usted en el lugar de Rocío?

---

---

Vocabulario útil			
El desarrollo	development	la madurez	maturity
Las enfermedades	disease	los hogares	homes
Los daños	damages	implicados/as	involved
padecer	to suffer	la figura paterna	father figure
la raíz	root	falta de...	lack of...

**NOTA CULTURAL**  
**EL SUICIDIO**

**Lea la siguiente información sobre el suicidio.**

La palabra suicidio viene del latín “sui” y “cedere” lo cual significa “darse muerte” (a sí mismo). Es un problema que afecta a muchas personas y en los últimos años el número de casos ha aumentado entre los adolescentes. Una de las causas del suicidio es una depresión que en muchos casos no ha sido oficialmente diagnosticada. Esto se debe al “tabú” que, todavía hoy en día, existe en las familias hispanas sobre las enfermedades mentales.

La depresión, como otros desórdenes mentales, es una de las diversas anormalidades mentales que muchos adolescentes latinos padecen, pero no buscan ayuda dado el nivel de estigma y prejuicio que temen enfrentar ante sus padres. Sin embargo, no se dan cuenta que al no tratarse dichas enfermedades, los pacientes pueden ver afectado su nivel de producción y atención en diferentes áreas de la vida como el trabajo, la escuela e incluso en relaciones personales. Según Alex Kopelowicz, el presidente del Instituto Latino de Salud del Comportamiento, este estigma se da por la falta de información que existe en la comunidad hispana sobre estos trastornos. Por eso es muy importante concientizar a la población de la importancia de tratar todos los síntomas, pequeños y grandes, como cualquier otra enfermedad física.

**El suicidio y las adolescentes hispanas**

Algunos estudios han comprobado que en los últimos años ha incrementado notoriamente el suicidio, o intento del mismo, en jóvenes hispanas. Según los expertos y estudios realizados en este tema, hay varios factores que provocan tan triste decisión. Entre ellos, uno de los más influyentes es el entorno familiar disfuncional. En hogares donde uno o ambos padres están ausentes o en aquellos donde la relación padre-hija es un tanto estricta; aun cuando la madre está presente, las adolescentes tienden a verse a sí mismas como la raíz de todos los problemas. Ellas creen que el suicidio es la solución de todos los conflictos.

Generalmente, la falta de la figura paterna crea un desbalance en la vida familiar, especialmente en la adolescente. En muchos casos la madre busca en su hija a una compañera ya que ella misma, nacida en el extranjero, no ha podido socializarse y buscar otros grupos de apoyo para saciar el vacío de la figura faltante. Esto crea a veces una tensión entre la relación madre y la hija, ya que la joven se siente presionada por cumplir un papel para el cual todavía no tiene la madurez necesaria.

En familias hispanas donde ambos padres están presente, es la figura paterna quien en la mayoría de los casos tiene la autoridad del hogar. La rigidez con la que a veces disciplinan a sus hijas (generalmente con mayor ímpetu que a los hijos varones) puede crear conflictos cuando estas alcanzan la adolescencia y buscan la independencia. Esto sucede con más intensidad en los núcleos familiares donde se emplea el abuso físico y/o psicológico. Esta realidad tiene mucho que ver con la aculturación de las jóvenes y la falta de la misma de sus padres. También, la carencia de apoyo de familiares (dado que muchos viven lejos de sus familias) juega un rol importante en el desarrollo de estas niñas. Según los expertos, es fundamental que todos los profesionales implicados en ayudar a adolescentes que han intentado suicidarse comprendan el entorno social y el historial no solo de las pacientes sino también de su núcleo familiar.

**Fuente:** Zayas, Luis H., et al. "Understanding suicide attempts by adolescent Hispanic females." *Social Work* 45.1 (2000): 53-63

#### **Dónde buscar ayuda**

- 1-800-273-TALK de *National Suicide Prevention Lifeline* es una línea de 24 horas que asiste en la prevención del suicidio.
- 1-877-870-HOPE (4673) es la línea estatal *Samaritans of Massachusetts*. En el 2008, respondieron a más de 154,144 llamadas de crisis.
- 1-800-SUICIDA es la *Línea Nacional de Esperanza* diseñada para ayudar a los hispanos 24 horas del día.
- (413) 536-2251 *Behavioral Health Network de Holyoke* es una línea local que asiste las 24 horas del día.

**Todas las líneas son libres de costo y las  
llamadas son confidenciales.  
Si está en una crisis de carácter  
emergente, llame al 911.**



## Actividades

**9. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos. Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Por qué cree que las enfermedades mentales siguen siendo tabú para los hispanos?

---

2. ¿Según el artículo cuales son algunas de las causas del suicidio en adolescentes hispanas?

---

3. ¿Qué dice el artículo sobre la relación padre-hija?

---

**10. Para pensar y discutir.** Trabaje con un grupo de compañeros para discutir las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué cree usted que en las familias donde la madre es la cabeza del hogar tiende a haber más tensión en la relación madre-hija?

---

---

2. ¿Por qué cree usted que la aculturación se da con mayor facilidad en la gente joven y no tanto en los adultos, como el artículo sugiere?

---

---

## Actividad de Pre-lectura

### 11. Una Comparación de los sistemas de salud.

1. ¿Qué diferencias o semejanzas esperaría encontrar entre los sistemas de salud de Argentina y Estados Unidos? Comente en grupo de 3-5 personas y escriba dos semejanzas y dos diferencias.

Diferencias: \_\_\_\_\_

Semejanzas: \_\_\_\_\_



## El sistema de salud en Argentina

El sistema de salud de Argentina está compuesto por tres sectores: el público, el seguro social obligatorio (Obras Sociales) y el privado.

El sector público está integrado por las estructuras administrativas provinciales y nacionales de nivel ministerial, y la red de hospitales y centros de salud públicos que prestan atención gratuita a toda persona que lo demande, quienes, en general, son personas sin seguridad social y sin capacidad de pago, aproximadamente 14.6 millones de personas en el 2008.

El sector del seguro social obligatorio se organiza en torno a las Obras Sociales (OS), que cubren a los trabajadores asalariados y sus familias. Además, cada provincia cuenta con una OS que cubre a los empleados públicos de su jurisdicción. Finalmente, el Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados/Programa de Asistencia Médica Integral (INSSJyP – PAMI) brinda cobertura a los jubilados del sistema nacional de previsión y sus familias.

El sector privado incluye: a) a los profesionales que prestan servicios independientes a pacientes particulares asociados a OS específicas o a sistemas privados de medicina prepagada; b) los establecimientos asistenciales, contratados también por las OS, y c) las entidades de seguro voluntario llamadas Empresas de Medicina Prepaga (EMP), que incluyen un subsector prestador de servicios agrupado en la confederación Argentina de Clínicas, Sanatorios y Hospitales Privados.

El sector público se financia con recursos fiscales. La administración central y los organismos provinciales descentralizados se financian fundamentalmente con recursos del presupuesto nacional. El INSSJyP, que cubre a los jubilados y los beneficiarios de pensiones no contributivas se financia con las contribuciones de los trabajadores asalariados y con recursos fiscales centrales. Este sector también se nutre de recursos que se recaudan en las provincias y municipios.

El financiamiento de las OS nacionales proviene del pago de 8% del salario de los trabajadores activos: 3% lo aporta el trabajador y 5% el patrón. Las OS provinciales se financian de la misma manera, con contribuciones de los empleados gubernamentales y con contribuciones de los gobiernos provinciales en su calidad de empleadores. Una parte de las contribuciones a las OS financia el llamado Fondo Solidario de Redistribución, que se diseñó para aumentar la equidad en la distribución de los recursos entre entidades. Su objetivo es cubrir la diferencia entre la cotización del trabajador y la cápita asociada al Programa Médico Obligatorio (PMO). Para ello, la Administración Federal de Ingresos Públicos (AFIP) redistribuye a las OS una cierta cantidad por cada grupo familiar afiliado que no alcance a cubrir el costo del PMO. Los recursos remanentes se dirigen a la Administración de Programas Especiales y se utilizan para apoyar financieramente a las OS en la cobertura de padecimientos de alto costo y baja frecuencia.

Finalmente, la atención en el sector privado se financia con las primas que los hogares o las empresas pagan a las EMP y con los pagos de bolsillo que hace la gente que no cuenta con seguro de salud y que recibe la atención de un prestador privado.

### Vocabulario útil de lectura

obligatorio/a	mandatory
compuesto/a	made of
los trabajadores	workers
los jubilados	retired
gratuito/a	free
los recursos	resources (means)
en torno a...	around...
prestan servicios a...	offer services to...

#### Fuentes:

Acuña, Carlos H., and Chudnovsky, Mariana. "El sistema de salud en Argentina."

Belló, Mariana, and Víctor M. Ecerril-Montekio. "Sistema De Salud De Argentina." *Salud Pública De México* 2011, Vol. 53 ed.2: 96-108. Web. 1 July 2015.

"El funcionamiento del sistema de salud argentino en un contexto federal." *Centro de Estudios para el Desarrollo Institucional* 2002, Vol. 11. Web. 1 July 2015.

## Actividades

**12. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a la lectura. Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿En cuántos sectores se divide el sistema de salud en Argentina y cuáles son?

---

---

2. ¿Cómo está integrado el sector público?

---

---

3. ¿A quiénes cubren las Obras Sociales del seguro social obligatorio?

---

---

4. ¿A quiénes incluye el sector privado?

---

---

5. ¿Qué hace la Administración Federal de Ingresos Públicos?

---

---

### 13. Investigación

Compare el sistema de salud argentino y el de Estados Unidos. ¿Existe alguna similitud entre ambos? ¿Cuáles? En caso que no encuentre semejanzas entre uno y otro, haga una lista de cómo cada país abarca el sistema de salud.

---

---

---

---

---

## D. UNA INTOXICACIÓN ALCOHÓLICA



### Consulte la gramática 3.4

Metas comunicativas: Dar indicaciones

#### Diálogo 3.4 Llamada de emergencia para reportar una intoxicación alcohólica.

- Operadora** -- 911, ¿De qué ciudad llama y cuál es su emergencia?
- Estudiante** -- De Sacramento. Mi compañero de cuarto está tirado en el suelo y no se mira bien. Lo acabó de tocar y su piel se siente fría y pegajosa.
- Operadora** --¿En dónde está tu compañero en este momento?
- Estudiante** -- En el baño.
- Operadora** --¿Puedes ver si está consciente?
- Estudiante:** --Ahorita sí, pero a veces como que pierde la conciencia. Creo que está sufriendo una intoxicación alcohólica.
- Operadora** -- Muy bien, ¿Cuál es tu dirección? **Estudiante** -- Mi dirección es 2137 Avenida C, Apartamento número 5, en Sacramento.
- Operadora** -- En este momento los paramédicos van en camino. ¿Cuál es el nombre completo de tu compañero de cuarto?
- Estudiante** --Se llama Juan Carlos, pero no recuerdo su apellido.
- Operadora** -- Está bien, no te preocupes. En lo que llega el paramédico, necesito que te quedes a lado de Juan Carlos. ¿Hay alguien más en el apartamento con ustedes?
- Estudiante** -- No, solo él y yo.
- Operadora** -- ¿Qué te hace suponer que Juan Carlos bebió demasiado?
- Estudiante** -- En su cuarto hay una botella de brandy casi vacía y varios botes de cerveza en el suelo.
- Operadora** -- ¿Es común que Juan Carlos tome tanto?
- Estudiante** --Bueno, pues él toma mucho todos los días y más los fines de semana. Además de que no ha ido a la escuela como en diez días... ¡Oh no, parece que va a vomitar!
- Operadora** --Tranquilo. Con mucho cuidado lo vas a poner de lado. Primero, **pon** tu teléfono en el altavoz para que puedas usar tus dos manos. **Avísame** cuándo estés listo.
- Estudiante** --Ya estoy listo.
- Operadora** -- Perfecto. **Ponte** de rodillas a un lado de Juan Carlos. **Pon** una de tus manos en su cadera y la otra en su hombro. **Empújalo** para que quede de lado y tú quedes detrás de él.
- Estudiante** --Ya está de lado. ¡Oh no, está vomitando!
- Operadora** -- No te preocupes, nada más **asegúrate** de que siga de lado.

**Operadora** -- ¿Sigue vomitando?  
**Estudiante** -- No, ya dejó de vomitar.

**Operadora** --¿Puedes ver si está respirando bien?  
**Estudiante** --Si, si está respirando.  
**Operadora** --¡Muy bien! Los paramédicos ya casi llegan. **Revisa** que la puerta este sin candado para que puedan entrar los paramédicos.

**Estudiante** -- ¿Está bien si dejo a Juan Carlos solo para abrir la puerta?  
**Operadora** --No te preocupes, Juan Carlos está bien por el momento y los paramédicos ya están afuera de tu apartamento. Ellos se van a encargar de él.

**Estudiante** -- Sí, sí, ya están aquí, gracias. ¡Muchas gracias!

### Nota 3.2

**La prevención del alcoholismo debe comenzar en la infancia, con una educación basada en la abstinencia, en el ejemplo en la familia y en acciones que fomenten la autoestima y las habilidades sociales para que en el futuro se pueda tolerar la presión de grupo y se elijan formas sanas de diversión.**

## Actividades

### 14. Identificar

A. **Paso 1.** Encuentre los mandatos dentro de la narración y escríbalos otra vez.

---

---

---

**Paso 2.** Use esos verbos para formar mandatos diferentes.

---

---

---

### 15. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a los diálogos. Compare sus respuestas con un compañero /a de clase.

1. ¿Cuáles son los síntomas de Juan Carlos:

---

---

---

2. ¿Por qué cree el estudiante que Juan Carlos está sufriendo una intoxicación alcohólica?

---

---

3. ¿Qué indicaciones le da la operadora al estudiante para evitar que Juan Carlos se ahogue cuando está vomitando?

---

---

**NOTA CULTURAL**  
**BAJO LOS EFECTOS DEL**  
**ALCOHOL**

**Lea la siguiente información sobre la variación de vocabulario**

En español hay diferentes formas para indicar que una persona está **bajo los efectos del alcohol**. Estas solo son algunas de ellas: ...está

borracho ; ...está embriagado ; ...está tomado ; ...está hasta atrás. También hay diferentes formas verbales para indicar el **consumo de alcohol**: Beber : Ejemplo: El señor Loera bebe mucho en las fiestas ; Pistear : Ejemplo: Al señor Loera le encanta pistear mucho con sus amigos. ; Tomar : Ejemplo : El señor Loera toma mucho después del trabajo ; Embriagarse : Ejemplo : El señor Loera se embriaga todos los fines de semana; Emborracharse: Ejemplo : El señor Loera se emborracha todos los días ; Pasársele las copas : Ejemplo: Al señor Loera se le pasaron las copas en la fiesta de Navidad.

**ACTIVIDADES**

**16. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas y compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. De las diferentes formas para indicar que una persona está **bajo los efectos del alcohol**, ¿cuál(es) ha escuchado/usado? ¿Ha escuchado/usado otras formas? ¿Cuáles? ¿Cuál usaría para hablar con un paciente? ¿Por qué?

---

---

2. De las diferentes formas para indicar **el consumo de alcohol**, ¿cuál(es) ha escuchado/usado? ¿Ha escuchado/usado otras formas? ¿Cuáles? ¿Cuál usaría para hablar con un paciente? ¿Por qué?

---

---

3. ¿Cree que es útil saber diferentes maneras de referirse al **estar bajo los efectos del alcohol** y al **consumo de alcohol**? ¿Por qué sí o por qué no? ¿Hay maneras diferentes en el inglés? Explíquelos.

---

---

---



## Actividades de Pre-lectura

**17. Cognados.** El siguiente vocabulario son cognados que se encuentran en la lectura sobre el diagnóstico del alcoholismo. En equipo, trate de encontrar los significados en inglés.

- a. Alcohólico \_\_\_\_\_
- b. Alcoholismo \_\_\_\_\_
- c. Náuseas \_\_\_\_\_
- d. Ansiedad \_\_\_\_\_
- e. Excesivo \_\_\_\_\_
- f. Manifestaciones \_\_\_\_\_
- g. Cirrosis \_\_\_\_\_
- h. Hepatitis \_\_\_\_\_
- i. Malnutrición \_\_\_\_\_
- j. Cáncer \_\_\_\_\_
- k. Úlcera \_\_\_\_\_
- l. Anemia \_\_\_\_\_

### 18. Combinación.

Elija el término de la columna B que corresponda con la definición de la columna A

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| 1. ___ Conjunto de elementos que se repiten.   | A. Sudoración excesiva   |
| 2. ___ Número de veces que se contrae el corazón   | B. Frecuencia cardíaca   |
| 3. ___ Sensación que indica la proximidad del vómito   | C. Ansiedad              |
| 4. ___ Respuesta emocional debido a una preocupación inquietud o angustia.   | D. Dependencia           |
| 5. ___ Cuando la persona necesita una sustancia para mantener un estado emocional.   | E. Abstinencia           |
| 6. ___ Privarse de alimentos, bebidas o acciones   | F. Náuseas               |
| 7. ___ La persona necesita una cantidad mayor de alcohol para conseguir los mismos efectos que lograba con cantidades menores. | G. Diagnóstico médico    |
| 8. ___ Presión que ejerce la sangre en las arterias.   | H. Presión arterial      |
| 9. ___ Proceso de sudar mucho sin una razón obvia.   | I. Tolerancia al alcohol |
| 10. ___ Recabar y estudiar datos y síntomas que ayudan a revelar una condición médica.   | J. Patrón                |

Los temblores	shakiness	Vocabulario útil	
La sudoración	sweating	la presión sanguínea	blood pressure
El patrón	pattern	la pérdida	loss
El dolor	pain	el daño	damage
El grado	degree	las enfermedades	diseases
		el hígado	liver



## LECTURA

### Diagnóstico del Alcoholismo

Las primeras manifestaciones del alcoholismo son las respuestas físicas como son temblores, sudoración excesiva, dolor de cabeza, náuseas, ansiedad, aumento de la frecuencia cardíaca y presión sanguínea que aparecen durante la abstinencia. Además de estos síntomas, se presenta un fuerte deseo de consumir más alcohol. Sin embargo, no es frecuente que un alcohólico reconozca fácilmente que tiene un problema con el alcohol. Este hecho dificulta enormemente el diagnóstico médico, mientras que el alcohólico continúa bebiendo y desarrollando una mayor tolerancia al alcohol.

La evaluación psicológica es fundamental, junto al diagnóstico médico de los síntomas mencionados, para valorar el grado y el patrón de consumo de alcohol del paciente (uso, abuso, dependencia). El médico interrogará al paciente, o a un familiar en caso de que el afectado no quiera o no pueda responder a las preguntas, sobre sus hábitos en relación al consumo de alcohol. También se realiza un examen físico y pruebas para detectar los problemas físicos o las patologías que se hayan podido desarrollar a consecuencia del abuso de alcohol.

Las investigaciones médicas han demostrado que el abuso prolongado del alcohol causa enfermedades del hígado como la cirrosis y la hepatitis, además de pérdida de la memoria, úlceras, anemia, coagulación defectuosa, deterioro de la función sexual, malnutrición, depresión, cáncer y hasta daño cerebral

**Fuentes:** <http://www.webconsultas.com/alcoholismo/sintomas-y-diagnostico-del-alcoholismo-3051>  
<http://www.who.int/es/>

**19. Preguntas de comprensión y análisis.**

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con la lectura anterior y discuta sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

- 1. ¿Cuáles son los síntomas que aparecen durante la abstinencia?

---

---

- 2. ¿Qué hecho dificulta el diagnóstico médico del alcoholismo?

---

---

- 3. ¿Por qué es importante la evaluación psicológica?

---

---

- 4. ¿Por qué es importante el examen físico?

---

---

- 5. ¿Qué enfermedades son causadas por el abuso del alcohol?

---

---

**20. Investigación**

Investigue en el siguiente enlace cómo la asociación de alcohólicos anónimos (AA) ayuda a los jóvenes a superar su adicción al alcohol. Escribe un reporte de unas 10 oraciones. ¿Hay centro del AA cerca del lugar donde vives? ¿Cuál es el horario? ¿Qué tiene que hacer una persona que necesita ayuda?

[http://www.aa.org/assets/es\\_ES/sp-4\\_youngpeopleandaa.pdf](http://www.aa.org/assets/es_ES/sp-4_youngpeopleandaa.pdf)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## E. LA ABSTINENCIA



### Consulte la gramática 3.5

Metas comunicativas: Expresar que se tiene información: Saber

#### Vocabulario útil

el trago	drink (alcoholic)
tengo náuseas	feeling nauseous
vomitara	throw up
el pisto	drink (alcoholic)

**Diálogo 3.5** Juan Carlos tiene tres días de no beber y ahora está sufriendo los efectos de la abstinencia. Está hablando con su compañero de cuarto, Rafael.

- Rafael --¿Qué te pasa? ¿No te sientes bien?
- Juan Carlos --No, me duele la cabeza y tengo náusea. Creo que voy a vomitar.
- Rafael --Quizás comiste algo que te cayó mal al estómago.
- Juan Carlos --No creo. Lo que me pasa es no me he echado un trago en tres días.
- Rafael --¡Oh! Entonces son los efectos por la falta de alcohol en tu organismo.
- Juan Carlos --Sí, estoy tratando de abstenerme de tomar pisto, pero ya no aguanto. Necesito un trago.
- Rafael --Pues, sí te ves muy mal, pero no creo que un trago te vaya a ayudar.
- Juan Carlos --Pero no me siento bien, estoy desesperado. ¡No sé qué hacer!
- Rafael --Son los efectos de la abstinencia. Llámale al doctor para que te diga qué hacer.
- Juan Carlos --¿Podrías llamarle tú? Aquí está mi libreta de direcciones porque no sé su número de teléfono.

## Actividades

**21. Comprensión y análisis.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con el diálogo anterior.

1. ¿Cuáles son los síntomas que presenta Juan Carlos?

---

---

2. ¿Por qué se siente así?

---

---

3. ¿Qué le aconsejaría a un amigo para que evite tomar demasiado en las fiestas? Dele cinco consejos usando mandatos informales afirmativos y positivos. Siga el modelo.

---

---

**Modelo.** Busca otro tipo de amistades. No salgas con estos amigos que tienes porque no te convienen.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

## 22. Cómo reconocer desórdenes alcohólicos .

El **test AUDIT**, por sus siglas en inglés de *Alcohol Use Disorders Identification Test*, permite evaluar la dependencia del consumo de alcohol que presenta un individuo. Este sencillo cuestionario fue elaborado por un grupo de expertos a instancias de la Organización Mundial de la Salud (OMS). El examen constituye un instrumento de evaluación que pretende identificar consumos considerados de riesgo para diagnosticar precozmente el alcoholismo en base al abuso del alcohol o la dependencia de esta sustancia.

### Instrucciones:

1. Trabaje con un compañero y tome su turno en asumir el rol de paciente o de psicólogo. El psicólogo hará las preguntas de la prueba AUDIT y el paciente las contestará. Escriban los resultados en una hoja aparte.
2. Cuando terminen, sumen los puntos de cada uno de acuerdo a la tabla de resultados. Interpreten los resultados.
3. Por último, asuma el papel de psicólogo y use los resultados para escribir un reporte de media página.

Vocabulario útil	
casí a diario	almost every day
incapaz	unable
mensualmente	monthly
semanalmente	weekly
diario	every day/diary
faltaste	missed
los remordimientos	remorse
anterior	before
las heridas	wounds

## El examen "AUDIT"

1. **¿Con qué frecuencia consumes alguna bebida alcohólica?**
  - a. Nunca.
  - b. Una vez al mes.
  - c. 2 a 4 veces al mes.
  - d. 2 o 3 veces a la semana.
  - e. 4 o más veces a la semana.
  
2. **¿Cuántas bebidas alcohólicas consumes normalmente los días que bebes?**
  - a. 1 o 2.
  - b. 3 o 4.
  - c. 5 o 6.
  - d. 7 a 9.
  - e. 10 o más.
  
3. **¿Con qué frecuencia te tomas 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día?**
  - a. Nunca.
  - b. 1 a 2 veces al año.
  - c. Mensualmente.
  - d. Semanalmente.
  - e. A diario o casi a diario.
  
4. **¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has sido incapaz de dejar de beber una vez que habías empezado?**
  - a. Nunca.
  - b. 1 o 2 veces al año.
  - c. Mensualmente.
  - d. Semanalmente.
  - e. A diario o casi a diario.
  
5. **¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, faltaste a tus obligaciones porque habías bebido?**
  - a. Nunca.
  - b. Menos de una vez al mes.
  - c. Mensualmente.
  - d. Semanalmente.
  - e. A diario o casi a diario.

**6. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has necesitado beber en ayunas para recuperarte después de haber bebido mucho el día anterior?**

- a. Nunca.
- b. 1 o 2 veces al año.
- c. Mensualmente.
- d. Semanalmente.
- e. A diario o casi a diario.

**7. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?**

- a. Nunca.
- b. 1 o 2 veces al año.
- c. Mensualmente.
- d. Semanalmente.
- e. A diario o casi a diario.

**8. ¿Con qué frecuencia, en el curso del último año, has tenido dificultad para recordar lo que sucedió la noche anterior porque habías estado bebiendo?**

- a. Nunca.
- b. 1 o 2 veces al año.
- c. Mensualmente.
- d. Semanalmente.
- e. A diario o casi a diario.

**9. ¿Alguna otra persona o tú han resultado heridas debido a que has bebido?**

- a. No.
- b. Sí, pero hace más de un año.
- c. Sí, en el último año.

**10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional de la salud han mostrado preocupación por tu consumo de bebidas alcohólicas o te han sugerido que dejes de beber?**

- a. No.
- b. Sí, pero hace más de un año.
- c. Sí, en el último año.

#### **Interpretación de los resultados.**

La puntuación oscila entre 0 y 40 puntos como máximo. A mayor número de puntos, mayor dependencia. Aunque este cuestionario no es determinante, una puntuación de 8 o más, puede ser indicar un problema relacionado con el alcohol y sería conveniente consultarlo con el médico.

**Fuente:** Organización Mundial de la Salud



Resultados: Cada respuesta se valora con unos puntos, marcados entre paréntesis para cada una de ellas. Una vez finalizado el cuestionario, sume los puntos correspondientes a cada respuesta para comprobar su nivel de dependencia del alcohol:

- |         |     |     |     |     |
|---------|-----|-----|-----|-----|
| 1. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 2. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 3. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 4. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 5. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 6. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 7. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 8. a=0  | b=1 | c=2 | d=3 | e=4 |
| 9. a=0  | b=1 | c=2 |     |     |
| 10. a=0 | b=1 | c=2 |     |     |

## Vocabulario del tema

### A. UNA VISITA A DOMICILIO

introvertida/o	introvert
la recaída	relapse, setback
el/la menor de edad	underage
el esposo	husband
los ánimos	feel up to...
decaído/a	weak, depressed
el comportamiento	behavior

### COGNADOS

evidente	familia
sufrir	momentos

### VERBOS

respaldar	to support
preferir	to prefer
preocupar	to worry
trabajar	to work
determinar	to determine
lamentar	to regret

favor

## Actividades de vocabulario

**3.1 Opción múltiple.** Escoja la palabra apropiada de las opciones dadas para llenar el espacio en blanco.

1. Lidia no tiene \_\_\_\_\_  
a. ánimo      b. lamento      c. comportamiento
2. El \_\_\_\_\_ de la Señora Sánchez está trabajando  
a. recaída      b. familia      c. esposo
3. Lidia tiene menos de 18 años por eso es \_\_\_\_\_  
a. menor de edad      b. esposo      c. evidente
4. A los padres de Lidia les gusta \_\_\_\_\_ a sus hijos.  
a. preferir      b. respaldar      c. trabajar
5. La trabajadora social va a \_\_\_\_\_ el estado de Lidia.  
a. preocupar      b. determinar      c. respaldar
6. La \_\_\_\_\_ de Lidia está preocupada por ella  
a. familia      b. momentos      c. esposo
7. Estos son \_\_\_\_\_ difíciles para la familia Sánchez.  
a. lamento      b. decaída      c. momentos
8. Según la Señora Sánchez, Lidia es una niña muy \_\_\_\_\_  
a. vidente      b. introvertida      c. Recaída
9. El \_\_\_\_\_ de Lidia hace que su madre piense que haya decaído.  
a. comportamiento      b. lamento      c. Determinar
10. Sin querer, Lidia hace \_\_\_\_\_ a sus padres.  
a. preferir      b. sufrir      c. determinar

## Vocabulario del tema

### B. LA TRABAJADORA SOCIAL Y LA PACIENTE

### VERBOS

la causa	the cause	coordinar	to coordinar
no estaría de más	it wouldn't hurt	verificar	to verify
la incomodidad	discomfort	diagnosticar	to diagnose
la tristeza	sadness	apresurar	to hurry
desganado/a	listless	percibir	to perceive
la banalización	trivialization	tapar	to cover up
la hipersensibilidad	hypersensitivity	abandonar	to abandon
el autocuidado	self-care	superar	to overcome
los hurtos	theft		
la clave	key		
la recuperación	recovery		
inquieto/a	restless		
la borrachera	drunkenness		
diluyeron	diluted / fade away		
el bálsamo	balm		
apetecible	appetizing		
esperanzado/a	hopeful		
una reacción sana	a healthy reaction (to something)		
agobiado/a	exhausted / overwhelmed		

### COGNADOS

Rigurosamente  
Psicólogo  
adversa  
medicamento  
rehabilitación  
apetito  
inestabilidad  
volátil  
epidemiólogo

## Actividades de vocabulario

**3.2 Afirmaciones lógicas.** Las siguientes afirmaciones incluyen vocabulario nuevo. Trabaje con un/a compañero/a para completar las afirmaciones de una manera lógica.

1. La **clave** de una comunicación productiva con el paciente es

---

2. La **causa** del problema es

---

3. Se recomienda tomar la medicina **rigurosamente** porque

---

4. Siempre hay que **verificar** que el paciente

---

5. El **psicólogo** es bueno para

---

6. No es bueno **tapar** los problemas porque

---

7. El amor de la familia es un **bálsamo** para

---

8. Los jóvenes hoy en día están **agobiados** debido a

---

9. **No estaría de más** que todos los padres siempre

---

10. Da **tristeza** cuando una niño padece de depresión porque

---

## Vocabulario del tema

### C. UN INTENTO DE SUICIDIO

asustado/a	scared
ahora	now
ambos/as	both
los centros de salud	health Centers
compuesto/a	made of/compound
como cualquier otro/a	like any other
contigo	with you
de repente	all of the sudden
el desarrollo	develop
el desbalance	imbalance
la dirección	address
la edad	age
los/las empleados/as	employees
encerrado/a	locked in
las enfermedades	diseases
el entorno familiar	family situation
los estudios	studies
la falta de...	lack of.../absence of
la figura paterna	father figure
física	physical
fuerte	strong
gratuito/a	free
los hogares	homes
implicados/as	involved
jubilados/as	retired
juegan un papel	play a role
la importancia	the importance
la joven	the young gir
la madurez	maturity
mantén la calma	stay calmed
el médico de cabecera	primary care physician
mientras tanto	meanwhile
el nombre completo	full name
el núcleo familiar	family unit
obligatorio/a	mandatory
padece	suffers/undergoes
las pastillas	pills

### VERBOS

acercarse	to get close
comprobar	to prove
creer	to believe
cubrir	to cover
contestar	to answer
distraer	to distract
encerrar	to close
enviar	to send
enfrentar	to deal with
espera que..	To hope that
estudiar	to study
hablar	to talk
incrementar	to increase
integrar	to put together
intentar	to try
llamar	to call
llegar	to arrive
llorar	to cry
oír	to hear
recetar	to prescribe
suicidarse	to commit suicide
temer	to be afraid of
tender a...	tend to...
trabajar	to work
tratar	to try
haber incrementado	to have increased
haber comprobado	to have proved
hacer más de...	to be been more than
hace más de...	it's been more than
tener mucho que ver...	to have a lot to do with

pensionado/a	retired
la población	population
porque	because
las preguntas	questions
preocupado/a	worried
prestan atención	offer care
prestan servicios	offer services
raro/a	odd
la raíz	root/source
los recursos	resources/means
sin capacidad de pago	without the
ability to pay solos/as	alone
los/las trabajadores/as	workers
los trastornos	disorders

## COGNADOS

Medicina	mentales	casos
Paramédicos	estigma	autoridad
Número	prejuicio	abuso
Teléfono	información	importante
Adulto	síntomas	público
Consciente	tensión	privado
Mercado	generalmente	hospitales
afecta	solución	demandar
adolescente	conflictos	sector
depresión	presente	profesionales
privado	fiscal	

## Actividades de vocabulario

**3.3 Responder a una llamada de emergencia.** Estás preparando un guión en español para hacer un taller en cómo responder al 911 y todavía necesitan saber cómo se dicen algunas oraciones. Traduzca las siguientes oraciones en español usando el vocabulario del tema C.

1. This hospital offers free services.

---

2. The young girl suffers mental disorders.

---

3. The paramedics are on their way.

---

4. What's the patient's full name?

---

5. Depression in adolescents is increasing.

---

6. The absence of a father figure affects adolescents.

---

7. One of the symptoms of depression is to cry frequently.

---

8. What pills did your primary care physician prescribed you?

---



**3.4 ¿Lo había hecho?** Usted está entrevistando a un paciente que ha tenido problemas de alcoholismo desde hace varios años. Como parte de su historial médico, usted le hace varias preguntas usando el pluscuamperfecto. Use el vocabulario de este tema: padecer de depresión de niño/a, tomar medicamentos antidepresivos, asistir a juntas de alcohólicos anónimos, ir a rehabilitación, tratar de dejar de tomar, visitar a un psicoterapeuta en su escuela/trabajo, etc. Siga el modelo. Después, trabaje con un compañero y tomen turnos para hacerse las preguntas que escribieron. Use la segunda persona del singular formal (i.e., la forma **usted**).

Modelo: ¿Había padecido usted de depresión de niño?

---

---

---

---

---

---

---

---

## Vocabulario del tema

### D. UNA INTOXICACIÓN ALCOHÓLICA

### VERBOS

el hígado	liver	usar	to use
la pérdida de la memoria	memory loss	abusar	to abuse
la frecuencia cardíaca	cardiac frequency	deteriorar	to deteriorate
el daño cerebral	brain Damage	investigar	to investigate
la presión sanguínea	blood pressure	vomit	to vomit
el examen físico	physical exam		
el dolor de cabeza	headaches		
fácilmente	easily		
el patrón	pattern		
la sudoración excesiva	excessive sweating	los temblores	trembling

### COGNADOS

el abuso	la náusea
prolongado /a	la abstinencia
la cirrosis	la dependencia
la úlcera	el grado
la anemia	la patología
la depresión	las manifestaciones
el alcoholismo	la ansiedad
el diagnóstico médico	la evaluación
la tolerancia al alcohol	la consecuencia
el deterioro	la malnutrición

## Actividades de vocabulario

**3.5 Definiciones.** Escoja el término adecuado que corresponda a la definición. Use el banco de palabras.

Tolerancia al alcohol	Dependencia	Patrón	Náuseas	Cirrosis
Sudoración excesiva	Ansiedad	Depresión	Daño cerebral	Ánemia

1. \_\_\_\_\_ Procesos de sudar mucho, sin aparente razón.
2. \_\_\_\_\_ Es cuando la persona necesita una mayor cantidad de alcohol para conseguir los mismos efectos que lograba con cantidades menores.
3. \_\_\_\_\_ Sensación que indica la proximidad del vómito .
4. \_\_\_\_\_ Cuando la persona necesita una sustancia para conseguir un estado emocional.
5. \_\_\_\_\_ Conjunto de elementos que se repiten.
6. \_\_\_\_\_ Lesiones que producen cambios cerebrales súbitos de índole físico, psíquico, sensorial y cognitivo .
7. \_\_\_\_\_ Enfermedad causada por el endurecimiento del hígado.
8. \_\_\_\_\_ Enfermedad que afecta física y mentalmente al modo de sentir y pensar.

## Vocabulario del tema

### E. LA ABSTINENCIA

anterior	before
nunca	never
en ayunas	fasting
la culpa	guilt
los remordimientos	remorse
anterior	before
las heridas	wounds
quizás	perhaps
el trago	drink
la libreta	notebook
útil	useful
las siglas	acronym
sencillo	simple/easy
el cuestionario	questionnaire
precozmente	early
aparte	separate

### VERBOS

dejar	to stop/to leave something
sugerir	to suggest
faltar	to miss
ayunar	to fast
herir	to hurt
recordar	to remember
sumar	to add
presentar	to show
dolerle	to hurt
me duele	it hurts

### COGNADOS

la frecuencia  
las obligaciones  
la dificultad  
evaluar  
el grupo  
los expertos  
el instrumento  
los resultados  
la suma

## Actividades de vocabulario

**3.6 Vocabulario en contexto.** Indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero.

- |   | Cierto                   | Falso                    |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. Una persona que bebe alcohol en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho alcohol la noche anterior no se considera alcohólica.<br>_____ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. A veces, las personas que beben mucho sienten remordimientos.<br>_____   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. El Test AUDIT ayuda a dar un diagnóstico precoz de la depresión.<br>_____  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Normalmente es muy fácil recordar lo que se hizo la noche anterior a pesar de haber bebido toda la noche.<br>_____                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Las siglas de la Organización Mundial de la Salud en español son OMDLS.<br>_____   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**3.7 Combinación.** Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

- |  |             |
|--|-------------|
| 1. ___ Esta palabra significa posibilidad  | A. aparte   |
| 2. ___ Es la condición de indicar que algo no esta junto                             | B. ayunar   |
| 3. ___ Significa abstenerse de comer por un periodo largo                            | C. recordar |
| 4. ___ Se usa para referirse a una bebida alcohólica                                 | D. Me duele |
| 5. ___ La acción de cooperar, auxiliar, socorrer o colaborar                         | E. trago    |
| 6. ___ Traer algo a la memoria o hacer que alguien tenga presente una cosa o evento. | F. quizás   |
| 7. ___ Daño o lesión de los tejidos de un ser vivo debido a un corte o a un golpe.   | G. ayudar   |
| 8. ___ Que de ser simple y fácil de llevarse a cabo.                                 | H. culpa    |
| 9. ___ La responsabilidad que cae en una persona que ha cometido un acto incorrecto. | J. sencillo |
| 10. ___ Expresión para comunicar una sensación aflictiva en una parte del cuerpo.    |             |

### 3.1 Modo: indicativo y subjuntivo

En esta sección, para facilitar la comprensión del concepto de modo en español y poder distinguir cuándo usar el indicativo y cuándo el subjuntivo, se van a cubrir los siguientes términos: cláusulas (principales y subordinadas) y oraciones complejas.

❖ **Las cláusulas** son grupos de palabras con un sujeto y un verbo (o frase verbal) conjugado o no. Hay dos tipos de cláusulas: la principal y la subordinada.

➤ **Una cláusula independiente** es una oración que expresa una idea completa por sí misma.

**Ejemplos:** Los padres de Lidia **están** preocupados por ella.

Lidia **es** una niña bastante introvertida.

La trabajadora social **visita** a una paciente en su casa.

➤ **Las oraciones complejas** constan de más de una cláusula. Para identificar cuántas cláusulas hay en una oración compleja, se puede contar el número de verbos conjugados.

**Ejemplos:** Es evidente que ustedes **son** una familia muy unida y que **apoyan** a Lidia.

Me **da** tristeza que **esté** un poco decaída.

No me **gusta** que **lleguen** tarde.

➤ Al hablar de cláusulas complejas, se habla de **cláusula principales** (independientes) y **cláusulas subordinadas** (o dependientes; no expresan una idea completa).

En los ejemplos anteriores, las cláusulas principales son:

- Es evidente.
- Me da tristeza.
- No me gusta.

- Las cláusulas subordinadas de los ejemplos anteriores son:
  - ... que ustedes son una familia unida / que apoyan a Lidia.
  - ... que esté un poco decaída.
  - ... que lleguen tarde.
  
- Entender las oraciones complejas es importante para comprender el concepto de modo en español, así como para saber cuándo usar el modo indicativo y cuándo, el subjuntivo.
- Noten que 'es evidente' es una frase verbal; en español, no se expresa el sujeto de estas frases verbales (ser evidente, ser importante, ser justo, ser obvio, etc.) mientras que en inglés se expresa con el sujeto 'it' (it is evident, etc.).



## Actividades

**3.8 Identificar.** Identifique los sujetos y los verbos/frases verbales en las siguientes oraciones complejas. Siga el modelo:

Modelo: Yo quiero que usted me cuenta cómo está Lidia.  
          S      V          S          V          V      S

1. Es muy importante que ella sepa que ustedes la respaldan.
2. Yo le digo que salga, que hable con las amigas, pero ella prefiere quedarse en su cuarto.
3. ¿Usted cree que Lidia esté sufriendo una recaída?
4. Aunque yo quisiera que esté mejor, dudo que así sea.
5. Lamento que su hija esté pasando por momentos difíciles.

### 3. 9 Para analizar y pensar.

Conteste las siguientes preguntas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Cuántos cláusulas hay en cada una de las oraciones en el ejercicio 1?

---

---

2. Fijándose en cada oración, ¿los verbos comparten el mismo sujeto o tienen sujetos diferentes?

---

---

### 3.1 Modo: indicativo y subjuntivo (*continuado*)

❖ **Modo** es la actitud que el hablante tiene hacia lo que dice. Con el indicativo, el hablante indica hechos, mientras que el subjuntivo expresa una actitud subjetiva como deseos, opiniones, afirmaciones hipotéticas y eventos que no son realidad pero podrían serlo).

➤ **Tiempos del indicativo.** Los tiempos del indicativo se presentan en la siguiente tabla:

Tiempo	Verbo – Correr (en 1era persona del singular =
Presente	Corro

Pretérito	Corrí
Imperfecto	Corría
Futuro	Correré
Condicional	Correría
Presente Perfecto	He corrido
Pasado Perfecto	Había corrido
Futuro Perfecto	Habré corrido
Condicional Perfecto	Habría corrido

➤ **Tiempos del subjuntivo.** En esta sección, además de repasar el presente del subjuntivo, se va a cubrir el imperfecto del subjuntivo como se ve en los siguientes ejemplos:

Verbos en infinitivo	Verbos en subjuntivo	Ejemplos en 1era persona del singular = yo
caminar	presente: camine	Me aconseja que <b>camine</b> 30 minutos todos los días.
caminar	imperfecto: caminara	Le daba gusto que yo <b>caminara</b> 30 minutos todos los días

- **Presente del subjuntivo.** Repasen las formas del presente del subjuntivo en la sección de Gramática 1.3 del capítulo 1.
- **Imperfecto del subjuntivo.** La conjugación del imperfecto del subjuntivo se presenta en la siguiente tabla:

<b>sujetos</b>	<b>hablar</b>	<b>correr</b>	<b>medir</b>
yo	hablara	corriera	midiera
tú	hablaras	corrieras	midieras
ud. él , ella	Hablara	corriera	midiera
nosotros	habláramos	corriéramos	midiéramos
vosotros	hablarais	corrierais	midierais
uds.,ellos,ellas	hablaran	corrieran	midieran

- El imperfecto del subjuntivo de todos los verbos regulares y también de la mayoría de verbos irregulares se forma al quitar la terminación **-on** de la tercera persona plural del pretérito (la forma *ellos/ellas*) y añadir las terminaciones del imperfecto del subjuntivo (-a, -as, -a, etc.):

**Ejemplo:** correr- ellos ) corrieron yo corriera

(tú) corrieras

(usted) corriera

(él/ella) corriera

(nosotros) corriéramos

(vosotros) corrierais

(ustedes) corrieran

(ellos/ellas) corrieran

- Hay otra forma del imperfecto del subjuntivo que se ve más frecuentemente por escrito, aunque en algunas regiones todavía se usa en el habla. Se forma al quitar la terminación **-ron** de la tercera persona plural del pretérito (la forma *ellos/ellas*) y añadir las terminaciones del imperfecto del subjuntivo (-se, -ses, -se, etc.):

**Ejemplo:** correr → (ellos ) corrierron → corrierron → (yo) corriese

(tú) corrieses

(usted) corriese

(él/ella) corriese

(nosotros) corriésemos

(vosotros) corrieseis

(ustedes) corriesen

(ellos/ellas) corriesen

❖ **El indicativo y el subjuntivo en cláusulas nominales.** El contraste entre el indicativo y el subjuntivo es más fácil de apreciar en oraciones complejas. En esta sección se verán oraciones complejas con al menos una cláusula principal y una subordinada de tipo nominal.

- **Indicativo en cláusulas nominales.** Cuando en la cláusula principal se expresa una actitud de certeza o seguridad (con verbos o frases verbales como **ver, saber, estar seguro**, etc.), en la subordinada nominal se usa el indicativo como se ven en los ejemplos de la siguiente tabla. Los eventos de la cláusula subordinada pueden ocurrir en el pasado (antes del momento en que se habla), en el presente (al mismo tiempo en que se habla) o en el futuro (después del momento en que se habla):

Cláusula independiente	'que'	Cláusula subordinada	Marco temporal de la subordinada
Veo	que	<b>estás leyendo</b> mi libro	presente
Sé	que	ayer <b>estabas</b> con más ánimos	pasado
Estoy segura	que	mañana <b>vas a tener</b> más hambre	futuro

- Algunos verbos o frases verbales que expresan una actitud de certeza son: *saber, estar segura, ver, darse cuenta, pensar, creer, decir (para informar), ser cierto, ser obvio, ser evidente, ser verdad*

**Ejemplos:** Pienso que Elena tiene razón.

Te **digo** que el concierto es a las 8 de la noche.

**Es** evidente que necesita una terapia.

- **Subjuntivo en cláusulas nominales.** Cuando en la cláusula principal se expresa una actitud subjetiva (al expresar una opinión, probabilidad, deseo, emoción, duda, negación o recomendación en la cláusula independiente), en la subordinada nominal generalmente se usa el subjuntivo en español.

- Hay una condición para que esto suceda: El sujeto de la cláusula independiente es diferente al de la cláusula dependiente como se ve en la siguiente tabla.

Cláusula independiente	que	Cláusula subordinada	Marco temporal de la subordinada
(yo) Dudo	que	(tú) <b>estés leyendo</b> más	presente
(él) Quería	que	(tú) <b>estuvieras</b> con más ánimos	pasado
(yo) Espero	que	(tú) mañana <b>vayas</b> al médico	futuro *

\* Noten que para expresar eventos dentro del marco temporal del futuro, en español se usa el **presente del subjuntivo** en la cláusula subordinada.

- Algunos verbos o frases verbales que expresan una actitud subjetiva son: *querer, desear, recomendar, sugerir, dudar, negar, alegrarse, temer, decir (como una orden), ser importante, ser necesario, ser bueno/malo, ser difícil, ser imposible, ser increíble, ser terrible.*

**Ejemplos:** Es necesario que hagan más ejercicio. Les **sugiero** que vean menos televisión. Te **digo** que duermas más.

- En caso de que las dos cláusulas tengan el mismo sujeto, en la cláusula subordinada se usa el **infinitivo** y no se usa el conector **que** como en los siguientes ejemplos:

Cláusula	que	Cláusula subordinada	Marco temporal de la
Dudo	X	leer más	presente
Quería	X	estar con más ánimos	pasado
Espero	X	ir al médico mañana	futuro

- Igual que con el indicativo, los eventos de la cláusula subordinada en el subjuntivo pueden ocurrir en el pasado (antes del momento en que se habla), en el presente (al mismo tiempo en que se habla) o en el futuro (después del momento en que se habla):

Cláusula independiente	que	Cláusula subordinada	Marco temporal de la
Te recomiendo	que	leas ese libro	presente
Es increíble	que	estés disfrutando el libro	presente
Me alegro de	que	ayer estuvieras con más ánimos	pasado
Espero	que	mañana vayas a tener más	futuro
Dudo	que	mañana vayas a la escuela	futuro

## Ejercicios

### 3.10 Indica los eventos.

Identifique los tiempos verbales del indicativo de los verbos en **negritas** (boldface).

Cláusula independiente	que	Cláusula subordinada	Tiempo del verbo en la subordinada
Noto	que	<b>está</b> un poco decaída	
Sé	que	<b>tenía</b> mucho ánimo	
Sé	que	<b>estuvo</b> con más ánimos todo el día	
Es obvio	que	<b>estás haciendo</b> lo posible por mejorar	
Es cierto	que	<b>era</b> muy alegre de niña	
Es evidente	que	ustedes <b>apoyan</b> a Lidia	

### 3.11 ¿Qué opinas?

Identifique los tiempos verbales del subjuntivo de los verbos en **negritas** (boldface).

Cláusula independiente	que	Cláusula subordinada	Tiempo del verbo en la subordinada
Te sugiero	que	<b>comas</b> un poco más	
No creo	que	<b>estés tomando</b> la medicina	
Dudo	que	<b>vuelvas</b> al hospital	
Espero	que	mañana <b>te sientas</b> mejor	
Es una tristeza	que	<b>estuvieras llorando</b>	
Es increíble	que	ellos <b>notaran</b> su mejoría	
Es raro	que	<b>tengas</b> poco apetito	

### 3.12 Identificar.

Identifique los tiempos verbales y el modo de los verbos en 'negritas' en el diálogo 3.1

	Verbo	Tiempo	Modo
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			

### 3.13 ¿Hechos u opiniones?

Complete el resto de las cláusulas dependientes con el tiempo y el modo que corresponda. Siga el modelo:

**Modelo:** Te recomiendo que (salir) **salgas** a caminar.

1. Quiero que tú (ser)\_\_\_\_\_más activa.
2. Me sugirieron que (ver)\_\_\_\_\_al Doctor Smith.
3. Sabemos que ayer ella (estar)\_\_\_\_\_triste.
4. Espero (sentir)\_\_\_\_\_mejor para ir a la escuela.
5. Ellos quieren que tú (decir)\_\_\_\_\_la verdad.
6. Yo tengo que (cuidar)\_\_\_\_\_mi salud.
7. Le aconsejan que no (estar)\_\_\_\_\_tanto tiempo sola.
8. Es una pena que ellos no (tener)\_\_\_\_\_ganas de salir.
9. Nosotros queremos (ver)\_\_\_\_\_mejor.
10. Ella dijo que ayer (caminar)\_\_\_\_\_por el parque.

### 3.2 Tiempos perfectos del indicativo

En esta sección se van a presentar dos tiempos perfectos: el presente perfecto y el pluscuamperfecto. Los tiempos perfectos se forman con verbo auxiliar **haber** conjugado más el pasado participio de un segundo verbo.

#### ❖ El presente perfecto

- Se forma con el presente del auxiliar **haber** más el participio pasado de otro verbo. En la siguiente tabla, se presenta el presente perfecto del verbo **jugar**:

Sujeto	haber (en presente)	jugar (pasado participio)
yo	he	jugado
tú	has	jugado
usted	ha	jugado
él/ella	ha	jugado
nosotros	hemos	jugado
vosotros	habéis	jugado
ustedes	han	jugado
ellos/ellas	han	jugado

#### ❖ El pluscuamperfecto

- Este tiempo se usa para expresar un evento que sucedió y/o se completó antes de otro evento o punto de referencia en el pasado. Se forma de manera muy similar al presente perfecto, excepto que el auxiliar **haber** va conjugado en imperfecto.
- Para enfatizar que el evento ocurrió con anterioridad a otro generalmente se utilizan adverbios como **ya, nunca, todavía**.



<b>Sujeto</b>	<b>Haber (en imperfecto)</b>	<b>Jugar (pasado participio)</b>
Yo	Había	Jugado
Tú	Habías	Jugado
Usted	Había	Jugado
Él /ella	Había	Jugado
Nosotros	Habíamos	Jugado
Vosotros	Habíais	Jugado
Ustedes	Habían	Jugado
Ellos /ellas	Habían	jugado

<b>Evento anterior</b>	<b>Evento o punto de referencia posterior</b>
Nunca <b>había comido</b> sushi	hasta hoy
Ya <b>había salido</b>	cuando llegaste
Todavía no <b>habían llamado</b>	cuando me fui.

## Ejercicios

### 3.14 Identificar y crear.

Identifique las oraciones que están en presente perfecto en el diálogo 3.2 y haga una lista. Después, trabaje con un/a compañero/a para hacer un diálogo original con estos verbos.

Presente perfecto	Pasado perfecto

**3.15 Recomendaciones.** Está entrenando a un estudiante de trabajo social para que trabaje con pacientes con depresión. Las siguientes son unas recomendaciones que le va a dar. Con un/a compañero/a cambien las siguientes frases a recomendaciones usando el subjuntivo. En la cláusula independiente pueden usar frases como “te recomiendo que”, “te sugiero que”, “es importante que”, “es preferible que”, “es bueno que”.

**Clave:** Recuerden que el subjuntivo se usa para expresar actitudes subjetivas como recomendaciones y sugerencias. Esto es lo que vamos a practicar aquí, así que no olviden usar el subjuntivo en la cláusula subordinada.

RECOMENDACIONES PARA PROFESIONISTAS ATENDIENDO A PACIENTES CON DEPRESIÓN.

**Modelo:** *Construir una relación de confianza con el paciente*  
Te recomiendo que **construyas una relación de confianza con el paciente.**

1. Trabajar de una manera abierta, con actividades participativas y sin juzgar al paciente.

---

2. Explorar las opciones de tratamiento en un ambiente de esperanza y optimismo.

---

3. Explicar las diferentes etapas de la depresión y afirmar que la recuperación es posible.

---

4. Asegurar que todas las conversaciones son confidenciales y privadas.

---

5. Evitar el lenguaje clínico sin la explicación adecuada para que el paciente comprenda la información dada.

---

6. Informar al paciente de los grupos disponibles de apoyo y auto ayuda.

---

7. Asegurar de obtener un consentimiento válido del paciente antes de comenzar el tratamiento.

---

8. Ser respetuoso y sensible a los diversos orígenes culturales, étnicos y religiosos de los pacientes.

---

9. Preguntar si tienen pensamientos suicidas o de autolesiones.

---

10. Considerar atender al paciente con depresión en su primer idioma.

---

### 3.3 Los tiempos perfectos del subjuntivo

De los cuatro tiempos verbales del modo subjuntivo, el presente simple se presentó en la sección 1.3 del capítulo 1 y el imperfecto se presentó en la sección 3.1 de este capítulo. En la tabla siguiente se presentan ejemplos del presente y del imperfecto del subjuntivo en cláusulas subordinadas:

Cláusula independiente	conector 'que'	Cláusula subordinada	Tiempo del verbo en la subordinada
Me alegro	que	Lidia se <b>sienta</b> mejor	presente
No creía	que	te <b>sintieras</b> tan triste	imperfecto

Recuerden que en la sección 3.2 se presentaron los tiempos perfectos en el indicativo. A continuación se van a presentar los **tiempos perfectos del subjuntivo**, como se ve en las cláusulas subordinadas en la tabla siguiente:

Cláusula independiente	conector 'que'	Cláusula subordinada	Tiempo del verbo en la subordinada
Me alegro	que	te <b>hayas sentido</b> mejor	presente perfecto
No creía	que	te <b>hubieras sentido</b> tan mal	pluscuamperfecto

- El **presente perfecto del subjuntivo** se usa de la misma manera que el presente perfecto del indicativo, pero se usa en contextos que requieren el subjuntivo. Se forman con el auxiliar **haber** en el presente del subjuntivo: **haya + el verbo en el participio pasado**.  
**Ejemplos:** Espero que Lidia **haya ido** a terapia.  
Dudo que Rocío **haya dormido** tranquilamente.  
ojalá que no **haya esperado** mucho.
  
- El **pluscuamperfecto del subjuntivo** se usa para expresar acciones que tuvieron lugar antes de un momento determinado en el pasado o acciones que podrían haber tenido lugar en el pasado en otras circunstancias (pero que nunca pasaron). Se forma con el auxiliar **haber** en el imperfecto del subjuntivo: **hubiera + el verbo en participio pasado**.  
**Ejemplos:** Me sentí mejor de que **hubiera llegado** la ambulancia.  
No sé qué habría pasado (condicional perfecto) con Lidia si no la **hubiera visto**. Dudo que **hubiera tenido** una amiga mejor que Rocío.

### Línea de tiempo:

Para que los tiempos perfectos sean un poco más fáciles de entender (e identificar) es útil verlos en una línea de tiempo como se ve a continuación:



## Ejercicios

**3.16 Reacciones y sugerencias.** Complete las oraciones con la forma del **presente perfecto del subjuntivo** de los verbos en paréntesis.

1. Te sentirás mejor cuando (tomar)\_\_\_\_\_ la medicina.
2. ¡Todavía no puedo creer que Lidia (intentar)\_\_\_\_\_ suicidarse!
3. Aunque Rocío y la operadora (estar)\_\_\_\_\_ en calma, fue una situación difícil.
4. Es posible que el médico (diagnosticar)\_\_\_\_\_ una severa depresión.
5. “Avísame cuando (llegar)\_\_\_\_\_ la ambulancia” dijo la operadora.

### 3.4 Imperativo: mandatos formales e informales

El modo imperativo se usa para mandar, dar órdenes o sugerencias directamente a una(s) persona (s). Por lo tanto, hay formas del imperativo para la segunda persona (tú, usted, ustedes y vosotros). En general, los estudiantes encuentran útil el pensar que las formas del imperativo son similares a las formas del presente del subjuntivo con excepción de la forma afirmativa de la segunda persona del singular (o sea, la forma afirmativa de **tú**) y la forma afirmativa de la segunda persona del plural (o sea, la forma afirmativa de **vosotros**) como se ve en la tabla de abajo.

La siguiente tabla muestra todos los imperativos del verbo **escuchar**: afirmativos y negativos, formales e informales. Las formas en **rojo** son las formas del imperativo que son similares al presente de subjuntivo, mientras que las que están en **azul** (las formas afirmativas de **tú** y de **vosotros**) no son parecidas al subjuntivo.

Sujeto	Imperativo afirmativo	Imperativo negativo
(tú)	<b>escucha</b> (Presente de indicativo)	<b>no escuches</b> (no + Presente de subjuntivo)
(usted)	<b>escuche</b> (Presente de subjuntivo)	<b>no escuche</b> (no + Presente de subjuntivo)
(vosotros)	<b>escuchad</b> (Infinitivo -r + -d)	<b>no escuchéis</b> (no + Presente de subjuntivo)
(ustedes)	<b>escuchen</b> (Presente del subjuntivo)	<b>no escuchen</b> (no + Presente de subjuntivo)

#### ❖ Verbos regulares

##### ➤ Imperativos formales: usted y ustedes

- Los imperativos **afirmativos y negativos** de **usted** y **ustedes** son similares al presente del subjuntivo

**Ejemplos:** ¡Hable más lento! (*usted*) Speak slowly!

¡Hablen más lento! (*ustedes*) Speak slowly!

- Los imperativos negativos se forman agregando la palabra **no** antes del imperativo

Sujeto	Imperativo afirmativo	Imperativo negativo
(usted)	<b>escuche</b>	<b>no escuche</b>
(ustedes)	<b>escuchen</b>	<b>no escuchen</b>

➤ **Imperativos del singular informal: tú**

- El imperativo **negativo** es similar al presente del subjuntivo y se agrega la palabra **no** antes del imperativo
- Para el **afirmativo** se le quita la ‘-s’ al la forma **tú** del presente indicativo.

Sujeto	Imperativo afirmativo	Imperativo negativo
(tú)	escucha ✓	no escuches

**Ejemplo:**

¡Habla rápido! (tú)

Speak fast!

¡No hables con la boca llena! (tú)

Don't talk with your mouth full!

➤ **Imperativos del plural informal: vosotros**

- Los imperativos **negativos** son similares al presente del subjuntivo y se agrega la palabra **no** antes del imperativo
- Los **afirmativos** se forman reemplazando la –r del infinitivo con la letra –d

Sujeto	Imperativo afirmativo	Imperativo negativo
(vosotros)	escuchad (Infinitivo –r + -d)	no escuchéis

**Ejemplo:**

¡Hablad más bajo!

Quiet down!

¡No habléis con la boca llena! Don't talk with your mouth full!

❖ **Verbos irregulares**

➤ **Imperativos del singular informal: tú**

- Hay ocho verbos irregulares en la forma **afirmativa** del **tú**: decir, hacer, ir, poner, salir, ser, tener y venir.
- El imperativo **negativo** es similar al presente del subjuntivo y se agrega la palabra **no** antes del imperativo
- La siguiente tabla muestra los verbos irregulares y sus imperativos afirmativos y negativos en la forma **tú**.

**Ejemplos:**

¡Di la verdad!

Tell the truth!

¡No digas mentiras!

Do not lie!

Imperativos de verbos irregulares		
Verbo irregular	Imperativo afirmativo	Imperativo negativo
Decir	Di	No digas
Salir	Sal	No salgas
Hacer	Haz	No hagas
Ser	Sé	No seas
Ir	Ve	No vayas
Tener	Ten	No tengas
Poner	Pon	No pongas
Venir	Ven	No vengas

➤ **Imperativos de usted, ustedes y vosotros**

- Los imperativos **afirmativos** y **negativos** son similares al presente del subjuntivo.

Verbo irregular	Imperativo afirmativo (usted)	Imperativo negativo (usted)	Imperativo negativo (tú)
Decir	Diga	No diga	No digas
Salir	Salga	No salga	No salgas
Hacer	Haga	No haga	No hagas
Ser	Sea	No sea	No seas
Ir	Vaya	No vaya	No vayas
Tener	Tenga	No tenga	No tengas
Poner	Ponga	No ponga	No pongas
Venir	Venga	No venga	No vengas

❖ *Imperativos colectivos en la forma **nosotros***

- Expresan mandatos o sugerencias tales como *let's talk*
- Usan el presente del subjuntivo, excepto por el verbo **ir** en la forma afirmativa, como se ve en la siguiente tabla.



Imperativos en la forma nosotros		
	Afirmativo	Negativo
hablar	hablemos	no hablemos
ir	vamos	no vayamos
llamarlo	llamémoslo	no lo llamemos
levantarse	levantémonos	no nos levantemos
irse	vámonos	no nos vayamos

### Ejemplos:

Hablemos	let's talk
No comamos	let's not eat
Vamos	let's go
No salgamos	let's not go out

### ❖ Imperativos con pronombres

En esta sección se presenta la posición de los pronombres (de objeto directo, indirecto o reflexivos) con respecto al verbo en imperativo. Recuerde que con verbos en infinitivo (o sea, sin conjugar) los pronombres se añaden después de la terminación -**ar**, -**er**, o -**ir**: **llamarlo**, **comerla**, **escribirlo**, **bañarse**, **dormirse**.

- La posición es la misma independientemente de si los pronombres son de objeto directo, indirecto o reflexivos.
- Con imperativos afirmativos, los pronombres van después del verbo: **llámalo**.
- Con imperativos negativos, los pronombres van entre la negación **no** y el verbo: **no lo llames**.

	Usted	Ustedes	Tú	Vosotros
<b>llamarlo</b>	llámelo no lo llame	llámenlo no lo llamen	llámalo no lo llames	llamadlo no lo llaméis
<b>hablarle</b>	háblele no le hable	háblenle no le hablen	háblale no le hables	habladle no le habléis
<b>comerla</b>	cómala no la coma	cómanla no la coman	cómela no la comas	comedla no la comáis
<b>escribirlo</b>	escribelo no lo escriba	escribanlo no lo escriban	escribelo no lo escribas	escribidlo no lo escribáis
<b>peinarse</b>	péinense no se peine	péinense no se peinen	péinate no te peines	peinaos no os peinéis
<b>levantarse</b>	levántese no se levante	levántense no se levanten	levántate no te levantes	levantaos no os levantéis

➤ **Pronombres en los imperativos afirmativos**

- Los pronombres se añaden al final de los imperativos y forman una palabra con el verbo en la forma afirmativa.
- Un imperativo afirmativo con pronombres se acentúa, excepto en la forma **vosotros**.

**Ejemplos:**

Siga <i>el tratamiento médico</i>	Sígal <b>o</b> (usted)
Compra <i>el medicamento</i>	Cómpral <b>o</b> (tú)
Llamen <i>a la enfermera</i>	Llámen <b>la</b> (ustedes)
Llamad <i>a la enfermera</i>	Llamad <b>la</b> (vosotros)

**Ejemplos con reflexivos:**

Bañarse (usted)	Báñese <b>se</b> (usted)
Bañarse (ustedes)	Báñense <b>se</b> (ustedes)
Bañarse (tú)	Báñate <b>te</b> (tú)
Bañarse (vosotros)	Bañaos <b>os</b> (vosotros)

➤ **Pronombres en los imperativos negativos**

- Los pronombres van entre el negativo **no** y el verbo en los imperativos negativos.

**Ejemplos:**

No siga <i>el tratamiento médico</i>	-----No lo siga (usted)
No compres <i>el medicamento</i>	-----No lo compres (tú)
No llamen <i>a la enfermera</i>	-----No la llamen (ustedes)
No llaméis <i>a la enfermera</i>	-----No la llaméis (vosotros)

<b>Ejemplos con reflexivos:</b> Portarse (usted)	No se porte mal (usted)
Portarse (ustedes)	No se porten mal (ustedes)
Portarse (tú)	No te portes mal (tú)
Portarse (vosotros)	No os portéis mal (usted)

➤ **Pronombres con imperativos irregulares**

- La posición de los pronombres con **verbos irregulares** en el imperativo son las mismas que las reglas con **verbos regulares** en el imperativo:
- Con imperativos afirmativos, los pronombres van después del verbo: *dígale*.
- Con imperativos negativos, los pronombres van entre la negación **no** y el verbo: *no le diga*.

Verbo	Usted	Ustedes	Tú	Vosotros
Decir	Dígale No le diga	Díganle No le digan	Dile No le digas	Decidle No le digáis
Salir	Sálgase No se salga	Sálganse No se salgan	Salte No te salgas	Salidos No os salgáis
Hacer	Hágalo No lo haga	Háganlo No lo hagan	Hazlo No lo hagas	Hacedlo No lo hagáis
Ir	Váyase No se vaya	Váyanse No se vayan	Vete No te vayas	Idos No os vayáis
Tener	Téngalo No lo tenga	Ténganlo No lo tengan	Tenlo No lo tengas	Tenedlo No lo tengáis
Ponerse	Póngase No se ponga	Pónganse No se pongan	Ponte No te pongas	Pongaos No os pongá
Venir	Vengase No se venga	Vénganse No se vengán	Vente No te vengas	Veníos No os vengáis

## Ejercicios

**3.17 ¡Háganlo o no!** La siguiente tabla tiene otros verbos regulares en el imperativo. Complete la tabla con las formas afirmativas y negativas usando el imperativo. Ponga especial atención al sujeto y a las formas de **tú** y de **vosotros**. Las formas del verbo **revisar** se han agregado como modelo.

- **Nota:** Recuerden que la forma usted del imperativo del verbo decir lleva un acento tanto en la forma afirmativa como en la negativa.

Imperativos de verbos regulares				
Verbos	Usted	Ustedes	Tú	Vosotros
Revisar	Revise No revise	Revisen No revisen	Revisa No revises	Revisad No reviséis
Avisar				
Comer				
Llamar				
Beber				
Vivir				
Escribir				
*dar				

**3.18 Indicaciones.** Ahora va a darle indicaciones a un señor mayor de edad para que se controle la diabetes. Su nieto lo está acompañando, así que también le da a él un par de indicaciones para que le ayude a su abuelo. Escriba dos indicaciones afirmativas y dos negativas para cada uno usando verbos (mandatos) de la tabla anterior. Use verbos diferentes.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Ejercicios

**3.19 Completar.** La siguiente tabla tiene otros verbos regulares en el imperativo. Complete la tabla con las formas afirmativas y negativas usando el imperativo. Ponga especial atención al sujeto y a las formas de **tú** y de **vosotros**. Las formas del verbo **mirar** se han agregado como modelo. Después, trabaje con un compañero para escribir un diálogo donde uno va a hacer el papel de la operadora del 911 y el otro va a hacer el papel de la persona que habla para reportar una emergencia. Usen verbos de la tabla y otros verbos según los necesiten.

Verbo	Usted	Ustedes	Tú	Vosotros
Mirar <b>lo</b>	Míre <b>lo</b> No <b>lo</b> mire	Míren <b>lo</b> No <b>lo</b> miren	Míra <b>lo</b> No <b>lo</b> mires	Mirad <b>lo</b> No <b>lo</b> miréis
Cuidar <b>la</b>				
Vendar <b>le</b>				
Vestir <b>se</b>				
cuidar <b>se</b>				

**3.20 Indicaciones para mejorar la salud.** Necesita darle indicaciones a un paciente para prevenir enfermedades y mejorar su salud. Escriba indicaciones usando formas afirmativas y negativas con los siguientes verbos. Ponga especial atención al sujeto y a los verbos irregulares en la forma tú. Después, túrnese con un compañero de clase haciendo el papel de un enfermero/a y de paciente.

**Modelo:** Caminar (usted)

- a. *Camine* media hora todos los días.
- b. *No camine* mucho hasta que se recupere.

1. Ir al parque y caminar (tú)

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_

2. Hacer ejercicio (usted)

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_

3. Levantarse (ustedes)

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_

4. Comer (tú)

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_

5. Dormir (vosotros)

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_

**3.21 Indicaciones para un paciente que es menor de edad.** Le tiene que dar indicaciones a un jovencito. Para que no se le pierdan, se las escribe en un papel. Traduzca las siguientes usando imperativos al español. Después trabaje con un/a compañero/a. Túrñense haciendo el rol del paciente.

1. Don't lose your insurance card.(tú)

\_\_\_\_\_

2. Get to your appointment on time.(usted)

\_\_\_\_\_

3. Wait here.(usted)

\_\_\_\_\_

4. Write your name and address. (usted)

\_\_\_\_\_

5. Don't smoke. (usted)

\_\_\_\_\_

6. Don't do it. (tú)

\_\_\_\_\_

7. Get up early. (tú)

\_\_\_\_\_

8. Sleep at least eight hours. (usted)

\_\_\_\_\_

9. Eat healthy. (ustedes)

\_\_\_\_\_

10. Take your medicine. (vosotros)

\_\_\_\_\_

### 3.5 Saber y Conocer

En español los verbos **saber** y **conocer** expresan la idea “to know” dependiendo del contexto.

#### ❖ Saber

- Para expresar el conocimiento o ignorancia de hechos o información acerca de algo o alguien (*to know facts or pieces of information*).

**Ejemplo:**

Susana **no sabe** cómo llegar a mi casa

Susan **does not know** how to get to my house.

¿**Sabes** dónde está tu libro?

*Do you **know** where your book is?*

Carlos **sabe** lo que le pasa a Susana.

*Carlos **knows** what 's going on with Susana.*

- Para expresar el conocimiento o ignorancia de alguna materia escolar o disciplina.

**Ejemplo:**

Yo **no sé** mucho de computadoras

*I **don't know** much about computers*

Susana **sabe** inglés

*Susana **knows** (to speak) English*

Carlos **no sabe** nada de contabilidad  
*about accounting*

*Carlos **doesn't know** anything*

- Para expresar el conocimiento o ignorancia de alguna habilidad o cómo hacer algo.

**Ejemplo:**

Susana **sabe** bailar

*Susana **knows** how to dance*

Carlos **no sabe** conducir

*Carlos **doesn't know** how to drive*

Me **sé** la letra de la canción

*I **know** the lyrics of the song (by heart)*

- **Saber** en el pretérito se traduce como *to find out*.

**Ejemplo:**

Apenas **supo** que sus exámenes salieron negativos. *He/she just **found out** that the tests were negative*

 **Conocer**

- Se usa para expresar familiaridad con alguna persona, lugar o cosa.

**Ejemplo:**

Ayer **conocí** a los padres del niño *Yesterday **I got to know (I met)** the kid's parents*

**No conozco** la ciudad ***I don't know** the city.*

¿**Conoces** a mi paciente? *Do you **know (have you met)** my patient?*

- **Conocer** en el pretérito se traduce como *to meet*.

**Ejemplo:**

**Conocí** a mi esposo en la escuela ***I met** my husband at school.*

- La siguiente tabla tiene la conjugación de **saber** en los tiempos simples del indicativo.

Infinitivo	Indicativo				
	Presente	Imperfecto	Pretérito	futuro	condicional
Saber	Sé	Sabía	Supo	Sabré	Sabría
	Sabes	Sabías	Supiste	Sabrás	Sabrías
	Sabe	Sabia	Supo	Sabrá	Sabría
	Sabemos	Sabíamos	Supimos	Sabremos	Sabríamos
	Sabéis	Sabíais	Supisteis	Sabréis	Sabríais
	Saben	Sabían	Supieron	Sabrán	Sabrían



- La siguiente tabla tiene la conjugación de **saber** en los tiempos simples del subjuntivo e imperativo

Infinitivo	Subjuntivo		Imperativo
	Presente	Pasado	
saber	Sepa	Supiera	
	Sepas	Supieras	Sabe (tú) (No sepas)
	Sepa	Supiera	Sepa (usted)
	Sepamos	Supiéramos	sepamos
	Sepáis	Supierais	Sabed (no sepáis)
	Sepan	Supieran	Sepan (ustedes)

- La siguiente tabla tiene la conjugación de **conocer** en los tiempos simples del indicativo.

Infinitivo	Indicativo				
	Presente	Imperfecto	Pretérito	futuro	condicional
Conocer	Conozco	Conocía	Conocí	Conoceré	Conocería
	Conoces	Conocías	Conociste	Conocerás	Conocerías
	Conoce	Conocía	Conoció	Conocerá	Conocería
	Conocemos	Conocíamos	Conocimos	Conoceremos	Conoceríamos
	Conocéis	Conocías	Conocisteis	Conocerán	Conoceríais
	Conocen	Conocían	Conocieron	Conocerán	Conocerían

- La siguiente tabla tiene la conjugación de **conocer** en los tiempos simples del subjuntivo e imperativo.

Infinitivo	Subjuntivo		Imperativo
	Presente	Pasado	
Conocer	Conozca	Conociera	
	Conozcas	Conocieras	Conoce (tú) (No conozcas)
	Conozca	Conociera	Conozca (usted)
	Conozcamos	Conociéramos	conozcamos
	Conozcáis	Conocierais	Conoced (No conozcáis)
	Conozcan	Conocieran	Conozcan (ustedes)

## Ejercicios

**3.21 ¿ Saber o conocer? Gramática en contexto.** Identifique cuál verbo usar, saber o conocer, y escriba la forma correcta del verbo según el contexto.

1. Tengo que llamar a la mamá de mi paciente. ¿\_\_\_\_\_ su número de teléfono?
2. El muchacho es muy joven y no\_\_\_\_\_ conducir.
3. El doctor\_\_\_\_\_ tratar muy bien a sus pacientes.
4. La enfermera no\_\_\_\_\_ las reglas del hospital.
5. \_\_\_\_\_(yo) muy bien a la trabajadora social.
6. Soy bilingüe,\_\_\_\_\_ hablar inglés y español.
7. Los padres del niño no\_\_\_\_\_ hablar inglés.
8. La familia no\_\_\_\_\_ el sistema de aseguranza médica aquí en Estados Unidos.
9. ¿\_\_\_\_\_ (Ud.) quién va a pagar la consulta?
10. Susana, ¿\_\_\_\_\_ dónde están las formas para pacientes nuevos?

## Ejercicios

**3.22 Preguntas.** Usted es nuevo/a en el hospital y tiene muchas preguntas acerca de los procedimientos en su nuevo trabajo. Le pregunta a varios compañeros de trabajo si saben lo que se tiene que hacer en diferentes situaciones y si conocen a otros trabajadores. Escriba cinco preguntas usando diferentes conjugaciones según se indica. Use la tabla de los verbos **saber** y **conocer** como guía. Después trabaje con un(a) compañero/a de clase haciéndose las preguntas.

1. (Usted, presente, saber)
2. \_\_\_\_\_ (Tú, imperfecto, conocer)
3. \_\_\_\_\_ (Ellos, imperfecto, saber)
4. \_\_\_\_\_ (Ustedes, pretérito, conocer)
5. \_\_\_\_\_ (Ella, futuro, saber)

## En resumen

En este capítulo se exploró el tema central de la salud mental, un tema que tiende a ser tabú en muchas familias latinas. Se examinaron enfermedades como la depresión y el alcoholismo, así como situaciones de llamadas de emergencia y visitas a domicilio. Se cubrió también la función comunicativa de dar recomendaciones así como indicaciones a seguir dentro de un contexto de emergencia.

Use la información de este capítulo y su conocimiento para contestar las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. Narre una situación de emergencia en la que se vio involucrado/a. Haga la narración con eventos en secuencia y describiendo el contexto en que ocurrió. ¿Qué ocurrió y quién fue la persona afectada? ¿Se pudo resolver la situación? ¿Cómo?

---

---

---

2. En la cuarta edición del libro 'Definiendo al Trabajo Social', Norberto Alayón presenta 140 definiciones de esta profesión. Busque un par de definiciones en el Internet de lo que hace un/a trabajador/a social y escríbalas en las líneas siguientes. Después, trabajen en grupos de cuatro personas para comparar sus definiciones. Traten de escribir una definición que reúna las características en las que están de acuerdo todos en el grupo. Piensen en argumentos para pensar por qué escogieron esas características.

### **Definiciones individuales:**

---

---

### **Definición del grupo:**

---

---

### **Argumentos:**

---

---

### Metas comunicativas

- Describir lesiones
- Recomendar tratamientos
- Narrar en el presente perfecto

### Temas Centrales

#### A. Las lesiones deportivas

#### B. Las lesiones de la vida rutinaria

#### C. Las lesiones e el área laboral

### Gramática

#### 4.1 El presente perfecto y el participio pasado

#### 4.2 Se reflexivo y se impersonal

#### 4.3 El presente de subjuntivo: mandatos formales

#### 4.4 Los verbos reflexivos

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará tipos de lesiones que tratan con los deportes, la vida rutinaria y el trabajo. El estudiante será expuesto a terminología y situaciones en el hospital y el consultorio además de la cirugía requerida y optativa dependiendo de la condición del paciente. También se explorará el tema de la rehabilitación y terapia adecuada. Se verán algunos cuestionarios y formularios generales requeridos en esta área del sector de la salud.

### Preguntas para considerar

¿Qué tipos de lesiones ocurren en la vida rutinaria?

¿Qué tipos de lesiones requieren una cirugía?

¿Qué tipos de lesiones requieren terapia ocupacional o física?

## A. LAS LESIONES DEPORTIVAS



Consulte la gramática 4.1 y 4.2

Metas comunicativas: Narrar en el presente perfecto; Recomendar tratamientos

### Vocabulario útil

La rodilla	the knee
El entrenador	the coach
Aguantar	to handle
El terapeuta atlético	the sports therapist
Un chasquido	a pop or snap

**Diálogo 4.1** Emiliano visita a su médico de cabecera, el Dr. Sánchez.

- Dr. Sánchez -- Buenas tardes. ¿En qué le puedo ayudar?
- Emiliano -- Buenas tardes doctor. Juego fútbol americano y últimamente me duele mucho la rodilla. Creo que me **he lesionado**.
- Dr. Sánchez -- ¿Se **ha lesionado** durante un juego de fútbol o en casa?
- Emiliano -- Me he lesionado durante la práctica. Mi entrenador me dio hielo y se me calmó un poco la inflamación pero ya no aguanto el dolor.
- Dr. Sánchez -- Esto parece ser una lesión grave y debería ver a un terapeuta atlético. Le voy a recomendar a Vicente.

### Nota 4.1

Nótese que regularmente cuando ocurre una lesión por primera vez, el paciente no recurre directamente al terapeuta atlético o fisioterapeuta. Primero visita a su médico de cabecera quien lo recomienda a uno de ellos.

**Diálogo 4.2** Vicente es un terapeuta atlético y se encuentra con su paciente Emiliano.

- Vicente --Buenos días, joven. ¿En qué le puedo ayudar?
- Emiliano -- Buenos días. Juego fútbol americano y últimamente me duele mucho la rodilla. Creo que me he lesionado.
- Vicente -- ¿Me puede describir el dolor?
- Emiliano -- Sí, cada vez que muevo la rodilla me duele mucho, como si algo se hubiera dislocado y no puedo poner mi propio peso sobre la pierna.
- Vicente --¿Desde cuándo **ha notado** el dolor?
- Emiliano -- Lo noté el martes, el día de la práctica, después de que un compañero me pegó en la rodilla.
- Vicente -- ¿Escuchó algún ruido fuera de lo normal? ¿Como un chasquido o un ruido seco? ¿Se le inflamó la pierna o la rodilla?
- Emiliano --Sí, escuché un ruido raro cuando me golpeó y en ese momento se me comenzó a inflamar la rodilla. Mi entrenador rápidamente me puso hielo y me calmó un poco la inflamación, pero ya no aguanto el dolor. Fui al médico de cabecera y me **ha recomendado** venir con usted.
- Vicente -- Se le **ha disminuido** la inflamación. Le voy a hacer dos exámenes. Si salen positivos, mandaré a que le hagan una *imagen por resonancia magnética* o IRM) y unos rayos-X para confirmar el diagnóstico.
- Emiliano -- Muy bien, gracias.

## Actividades

### 1. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas, según los diálogos.

1. ¿Qué deporte estaba practicando Emiliano cuando se lesionó la rodilla?

---

---

2. Busque en la red mundial qué tipos de deportes o actividades conllevan a lesiones en la rodilla.

---

---

## 2. Posibles preguntas.

Usted es un terapeuta atlético y se ve con un paciente. Anote cuatro posibles preguntas y compártalas con la clase.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

### Actividad de pre-lectura

## 3. Actividad de pre-lectura. Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Se ha lesionado alguna vez? ¿Qué hizo? ¿Cómo sucedió? ¿Aún está herido con esa lesión?

---

---

### Vocabulario útil

los calambres	the cramps
la tendinopatía	the tendonitis
las lesiones ligamentosas	the ligament injuries
los cartílagos	the cartilages
las fisuras	the fissures





## LECTURA: TIPOS DE LESIONES

Las lesiones son diferentes tipos de alteraciones de las articulaciones, los huesos, tendones y músculos que se pueden producir durante la práctica deportiva o la vida diaria. Estas lesiones pueden afectar diversas partes de la anatomía humana, por ejemplo las extremidades superiores (cabeza, mano, codo, hombro) y las extremidades inferiores (cadera, rodilla y tobillo). Las lesiones son causadas por múltiples factores, como por ejemplo la mala práctica de actividades deportivas profesionales o en la vida rutinaria. Otro factor son los episodios traumáticos difíciles de anticipar o prevenir.

### Lesiones musculares:

Algunas lesiones musculares son contracturas, desgarros, calambres, contusiones y hematomas.



Desgarros: El desgarro muscular es un tipo de lesión que ocurre con frecuencia en personas que practican deporte. El desgarro se refiere a la pérdida de consistencia del tejido muscular o fibras musculares. Un desgarro puede causar dolor localizado o dolor agudo, equimosis, inflamación, deformación estructural e impotencia funcional.

### Lesiones relacionadas con los tendones:

Algunas lesiones relacionadas con los tendones son tendinosis y tendinopatías.



Tendinopatía aquilea: Una tendinopatía aquilea es una lesión habitual que ocurre por sobrecarga en el tendón de Aquiles durante la actividad física de correr. Una tendinopatía aquilea puede causar entumecimiento y dolor por la mañana durante el calentamiento o después de la actividad.

Lesiones articulatorias:

Las lesiones relacionadas con las articulaciones son lesiones ligamentosas, luxaciones y subluxaciones, meniscopatías, bursitis y de cartílagos.



Lesión del ligamento cruzado

posterior (LCP): Es un desgarro parcial o completo, o un estiramiento de cualquier parte del ligamento cruzado posterior que se localiza dentro de la articulación de la rodilla. Es causada por una extensión excesiva de la rodilla al aterrizar torpemente después de saltar.

Lesiones de huesos:

Entre las lesiones relacionadas con los huesos están las fisura, las fracturas y la periostitis.



Fracturas: Una fractura es una ruptura usualmente en el hueso.

Las fracturas abiertas o compuestas existen si el hueso rompe la piel. Estas lesiones son debidas a accidentes automovilísticos, lesiones deportivas o caídas. También son causadas por la pérdida de masa ósea y la osteoporosis.

## Actividades

### 4. Comprensión y análisis. Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué es un desgarro muscular? Nombre y explique un desgarro miofascial.

---

2. ¿Cuáles son algunas causas comunes de las fracturas?

---

### 5. Investigación.

Como se ha visto, hay diversos tipos de lesiones. En la red mundial busque y explique con ejemplos específicos las contracturas y las contusiones. También explique qué es la periostitis y dé un ejemplo.

---

---

---

### 6. Combinación.

Combine cada definición de la izquierda con una de las palabras a la derecha.

- |  |                     |
|--|---------------------|
| 1. __ muestra de tejido tomada de un ser vivo, con fines diagnósticos                                | a. inmóvil          |
| 2. __ aparato destinado a la intercomunicación   | b. histología       |
| 3. __ torcedura violenta y dolorosa de una articulación  | c. Angosto          |
| 4. __ que no se mueve  | d. Dislocar         |
| 5. __ estrecho o reducido  | e. esguince         |
| 6. __ dicho de una parte del cuerpo: inflamarse por herida o golpe                                   | f. embriología      |
| 7. __ parte de la anatomía que trata del estudio de los tejidos orgánicos                            | g. Biopsia          |
| 8. __ sacar algo de su lugar; se refiere a huesos y articulaciones                                   | h. Cirugía          |
| 9. __ estudio de la formación y el desarrollo de los embriones                                       | i. intercomunicador |
| 10. __ parte de la medicina que tiene por objeto curar las enfermedades por medio de las operaciones | j. hinchar          |

### 7. Definición y análisis.

Busque en un diccionario o en una enciclopedia médica la definición de los siguientes cuatro términos. Luego, con un(a) compañero(a) de clase, escriba cuál de éstas es la más dañina y cuál es la menos dañina para el paciente. Indique también cuál de estos casos requiere una cirugía (requerida o electiva) y el tipo de rehabilitación que es necesaria.

1) la lesión muscular:

---

---

2) la lesión de tendón:

---

---

3) la lesión articular:

---

---

4) la lesión de hueso:

---

---

## A. LAS LESIONES DEPORTIVAS



Consulte la gramática 4.2 y 4.3

**Metas comunicativas: Recomendar tratamientos; Narrar en el presente perfecto**

### Vocabulario

el ligamento cruzado anterior  
la cirugía optativa los fármacos

the anterior cruciate ligament  
the elective surgery the drugs  
the crutches

**Diálogo 4.3.** Vicente, el terapeuta atlético, procede a hacer las pruebas a Emiliano y éstas salen positivas.

- Vicente --Emiliano, me hace el favor de acostarse en una posición decúbito supino, es decir de boca arriba.
- Emiliano --No sé a lo que se refiere.
- Vicente --Se puede acostar en la cama médica y le acomodaré las caderas para que estén en un ángulo de 45°. Las rodillas estarán en un ángulo de 90° y los pies planos y apoyados en la mesa.
- Emiliano --Doctor ¿cómo se llama este examen?
- Vicente --Se llama la prueba del cajón anterior conocido como el “anterior drawer test.” Me avisa si le duele lo que voy a hacer. Voy a sentarme sobre sus pies para estabilizar su pierna. Voy a hacer un tirón firme.
- Emiliano --Sí doctor, me dolió.
- Vicente --Le voy a hacer otro examen llamado la prueba de “Lachman.” Se tiene que mantener en la posición original. Le voy a acomodar las caderas y le posicionaré la rodilla en un ángulo de 20° a 30°. Me avisa si le duele lo que haré. Voy a colocarle mi mano por debajo de su pantorrilla y la otra, sobre el muslo. Aplicaré presión para mover la parte inferior de la pierna hacia delante.
- Emiliano --Sí doctor, también me dolió.
- Vicente --Desafortunadamente, se movió demasiado, lo que es una señal que hay una esguince.
- Emiliano --Doctor, ¿y qué es un esguince?
- Vicente --Emiliano, es cómo una torcedura violenta en su rodilla y por eso tiene mucho dolor. Voy a mandar a **que le hagan** unas *imágenes por resonancia magnética* (IRM) y unos rayos X para diagnosticar la condición de su rodilla.
- Emiliano --Perfecto, doctor.

**Diálogo 4.4.** Emiliano visita su hospital cercano para una cita de imágenes por resonancia magnética IRM (MRI por sus siglas en inglés.)

- Edgar -- Hola Emiliano, soy Edgar, su tecnólogo. Voy a realizar su examen de IRM.
- Emiliano -- Hola Edgar, está bien, nada más dígame que debo hacer.
- Edgar -- Se puede poner la bata y acostarse sobre la mesa angosta.
- Emiliano -- Por supuesto. ¿Qué más?
- Edgar -- Necesito que se quede inmóvil por unos 30 a 60 minutos. Estaré operando la máquina desde otro cuarto, pero la máquina tiene un intercomunicador que permite **que pueda** hablar conmigo en cualquier momento.
- Emiliano -- ¿Me va a doler?
- Edgar -- No, pero debe permanecer como le dije, inmóvil, para que no haya errores con las imágenes.

### Actividades

#### Metas comunicativas: Narrar en el presente perfecto

**8. Recopilando información.** Usted se lastimó en un juego de fútbol. Necesita una IRM, llene el formulario a continuación y compártalo con un compañero de clase.

#### Imágenes por resonancia magnética de rodilla

Nombre del paciente: \_\_\_\_\_

Doctor: \_\_\_\_\_

Diagnóstico: \_\_\_\_\_

Síntomas: \_\_\_\_\_

1. ¿Qué rodilla será examinada hoy? \_\_\_\_\_ Derecha \_\_\_\_\_ Izquierda \_\_\_\_\_ Ambas

2. ¿Ha tenido otros estudios de su rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí

Si es así, ¿qué estudio? \_\_\_\_\_ IRM \_\_\_\_\_ CT \_\_\_\_\_ Rayos X

¿Cuándo se realizó el estudio? \_\_\_\_\_

¿Doónde se realizó el estudio? \_\_\_\_\_

¿Cuáles fueron los resultados? \_\_\_\_\_

¿Cómo **ha cambiado** su condición desde que se realizó el estudio? \_\_\_\_\_

3. ¿Tiene dolor en la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí

¿Cuándo comenzó el dolor? \_\_\_\_\_

¿El dolor comenzó de repente o poco a poco? \_\_\_\_\_

¿Es el dolor de una lesión o de un accidente? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí

Si es así, explique \_\_\_\_\_

4. ¿Tiene hinchazón de la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Dónde? \_\_\_\_\_

5. ¿Tiene artritis? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Qué tipo de artritis? \_\_\_\_\_

6. ¿Tiene una masa o un bulto en la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Dónde? \_\_\_\_\_

¿Se realizó una biopsia? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Cuáles fueron los resultados?

7. ¿Tiene inestabilidad en su rodillo? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí

8. ¿Le han extraído líquido en la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Qué se encontró?

9. ¿Se ha roto un hueso de la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Cuándo? \_\_\_\_\_

10. ¿**Ha tenido** inyecciones en la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí

11. ¿Se **ha roto** un menisco o disco de la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Cuál? \_\_\_\_\_ Medial  
\_\_\_\_\_ Lateral

12. ¿Se **ha roto** el ligamento cruzado? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Cuál? \_\_\_\_\_ Anterior  
\_\_\_\_\_ Posterior

13. ¿Ha tenido cirugía en la rodilla? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Cuándo? \_\_\_\_\_

¿Fue un menisco o disco extraído? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí

14. ¿**Ha tenido** algún tipo de cáncer? \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Sí ¿Qué tipo? \_\_\_\_\_

¿Cuándo fue diagnosticado? \_\_\_\_\_

¿Dónde se encuentra? \_\_\_\_\_

¿Qué tipo de tratamiento hubo? \_\_\_\_\_

¿Cuándo fue su último tratamiento?

**9. Dramatización.** Trabaje en un grupo con cuatro compañeros de clase para escribir y dramatizar la siguiente situación. Decidan quién será el paciente, el médico/ la médica, el/la terapeuta atlético y el/la tecnólogo/a.

Llega al consultorio Reina Medina que se ha lastimado la rodilla después de su práctica de gimnasia. Presenta mucho dolor en la rodilla izquierda. ¿Qué procedimientos deben seguir el médico/ la médica, el/la terapeuta atlético y el/la tecnólogo/a en esta situación? ¿Cuál es la reacción de la paciente?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Actividades

**10. Actividad de Pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas.

1. Si usted o alguien que conoce se ha lesionado, nombre las acciones que tomó. ¿Hay algo que se pudo haber hecho diferente? Explique.

---

---

2. Las carreras de los terapeutas son fundamentales. Nombre algunos tipos de terapeutas que usted conoce y sus funciones. Mencione tres.

---

---

### Vocabulario útil

el terapeuta atlético

the sports therapist

asesorar

to advice

los aficionados

the amateurs

los regímenes

a regimen

curar

to cure



## LECTURA

### Profesionales de la salud: Terapeuta de lesiones deportivas

**Terapeuta atlético:** Juan es un terapeuta atlético que previene, evalúa, trata, maneja y proporciona atención médica de emergencia a jóvenes y a adultos, al igual que provee la rehabilitación de lesiones atléticas. Juan también puede asesorar a los atletas profesionales y a atletas aficionados a fortalecer los músculos lesionados mediante cambios en sus regímenes de entrenamiento.

Algunas funciones de los terapeutas atléticos son las siguientes: evaluar y mantener la condición física y prescribir los ejercicios rutinarios y correctivos para fortalecer los músculos, como por ejemplo ayudar al atleta a estirar y calentar los músculos, guiar una dieta para mantener la salud, ofrecer servicios de primeros auxilios al atleta lesionado como la respiración artificial, curar heridas o aplicar calor o frío en las lesiones.

Los terapeutas atléticos estudian medicina deportiva. Completan cursos de psicología deportiva, ética deportiva, anatomía, fisiología, biología avanzada (por ejemplo, genética, embriología, histología e inmunología), sicología y química.

**Fuentes:**

<http://www.universia.pr/estudios/upr-ponce/upr-ponce-terapeutica-atletica/st/194407>

[www.nlm.nih.gov](http://www.nlm.nih.gov)

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007448.htm> [www.español.arthritis.org](http://www.español.arthritis.org)

<http://espanol.arthritis.org/espanol/tratamientos/terapia-fisica-ocupacional/>

#### Actividades

**11. Preguntas de comprensión y analíticas.** Conteste las siguientes preguntas.

1. Describa el trabajo de Juan. Nombre tres de sus funciones laborales.

---

2. Si usted fuera un terapeuta atlético y llega un paciente a su consultorio quejándose de dolor en la pierna y apoyado de otra persona para caminar, ¿cuál es el procedimiento que seguiría?, ¿qué preguntas le haría?, ¿cómo calmaría su dolor?, ¿qué pruebas le haría?

---

## 12. Investigación.

El camino para obtener un título universitario de terapeuta parece diferente en los Estados Unidos que en los países hispanohablantes. Cree un esquema de los cursos necesarios en una universidad estadounidense de su preferencia y una universidad de un país hispanohablante. Aquí se proveen algunos enlaces útiles.

<https://www.universia.pr>

<http://www.universia.pr/estudios/upr-ponce/upr-ponce-terapeutica-atletica/st/194407> <http://www.url.edu.gt>

<https://www.url.edu.gt/PortalURL/Contenido.aspx?o=5274&s=13>

## 13. Vocabulario en contexto.

Con un compañero, indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas.

	Cierto	Falso
1. El terapeuta atlético se encarga de capacitar a los pacientes para participar en las actividades de la vida diaria. _____ _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La tomografía computarizada es una prueba especial de rayos X que produce imágenes transversales del cuerpo. _____ _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. El ligamento cruzado anterior impide que la tibia se deslice hacia atrás por debajo del fémur. _____ _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. La genética es parte de la anatomía que trata del estudio de los tejidos orgánicos. _____ _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. La inmunología es el estudio de la inmunidad biológica y de sus aplicaciones. _____ _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## B. LAS LESIONES DE LA VIDA RUTINARIA

★ Consulte la gramática 4.2 y 4.3

Metas comunicativas: Recomendar tratamientos; Narrar en el presente perfecto

### Vocabulario

el ligamento cruzado anterior  
la cirugía  
optativa los fármacos

the anterior cruciate ligament  
the elective surgery  
the drugs  
the crutches

**Diálogo 4.5.** Emiliano recibió sus resultados de IRM y hablará con Vicente, su terapeuta atlético, sobre sus opciones.

- Vicente -- Emiliano, **he recibido** los resultados y lamento comunicarle que tiene una lesión en el ligamento cruzado anterior (LCA por sus siglas en español).
- Emiliano -- Pero ¿podré seguir jugando fútbol americano?
- Vicente -- Puede seguir jugando, pero puede provocar que la rodilla se afloje durante la actividad deportiva y cause más daños a otros ligamentos. Puede recibir cirugía optativa de reconstrucción del LCA.
- Emiliano -- Y ¿es peligrosa esta cirugía? ¿Cuál es el procedimiento que se sigue? ¿Cómo me debo de preparar para la cirugía? ¿Qué va a pasar después?
- Vicente -- No, Emiliano, la cirugía no es peligrosa. Generalmente se recibe una anestesia general antes de la cirugía y no se siente nada. Vamos a reemplazar el LCA con un tejido que viene de su propio cuerpo; este procedimiento se hace a través de una artroscopia de rodilla. Se harán pequeñas incisiones alrededor de la rodilla y también se reparará cualquier daño encontrado.
- Emiliano -- Y doctor ¿cómo me debo de preparar para la cirugía? ¿Qué va a pasar después?
- Vicente -- Existen diferentes formas de cómo prepararse para la cirugía. Se **recomienda que no tome medicinas**, ya que pueden dificultar la coagulación de sangre. También para las personas que fuman, se **les sugiere que no lo hagan**. Coméntele al médico si usted bebe mucho alcohol. El día del procedimiento **no beba ni coma** nada unas 6 a 12 horas antes. **Tome los fármacos que le indica** el médico. Tómelos con un pequeño trago de agua.

Emiliano -- Y, ¿qué va a pasar después?

Vicente -- Es muy probable que usted **sea dado de alta** el mismo día del procedimiento. Durante las primeras 4 semanas tal vez **tenga que usar muletas** y una abrazadera de rodilla. Puede **que el médico** le recete medicamentos para el dolor y le recomiende la fisioterapia. Un fisioterapeuta puede ayudarle a recobrar la fuerza y el movimiento en la rodilla, lo que puede durar hasta 6 meses.

Emiliano -- ¿En cuánto tiempo podré practicar el deporte de nuevo?

Vicente -- Dependiendo del proceso de su rehabilitación. Normalmente se requieren de unos 6 a 12 meses de rehabilitación.

Emiliano -- ¿Cree que es la mejor opción para mí?

#### Nota 4.2

##### Cirugía electiva

Nótese que el paciente Emiliano tiene el tiempo necesario para evaluar los riesgos al igual que los beneficios del procedimiento. Esto se reconoce como una cirugía electiva, que se realiza por decisión propia bajo las indicaciones médicas.

Actividades

**14. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo anterior.

1. ¿Cuál es el diagnóstico de Emiliano?

---

---

2. ¿Qué pasaría si Emiliano sigue jugando fútbol americano?

---

---

3. ¿A qué procedimiento quirúrgico se va a someter Emiliano? Explique dicho procedimiento y las herramientas médicas requeridas.

---

---

4. ¿Cómo se debe preparar Emiliano para la cirugía electiva?

---

---

**15. Investigación.**

Investigue en una enciclopedia médica la definición del ligamento cruzado anterior. También enliste los otros componentes de la rodilla con su definición.

_____	_____	_____
_____	_____	_____

**16. Análisis y opinión.**

La nota 4.2 se refiere a la cirugía electiva. Si usted se lesionara y se encontrara en una situación de someterse a un procedimiento quirúrgico para mejorar su condición, ¿lo haría? Explique qué procedimiento llevaría a cabo y por qué, si elige una cirugía electiva u opta por otra opción.

---

---

---

---

**17. Actividad de Pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Conoce usted a un fisioterapeuta? ¿Qué tipos de servicios provee? ¿Cuáles son algunas actividades laborales de un fisioterapeuta? Escriba un párrafo de ocho oraciones contestando las preguntas anteriores. Utilice la red mundial o una enciclopedia para obtener la información.

---

---

---

---

---

**Vocabulario útil**

el fisioterapeuta	the physical therapist
la cirugía	the surgery
los vendajes	the bandages
los masajes terapéuticos	the therapeutic massages
las lesiones ortopédicas	the orthopedic injuries



## LECTURA

### Fisioterapeuta

Vicente es un fisioterapeuta que se encarga de tratar a los pacientes que tienen lesiones físicas. Ayuda a los pacientes a recobrar las funciones corporales que han perdido debido a lesiones de deportes, accidentes, cirugías y/o enfermedades.

Dentro de sus funciones los fisioterapeutas preparan al paciente para tratamientos termoterapéuticos, ejercicios terapéuticos, actividades de la vida cotidiana, aplicación de vendajes, masajes terapéuticos o el cuidado de heridas. También se encargan de educar al paciente y a sus familias sobre los procedimientos y actividades funcionales en el hogar. Asimismo, educan a los proveedores del cuidado de la salud acerca de la prevención de lesiones en el área laboral.

Los fisioterapeutas estudian una gama amplia de materias para conseguir un título de fisioterapia. Los cursos generales que se requieren para obtener un título de fisioterapia son química, anatomía, fisiología y biología. Después, los fisioterapeutas pueden optar por especializarse en un área específica como la de lesiones ortopédicas, las enfermedades neurológicas o las condiciones cardiorrespiratorias.

Las sesiones fisioterapéuticas pueden variar dependiendo del tipo de la lesión y de la condición del paciente. Una sesión de un fisioterapeuta con un paciente que se ha sometido a una cirugía de reconstrucción de LCA consiste de lo siguiente. Primero, ayuda al paciente a utilizar las muletas para caminar. También, puede ayudar a controlar la inflamación y a colocar una férula al paciente y a enseñarle a usarla de manera segura. También ayuda con movilizaciones pasivas y le enseña al paciente ejercicios que debe hacer en casa para recobrar el movimiento total en la rodilla. Después, el fisioterapeuta le ayuda a aumentar la capacidad de carga sobre la rodilla. Durante las primeras cuatro semanas, después de la cirugía, el fisioterapeuta se concentra en ejercicios con enfoque en los cuádriceps y los isquiotibiales. La quinta semana, el fisioterapeuta aumenta la intensidad de los ejercicios. Finalmente, entre 6 a 12 meses después de la cirugía, el fisioterapeuta puede dar de alta al paciente para que regrese a practicar deportes o actividades físicas.



Actividades

**18. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas.

- 1. Compare y contraste las actividades laborales de Juan, el terapeuta atlético, y Vicente, el fisioterapeuta.

---

---

- 2. Describa el procedimiento de terapia física que realiza un fisioterapeuta con un paciente que se ha sometido a una cirugía reconstructiva de LCA.

---

---

**19. Investigación.** Investigue algún otro procedimiento que un fisioterapeuta realice para la rehabilitación de una lesión articularia.

---

---

---

---

**20. Actividad de pre-lectura.** Conteste la siguiente pregunta.

- 1. ¿Conoce usted a un fisioterapeuta que ejerza su carrera fuera de los EE.UU? Si la respuesta es no, ¿Piensa usted que ejercer una carrera de fisioterapeuta en otro país es difícil? ¿Por qué?

---

---

---

---

Vocabulario útil

las secuelas	the aftermath
la funcionalidad corporal	the body functionality
las metodologías	the methodologies
el egresado	the graduate
el liderazgo	the leadership

## Nota Cultural



La Universidad LaSalle, localizada en Oaxaca, México, es una de muchas universidades que ofrece programas de fisioterapia. La universidad describe al profesional en fisioterapia como aquel que evalúa y diagnostica los diferentes eventos patológicos y las secuelas que afectan la funcionalidad corporal de los pacientes. La carrera de fisioterapia tiene como objetivo, de acuerdo con la universidad LaSalle, formar profesionales con principios éticos firmes e inspirados en valores cristianos. Además, los profesionales deben obtener un dominio pleno de los conceptos y metodologías actuales en dicho campo.

La licenciatura de fisioterapeuta en la universidad LaSalle toma aproximadamente cuatro años y medio para completar. La carrera se divide en nueve términos. Algunas clases que se cursan en el primer término son: **Anatomía I, Biomecánica I, Desarrollo Humano I e Introducción a la fisioterapia**. En el segundo término se cursan clases como: **Fisiología II, y Histobloquímica**. En el tercer término se cursan clases como: **Psicología y Discapacidad, Farmacología y Bioética**. Después, en el cuarto término, se cursan clases como: **Goniometría y Exploraciones especiales, Imagenología y Administración**. Las clases de **Prótesis y Órtesis, Patología y Musculoesquelética** son algunas ofrecidas en el quinto término. Las clases de **Rehabilitación laboral y ocupacional, Patología reumatológica y Quemaduras** se ofrecen en el sexto término. Los cursos de la **Rehabilitación cardiorrespiratoria, Bioestadística, y Rehabilitación pediátrica II** vienen en el séptimo término. En el octavo término se cursan clases como: **Teorías psicopedagógicas, Fisioterapia de vendajes y Bases del manejo del dolor**. Por último, en el noveno término se cursan clases como: **Terapia física en unidad de terapia intensiva, Rehabilitación geriátrica y Terapia física hospitalaria**.

Al final de la carrera, la universidad LaSalle espera que el egresado tenga diversos conocimientos, habilidades y actitudes y valores, conocimientos tales como los fundamentos teóricos y procedimentales para el tratamiento fisiátrico. Además, debe de conocer conceptos y procedimientos de administración y gestión aplicables a centros o departamentos relacionados con los servicios de fisioterapia. También el egresado debe de conocer principios y herramientas para la investigación en el análisis integral de los problemas de fisioterapia entre otros conocimientos. Los egresados deben poseer las habilidades para evaluar y diagnosticar los diversos eventos patológicos y sus efectos, y también seleccionar y emplear adecuadamente los medios físicos en el manejo fisiátrico. Por último, los graduados deben de poseer ciertas actitudes y valores como: liderazgo, ética, innovación, tolerancia y responsabilidad.

Después de haber leído esta pequeña reseña sobre la carrera de fisioterapeuta, ¿piensa usted que la universidad LaSalle es un buen programa para futuros fisioterapeutas? ¿Por qué?

Fuentes: <https://www.ulsoaxaca.edu.mx> y <http://www.ulsoaxaca.edu.mx/oferta/licenciatura/index2.php?dat=fisioterapia&carrera=descripcion>

Actividades

**21. Actividad de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas

1. La universidad de LaSalle ofrece licenciaturas en ciencias de la salud como enfermería y psicología, además de fisioterapia. Si su carrera es una de estas, busque en el enlace de la universidad (<https://www.ulsoaxaca.edu.mx>) un plan de estudio que pertenece a su carrera. Si su carrera no es en enfermería o psicología busque otra universidad en un país latinoamericano de su elección y encuentre un plan de estudio. Escriba un ensayo corto con esta información.

---

---

---

---

**22. Investigación de terminología.**

Escoja cinco de los cursos nombrados en la Nota cultural de México y describa cómo explicaría estos términos a personas que no conocen este campo de ciencias. Provea una definición clara y concisa; use la red mundial y/o enciclopedias médicas para buscar más información al respecto.

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## A. LAS LESIONES EN EL ÁREA LABORAL



### Consulte la gramática 4.4

#### Metas comunicativas: Narrar en el presente perfecto

##### Vocabulario útil

la fábrica	the factory
la línea de ensamblaje	the assembly line
la muñeca	the wrist
el túnel carpiano	the carpal tunnel
el área laboral	the work place

**Diálogo 4.6.** Maximiliano trabaja para una fábrica en la línea de ensamblaje. **Ha tenido** un dolor intenso en la mano y en la muñeca derecha. Sufrir de artritis y sus responsabilidades laborales requieren **que haga** un movimiento repetitivo con sus manos. Le han hecho varios exámenes que incluyen una biopsia del túnel carpiano. Debido a los antecedentes y al diagnóstico de su doctor, se requiere una reparación quirúrgica del túnel carpiano. Parte de la rehabilitación de Maximiliano requiere que se reúna con Violeta, un terapeuta ocupacional.

- Violeta – Hola Maximiliano, soy Violeta, su terapeuta ocupacional. Le voy a hacer algunas preguntas sobre su cirugía de liberación de túnel carpiano. ¿Cuándo le comenzó el dolor? ¿Cuándo se realizó la cirugía?
- Maximiliano -- Me comenzó el dolor hace mucho tiempo debido a mi artritis. Recientemente estuve sintiendo un dolor agudo y punzante que se disparaba desde la muñeca por todo el brazo. Fui al médico y me realizaron una cirugía para aliviar la presión en el nervio mediano hace siete días.
- Violeta -- ¿Qué tipos de medicamentos **ha estado** tomando para su dolor?
- Maximiliano -- Para el dolor, tomo ibuprofeno.
- Violeta -- ¿Le pusieron una férula?
- Maximiliano -- Sí.
- Violeta -- Vamos a practicar algunos movimientos ya que está cicatrizada la herida. Dependiendo de los movimientos que podamos establecer, le ayudaré a usar su muñeca de una manera segura durante actividades usuales. Para llevar a cabo esto, crearemos un plan de tratamiento que incluye los días de la semana que va a venir a recibir terapia y el lapso de tiempo para cada sesión. Después estableceremos las metas.
- Maximiliano -- Está bien, indíqueme qué hacer.

- Violeta - Primero, comenzaré a estirar sus dedos para mejorar la movilidad de la muñeca y mejorar su funcionalidad. Quiero que extienda la mano, es decir, intente que los dedos toquen la parte superior del brazo, no al revés.
- Maximiliano - Perfecto. No me duele.
- Violeta - Ahora le voy a enseñar los ejercicios que debe de hacer en casa para restablecer la fuerza de la muñeca y los músculos de la mano. La prueba que le voy a realizar se llama “Monofilamento de Semmes Weinstein.”
- Maximiliano - Está bien.
- Violeta - Ahora vamos a hacer unos ejercicios que le ayudarán a mejorar la amplitud de movimiento en la mano. Estos ejercicios se llaman ejercicios de deslizamiento de tendones.
- Maximiliano - Me duele un poco.
- Violeta - Necesita **masajearse** la cicatriz para mantener la piel flexible. Va a **darse** un masaje circular alrededor y encima de la herida quirúrgica.
- Maximiliano - Y, ¿por cuánto tiempo tengo que hacer estos ejercicios?
- Violeta - Va a hacer estos ejercicios por lo menos durante cuatro a cinco semanas. Nos veremos mensualmente para hacer una evaluación del mejoramiento y emplear nuevos ejercicios.

#### Nota 4.3

##### Cirugía requerida

Un sinónimo para la cirugía requerida es la cirugía de urgencia. Las cirugías requeridas se practican en respuesta a una enfermedad que posiblemente pone en riesgo la vida.

**23. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿De qué enfermedad sufre Maximiliano?

---

2. ¿Qué tipos de medicamentos está tomando Maximiliano?

---

3. ¿Cómo le ayudará la terapeuta ocupacional a recobrar el movimiento en sus manos?

---

4. ¿Qué es un masaje cicatrizal?

---

**24. Investigación.**

1. Investigue cómo se realiza la prueba llamada “Monofilamento de Semmes Weinstein”. Describa el procedimiento.

---

2. Investigue cómo se realizan los ejercicios de deslizamientos de tendones para mejorar la amplitud de movimiento de la mano.

---

**25. Preguntas de Pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas.

1. En su opinión, ¿en qué tipos de trabajos los riesgos de sufrir una lesión son más altos?

---

2. Mencione tres tipos de accidentes que pueden sufrir los obreros en una fábrica y/o los trabajadores de construcción.

---

### Vocabulario útil

los efectos fisiológicos  
la corriente eléctrica  
la destrucción de células corporales  
el dolor cervical  
el dolor lumbar  
el codo de tenista

the physiological effects  
the electrical current  
the destruction of body cells  
the cervical pain  
the lower back pain  
the tennis elbow

## Accidentes en el área laboral

### Jardinería



Los jardineros son más propensos a sufrir lesiones en la espalda. Esto ocurre porque hacen esfuerzo con la espalda al sacar la hierba, cavar un hoyo, rastrillar el pasto, acuclillarse y arrodillarse.

### Construcción



Uno de los accidentes más comunes en la construcción es la caída. Las caídas ocurren en los andamios, las escaleras, los techos o en lo alto de una construcción. Éstas pueden causar daños graves o hasta la muerte.

Electricidad



Los electricistas están expuestos al peligro de ser electrocutados. Pueden sufrir efectos fisiológicos causados por una corriente eléctrica en el cuerpo que puede causar hasta la muerte. La electricidad puede causar quemaduras, destrucción de células corporales o asfixia.

Arte culinario



Los cocineros son propensos a sufrir diversas lesiones como el dolor cervical y/o lumbar, el túnel carpiano, el codo de tenista (epicondilitis), lesiones en la espalda, quemaduras, caídas o resbalones en las cocinas.

Actividades

**26. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cómo es que los jardineros se pueden lastimar la espalda?

---

2. ¿Cuál es el accidente más común en el sector de la construcción? ¿Dónde ocurre? ¿Cuáles son sus consecuencias?

---

3. ¿Por qué es peligroso ser electricista? ¿Cuáles son los posibles daños?

---



## 27. Investigación.

Investigue los siguientes términos y dé una definición. Después, con un(a) compañero(a) formule una definición clara y concisa de los términos tal y como se lo explicaría a un paciente que no lo entiende.

1. Síndrome del túnel carpiano:

---

---

2. Dolor cervical:

---

---

3. Epicondilitis:

---

---

4. Destrucción de las células corporales:

---

---

## 28. Dramatización.

Trabaje en grupo con tres compañeros de clase para escribir y dramatizar la siguiente situación. Decidan quién va a ser el paciente, el médico y el terapeuta (atléticos, físico y/u ocupacional). Identifiquen los síntomas y den un diagnóstico adecuado. Escriban un diálogo donde expliquen el procedimiento que deben seguir el médico y el terapeuta.

**Situación 1:** Llega a la sala de emergencia Carmen del Rio, una cocinera en un hotel, quien se queja de dolor en el cuello y en los músculos.

**Situación 2:** Llega a la sala de emergencia Víctor Manzanares, un asistente de chef, quien se queja de sufrir dolor desde el codo hasta la muñeca que ha empeorado con el tiempo. También argumenta que no tiene fuerza de agarre.

---

---

---

---

---

**29. Combinación.** Combine cada definición de la izquierda con una palabra de la derecha.

- |  |                 |
|--|-----------------|
| 1. _____ perforación o desgarramiento en algún lugar de un cuerpo vivo                       | a. la asfixia   |
| 2. _____ con tendencia o inclinación a algo  | b. la muñeca    |
| 3. _____ movimiento rápido y brusco al deslizarse por una superficie                         | c. cavar        |
| 4. _____ curar por completo una herida física  | d. la herida    |
| 5. _____ parte del cuerpo humano en donde se articula la mano con el antebrazo               | e. arrodillarse |
| 6. _____ levantar y mover la tierra con una pala u otro instrumento                          | f. el resbalón  |
| 7. _____ uno de los cinco sentidos; con él se perciben sensaciones de contacto               | g. cicatrizar   |
| 8. _____ suspensión o dificultad en la respiración   | h. propenso     |
| 9. _____ ponerse de rodillas   | i. el tacto     |
| 10. _____ armazón de tablones donde un constructor se sube para trabajar o reparar edificios | j. el andamio   |

**30. Preguntas de Pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Conoce usted a un terapeuta ocupacional? ¿Qué tipos de servicios provee? ¿Cuáles son algunas actividades laborales de un terapeuta ocupacional? Escriba un párrafo de ocho oraciones contestando las preguntas anteriores, utilice la red mundial o una enciclopedia para obtener la información.

---

---

---

---

---

**Vocabulario útil**

el terapeuta ocupacional	the occupational therapist
optimizar	to optimize
reforzar	to strengthen
el dispositivo especial de adaptación	the special adaptation device
musculoesquelético	relating to the skeletal muscle



## LECTURA

### Terapeuta ocupacional

**Terapeuta ocupacional:** Violeta es una terapeuta ocupacional que se encarga de capacitar a los pacientes para participar en las actividades de la vida diaria. Es decir, los ayuda a realizar tareas que optimizan su capacidad de participar o modifica el entorno para reforzar la participación.

Algunas funciones de los terapeutas ocupacionales son analizar y corregir problemas, como por ejemplo ayudar a los pacientes con el proceso de levantar y llevar objetos, movimientos, posturas y tareas físicas relacionadas con el trabajo y la vida rutinaria. También enseñan el uso de dispositivos especiales de adaptación y enseñan técnicas para el control del dolor.

Los terapeutas ocupacionales estudian cursos generales como la biología, la fisiología humana, la anatomía sistemática humana, la psicología anormal, la sociología o la antropología. Otros cursos requeridos son el desarrollo humano aplicado, la fisiopatología, el sistema nervioso, la anatomía musculoesquelética y la kinesiología.

#### Actividades

**31. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas.

1. Describa el trabajo de Violeta. Nombre tres de sus funciones laborales.

---

2. Compare y contraste las actividades laborales de Juan y de Violeta.

---

**32. Opinión.** Los cursos que deben tomar los terapeutas ocupacionales son diversos. De los mencionados en la lectura, ¿cuál de éstos le interesa? ¿Por qué? ¿Qué se enseña ahí?

---

---

#### Vocabulario útil

Ducharse	to take a shower	maquillarse	to put makeup on
Peinarse	to comb your hair	el papeleo	the paperwork
Férula	the splint		

## Entrevista con Violeta, la terapeuta ocupacional

Metas comunicativas: Describir la rutina diaria

### Un día en la vida de Violeta

Violeta es entrevistada por Vladimir, un estudiante en la carrera de la terapia ocupacional.

Vladimir: Hola, buenos días Srta. Violeta. Me llamo Vladimir y soy estudiante en la carrera de terapia. Le haré algunas preguntas sobre su vida como terapeuta ocupacional.

Violeta: ¡Muy bien!

Vladimir: Srta. Violeta, ¿me podría decir qué es lo que hace al **levantarse**?

Violeta: Al **despertarme** a las 6:30 de la mañana me quedo cinco minutos en cama (sonríe) y después me levanto.

Vladimir: (sonríe) ¿Y después?

Violeta: Después, **me lavo** los dientes y **me ducho**. Algunas veces, si **me quedo dormida** más de cinco minutos, no **me lavo** el pelo.

Vladimir: ¿Y **se peina** y **se maquilla** todos los días? ¿Qué tan importante es su apariencia?

Violeta: Pues sí, **me peino** y **me maquillo** todos los días, porque me quiero ver presentable ante mis pacientes.

Vladimir: ¿A qué hora va saliendo de casa?

Violeta: Salgo de casa a las 7:00 para llegar al trabajo a las 7:30.

Vladimir: ¿A qué hora desayuna?

Violeta: Usualmente, antes de **acostarme**, me preparo el desayuno para **llevármelo** y **comérmelo** en camino o en la oficina. Vladimir: Y ¿qué hace al llegar a la oficina?

Vladimir: Y ¿qué hace al llegar a la oficina?

Violeta: Pues, cuando llego a la oficina, alrededor de las 7:20, preparo toda el área de terapia y me aseguro que todo esté listo para el día. También me aseguro de tener todo el papeleo listo que le voy a dar a mis pacientes.

Vladimir: ¿A qué hora tiene su primer paciente y cuántos pacientes tiene al día?

Violeta: Tengo mi primer paciente a las 8:00. En este momento tengo seis pacientes.

Vladimir: Y ¿qué es lo que pasa durante una sesión con un paciente?

Violeta: Pues, tengo a un paciente que se llama Max y le acaban de hacer un procedimiento de liberación de túnel carpiano. Cuando llega a la clínica, lo saludo y le pregunto qué tal está su mañana. Después, le pregunto cómo van los ejercicios que le he recomendado y si tiene dolor.

Vladimir: ¿Y después?

Violeta: Le digo que **se quite** la férula. Reviso la flexibilidad de su mano para evaluar el progreso. Después, realizo la prueba de “Monofilamento de Semmes Weinstein”.

Vladimir: ¿Y cómo se realiza esa prueba?

Violeta: La primera vez que le realicé el examen a Max, le expliqué en lo que consiste la prueba. Primero, se apoya la mano del paciente en una toalla para prevenir el movimiento de los dedos al tocarlos. Segundo, le obstruyo la vista para que no pueda verse la mano. Tercero, le digo al paciente que me diga “tacto” cada vez que sienta que lo toco. Finalmente, utilizo una herramienta que mide la fuerza de la mano del paciente.

Vladimir: ¿Qué hace después?

Violeta: Después de esta prueba realizo algunos ejercicios de deslizamiento de tendón para que después el cliente los pueda realizar en casa. Esto pasa con otros pacientes también.

Vladimir: ¿A qué hora almuerza?

Violeta: Pues, si todo sale de acuerdo con mi horario, por lo regular, almuerzo a la 1:00 de la tarde. Pero muchas veces no tengo tiempo porque las sesiones se extienden. Algunos pacientes llegan tarde, o los pacientes tienen muchas preguntas.

Vladimir: ¿Se aburre de realizar las mismas pruebas frecuentemente? ¿Se cansa mucho?

Violeta: No **me aburro** porque me gusta mi trabajo y cada paciente es diferente. Sí, **me canso** mucho, y algunas veces me duelen mucho los pies, pero después del trabajo hago ejercicio y trato de socializar.

Vladimir: Regularmente ¿a qué hora termina su día?

Violeta: Usualmente salgo a las 5:00, pero algunas veces **me quedo** a prepararme para el día siguiente.

Vladimir: ¿Qué hace cuando llega a casa?

Violeta: Usualmente **me baño** y después **me preparo** la cena. Veo un poco de televisión, me lavo los dientes y **me acuesto** alrededor de las 10:00 de la noche para empezar un nuevo día a las 6:30 de la mañana.

## Actividades

**33. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué hace Violeta antes de irse al trabajo?

---

---

2. ¿Cómo se prepara Violeta para recibir a sus pacientes?

---

---

3. ¿Cuál es la rutina de Violeta antes de acostarse?

---

---

**34. La rutina.** Describa su rutina diaria, desde que se levanta hasta que se acuesta. Utilice las palabras de secuencia (**primero, luego, después, más tarde, antes, finalmente, por último**, etc.).

---

---

---

---

**35. Vocabulario en contexto.** Use los verbos reflexivos siguientes para formar oraciones. ¿Cuándo hace estas actividades? Conjugue el verbo reflexivo en primera y tercera persona.

**MODELO:** masajearse → Yo me masajeo la mano cuando me duele.  
El paciente se masajea el tobillo cuando le duele.

1. arrodillarse:

---

2. acuclillarse:

---

3. maquillarse:

---

4. vestirse:

---

5. levantarse:

---

6. lavarse los dientes:

---

7. ducharse:

---

8. desvestirse:

---

9. acostarse:

---

10. peinarse:

---

## Vocabulario del tema

### A. Las lesiones deportivas

### Verbos

las lesiones	injuries	aguantar	to hold
un/a lesionado/a	an injured person	no aguanto	I can't handle
la cirugía requerida	required surgery	recurrir	to resort
la cirugía opcional	elective surgery	dislocar	to dislocate
la rodilla	knee	notar	to notice
la práctica deportiva	practicing sports	disminuir	to reduce
el hielo	ice	conllevar	to lead to
la inflamación	the inflammation	anotar	to take note
el/la fisioterapeuta	physical therapist	acomodar	to adjust
grave	serious	estabilizar	to stabilize
un chasquido	pop or snap	colocar	to place
el/la entrenador(a)	coach	hinchar	to swell up
imagen por resonancia magnética	MRI	extraer	to extract
cúbito supino	supine position	prevenir	to prevent
un tirón firme	firm pull	evaluar	to evaluate
Las caderas	hips	tratar	to treat
La pantorrilla	calf	manejar	to manage
El muslo	thigh	proporcionar	to provide
El esguince	sprain	fortalecer	to strengthen
El/la tecnólogo/a	technician	guiar	to guide
Angosto/ a	narrow		
Inmóvil	motionless		
Intercomunicador	intercom		
Tomografía computarizada	computed tomography (CT scan)		
Biopsia	biopsy		
El hueso	bone		
El menisco	meniscus		
El disco	disc		
El ligamento cruzado	cruciate ligament		
Anterior	anterior		
Posterior	posterior		
Los músculos	muscles		
La respiración artificial	artificial respiration		
La medicina deportiva	sports medicine		
La psicología deportiva	sports psychology		
La ética deportiva	sports ethics		



## Vocabulario del tema

### **Cognados (adicionales)**

**la rehabilitación**  
**regularmente**  
**la anatomía**  
**la fisiología**

**la biología avanzada**  
**la genética**  
**la embriología**  
**la histología**

**la inmunología**

## Vocabulario del tema

### B. Las lesiones de la vida rutinaria

el tejido	tissue
peligroso/a	dangerous
la artroscopia de rodilla	knee arthroscopy
los fármacos	drugs
las muletas	crutches
la abrazadera de rodilla	knee brace
la fisioterapia	physical therapy
el procedimiento quirúrgico	the surgical process
la herramienta médica	medical tools
la cirugía electiva	elective surgery
la lesión	injury
física	physical
deportivas	sports
accidental	accidental
ortopédicas	orthopedic
muscular	muscular
el tendón	tendon
articular	articular
el hueso	bone
el tratamiento	treatment
termo-terapéutico	thermal therapeutic
terapéutico	therapeutic
masajes terapéuticos	therapeutic massages
el vendaje	bandage
una férula	a splint
la movilización pasiva	passive mobilization
el isquiotibial	hamstring
la luxación	dislocation
la patología reumatólica	rheumatic disease
la quemadura	burns
la teoría psicopedagógica	educational psychology
el egresado	the graduate

### Verbos

aflojar	to loosen
dañar	to damage
sentir	to feel
reemplazar	to replace
reparar	to repair
indicar	to suggest
dar de alta	to discharge
recobrar	to recover
someter	to undergo
enlister	to list
elegir	to choose
optar	to opt
especializarse	to specialize

### Cognados

la reconstrucción
los ligamentos
la anestesia
las incisiones
la coagulación
el hábito
el componente
los ejercicios terapéuticos
la prevención
la química
neurológico/a
la cardiorespiratoria
los cuádriceps
el hematoma
la tendinitis
la subluxación
la meniscopatía
la bursitis

## Vocabulario del tema

### Cognados (adicionales)

**la prótesis y la órtesis**

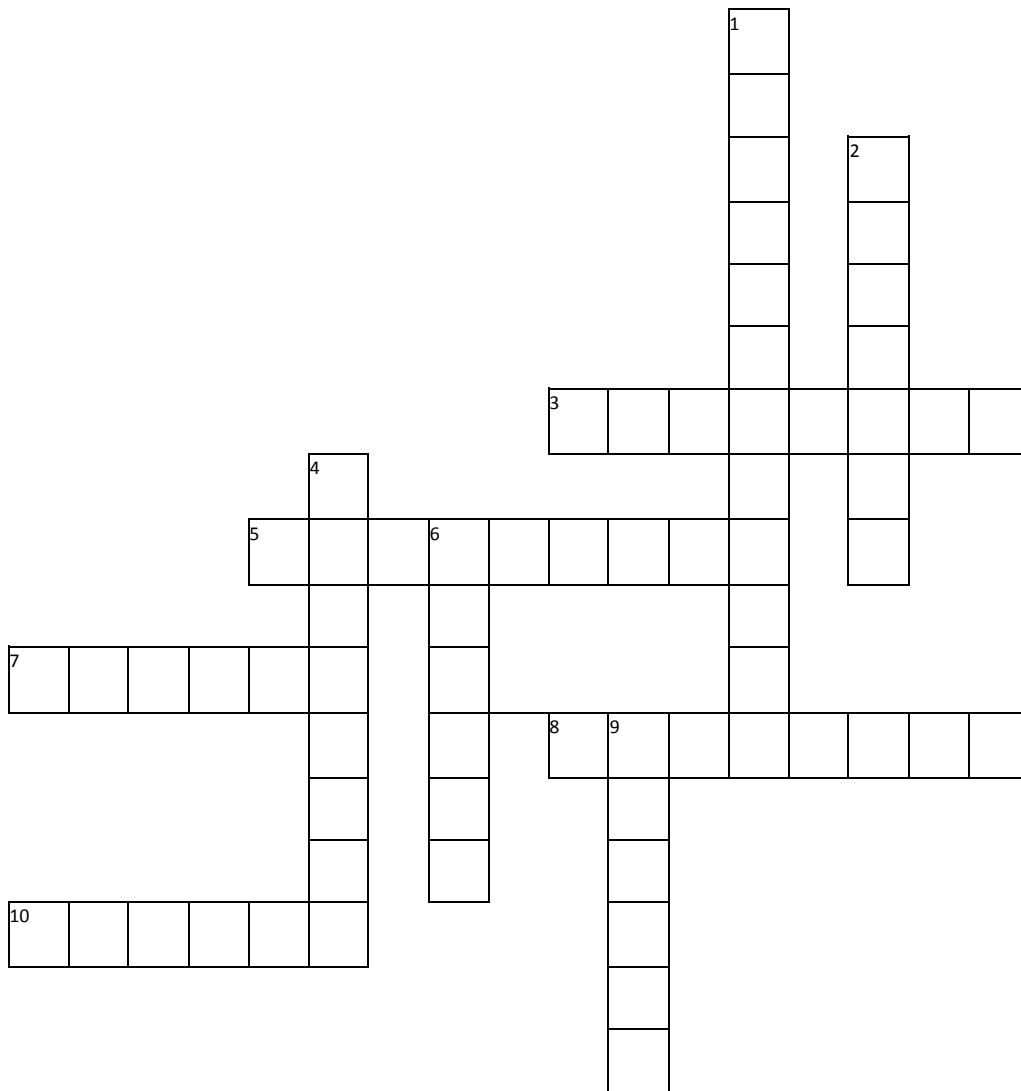
**la rehabilitación geriátrica el liderazgo**

**la innovación la tolerancia**

**la patología**

**la biomecánica**

**36. Crucigrama.** Complete el crucigrama utilizando el vocabulario.



**Horizontal**

- 3. una persona que ha terminado sus estudios
- 5. herida causada por la exposición al fuego
- 7. tablilla flexible y resistente que se emplea en el tratamiento de las fracturas
- 8. arreglar algo que está roto o estropeado
- 10. daño o detrimento corporal causado por una herida, un golpe o una enfermedad

**Vertical**

- 1. Método curativo por medios mecánicos como el masaje, la gimnasia, etc.
- 2. medicamento
- 4. Dislocación de un hueso
- 6. Apoyo de madera o metal que sirve para cargar el cuerpo y ayuda a quien tiene dificultad al caminar
- 9. escoger

## Vocabulario del tema

### C. Las lesiones en la area laboral

### Verbos

la fabrica	factory	aliviar	to alleviate
la línea de ensamblaje	assembly line	cicatrizo	to scar
la muñeca	wrist	estirar	to stretch
el area laboral	work place	establecer	to restore
el síndrome de túnel carpiano	carpal tunnel syndrome	socializar	to socialize
la liberación de túnel carpiano	carpal tunnel release	obstruir	to obstruct
el terapeuta ocupacional	occupational therapist	emplear	to employ
la herida	wound	recobrar	to regain
la meta	goal	cavar	to dig
el deslizamiento de tendones	nerve and tendon gliding	rastrillar	to rake
mensualmente	monthly	modificar	to modify
semanalmente	weekly	arrodillar	to kneel down
diariamente	daily	empeorar	to get worse
la jardinería	gardening		
el jardinero	Gardner		
propenso	prone		
las hierbas	weeds		
el hoyo	hole		
el pasto	grass		
el constructor	construction worker		
el andamio	scaffold		
la escalera	ladder		
el techo	roof		
el electricista	electrician		
fisiológico	physiological effects		
la descarga eléctrica	electrical discharge		
la corriente eléctrica	electrical current		
la destrucción de células corporales	destruction of body cells		
la asfixia	suffocation/ asphyxiation		
culinario/a	culinary		
el cocinero	cook		
el resbalón	slip		
el agarre débil	weak grasp		
la técnica	technique		
el papeleo	paperwork		
el tacto	touch		

## Vocabulario del tema

### Verbos reflexivos

masajearse	to massage yourself
darse	to give yourself
acucillarse	to squat yourself down
arrodillarse	to kneel yourself down
exponerse	to expose yourself
llamarse	to call yourself
levantarse	to get up
despertarse	to wake up
quedarse	to stay
lavarse	to wash yourself
los dientes	to brush your teeth
la cara	to wash your face
acostarse	to go to bed
ducharse	to take a shower
peinarse	to comb your hair
maquillarse	to put on makeup
bañarse	to take a bath
ponerse	to put on
la ropa	to put on clothes
desvestirse	to take off your clothes

### COGNADOS (adicionales)

la artritis	el accidente	la movilidad
la flexibilidad	el nervio mediano	el ibuprofeno
la funcionalidad	el antiinflamatorio	la terapia ocupacional
el lapso	la electricidad	la epicondilitis
el plan de tratamiento	la amplitud	la postura
el monofilamento de Semmes Weinstein		

## 4.1 El presente perfecto y el participio pasado

El presente perfecto con el verbo auxiliar **haber** (*to have*) comunica la idea de que algo ha pasado. Describe una acción que ha comenzado en el pasado y continúa hacia el presente o se espera que continúe. El participio pasado es la forma del verbo que le sigue al verbo auxiliar **haber**.

### ❖ El presente perfecto: el verbo auxiliar **haber**

- Se forma utilizando el verbo auxiliar **haber**. El verbo auxiliar **haber** se conjuga en el tiempo presente de forma irregular.

Haber	
yo	he
tú	has
usted, él, ella	ha
nosotros/as	hemos
vosotros/as	habéis
ustedes, ellos/as	han

### ❖ El presente perfecto: el participio pasado

- Se forma de los verbos regulares utilizando el sufijo **-ado** en verbos con terminación **-ar** e **-ido** en verbos con terminación **-er** o **-ir**.

Verbos	Infinitivo	Participio Pasado
verbos en <b>-ar</b>	socializar	<b>socializado</b>
verbos en <b>-er</b>	establecer	<b>establecido</b>
verbos en <b>-ir</b>	obstruir	<b>obstruido</b>

- Los verbos que terminan en **-aer**, **-eer**, **-ír**, en el participio pasado llevan acento ortográfico (tilde).

**Ejemplo:** caer → caído, oír → oído, leer → leído

- Existen verbos que tienen participios pasados irregulares. Algunos de estos verbos en infinitivo tienen derivados que también son irregulares en el participio pasado.

abrir → <b>abierto</b>	cubrir → <b>cubierto</b>	decir → <b>dicho</b>
poner → <b>puesto</b>	resolver → <b>resuelto</b>	volver → <b>vuelto</b>
ver → <b>visto</b>	romper → <b>roto</b>	hacer → <b>hecho</b>

escribir → <b>escrito</b>	morir → <b>muerto</b>	cubrir → descubrir
escribir → describir → <b>descrito</b>	escribir → inscribir → <b>inscrito</b>	hacer → deshacer → <b>deshecho</b>
hacer → satisfacer → <b>satisfecho</b>	poner → componer → <b>compuesto</b>	poner → imponer → <b>impuesto</b>
poner → suponer → <b>supuesto</b>	volver → devolver → <b>devuelto</b>	volver → revolver → <b>revuelto</b>

❖ El presente perfecto: **haber** + el participio pasado

- El presente perfecto se forma combinando el verbo auxiliar **haber** con el participio pasado de un verbo. El participio pasado es invariable; siempre termina en **-o**.

Verbos en infinitivo	El presente perfecto	Ejemplo
aguantar	he aguant <b>ado</b>	He aguant <b>ado</b> mucho dolor.
fortalecer	has fortalec <b>ido</b>	Has fortalec <b>ido</b> los isquiotibiales.
prevenir	ha preven <b>ido</b>	Ha preven <b>ido</b> el deterioramiento de los huesos con una dieta rigurosa.
notar	hemos not <b>ado</b>	Hemos not <b>ado</b> en la clase de yoga un mejoramiento en nuestra flexibilidad.
extraer	<b>habéis extraído</b>	<b>¿Le habéis extraído líquido de la rodilla?</b>
disminuir	han disminuid <b>o</b>	Ustedes han disminuid <b>o</b> el consumo de alcohol.



## Gramática y ejercicios

### 4.1 Identificación.

En los diálogos 4.1-4.4 identifique siete formas del presente perfecto usadas. Después de identificarlas, cree una lista en donde identifique el verbo auxiliar y el verbo principal en su forma infinitiva. Por último, cree un diálogo original utilizando las formas identificadas.

**Modelo:** he lesionado → haber + lesionar

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_

**Diálogo:**

---

---

---

---

---

**4.2 Preguntas y respuestas.** Formule preguntas utilizando la forma del presente perfecto del verbo dado y conteste a esas preguntas. Después, hágale esas preguntas a un compañero de clase y anote las respuestas.

**Modelo:** tiempo/ aguantar el dolor muscular → ¿Por cuánto tiempo **ha aguantado** el dolor muscular?  
Estudiante → **He aguantado** el dolor muscular por cinco días.  
Compañero → Mi compañero **ha aguantado** el dolor muscular por mucho tiempo.

1. cantidad / recurrir al terapeuta atlético:

---

2. cantidad / dislocar el tobillo:

---

3. lugar / anotar las instrucciones del médico:

---

4. cantidad / acomodar la férula al paciente:

---

5. lugar / estabilizar a un paciente:

---

6. lugar / colocar las muletas del paciente:

---

7. cuándo y por qué / evaluar al paciente con inflamación en la rodilla:

---

8. cuándo y por qué / tratar a un paciente con ejercicios termo-terapéuticos:

---

9. cuándo y por qué / proporcionar información acerca de la cirugía electiva:

---

10. cuándo y por qué / recomendar una visita con un fisioterapeuta a un paciente:

---

### 4.2 El **se** reflexivo y el **se** impersonal

El **se** reflexivo y el **se** impersonal tienen diferentes usos. El **se** reflexivo es el pronombre reflexivo de la tercera persona singular o plural (véase gramática 4.4). El **se** reflexivo comunica una idea reflexiva; es decir, indica que el sujeto de la oración, el que ejecuta la acción, también es que que recibe esa acción. En el ejemplo *María **se peina** después de bañarse*, María es quien ejecuta y recibe la acción de **peinar**. Por otra parte, la partícula **se** también se puede usar para crear construcciones impersonales. El **se** impersonal se usa con frecuencia para **no** identificar al agente de una acción.

- Los pronombres reflexivos son **me, te, se, nos, os, se** y comunican una idea reflexiva.

#### ❖ El **se** reflexivo

- El sujeto es el que hace la acción y la recibe

**Ejemplo:** Existen diferentes formas de cómo **prepararse** para la cirugía. **Ejemplo:** Emiliano **se acostó** en la cama para el examen del cajón anterior. **Ejemplo:** Los pacientes **se someten** a diversos exámenes médicos.

#### ❖ El **se** impersonal y **se** pasivo

- Se usan en oraciones / afirmaciones donde el sujeto no es determinado.  
**Ejemplo:** **Se llama** a los pacientes para comunicarles los resultados de la prueba.  
**Ejemplo:** Para titularse como terapeuta ocupacional **se cursan\*** muchas materias.  
\*en este caso 'muchas materias' es interpretado como el sujeto de la oración y por ende el verbo concuerda en tercera persona plural. Se le llama 'pseudosujeto' en estos casos.
- Se usan para dar generalizaciones.  
**Ejemplo:** **Se habla** español en Costa Rica.  
**Ejemplo:** **Se prohíbe** fumar.  
**Ejemplo:** Se debe de trabajar mucho para tener éxito.

- Se usan también para dar instrucciones.

**Ejemplo: Se recomienda** no fumar antes de la cirugía.

**Ejemplo: Se necesita** entregar todos los formularios antes de la cirugía.

**Ejemplo:** El medicamento **no se debe** de tomar con café.

## Gramática y ejercicios

### 4.3 El *se reflexivo*. Conteste las siguientes preguntas utilizando el *se reflexivo*.

**MODELO:** ¿Por qué se levanta un paciente de la cama?

Un paciente se levanta de la cama para usar el baño.

1. ¿Cuándo se somete un paciente a una cirugía requerida?

---

---

2. ¿En qué posición debe acostarse un paciente para un examen del cajón anterior?

---

---

3. ¿A cuáles clases debe de enlistarse un estudiante que quiere ser un fisioterapeuta?  
Incluya tres materias.

---

---

### 4.4 El *se impersonal*.

Complete las siguientes oraciones con la forma del *se impersonal*. Utilice los siguientes verbos para llenar los espacios en blanco: **reparar, recomendar, deber, hablar, poder, requerir** y **hacer**.

1. Un paciente llega al consultorio del Dr. Sánchez y pregunta ¿  
\_\_\_\_\_ espa  
ñol aquí?
2. Algunos de los cursos que \_\_\_\_\_ para ser fisioterapeuta  
son química, biología y fisiología.
3. En el reemplazo del LCA \_\_\_\_\_ pequeñas incisiones.
4. Algunas lesiones fisiológicas \_\_\_\_\_ con procedimientos quirúrgicos.
5. \_\_\_\_\_ que no tome fármacos antes de una cirugía.
6. No \_\_\_\_\_ consumir bebidas alcohólicas antes de una cirugía.
7. No \_\_\_\_\_ fumar en el hospital.

#### 4.4 Recomendaciones.

Escriba las recomendaciones apropiadas para cada situación. Utilice el *se impersonal* en sus respuestas.

**MODELO: Situación:** Recomendaciones a un familiar que está de visita en el hospital.

**Respuesta:** Se recomienda que se registre con la recepcionista. Se recomienda que no use el teléfono celular dentro de la sala de cuidados intensivos.

1. Recomendaciones a un paciente que se somete a una cirugía electiva por primera vez.

---

---

2. Recomendaciones a un familiar con un paciente inconsciente que necesita cirugía.

---

---

3. Recomendaciones a un paciente que se le da de alta después de una reparación de cadera.

---

---

4. Recomendaciones: ¿Qué le sugiere a un paciente en busca de un fisioterapeuta?

---

---

5. Recomendaciones: ¿Qué necesita un estudiante para obtener un título de fisioterapeuta?

---

---

## 4.3 El presente de subjuntivo: mandatos formales

Los mandatos formales son útiles para formar expresiones que dan instrucciones o direcciones en un ámbito de servicios al público. Los mandatos formales se utilizan generalmente en oficinas, consultorios y planteles educativos. El presente de subjuntivo se usa para formar mandatos formales afirmativos y negativos con las formas **usted** (Ud.) y **ustedes** (Uds.). Los mandatos usualmente requieren el uso de los pronombres reflexivos (véase gramática 4.4).

### ❖ Mandatos afirmativos

- Los mandatos afirmativos indican que una acción debe de ser finalizada.
  - Ejemplo:** Por favor, **tome** usted los medicamentos que le indica el médico.
  - Ejemplo:** **Haga una lista de** todos los medicamentos que éste tomando.
    - **Nótese** que regularmente se omite el pronombre de sujeto en los mandatos. Pero se puede agregar para enfatizar o indicar cortesía.
- Los mandatos afirmativos tienen las mismas formas de conjugación que el presente de subjuntivo.

	Verbos en -ar → e	Verbos en -er → -a	Verbos en -ir → -a
	reparar	someter	elegir
usted (Ud.)	repare	somet <b>a</b>	elij <b>a</b>
ustedes (Uds.)	reparen	somet <b>an</b>	elij <b>an</b>

### ❖ Mandatos negativos

- Los mandatos negativos indican que una acción no debe llevarse a cabo.
  - Ejemplo:** No recurra (Ud.) a un curandero, venga al consultorio.
- Los mandatos negativos tienen las mismas formas que los mandatos afirmativos. El verbo es precedido por un “no.” Si el mandato requiere de los pronombres de objeto y los pronombres reflexivos, éstos se colocan después del “no.”

	Verbos en -ar → e	Verbos en -er → -a	Verbos en -ir → -a
	dañar	extraer	recurrir
usted (Ud.)	no dañe	no extraiga	no recurra
ustedes (Uds.)	no dañen	no extraigan	no recurran

### ❖ Mandatos afirmativos vs. mandatos negativos

#### ➤ Reparar: Ejemplos:

- Afirmativo: Repare el intercomunicador hoy.
- Negativo: **No** repare el intercomunicador hoy, hágalo mañana.

#### ➤ Someter: Ejemplos:

- Afirmativo: Sométase al procedimiento quirúrgico adecuado.
- Negativo: **No** se someta al procedimiento quirúrgico sin estar informado.
  - **Nótese** que en el mandato afirmativo los pronombres de objeto directo e indirecto y los pronombres reflexivos se colocan al final del verbo.

#### ➤ Elegir: Ejemplos:

- Afirmativo: Elija un terapeuta ocupacional con cinco años de experiencia.
- Negativo: **No** elija un terapeuta ocupacional sin experiencia.

## Gramática y ejercicios

**4.6 Instrucciones: Mandatos formales.** Escoja el mandato formal que usa el fisioterapeuta en su área de trabajo.

**MODELO:** Emiliano \_\_\_\_\_ (juegue / no juegue) fútbol con la rodilla lastimada.  
Emiliano **no juegue** fútbol con la rodilla lastimada.

1. \_\_\_\_\_ (ponga / no ponga) peso en una pierna lastimada.
2. \_\_\_\_\_ (use / no use) hielo para disminuir la inflamación del tobillo torcido.
3. El fisioterapeuta le dice al paciente que “ \_\_\_\_\_ ” (haga una lista de/ no haga una lista de) los medicamentos que consume.
4. Repose para que \_\_\_\_\_ (recobre / no recobre) las fuerzas.
5. \_\_\_\_\_ (Reemplace / no reemplace) la tinta de la impresora.
6. Si siente dolor y/o presión \_\_\_\_\_ (afloje / no afloje) su férula.
7. Cuide y \_\_\_\_\_ (dañe / no dañe) su abrazadera de rodilla porque no habrá reemplazo.
8. Le sugiero que \_\_\_\_\_ (se especialice / no se especialice) en la fisioterapia.
9. Necesita \_\_\_\_\_ (masajearse / no masajearse) los hombros si le duelen.
10. Le sugiero que evite \_\_\_\_\_ (arrodillarse / no arrodillarse) para plantar.

### 4.7 Dar instrucciones.

Usted trabaja en un centro de comunicación y da instrucciones a pacientes que llaman y piden consejos. ¿Qué instrucciones le daría? Utilice los mandatos formales afirmativos y/o negativos.

**MODELO:** Un paciente que se lastimó la rodilla durante un partido de fútbol → Le recomiendo que eleve su rodilla y le ponga hielo. También que no ponga peso en la pierna y le sugiero que vaya pronto al médico.

1. Una mujer anciana que se cayó y le duele la cadera:  
\_\_\_\_\_

2. Un jardinero que tiene dolor en la espalda:  
\_\_\_\_\_

3. Una madre con un niño que se quemó con fuegos artificiales :  
\_\_\_\_\_

4. Un hombre que se cayó de una escalera:  
\_\_\_\_\_

5. Un cocinero que se resbaló en la cocina:  
\_\_\_\_\_



## 4.4 Los verbos reflexivos

Los verbos reflexivos son útiles para describir rutinas y actividades diarias. Los verbos reflexivos describen acciones en las cuales el sujeto y el objeto son el mismo. Esto quiere decir que el que ejecuta la acción es el mismo que la recibe. En el ejemplo ejemplo *Bernardo **se baña** todos los días*, el sujeto (Bernardo) es el que hace la acción (bañarse) y es el que la recibe. Nótese que en el ejemplo dado el verbo reflexivo va precedido de un pronombre reflexivo (se).

### ❖ Los pronombres reflexivos

- Los pronombres reflexivos son obligatorios para comunicar la idea reflexiva. Acompañan a los verbos reflexivos.

Pronombre de sujeto	Pronombre reflexivo
<b>yo</b>	<b>me</b>
<b>tú</b>	<b>te</b>
<b>él, ella, usted</b>	<b>se</b>
<b>nosotros/as</b>	<b>nos</b>
<b>vosotros/as</b>	<b>os</b>
<b>ellos, ellas, ustedes</b>	<b>se</b>

### ❖ Los verbos reflexivos

- Los verbos reflexivos pueden identificarse porque llevan adjunto el pronombre reflexivo **se** en el infinitivo.

Infinitivos	Ejemplos
peinarse	Me peino después de bañarme. Se peina después de ducharse.
ducharse	Me ducho todos los días. Se ducha por las noches.
quitarse la ropa	Me quito la ropa antes de dormir. Se quita la ropa con calma.

afeitarse	Me afeito por las mañanas. Tú te afeitas por la noche.
acostarse	Me acuesto a las 10:00 de la noche. Ella se acuesta a las 9:00 de la noche.
lavarse los dientes	Me lavo los dientes dos veces al día. Te lavas los dientes después de comer.
ponerse la ropa	Me pongo la ropa después de maquillarme. Él se pone la ropa después de afeitarse.
despertarse	Me despierto con mi alarma. Se despiertan con el amanecer.
bañarse	Me baño después de hacer ejercicio. Se baña después de cortar el césped.
levantarse	Me levanto a las 6:30 de la mañana. Tú te levantas a las 8:00 de la mañana.
lavarse el pelo	Yo me lavo el pelo después de nadar. Ernesto va a lavarse el pelo después de cortárselo.
secarse	Yo me seco el pelo con una secadora. Ella se seca el pelo con una toalla.
maquillarse	Me maquillo los días que voy al trabajo. Ella tiene que maquillarse todos los días.
desvestirse	Me desvisto para ponerme la bata de dormir. Él debe de desvestirse para ponerse la bata clínica.

## Gramática y ejercicios

**4.8 Una entrevista.** Imagínesse que un estudiante quiere estudiar la misma carrera que usted y tiene preguntas. Formule sus respuestas utilizando los verbos reflexivos según su vida rutinaria.

**MODELO: Entrevistador:** ¿Qué es lo primero que hace al levantarse?

**Usted:** Primero al levantarme, me lavo los dientes.

1. ¿A qué hora se levanta regularmente?

---



---

2. ¿Qué es lo primero que hace al levantarse?

---



---

3. ¿Se prepara el desayuno todos los días?

---

---

4. ¿Qué actividades son esenciales para usted antes de salir de casa?

---

---

5. ¿Qué es lo primero que hace al llegar a la universidad o a su área laboral?

---

---

6. ¿Cuál es su rutina diaria en la universidad o en su empleo?

---

---

7. ¿A qué hora termina su día laboral? (el verbo reflexivo no es necesario)

---

---

8. ¿Qué hace al llegar a casa? Mencione tres actividades.

---

---

9. ¿Qué hace regularmente antes de acostarse?

---

---

10. ¿Qué actividad es la más difícil de su día? (el verbo reflexivo no es necesario)

---

---

#### 4.9 La rutina diaria.

Averigüe y describa la rutina diaria de un/a compañero/a de clase. Describa sus actividades desde que se levanta hasta que se acuesta utilizando las palabras de secuencia (**primero, luego, después, más tarde, antes, finalmente, por último**, etc.).

**MODELO:** Mi compañero se levanta a las... Primero, se lava...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## En resumen

En este capítulo usted exploró las carreras de los terapeutas atléticos, fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales. También se exploraron diferentes tipos de lesiones fisiológicas y accidentes en el área laboral.

Utilizando la información de este capítulo y su conocimiento conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. ¿Qué tipos de lesiones ocurren en la vida diaria y cuáles requieren cirugía?

---

---

---

2. ¿Qué tipos de accidentes y lesiones ocurren en el área laboral y cuáles requieren terapia física u ocupacional?

---

---

---

3. En el siguiente enlace

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001072.htm> hay información acerca de la tendinitis aquilea. Explique qué es, las causas, los síntomas, las pruebas y los exámenes para detectarla, el tratamiento, las posibles complicaciones y las formas de prevención. El enlace original es [www.nlm.nih.gov](http://www.nlm.nih.gov)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Capítulo 5

## La planificación familiar y la salud sexual

### Metas comunicativas

- Expresemos los gustos y las opiniones
- Creemos hipótesis
- Hablemos del futuro

### Temas Centrales

**A. Adolescentes**

**B. Hombres**

**C. Mujeres**

### Gramática y Ejercicios

**5.1 Pronombres de complemento directo**

**5.2 Pronombres de complemento indirecto**

**5.3 Verbos como *gustar***

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará posibles situaciones relacionadas a la salud reproductiva y educación sexual. Al final del capítulo el estudiante estará más preparado para enfrentarse a este tipo de situaciones y resolverlas de una manera responsable y respetuosa. También el estudiante será expuesto a diversas formas de afrontarse a este tema que es tan sensible para la comunidad hispana.

### Preguntas para considerar

¿Cuáles son algunos problemas comunes que los adolescentes presentan relacionados a la salud sexual o reproductiva?

¿Cómo se puede educar a la comunidad hispana sobre la planificación familiar y la salud sexual?

¿Cómo pueden ayudar los proveedores de la salud en estas situaciones a la comunidad hispana?



## ADOLESCENTES

Consulte la gramática 5.1 y 5.2

### Vocabulario útil

El centro de planificación familiar  
Center

enamorados

las decisiones precavidas

compleias

Family Planning Health

In love

cautious decisions

complex

**Dialogo 5.1** La Srta. Kimberly Medal es una joven de 18 años que está considerando tener relaciones sexuales por primera vez. Ella va al centro de planificación familiar y habla con la Dr. Briana sobre la práctica del sexo seguro y las enfermedades de transmisión sexual.

- Dra. Briana --Buenas tardes Srta. Medal. ¿En qué **le(indirecto)** puedo ayudar hoy?
- Kimberly --Hola doctora, **hábleme(indirecto)** de tú.
- Dra. Briana --(Sonríe) Por supuesto, Kimberly, ¿Cómo **te(directo)** ayudo?
- Kimberly --(Avergonzada, no quiere hablar) Pues...Um... como **le(indirecto)** explico...tengo un novio (se queda callada)
- Dra. Briana --(Con anticipación) Sea **lo(directo)** que sea sabes que puedes confiar en mí... **cuéntame(indirecto)** sobre tu novio.
- Kimberly --(Tímida) Pues... tenemos 8 meses juntos y pues estamos muy enamorados, y estamos pensando... como **le(indirecto)** explico...
- Dra. Briana -- ¿Quieren tomar el siguiente paso en su relación? Es decir, tener relaciones sexuales.
- Kimberly --Sí, y queremos **hacerlo(directo)** de una manera segura e informada.
- Dra. Briana --Me parece una buena idea. Es importante informarse, como **lo(directo)** estás haciendo tú, para que tomes decisiones precavidas y sepas de los riesgos. Primero, ¿Qué es el sexo seguro?, el sexo seguro significa asegurar el bienestar de los dos. Es decir, que no introduzcan en su organismo semen, líquidos vaginales o sangre de su pareja. La mejor manera de evitar que estos líquidos lleguen a la otra persona durante el acto sexual es a través del uso del condón. Los condones son seguros y ayudan a evitar las enfermedades de transmisión sexual como el SIDA. ¿Sabes qué es el SIDA y las enfermedades de transmisión sexual?
- Kimberly --Sí, **me(indirecto)** dieron una clase cuando estaba en la preparatoria y por eso vine a hablar con usted, porque tengo mucho miedo de quedar embarazada o enfermarme.

Dra. Briana --La mejor manera de cuidarse es la abstinencia. Es decir, evitar cualquier tipo de actividad sexual. Pero como ya has tomado la decisión es mejor que **te(directo)** informe sobre los diferentes métodos anticonceptivos. **Llévate(indirecto)** estos folletos sobre los métodos anticonceptivos, las enfermedades de transmisión sexual y la planificación familiar y nos vemos en una semana para discutir las preguntas que tengas.

#### Nota 5.1

Nótese que las actitudes de los latinos hacia la anticoncepción y la reproducción son muy complejas. Esto se debe a que existen muchos factores que influyen en estas actitudes tales como: el nivel de educación, el estatus socioeconómico y las creencias religiosas y culturales. Por ejemplo, como grupo los latinos se identifican dentro de la religión católica romana y la enseñanza de la iglesia puede afectar su decisión sobre la planificación familiar.

Fuente: *Basic Spanish for Medical Personal*

## Actividades

### 1. Cierto o falso

Lea las siguientes afirmaciones e indique si son ciertas o falsas. En el caso que sean falsas indique porqué son falsas.

1. La Srta. Medal llega al centro de planificación familiar porque quiere tener un hijo.

---

Cierto

Falso

2. La Dra. Briana dice que no existe el sexo seguro.

---



3. La Dra. Briana afirma que la abstinencia es el método más efectivo y seguro.

---

4. La Dra. Briana le indica a la Srta. Medal que use las píldoras anticonceptivas.

---

5. La religión católica romana no juega un papel importante en las actitudes de los latinos hacia la anticoncepción y la reproducción.

---

## 2. Preguntas de comprensión

Contesta las siguientes preguntas según el dialogo.

1. ¿Por qué visita la Srta. Medal el centro de planificación familiar?

---

2. ¿Qué es el sexo seguro y por qué se quiere informar la Srta. Medal?

---

3. ¿Qué método anticonceptivo le recomienda la Dra. Briana a la Srta. Medal? y ¿Por qué?

---

## 3. Opinión

Según la nota 5.1 la religión juega un papel fundamental en las actitudes de los latinos hacia la anticoncepción y la reproducción. ¿Qué opina usted en cuanto a la importancia de la religión sobre la planificación familiar?

---

---

---

---

## 4. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué sabe usted sobre las enfermedades de transmisión sexual?

---

---

2. Busque en la red mundial estadísticas de cuántos latinos son afectados por las enfermedades de transmisión sexual.

**Vocabulario útil**

contacto sexual	Sexual contact
El SIDA	AIDS
El VIH	HIV
El sistema inmunitario	Immune system
El embarazo ectópico	ectopic pregnancy



## LECTURA

**Las enfermedades de transmisión sexual o ETS (siglas en español):** son infecciones que se transmiten de una persona a otra durante el contacto sexual. Las infecciones generalmente no causan ningún síntoma. Los médicos denominan a las infecciones como enfermedades cuando causan síntomas. Las infecciones o enfermedades son muy comunes ya que un gran número de personas son afectadas. Existen muchos tipos de infecciones y enfermedades de transmisión sexual como:

<b>El VIH/SIDA</b>	El VIH (Virus de la inmunodeficiencia humana) es un virus o infección que causa el síndrome de inmunodeficiencia adquirida conocido como el SIDA. El VIH se propaga a través de los líquidos corporales y daña las células CD4 o Células T, que son células específicas del sistema inmunitario, y puede destruir muchas de estas células hasta el punto que el cuerpo no podrá combatir estas infecciones o enfermedades. Este virus en la actualidad no tiene cura, pero existen tratamientos con los cuales una persona infectada puede tener una vida casi normal.
<b>La clamidia</b>	La clamidia es un tipo de bacteria que se contagia durante el contacto sexual. La clamidia es una ETS común que afecta tanto a mujeres como hombres. Esta infección en la actualidad es muy fácil de tratar si se detecta a tiempo sino puede causar daños permanentes al aparato reproductor femenino haciéndolo difícil o imposible de procrear. También puede causar un embarazo ectópico, que ocurre afuera del útero, que puede causar la muerte.

<p><b>La gonorrea</b></p>	<p>La gonorrea es una infección muy común que puede afectar tanto a los hombres como a las mujeres. Es causada por un tipo de bacteria que afecta los genitales, el recto, la uretra, el cuello del útero y la garganta. Al igual que la clamidia la gonorrea es fácil de tratar con antibióticos. De igual manera si no se trata adecuadamente puede causar inflamación en la pelvis y daños permanentes como la imposibilidad de quedar embarazada.</p>
<p><b>La sífilis</b></p>	<p>La sífilis es una infección que puede causar la muerte y afecta a hombres y mujeres. Se contagia por tener contacto directo con una llaga de sífilis durante las actividades sexuales. Las llagas se pueden encontrar en los labios y la boca, el pene, la vagina, el ano y el recto. A la sífilis se le conoce también como “la gran imitadora” ya que muchos de los síntomas posibles se parecen a los síntomas de otras enfermedades tales como la fiebre y la gripe. En los estadios tempranos es fácil de tratar con antibióticos. En la etapa avanzada la sífilis es irreversible.</p>
<p><b>VPH o el virus del papiloma humano</b></p>	<p>El virus del papiloma humano es un virus que puede producir cáncer cervical y otros tipos de cáncer. Existen más de 100 tipos del virus. Se contagia por contacto de piel a piel y con frecuencia durante las relaciones sexuales. Cerca de 40 tipos del virus afectan las áreas genitales como el pene, el escroto, la vagina, la vulva, el cuello del útero, el recto y el ano. Algunos virus se manifiestan con verrugas en las manos y las plantas de los pies. No existen síntomas y tampoco curas para el virus en sí mismo. La mayoría de las infecciones por VPH no causan daño y desaparecen por sí solas.</p>

## Actividades

### 5. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con la lectura.

1. ¿Qué son las enfermedades o infecciones de transmisión sexual?

---

---

2. ¿Qué daños causa el virus del VIH?

---

---

3. ¿Qué daños puede causar la clamidia en las mujeres?

---

---

4. Describa las similitudes y contrastes de la clamidia y la gonorrea.

---

---

5. ¿Cómo se puede contagiar una persona con el virus del papiloma humano?

---

---

### 6. Investigación

1. Como se ha visto, existen diversas enfermedades de transmisión sexual. En el siguiente enlace investigue cuáles son las tres etapas del desarrollo del VIH y explíquelas.

<http://www.cdc.gov/hiv/spanish/basics/whatishiv.html>

---

---

---

2. Investigue cuales son las tres fases de la infección sífilis. Explíquelas.

---

---

---

## 7. Opinión

En su opinión, ¿Cuáles son algunas maneras de evitar la propagación de las enfermedades de transmisión sexual? ¿Qué tipos de programas de intervención crearía para informar a su comunidad y a la comunidad latina?

---

---

---

---

---

---

## 8. Vocabulario en contexto

Con un compañero indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifiquen las oraciones falsas para que sean ciertas.

	Cierto	Falso
1. Es importante informar a los adolescentes sobre los riesgos de sostener relaciones sexuales sin protección. <hr/> <hr/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La planificación familiar requiere de la participación de ambas personas. <hr/> <hr/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Es fácil detectar los síntomas de la gonorrea. <hr/> <hr/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Es fácil contraer las enfermedades de transmisión sexual si uno no se protege. <hr/> <hr/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Un embarazo ectópico que ocurre afuera del útero no es dañino. <hr/> <hr/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Las enfermedades de transmisión sexual son infecciones que se transmiten de una persona a otra durante el contacto sexual.



7. Las creencias religiosas son un factor influyente en la planificación familiar y la elección de métodos anticonceptivos.



## ADOLESCENTES

### Vocabulario útil

El sexo biológico  
El/la sexólogo/a  
intersexual

La anatomía sexual  
Los cromosomas

Biological sex  
A Sexologist  
Intersexual  
Sexual anatomy  
chromosomes

**Dialogo 5.2** Llega Alfonso Quijano a un centro de planificación familiar con preguntas sobre el sexo biológico ya que tiene que hacer un reporte para su clase de educación sexual en la preparatoria. Habla con un **sexólogo** llamado Tomás Toboso.

Dr. Toboso --Hola Alfonso, ¿En qué **le(indirecto)** puedo ayudar?

Quijano --Hola Dr. Toboso, estoy trabajando en un informe sobre el significado del sexo biológico y me hallo confundido (sorprendido) porque en mi investigación encontré que no solo hay sexo femenino y masculino sino que hay algo llamado intersexual. ¿Qué es eso?

Dr. Toboso --Me alegro que se quiera informar. Muchas personas creen que solo existe femenino y masculino. Pero no es así...

Quijano --(Confundido) ¿No?

Dr. Toboso -- No. Primero hay que preguntarse ¿Qué es el sexo biológico? El sexo biológico no solo significa femenino o masculino sino que existen tres tipos, femenino, masculino e intersexual. Estos están determinados por nuestra anatomía sexual, los cromosomas y nuestras hormonas. Esto se decide desde que se fertiliza un ovulo. ¿ Y qué son los cromosomas? Los cromosomas son estructuras que se encuentran en el núcleo de una célula que transportan fragmentos de nuestro ADN que contienen los genes. El sexo masculino tiene cromosomas de XY y el sexo femenino tiene cromosomas XX. Algunas veces un niño nace con cromosomas sexuales diferentes a los del femenino y masculino, XX o XY, a esto se **le(indirecto)** conoce como intersexual. Es decir, no totalmente femeninos y no totalmente masculinos. Por ejemplo, los niños que nacen con el síndrome de Turner con los cromosomas XO o el síndrome de Klinefelter con los cromosomas XXY. Como puede ver existen tres tipos de sexo biológico.

Quijano --No entiendo cuando dice “totalmente femenino o masculino”  
Dr. Toboso --Es normal tener preguntas, es un concepto difícil de entender, deje **le(indirecto)** explico. Algunos bebés nacen con órganos sexuales externos, es decir, la parte de afuera, que no son fáciles de distinguir como femeninos o masculinos. Esto se conoce como afecciones intersexuales. Estas personas pueden ser consideradas sexualmente ambiguas. Por ejemplo, pueden tener órganos sexuales que parecen ser femeninos o masculinos o ambos, pero no son totalmente femeninos o masculinos. A veces cuando los bebés nacen con afecciones intersexuales el sexo femenino o masculino es asignado a través de una cirugía.

#### Nota 5.2

En la comunidad latina el tema de la sexualidad es un tema tabú. En algunas culturas es considerado socialmente inaceptable hablar de cualquier aspecto de la sexualidad. Sin embargo, algunos jóvenes directores cinematográficos están abordando estos temas de una manera creativa. Un ejemplo de esto es la directora argentina Lucía Puenzo, quien en el 2007 ganó el premio de La semana de la crítica en Cannes. Esta directora de acuerdo con el periódico *El universal* de México escribió dicha película en donde se “Sigue a una adolescente hermafrodita de 15 años y muestra cómo sus padres lidian con los retos de su condición médica.”

Fuente: <http://www.eluniversal.com.mx/notas/427375.html>

## Actividades

### 9. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el dialogo.

1. ¿Qué significa el sexo biológico?

---

2. ¿Qué son los cromosomas? Y ¿cuáles definen el sexo biológico masculino, femenino e intersexual?

---

3. ¿Qué son las afecciones intersexuales?

---

### 10. Investigación

En la red mundial investigue cuales son las funciones de un sexólogo/a. ¿Qué tipos de problemas de la salud atiende? ¿Cuáles son las áreas de conocimiento de un sexólogo?

---

---

---

---

### 11. Opinión

En el siguiente enlace se encuentra la película XXY de la directora cinematográfica Lucía Puenzo. En su opinión cuando los bebés nacen con el sexo biológico intersexual ¿Cree que los padres tienen derecho a asignar quirúrgicamente el sexo de su bebé o dejar que ellos decidan por sí mismos? Explique su opinión en un párrafo. <http://www.hulu.com/search?q=xyx>

---

---

---

---

---

---

---

---



## 12. Combinación

Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. _____ persona que mantiene relaciones amorosas con fines de casarse      | a. pene      |
| 2. _____ obra impresa no periódica de reducido número de hojas informativas | b. óvulos    |
| 3. _____ contingencia o proximidad de un daño                               | c. novio     |
| 4. _____ clase o tipo a que pertenecen personas o cosas                     | d. folleto   |
| 5. _____ órgano masculino   | e. riesgo    |
| 6. _____ conjunto de las cosas necesarias para vivir bien                   | f. género    |
| 7. _____ bolsa formada por la piel que cubre los testículos                 | g. escroto   |
| 8. _____ antipatía y aversión hacia algo o hacia alguien cuyo mal se desea  | h. genitales |
| 9. _____ gameto femenino  | i. bienestar |
| 10. _____ órganos sexuales externos   | j. odio      |

## ADOLESCENTES

### Vocabulario útil

El género	gender
Las normas sociales	social norms
La identidad de género	gender identity
Transgénero	transgender
Los roles de género	gender roles

**Dialogo 5.3** Continúa la conversación entre Alfonso y el doctor Toboso.

- Alfonso --(Comprensión y asintiendo con la cabeza) Entiendo más o menos lo que es el sexo biológico. Ahora también tengo que definir que es el género, ¿es lo mismo que el sexo?
- Dr. Toboso --(Sonriendo) Me gusta tu pregunta. Todas las personas tienen un sexo biológico como **lo(directo)** hemos discutido. Acuérdense que el sexo biológico es nuestra composición anatómica y definido por los cromosomas. El género está definido tanto por el sexo biológico como por las normas sociales y legales que nos identifican como niños/as, mujeres u hombres.
- Alfonso --¿A qué se refiere cuando dice "identifican," tiene que ver con la identidad?

- Dr. Toboso --Sí. La identidad de género indica cómo nos sentimos con respecto a nuestro género y a nuestros roles de género y cómo expresamos dichos sentimientos a través de cómo nos vestimos, nuestra conducta y nuestra apariencia personal. Desde pequeños nos identificamos con un género. Hay muchos factores como la sociedad, la cultura y la religión que dictan como debe comportarse un niño o una niña. Por ejemplo, piensa ¿Qué color **le** asignamos a un niño cuando nace?
- Alfonso --¿Azul?
- Dr. Toboso --Sí. Y a ¿una niña?
- Alfonso --¿Rosado?
- Dr. Toboso -Sí. Piense también en los juguetes que se **le(indirecto)** dan regularmente a un niño o una niña.
- Alfonso --Ahh... ya veo... pero hay niños a los que **les(indirecto)** gusta jugar con los juguetes de las niñas y viceversa.
- Dr. Toboso --Buena observación. Sí, esto pasa regularmente porque como individuos no somos independientes sino como **lo(directo)** dije antes somos influidos por la televisión, los medios de comunicación y las revistas. Algunas veces pasa que personas descubren que su identidad de género, o como ellos se identifican a sí mismos no coincide con su sexo biológico. A estas personas se **les(indirecto)** llama transgénero. Se identifican con un género opuesto a su anatomía sexual.

### 5.3

Nótese que desde muy temprana edad (dos o tres años) los niños/as tienen conocimientos sobre los roles de género. Estos roles se los inculcan los padres y familia y se basan en las creencias culturales y religiosas. Los géneros son creados por la sociedad y muchas veces se pasan de una generación a otra. En muchas sociedades las mujeres llevan la carga principal de criar a los niños y la responsabilidad doméstica.

## Actividades

### 13. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el dialogo.

1. ¿Qué es el género?

---

2. ¿Qué se define por identidad de género?

---

3. ¿Qué significa ser transgénero?

---

### 14. Investigación

De acuerdo con la nota 5.3 los roles de género son definidos por la sociedad.

1. Investigue en la red mundial los roles típicos de los niños/as, las mujeres y los hombres en Latinoamérica y los Estados Unidos.

---

---

---

2. En su opinión son justificables estos roles de género asignados por la sociedad. Sí o no, explique.

---

---

### 15. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. Piensa sobre la carrera de los ginecólogos. ¿Qué sabe sobre la ginecología? Explíquelo en cinco oraciones.

---

---

---



## LECTURA

### Profesionales de la salud: Ginecólogo/a

**Ginecólogo/a** La doctora Briana es una ginecóloga. Ella se especializa en el estudio y tratamiento de los múltiples problemas y enfermedades del aparato genital de la mujer. Briana se ocupa específicamente de los problemas femeninos hormonales, de menopausia y menstruación, métodos anticonceptivos, las enfermedades de los senos, de los ovarios, de las trompas de Falopio, del útero, los genitales externos femeninos y los cánceres de la mujer. Las responsabilidades de Briana incluyen hacer exámenes con frecuencia para detectar problemas de salud antes que se dificulten. Algunos de estos exámenes son: examen pélvico, en donde toca los órganos genitales femeninos para asegurarse que son normales y tengan un tamaño adecuado, un examen para detectar el cáncer cervical también llamado un “Pap Smear,” y un examen clínico de senos (mamas).

Los ginecólogos pasan por el mismo proceso que un MD o DO. Es decir, deben de obtener una licenciatura en una universidad de cuatro años en uno de los siguientes enfoques: biología, química, física y genética humana. Después de graduarse los estudiantes deben tomar el MCAT, medical college admissions test, para ingresar a una escuela acreditada por otros cuatro años. De aquí se gradúan como M.D o D.O y siguen a especializarse como ginecólogos en un programa de residencia en el cual practican de 3 a 7 años bajo la supervisión de un docente médico.

Fuentes:

<http://www.nlm.nih.gov>

<https://www.aamc.org>

<http://www.learn.org>

[http://learn.org/articles/What\\_Are\\_the\\_Education\\_Requirements\\_to\\_be\\_a\\_Gynecologist.html](http://learn.org/articles/What_Are_the_Education_Requirements_to_be_a_Gynecologist.html)

[http://salud.ccm.net/faq/9076-ginecologia-definicion#simili\\_main](http://salud.ccm.net/faq/9076-ginecologia-definicion#simili_main)

### Actividades

#### 16. Preguntas de comprensión

Conteste las preguntas según la lectura.

1. Describa el trabajo de Briana. De tres ejemplos de sus responsabilidades.

---

2. Describa el proceso académico de realizarse como ginecólogo.

---

### 17. Investigación

Utilice la red mundial para investigar los requisitos y clases necesarias para obtener un título de ginecólogo/a. Cree un esquema de los cursos necesarios en una universidad de su elección.

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

### 18. Adjetivos: palabras para describir

A. Complete cada oración con el adjetivo adecuado del banco de palabras.

sensible	eficaz	avergonzado/a	tímido/a	enamorado/a
contagioso/a	conveniente	tabú	hermafrodita	justificable

1. Cardenio esta muy \_\_\_\_\_ de Luscinda y quieren tener relaciones sexuales.
2. El anillo anticonceptivo es muy \_\_\_\_\_ si se usa adecuadamente.
3. La homosexualidad entre los latinos es un tema \_\_\_\_\_.
4. La píldora o pastilla anticonceptiva es \_\_\_\_\_ para controlar la menstruación.
5. El VIH es \_\_\_\_\_ por eso se debe de usar condones masculinos.
6. En la comunidad latina la sexualidad es un tema \_\_\_\_\_.
7. Zoraida se siente \_\_\_\_\_ cuando se realiza un examen pélvico.
8. Algunas personas consideran que el aborto es \_\_\_\_\_.
9. Camila es una chica \_\_\_\_\_ que se le dificulta hacer amistades.
10. Un bebé \_\_\_\_\_ tiene ambos sexos biológicos.

B. Cree cinco oraciones utilizando los adjetivos adecuados del banco de palabras.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

## HOMBRES



### Consulte la gramática 5.3

#### Vocabulario útil

La urología

orinar

ardor

la vejiga

El tracto urinario

Urology

to urinate

burning sensation

bladder

the urinary tract

**Dialogo 5.4** Sergio es referido a un centro médico y habla con el especialista en urología llamado Dr. Alberto porque presenta irregularidades al orinar.

- Dr. Alberto --Hola Sergio mi nombre es Ignacio Alberto, especialista en la urología. ¿Cómo se siente hoy? En que le puedo ayudar.
- Sergio --Hola doctor Alberto. Hábleme de tú. **Me gusta** que me hablen de tú. Fíjese que no me siento bien.
- Dr. Alberto --Ok. Dime cómo te sientes o lo qué pasa.
- Sergio --Hace unos días que **me molesta** ir al baño, porque siento dolor y ardor al orinar y eso **me preocupa**. También siento muchas ganas de orinar, especialmente en la noche, y cuando intento orinar sale muy poco.
- Dr. Alberto --Le voy a tomar la temperatura. (Tomándole la temperatura) ¿Siente dolor en la parte inferior del abdomen?
- Sergio --A veces sí. Pero lo que más **me fastidia** es el ardor al orinar.
- Dr. Alberto --Todo parece indicar que tiene una infección en el tracto urinario. Las infecciones son más comunes en las mujeres que los hombres. Las infecciones son causadas por bacterias que se dispersan por el sistema urinario como la vejiga, los uréteres y la uretra. Estas son serias y se deben tratar a tiempo sino pueden causar infección de la próstata o los riñones. Necesito tomar una muestra de orina. Vaya al baño, límpiense la cabeza del pene, orine de una a dos onzas en el recipiente y se lo entrega a la enfermera. Tendremos los resultados en una semana.
- Sergio -- Usted ¿cree qué pueda ser grave mi infección?
- Dr. Alberto --No le puedo decir hasta que tenga sus resultados.

## 19. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué sabe usted sobre la urología? ¿Cuáles enfermedades cree usted que son tratadas? Explique.

---

---

### Vocabulario útil

El urólogo	Urologist
Los desórdenes	disorders
El sistema urinario	the urinary system
El sistema reproductor masculino	male reproductive system
El tumor	tumors



## LECTURA

### Profesionales de la salud: El/la urólogo/a

**Urólogo/a** El doctor Ignacio Alberto es un urólogo. Él se especializa en la rama de medicina de la urología, la cual estudia la anatomía, fisiología, desórdenes y el cuidado del sistema urinario femenino y masculino, además del sistema reproductor masculino. El doctor Alberto conoce los métodos para diagnosticar y los procedimientos terapéuticos, médicos y quirúrgicos de los sistemas ya referidos. Las principales enfermedades que trata el urólogo son tumores ya sean benignos y o cancerosos, por ejemplo, el cáncer del pene, próstata o testículos. También trata traumatismos de los órganos ya señalados al igual que la vejiga, la uretra y el riñón entre otros. Se encarga de diagnosticar y tratar las infecciones urinarias, la litiasis, las estenosis, las malformaciones renales y de la vía urinaria como la ausencia de riñón y estados intersexuales por nombrar algunas. Además de los problemas de la próstata como el cáncer, hiperplasia y prostatitis también se encarga de la disfunción eréctil, la infertilidad y vasectomías entre otros problemas genitales masculinos.

Los urólogos pasan por el mismo proceso que un MD o DO es decir, deben de obtener una licenciatura en una universidad de cuatro años en uno de los siguientes enfoques: biología, química, física y genética humana. Después de graduarse los estudiantes deben tomar el MCAT, *medical college admissions test*, para ingresar a una escuela acreditada por otros cuatro años. De aquí se gradúan como MD o DO y siguen a especializarse como urólogos. Por ejemplo en un programa de residencia como el que ofrece la Universidad de California San Francisco, los médicos toman unos 6 años en el programa de urología bajo la supervisión de un docente médico.

Fuentes:

<http://www.caunet.org>

<http://www.caunet.org/institucional/que-es-la-urologia.html>

<https://www.aamc.org>

<https://urology.ucsf.edu>

<https://urology.ucsf.edu/education/residency/clinical-training>

<http://www.nationalmssociety.org/Glossary#U>

## Actividades

### 20. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Qué estudia la urología?

---

2. ¿Cuáles son las principales enfermedades que trata un urólogo? Mencione tres.

---

### 21. Investigación

En el siguiente enlace se encuentra un esquema del programa de residencia en la Universidad de California, San Francisco. Describa el programa y nombre tres aspectos de su interés. <https://urology.ucsf.edu/education/residency/clinical-training>

---

---

## HOMBRES

### Vocabulario útil

dar asco

rojiza

la prostatitis abacteriana

la glándula prostática

los parásitos

disgusted by

reddish

nonbacterial prostatitis

prostate gland

parasites



## Dialogo 5.5 Sergio regresa al consultorio porque ya están sus resultados.

Dr. Alberto --Hola Sergio, ¿Cómo está?

Sergio -- Hola doctor, fíjese que no muy bien. Desde nuestra última platica he tenido fiebre, me da mucho frio y tengo mucho cansancio. También he notado que cuando orino sale como rojiza, **me da asco** ir al baño porque también hay muy mal olor.

Dr. Alberto --**Me preocupa** escuchar eso porque su examen de orina mostró glóbulos rojos. Todo sus síntomas y el examen indican que tiene prostatitis abacteriana. Esto es una enfermedad que compromete la glándula prostática o vías urinarias y causa dolor y síntomas urinarios prolongados... esto es lo que usted tiene.

Sergio --¿Cómo es que yo tengo esto? ¿Qué lo causó?

Dr. Alberto --Pues... no sé que sea en su caso... pero las posibles causas de la prostatitis abacteriana son muchas. Por ejemplo, la infección pasada de prostatitis bacteriana, otros tipos comunes de bacterias, parásitos, virus, irritación ocasionada por un represamiento de la orina que fluye hacia la próstata. También montar a bicicleta, abuso sexual, irritación por químicos y problemas de los músculos del piso pélvico.

Sergio -- ¿Es esto curable? ¿Qué puedo hacer para mejorar? Porque **a mí me molesta** vivir con estos problemas al orinar.

Dr. Alberto --Lamento informarle que el problema es difícil de curar. Así lo que le podemos dar es un tratamiento para controlar los síntomas. Por ejemplo, los bloqueadores alfa-adrenérgicos que ayudan a relajar los músculos de la glándula prostática. También le voy a recetar aspirina porque es un **antiinflamatorio** y veremos como responde al tratamiento. Por el momento, dese baños calientes para aliviar algo el dolor.

Sergio --Muchas gracias. Es un problema que **me preocupa** mucho.

Dr. Alberto --Sí. Los problemas de la próstata pueden ser muy serios. Si usted no se cuida, y

Nota 5.6  
Nótese que la próstata comienza a crecer usualmente en hombres de 40-45 años. Es fundamental realizar una revisión anual que ofrezca un diagnostico rápido y preciso para plantear una cura. En el 2012 la próstata fue el área principal del cuerpo afectada por nuevos casos de cáncer con un 29% de 53.600 casos.

Fuente: <http://www.cancer.org>

no responde al tratamiento que le estoy dando, puede que comience a tener problemas urinarios y sexuales que **le alteren** su estilo de vida y su bienestar. Aun peor puede evolucionar a cáncer de próstata, que es el tumor más frecuente en hombres. El crecimiento de este tumor es lento y a veces no hay síntomas. También existe la hiperplasia prostática benigna (HPB), que comprime la uretra y causa problemas para orinar. Ésta afecta mayormente a hombres mayores de cincuenta años. Por eso es muy importante hacerse pruebas adecuadas y no ignorar síntomas. Le recomiendo que le diga a sus amigos y

Sergio                   compañeros lo esencial de la detección temprana de problemas de la próstata.  
-Gracias doctor. Yo paso la voz y recogeré mis medicamentos en la farmacia.

Actividades

**22. Preguntas de comprensión**

Conteste las siguientes preguntas según el dialogo.

1. ¿Cuál es el diagnostico que el doctor Alberto le da a Sergio?

---

2. ¿Cuáles son las causas de la prostatitis abacteriana?

---

3. ¿Cuáles son algunos medicamentos que ayudan con los síntomas de la prostatitis abacteriana?

---

4. ¿Qué es la hiperplasia prostática benigna (HPB)?

---

**23. Investigación y dramatización**

Investigue los síntomas, causas, pruebas y exámenes, tratamientos, posibles complicaciones de la hiperplasia prostática benigna. Con un compañero decida quién será el paciente y quién el médico y dramatice cómo le explicaría el diagnostico al paciente y algunas posibles preguntas del paciente al médico.

---

---

---

---

---

---

**24. Actividad de pre-lectura**

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué tipos de cáncer conoce usted? Explique.

---

---

### Vocabulario útil

Las células

cells

Tumores benignos/malignos

benign/malignant tumors

extirpar

remove

la quimioterapia

chemotherapy

los nódulos

nodules



## LECTURA

**Tres tipos de cáncer en los hombres:** El cáncer comienza cuando células adicionales en el cuerpo forman tumores. Los tumores pueden ser benignos o malignos. Los malignos son aquellas células que invaden los tejidos cercanos y pueden dispersarse, éstas son las causantes del cáncer. Existen más de 100 tipos de cáncer y se denominan de acuerdo con su lugar de origen. Por ejemplo, el cáncer de vejiga, procede o se origina en la vejiga. Los síntomas y el tratamiento dependen de cual sea el tipo de cáncer y de lo avanzado que este. Regularmente el cáncer es tratado con cirugía, para cortar y extirpar el cáncer, radiación, que utiliza rayos X de alto poder para eliminar las células cancerosas y/o quimioterapia, que destruyen las células cancerosas utilizando medicamentos.

### El cáncer de próstata

El cáncer de próstata o cáncer prostático se encuentra en la próstata. Esta es una glándula que se origina debajo de la vejiga del hombre y produce el líquido para el semen. Las personas más propensas al cáncer de próstata son hombres de edad avanzada, más de 65 años, historial de cáncer en parientes o familiares o ser de ascendencia afroamericana.

Los síntomas del cáncer prostático pueden incluir: dolor en la parte baja de la espalda al igual que el dolor al eyacular. También los hombres pueden tener problemas para orinar tales como la dificultad para iniciar o detener la orina y dolor al orinar.

El tratamiento del cáncer prostático depende de la etapa en la que se encuentre. Existen muchas opciones de las cuales los hombres pueden elegir entre ellas la cirugía, radioterapia, la terapia hormonal y la quimioterapia, o alguna combinación de estas.

### El cáncer testicular

El cáncer testicular o cáncer de testículo se inicia en los testículos. Los testículos son aquellos que producen las hormonas masculinas y el semen y se encuentran dentro del escroto. El cáncer se puede desarrollar en uno o ambos testículos. Los hombres afectados principalmente son jóvenes entre los 20-39 años de edad. También aquellos hombres que tuvieron un testículo no descendido, tuvieron un desarrollo testicular anormal

	<p>y tienen antecedentes de cáncer en la familia.</p> <p>Los síntomas incluyen inflamación o nódulos en los testículos o la región inguinal y dolor. En la mayoría de los casos este tipo de cáncer es tratable si se detecta a tiempo. La cirugía, radiación y quimioterapia son las opciones de tratamiento. Nótese que algunos de estos tratamientos pueden causar infertilidad. Se les recomienda a los pacientes ir a un banco de esperma antes de iniciar su tratamiento si quieren tener hijos.</p>
<b>El cáncer de pene</b>	<p>El cáncer de pene o cáncer peniano se inicia en el pene. Se desconoce la causa exacta del cáncer peniano pero se sabe que existen factores que puede incrementar el riesgo de este tipo de cáncer como el esmegma que se encuentra por debajo del prepucio del pene. También hombres que no están circuncidados y no mantienen el área por debajo del prepucio limpia. Aquellos con antecedentes de verrugas genitales o el VPH tienen mayor riesgo de sufrir cáncer peniano.</p> <p>Los síntomas incluyen sangrado y dolor en el pene al igual que llagas. El tratamiento depende de la ubicación y el tamaño del tumor y de que tanto se haya dispersado. Los tratamientos generalmente son la quimioterapia, radioterapia y cirugía. La penectomía parcial o glandectomía parcial es donde solo se extirpa la parte afectada del órgano. También existe la penectomía total donde se extirpa totalmente el pene.</p>
<p><b>Fuentes:</b></p> <p><a href="http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/prostatecancer.html">http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/prostatecancer.html</a></p> <p><a href="http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001276.htm">http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001276.htm</a></p> <p><a href="http://vsearch.nlm.nih.gov/vivisimo/cgi-bin/query-meta?v%3Aproject=medlineplus-spanish&amp;v%3Asources=medlineplus-spanish-bundle&amp;query=cancer">http://vsearch.nlm.nih.gov/vivisimo/cgi-bin/query-meta?v%3Aproject=medlineplus-spanish&amp;v%3Asources=medlineplus-spanish-bundle&amp;query=cancer</a></p> <p><a href="http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/testicularcancer.html">http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/testicularcancer.html</a></p>	

## Actividades

### 25. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Cómo definiría el cáncer?

---

---

---

2. ¿Qué es el cáncer de próstata?

---

---

---

3. ¿Cuáles son los síntomas del cáncer testicular?

---

---

---

4. ¿Cuál es el tratamiento para el cáncer de pene?

---

---

---

### 26. Investigación

Investigue cuáles son las etapas del cáncer prostático y explíquelas en 10 oraciones.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 27. Combinación

Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

- |  |               |
|--|---------------|
| 1. La acción de levantarse o ponerse rígido el pene                                      | a. urología   |
| 2. Dicho de una enfermedad o tumor que es grave o canceroso                              | b. tumor      |
| 3. Medicamento o droga que alivia o reduce el dolor                                      | c. benigno    |
| 4. Piel móvil que cubre el glande del pene   | d. ardor      |
| 5. Que accidentalmente se halla fuera de su estado natural                               | e. matrimonio |
| 6. Sensación de calor o rubor en alguna parte del cuerpo                                 | f. erección   |
| 7. Unión de hombre y mujer concertada mediante determinados ritos o legales              | g. Prepucio   |
| 8. Parte de la medicina referente al aparato urinario                                    | h. Analgésico |
| 9. Masa de tejido de una parte del organismo cuya células sufren un crecimiento anormal. | i. maligno    |
| 10. Dicho de una enfermedad o tumor que no es grave                                      | j. anormal    |

## HOMBRES

### Vocabulario útil

La disfunción eréctil	erectile dysfunction
Agradar	to please
El dormitorio	bedroom
El analgésico	pain killer
Quejarse	to complain

**Dialogo 5.6** Camilo es un paciente de 52 años de edad y ha tenido problemas de disfunción eréctil. Aunque a él no **le agrada** la idea de hablar sobre su vida sexual ha decidido seguir el consejo de su médico de cabecera y ver a un urólogo porque **le preocupa** su vida sexual.

Dr. Alberto --Hola Sr. Camilo ¿Cómo está?

Camilo --Hola doctor, bien gracias, ¿Y usted?

Dr. Alberto --Muy bien gracias. Y dígame ¿Qué lo trae por acá?

Camilo --Es que mi doctor de cabecera me ha recomendado que venga con usted porque he tenido algunos problemas últimamente (tímido) usted ya sabe problemas en el dormitorio.

Dr. Alberto --No se sienta avergonzado. Muchos hombres tienen este mismo problema. La salud sexual masculina es parte de la salud general y todos debemos estar saludables. Así que si queremos estar totalmente saludables es importante mantener una vida sexual sana. Ahora, le voy hacer algunas preguntas

relacionadas con su historial médico, familiar y social antes de proceder con un examen físico.

- Camilo --Sí doctor.
- Dr. Alberto --Perfecto, ¿Toma algún medicamento? Y si los toma ¿para qué?
- Camilo --Solo tomo analgésicos cuando me duele la cabeza o espalda.
- Dr. Alberto --OK. ¿Se ha sometido a alguna cirugía últimamente?
- Camilo --No doctor.
- Dr. Alberto --Veo que no hay problemas cardiacos en su historial familiar, ¿Esto ha cambiado?
- Camilo --No que yo sepa doctor.
- Dr. Alberto --Veo que en su historial social tiene antecedentes con el abuso de alcohol. ¿Aun toma y qué tan frecuente?
- Camilo --(Avergonzado) Pues... Sí doctor... tomo cuando necesito relajarme porque el trabajo me deja muy estresado regularmente.
- Dr. Alberto --Ya veo. ¿Y cuántos tragos toma al día?
- Camilo --Me tomo unas tres cervezas y honestamente a veces más cuando no trabajo.
- Dr. Alberto --Y ¿Porqué se estresa tanto?
- Camilo --Pues en el trabajo, porque el negocio no va muy bien con esta crisis económica y cuando llego a casa mi esposa siempre se esta quejando. Además a la ahora que trato de tener relaciones con mi mujer me toma trabajo estar listo y mi esposa cree que ya no la quiero.
- Dr. Alberto --Gracias por confiar en mí. Ahora le voy hacer preguntas sobre su vida sexual y por favor siéntase en confianza. ¿Qué tan seguro se siente usted en lograr y mantener una erección?
- Camilo --Pues últimamente no me siento seguro. Me cuesta mucho trabajo lograr una erección.
- Dr. Alberto --Y ¿Con qué frecuencia son sus erecciones lo suficientemente duras para la penetración?
- Camilo --No son tan frecuentes como antes. Algunas veces solo la primera vez, ya no es como antes que después de un descanso, unos minutos, estaba listo. (Enojado) **A mí me fastidia** tener este problema y **me preocupa** que mi esposa **se moleste**.
- Dr. Alberto --No **se preocupe**, hallaremos una solución. Una última pregunta ¿Cómo calificaría su deseo sexual?
- Camilo --Pues doctor, antes me excitaba y ahora ya cuando mi mujer me hace caricias o vemos o escuchamos cosas eróticas **me preocupo** tanto por satisfacerla (decepcionado) pero no puedo.
- Dr. Alberto --Gracias por contestar mis preguntas. Ahora, procederé a hacerle un examen físico, Sr. Camilo, para asegurar que no hay ningún problema físico. Voy a examinar sus testículos y pene, le tomaré la presión y una muestra de sangre para medir su nivel de colesterol y descartar que es un problema físico. Pero viendo su historial médico y en base a sus respuestas a mis preguntas todo indica que tiene disfunción eréctil debido a su problema con el alcohol, el estrés y los problemas que éste causa en su matrimonio.

Camilo --(Sorprendido) ¿Qué es la disfunción eréctil? ¿Me lo puede explicar?  
Dr. Alberto --Una disfunción eréctil es cuando un hombre no puede lograr una erección para tener sexo, o no puede mantener una erección para lograr terminar la relación sexo. La disfunción eréctil puede darse a cualquier edad, pero es más común en los hombres mayores de 75 años.

Camilo --Pero yo tengo 52 años.  
Dr. Alberto --Pero usted esta bajo mucha presión en el trabajo, su consumo de bebidas alcohólicas y el estrés son los causantes de su problema, no su edad. Es importante saber que existen tratamientos y formas en como solucionarlo.

Camilo --¿Qué es lo que puedo hacer?  
Dr. Alberto --Antes de recetarle algún medicamento, como el sildenafil conocido como Viagra, vamos a tratar de cambiar su estilo de vida, y si esto no funciona tendrá que regresar y le daré otras opciones. Quiero que haga más ejercicio. Salga a caminar con su esposa por unos 30 minutos, esto le ayudará a reducir su nivel de estrés. También quiero que deje de consumir bebidas alcohólicas. Si fuma, quiero que deje de fumar. Además es importante que hable con su pareja sobre este problema y si necesita ayuda asista a un terapeuta sexual conocido como sexólogos.

Camilo --Esta bien doctor, hare todo lo posible para seguir sus ordenes.

#### Nota 5.7

Nótese que en Costa Rica se implementó en el 2014 un nuevo tratamiento para la disfunción eréctil. Este método se llama Renova, un sistema de ondas de choque. Solo hay cinco en Latinoamérica y este tratamiento ayuda a generar nuevos vasos sanguíneos en el pene.

Fuente:

<http://www.clinicabiblica.com>



## Actividades

### 28. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el dialogo.

1. ¿Qué problema tiene el señor Camilo?

---

---

2. ¿Cuáles son las preguntas que le hizo el Dr. Alberto al Sr. Camilo sobre su historial médico? ¿Qué otras preguntas cree usted que un urólogo le puede hacer a un paciente?

---

---

3. ¿Cuáles preguntas le hace el Dr. Alberto a su paciente sobre su vida sexual? Busque en la red mundial, cuáles otras preguntas que le puede hacer un urólogo a un paciente sobre la vida sexual.

---

---

4. Durante el examen físico que realizó el urólogo, ¿Qué examinó?

---

---

5. ¿Cuáles fueron las recomendaciones del doctor?

---

---

### 29. Investigación

1. Busque en la red mundial cuáles son los tratamientos para las disfunción eréctil. Nómbralos y explíquelos de una manera clara y concisa. Puede utilizar la página web <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/>.

---

---

---

2. Según la nota 5.7 existe en Costa Rico y Centroamérica un nuevo tratamiento para la disfunción eréctil. Utilice la red mundial para investigar sobre el sistema de ondas de choque. Explique lo que es y el equipo tecnológico que se usa.

---

---

---

### 30. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué sabe usted sobre los métodos anticonceptivos para hombres? Explique.

---

---

2. ¿Cuáles cree usted que sean las preguntas comunes de los pacientes acerca de los métodos anticonceptivos masculinos?

---

---

#### Vocabulario útil

La penetración

La abstinencia

eyacular

la vasectomía

los conductos deferentes

penetration

abstinence

ejaculate

vasectomy

vas deference



## LECTURA

**Métodos anticonceptivos para hombres:** A diferencia de las mujeres los hombres no tienen tantas opciones de métodos anticonceptivos. En total tienen 5 opciones para prevenir el embarazo: Abstinencia, condones masculinos, relaciones sexuales sin penetración, retiro del pene antes de eyacular y la vasectomía.

Método	Definición
<b>La abstinencia</b>	La abstinencia se define como una conducta en donde no se practica ningún tipo de actividad sexual con la pareja. Hay personas que practican la abstinencia periódica como parte del método de observación de la fertilidad. Es decir, no tener relaciones sexuales vaginales cuando la mujer es fértil. Este método es 100% efectivo si se practica continua y correctamente. Este método previene las enfermedades de transmisión sexual.
<b>Las relaciones sexuales sin penetración</b>	Existen dos tipos de relaciones sexuales sin penetración. Uno, cualquier tipo de actividad sexual sin penetración vaginal. Dos, actividad sexual donde no hay ningún tipo de penetración ya sea oral, vaginal o anal. Este método impide que el esperma entre en la vagina por lo cual las relaciones sin penetración son casi 100% eficaces. Pero existe la posibilidad del embarazo si el semen se derrama en la vulva y llega a la vagina. Este método reduce el riesgo de contraer las enfermedades de transmisión sexual siempre y cuando fluidos corporales no se intercambian por vía oral o anal. De igual manera, las enfermedades como el VPH y el herpes pueden transmitirse por contacto de piel a piel.
<b>El retiro del pene antes de eyacular</b>	El retiro del pene antes de eyacular también conocido como el método de eyaculación fuera de la vagina o coitus interruptus es cuando un hombre retira su pene de la vagina antes de eyacular. Este método como las relaciones sexuales sin penetración impide que el esperma entre en la vagina por lo tanto es eficaz si se practica correctamente. Este tipo de método requiere autocontrol. Es decir, que los hombres sepan identificar el punto exacto de excitación sexual a partir del cual ya no pueden detener la eyaculación. El embarazo aun puede ocurrir ya que el hombre produce líquidos de pre-eyaculación con una cantidad suficiente de esperma para provocar un embarazo. Este método no previene las enfermedades de transmisión sexual.

### La vasectomía

La vasectomía es un procedimiento que se le practica a un hombre para controlar de forma permanente la reproducción. Este procedimiento cierra los dos conductos deferentes impidiendo que el esperma llegue al semen. El cuerpo absorbe el esperma evitando que sea eyaculado. Este método es casi 100% efectivo pero no es inmediato. En otras palabras, el hombre aun conserva esperma por un periodo de tres meses después del procedimiento. Existen dos maneras de hacer una vasectomía, método con incisión y sin incisión. Ambos métodos bloquean los conductos deferentes. Este método no previene las enfermedades de transmisión sexual y puede ser costoso hasta \$1,000.

## Actividades

### 31. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Cuáles son algunos métodos anticonceptivos para hombres? Nómbralos y explíquelos.

---

---

2. ¿Cuáles son algunas similitudes entre las relaciones sexuales sin penetración y el retiro del pene antes de la eyaculación?

---

---

3. ¿Qué procedimiento se le practica a un hombre para controlar de forma permanente la reproducción? Nómbralo y explíquelos en detalle.

---

---

### 32. Investigación y Opinión

De acuerdo con la organización *Planned Parenthood* existen diferentes formas de esterilización para los hombres. En el siguiente enlace encontrará los diferentes tipos de vasectomía.

Explique los dos procedimientos en detalle.

<http://www.plannedparenthood.org/esp/temas-de-salud/anticonceptivos/vasectomia>

---

---

---

---

## HOMBRES

### Vocabulario útil

La infertilidad masculina  
el espermatozoides  
las sustancias químicas  
procrear  
los trastornos físicos

male infertility  
sperm  
chemical substances  
procreate  
physical disorders

**Dialogo 5.7** Llega Anselmo con su urólogo porque él y su esposa Camila han tratado de tener un hijo por un año y Camila no logra quedar embarazada. Ella ya se hizo los chequeos médicos y esta bien de salud y de sus órganos reproductivos.

- Dr. Alberto --Hola buenas tardes Sr. Anselmo, ¿Cómo está?
- Anselmo --Buenas tardes doctor, muy bien. ¿Y usted?
- Dr. Alberto --Muy bien Anselmo y dígame, ¿Qué lo trae por acá?
- Anselmo --Doctor, le voy hacer honesto. Mi esposa y yo hemos estado listos para tener un hijo y hemos tratado y no logramos embarazarnos. Ella ya se hizo los chequeos médicos y todos los resultados le han salido normales. Por eso estoy aquí hoy, quiero que me ayude, no se que hacer, no se si soy yo el causante de este problema.
- Dr. Alberto --No se preocupe Anselmo. No esta solo, hay muchas parejas que tienen dificultad para concebir. Déjeme revisar su historial médico, y hacerle algunas preguntas. ¿A tenido infecciones del tracto urinario?
- Anselmo --No doctor.
- Dr. Alberto --¿Ha tenido cirugías o enfermedades transmitidas sexualmente?
- Anselmo --Tampoco doctor.
- Dr. Alberto --¿Ha estado expuesto a medicamentos o sustancias químicas dañinas?
- Anselmo --No sé a que se refiere con sustancias químicas pero soy pintor y siempre estoy expuesto a varnices, disolventes y pinturas.
- Dr. Alberto --Pues Anselmo, esto puede causar un recuento bajo de espermatozoides. Es decir, esto puede ser lo que esta afectando la producción de espermatozoides. Le voy hacer un examen físico porque **me preocupa** que esto es lo que le impide procrear.
- Anselmo --¿Eso quiere decir que soy infértil?
- Dr. Alberto --No necesariamente. Con el examen físico puedo determinar si hay indicios de un bajo nivel de testosterona u otros trastornos físicos. También le voy hacer un análisis de semen para ver el movimiento y cantidad y calidad de sus espermatozoides.

Además, le haré un examen de sangre que detectará deficiencias hormonales.

- Anselmo --Y ¿Qué pasa si soy infértil? ¿Existe una cura o cuáles son mis opciones?
- Dr. Albert --Existen varios tratamientos para la infertilidad masculina que depende de la causa. Estos son: técnicas de reproducción asistida, cirugía y/o terapia hormonal. Eso lo discutiremos cuando haya un diagnóstico concreto.
- Anselmo --Gracias doctor.

## Actividades

### 33. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo

1. ¿Cuáles son los motivos que Anselmo le da al Dr. Toboso para justificar su visita?

---

---

2. ¿Qué es la infertilidad masculina?

---

---

3. ¿Qué tipos de preguntas le hace el Dr. Toboso a Anselmo? ¿Con qué propósito?

---

---

4. ¿Qué exámenes le hace el Dr. Toboso a Anselmo para averiguar si es infértil?

---

---

### 34. Investigación

¿Cómo se lo diría a un paciente? Utilice la red mundial para hacer su investigación en las páginas web como la de la organización *Planned Parenthood* y *Medline Plus*.

1. Describa los tres tipos de tratamientos para la infertilidad masculina mencionadas en el diálogo.

---

---

---

2. Describa en detalle el análisis de semen. ¿De que forma se realiza el examen? ¿Por qué se realiza? ¿Cómo se evalúa el análisis? ¿Cómo se obtienen los resultados?

---

---

---

### 35. Conversaciones

Complete cada oración con el pronombre de complemento indirecto correcto y luego seleccione la forma apropiada del verbo

1. Dr. Alberto: A mí \_\_\_\_\_ (preocupa/preocupan) que no use protección al tener relaciones sexuales.

Paciente: Lo se doctor, pero a mí \_\_\_\_\_ (fastidia/fastidian) tener que usarlos todo el tiempo.

Dr. Alberto: Tengo otra opción para usted ¿sabe si a su pareja \_\_\_\_\_ (dan asco/da asco) tomar píldoras anticonceptivas?

2. Matrimonio: A nosotros \_\_\_\_\_ (emocionan/emociona) ser padres.

Dr. Toboso: \_\_\_\_\_ (agrada/agradan) escuchar eso.

Matrimonio: Pero a nosotros \_\_\_\_\_ (disgustan/disgusta) tener que recibir terapias hormonal.

3. Dr. Toboso: ¿A ustedes \_\_\_\_\_ (gusta/gustan) practicar la abstinencia periódica?

Una pareja: No. A nosotros no \_\_\_\_\_ (interesan/interesa) practicar la abstinencia periódica porque \_\_\_\_\_ (molestan/molesta) estar contando los días.

4. Dr. Alberto: \_\_\_\_\_ (indigna/indignan) que algunos hombres no se hagan exámenes de próstata por tener vergüenza.

Enfermera: Yo se que a ti \_\_\_\_\_ (importa/importan) el bienestar de todos tus pacientes.



## Mujeres

Consulte la gramática 5.4 y 5.5

### Vocabulario útil

el vientre	womb
la pus	pus
los gérmenes	germs
los lavados vaginales	vaginal douching
la menopausia	menopause

**Dialogo 5.8** Zoraida tiene 45 años es referida a un centro médico y habla con su urólogo llamado Dr. Alberto porque presenta irregularidades al orinar.

- Dr. Alberto --Hola Sra. Zoraida ¿Cómo está?
- Zoraida --Muy bien doctor, ¿Y usted?
- Dr. Alberto --Muy bien gracias. Y dígame ¿En que la puedo ayudar?
- Zoraida --Dr. últimamente tengo mucho ardor y dolor cuando orino. Siento la necesidad de orinar con frecuencia y también tengo dolor en el vientre.
- Dr. Alberto --¿Ha notado cambios en el color de su orina? ¿Cómo alguna presencia de sangre o pus en ella o algún mal olor?
- Zoraida --Sí doctor. No tengo presencia de sangre pero sí de pus algunas veces y mi orina es más oscura de lo normal y con mal olor.
- Dr. Alberto --Sra. Zoraida me parece que sus síntomas pueden ser causa de una infección en el tracto urinario. Pero **tendré** que mandarla hacer un análisis de orina para identificar que tipo de infección es.
- Zoraida --Yo nunca he tenido este problema. ¿Qué pudo haber causado la enfermedad?
- Dr. Alberto --Las infecciones del tracto urinario son más comunes en las mujeres que en los hombres. Estas son provocadas por bacterias o gérmenes que entran en el tracto urinario de diversas formas. Por ejemplo, si una mujer se limpia de atrás hacia delante después de defecar facilita la transportación de bacterias. También tener relaciones sexuales puede ser una causa al igual que usar un diafragma o productos como los lavados vaginales antibacterianos. Además, mujeres en la menopausia son más propensas a tener una infección de la vía urinaria entre otras causas más.
- Zoraida --Y Dr. ¿Existe una cura?
- Dr. Alberto --Claro que sí. Con el uso de antibióticos se puede eliminar la infección. También algunos calmantes sin receta alivian el dolor pero no las curan.
- Zoraida --Muchísimas gracias Dr. Alberto, nada más dígame donde **voy a ir** y los **haré** ya.



## Mujeres

### Vocabulario útil

espeso	thick
los estribos	foot rest
el espéculo	speculum
el hisopo	cotton swab
la secreción	discharge

**Dialogo 5.9** Úrsula va a su ginecóloga porque siente ardor y picazón en la vulva.

Dra. Briana --Hola Sra. Úrsula ¿Cómo está?

Úrsula --Muy bien doctora, ¿Y usted?

Dra. Briana --Muy bien gracias. Y dígame ¿En que la puedo ayudar?

Úrsula --Dra. Últimamente siento mucho ardor y picazón en la vagina y cuando orino o cuando tengo relaciones sexuales me duele y arde mucho. También he notado que ha habido un cambio en el líquido que produce mi vagina. Es más blanco y más espeso.

Dra. Briana --¿Ha notado también un cambio en el olor o si su vulva se ha hinchado?

Úrsula --Sí doctora.

Dra. Briana --Todo parece indicar que tiene una infección vaginal. **Le haré** un examen para determinar que tipo de infección vaginal tiene.

Úrsula --Y ¿Esto lo **hará** hoy?.

Dra. Briana --Sí. **Podría** quitarse la ropa interior y se ponga la bata médica. Ahora, **sería** tan amable de acostarse en la mesa con los pies apoyados en **los estribos**.

Úrsula --OK doctora. ¿Y ahora?

Dra. Briana --Le voy a introducir un **espéculo** dentro de su vagina para poder ver su interior.

Úrsula --OK (siente incomodidad) doctora.

Dra. Briana --Ahora le voy a introducir un hisopo para tomar una muestra de su secreción. Ya terminé.

Úrsula --¿Qué pasará con esta muestra? (Vistiéndose)

Dra. Briana --**Voy a** enviarla a un laboratorio donde **será** analizada, y pronto **tendré** sus resultados.

Úrsula --Dra. y ¿Existen diferentes infecciones vaginales, o solo hay una?

Dra. Briana --Pues Úrsula, existen varias infecciones vaginales como la candidiasis o infección por hongos, vaginosis bacteriana, la tricomoniasis y la vaginitis atrófica. Cuando tenga tus resultados te **explicaré** en detalle.

## Actividades

### 36. Actividad de pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. Investigue cuál es el procedimiento para realizar una prueba de Papanicolaou y un examen pélvico. ¿Cómo se lo explicaría a un paciente? Explique.

---

---

#### Vocabulario útil

El cuello uterino  
La citología vaginal  
el pulmón  
la menstruación  
la mastectomía

cervix  
vaginal cytology  
lung  
menstruation  
mastectomy



## LECTURA

### Tres tipos de cáncer en las mujeres:

#### El cáncer cervical o cuello uterino

El cáncer cervical o de cuello uterino se encuentra en el cuello del útero del sistema reproductor femenino. Este cáncer es causa de un crecimiento de células anormales en el cuello uterino. El virus del papiloma humano es el mayor causante de este tipo de cáncer y es contraído durante las relaciones sexuales. Las mujeres que fuman, las que han tenido muchos hijos y las que utilizan pastillas anticonceptivas por largos periodos de tiempo, las que tienen una infección de VIH tienen un mayor riesgo de desarrollar este cáncer.

Los síntomas del cáncer cervical pueden incluir: dolor en la pelvis o sangrado vaginal aunque puede que no existan síntomas en las primeras etapas.

Las pruebas que se realizan para detectar tempranamente células precancerosas son una citología vaginal o una prueba de Papanicolaou donde se examina las células del cuello uterino. De igual manera se puede realizar un examen de VPH. Una biopsia o otros exámenes pueden ser necesarios si los resultados son anormales (Véase cap. 1).

El tratamiento del cáncer cervical depende de la etapa del desarrollo

	<p>del cáncer o tumor en el que se encuentra. Las mujeres pueden elegir entre ellas la cirugía, radioterapia y la quimioterapia.</p>
<p><b>El cáncer de seno</b></p>	<p>El cáncer de seno o cáncer de mama o cáncer de pecho se inicia en los senos. Este tipo de cáncer afecta a 1 de cada 8 mujeres y es el cáncer que más muertes causa en mujeres en los estados unidos dejando fuera el cáncer del pulmón. Los hombres también pueden desarrollar este tipo de cáncer pero es muy raro. No se sabe por qué se desarrollo el cáncer de seno pero existen factores de riesgo que aumentan la probabilidad de desarrollarlo tales como: edad (con el aumento de edad aumenta el riesgo), genes (los genes BRCA1 y BRCA2 aumentan el riesgo al igual que antecedentes familiares) y factores personales (primera menstruación antes de los 12 años y menopausia después de los 55).</p> <p>Los síntomas incluyen un cambio de tamaño o forma de los senos, secreciones por el pezón o la presencia de una masa en un seno.</p> <p>Las pruebas que se pueden realizar para detectar el cáncer de mama son: el autoexamen y la mamografía. Las mamografías son recomendadas anualmente para mujeres mayores de 40 años.</p> <p>Los tratamientos del cáncer de pecho puede constituir en radiación, quimioterapia, terapia hormonal, lumpectomía, y mastectomía.</p>
<p><b>El cáncer de ovarios</b></p>	<p>El cáncer de ovarios o cáncer ovárico se encuentra en el sistema reproductivo de la mujer. Los ovarios son órganos que producen los óvulos y las hormonas femeninas. Este tipo de cáncer afecta a aproximadamente 22.000 mujeres en los EE.UU. Este cáncer se desarrolla cuando crecen células anormales en uno o ambos ovarios. Las mujeres con mayor riesgo son: mujeres mayores de 55 años , las que tienen antecedentes familiares de cáncer de ovarios o senos, haber tenido cáncer, las que sufren de obesidad y infertilidad, las que no han tenido ningún embarazo y las que no han tomado píldoras anticonceptivas están en mayor peligro de sufrir cáncer ovárico.</p> <p>Pueden ser difíciles de reconocer los síntomas del cáncer de ovarios. Algunos de los síntomas son los siguientes: gases, náusea, vómitos o pérdida del apetito, dolor o presión en la zona pélvica o abdominal, menstruaciones anormales ,hemorragias vaginales, orinar con mucha frecuencia o en forma urgente y dolor de espalda que empeora sin explicación.</p> <p>Las pruebas que se realizan para diagnosticar este tipo de cáncer pueden ser: un examen pélvico, ecografías, biopsias, resonancias magnéticas o un examen físico.</p> <p>Los tratamientos del cáncer ovárico son: la cirugía, la radioterapia y la quimioterapia. En algunos casos se recomienda dos o todos los tratamientos.</p>

Fuentes:

<http://www.nlm.nih.gov>

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ovariancancer.html>

<http://www.plannedparenthood.org>

<http://www.plannedparenthood.org/esp/temas-de-salud/salud-de-la-mujer/cancer-de-ovarios>

## Actividades

### 37. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con los diálogos 5.9, 5.10 y la lectura sobre los tres tipos de cáncer en las mujeres.

1. ¿Por qué va Zoraida al doctor, cuál es su posible diagnóstico y tratamiento?

---

2. ¿Por qué va Úrsula a su ginecóloga? ¿Cuál es su posible diagnóstico?

---

3. Explique en detalle que es el cáncer de seno.

---

4. ¿Cuáles son los posibles síntomas, pruebas y tratamientos para el cáncer cervical?

---

### 38. Investigación

¿Cómo se lo diría a un paciente? Utilice la red mundial para hacer su investigación en las páginas web como la de la organización *Planned Parenthood* y *Medline Plus* entre otras.

1. ¿Qué son las infecciones vaginales? De acuerdo con el diálogo 5.10 existen infecciones vaginales como la candidiasis o infección por hongos, vaginosis bacteriana, la tricomoniasis y la vaginitis atrófica. Explique con detalle que es la candidiasis o infección por hongos y su tratamiento.

---

---

2. Investigue el proceso de la quimioterapia. ¿Cómo se debe preparar un paciente para una sesión de quimioterapia? ¿Cómo se debe preparar la familia de un paciente que tendrá que someterse a este tratamiento? ¿Cuáles son los efectos de este tratamiento? Explique.

---

---

3. Existen diversos problemas enlazados con la salud sexual femenina. Uno de ellos es el vaginismo. Defina el término, cuáles son las causas y los síntomas de este problema sexual, cómo se diagnostica y se trata.

---

---

### 39. Investigación y dramatización

Investigue los síntomas, causas, pruebas y exámenes, tratamientos y posibles complicaciones del virus del papiloma humano. Con un compañero decida quién será el paciente y el médico y dramatice cómo le explicaría el diagnóstico al paciente y posibles preguntas al médico.

---

---

---

### 40. Vocabulario en contexto

Con un compañero indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifiquen las oraciones falsas para que sean ciertas.

	Cierto	Falso
1. El estomago y los intestinos se encuentran dentro de la cavidad del vientre, el cual es una parte del cuerpo humano.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Los gérmenes son microorganismo que causan o propagan enfermedades. Pueden entrar a través del tracto urinario y causar infecciones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Los lavados vaginales son totalmente seguro para las mujeres.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Las mujeres en la menopausia son más propensas a tener una infección de la vía urinaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. El especulo se utiliza para medir el nivel de secreción en la mujer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

---

## Mujeres

### Vocabulario útil

los sangrados menstruales  
los quistes  
el engrosamiento  
la laparoscopia  
el ombligo

menstrual bleeding  
cysts  
thickening  
laparoscopy  
navel

**Dialogo 5.10** La Sra. Ana tiene 30 años de edad y tiene cita con su obstetra-ginecóloga la Dra. Salcido, ya que ha tratado de quedar embarazada por 8 meses y no lo logra.

- Dra. Salcido --Hola Sra. Ana ¿Cómo está?  
Ana --Muy bien doctora, ¿Y usted?  
Dra. Salcido --Muy bien gracias. Y dígame ¿En que la puedo ayudar?  
Ana --Doctora estoy muy preocupada porque ya llevo 8 meses sin tomar pastillas de anticoncepción y no logro quedar embarazada.  
Dra. Salcido --Le voy hacer algunas preguntas y quiero que sea muy sincera. ¿Cuando va al baño tiene defecaciones dolorosas o dolor al orinar durante su menstruación?  
Ana --Sí doctora.  
Dra. Salcido --¿Tiene dolores pélvicos antes y durante su menstruación? Y ¿Sangrados menstruales intensos?  
Ana --También doctora.  
Dra. Salcido --Le voy hacer un examen físico y un examen pélvico para buscar cualquier anomalía que se pueda encontrar. Voy a buscar quistes, engrosamientos en la zona pélvica y áreas sensibles fuera de lo común.  
Ana --Estoy de acuerdo doctora. Haga lo que tenga que hacer.  
Dra. Salcido --(Esta haciendo el examen pélvico y encuentra anomalías) Sra. Ana, necesitaré hacerle una laparoscopia porque tiene un engrosamiento en la zona pélvica.  
Ana --Y doctora, ¿Eso es grave? ¿Qué tengo?  
Dra. Salcido --Todo parece indicar que puede tener endometriosis y la única forma de determinar con certeza que lo tiene es mediante la cirugía. Además porque usted desea quedar embarazada debe de hacerse la cirugía.  
Ana --Esta bien doctora. **Haré** lo que me pida pero primero ¿Me puede explicar el procedimiento? ¿Es una cirugía grave?  
Dra. Salcido -- La laparoscopia implica realizar una pequeña incisión cerca del ombligo. Después se inserta un tubo llamado laparoscopio por el ombligo hasta llegar al abdomen. Esto me **permitiría** ver sus órganos pélvicos y extraer una pequeña cantidad de tejido esto se denomina biopsia. Usted **estaría** bajo los efectos de la anestesia durante este procedimiento.  
Ana -- Y ¿Cuándo me **podré** realizar esa cirugía?

Dra. Salcido --La recepcionista le **hará** una cita para el procedimiento y después **haremos** otra cita para discutir los resultados.

**Dialogo 5.11** Ya se realizó el procedimiento y La Sra. Ana se reúne con la Dra. Salcido para discutir sus resultados.

Dra. Salcido --Hola Sra. Ana ¿Cómo está?

Ana --Hola doctora, aquí ansiosa por saber mis resultados.

Dra. Salcido --Sra. Ana, lamento informarle que tiene endometriosis.

Ana --¿Qué es eso?

Dra. Salcido --La endometriosis es una enfermedad en la que el tejido que crece normalmente dentro del útero crece fuera del útero. Esta enfermedad puede causar la infertilidad, y por eso usted no ha podido quedar embarazada. Pero no se preocupe porque su caso de endometriosis es mínima y podré remover el tejido anormal con otra laparoscopia y tendrá una mayor probabilidad de quedar embarazada naturalmente ya que no tiene otros problemas de fertilidad.

Ana --Doctora, y ¿Por qué me pasó esto a mí? ¿Qué lo causó?

Dra. Salcido --No se preocupe Sra. Ana cualquier mujer que tenga útero esta propensa a esta enfermedad, usted no es la única. Alrededor de 1 de cada 10 mujeres tiene esta enfermedad.

Ana --Gracias doctora por explicarme todo esto, estaba muy preocupada de no poder quedar embarazada.

Dra. Salcido --Por nada, Sra. Ana. Ahora pase con la recepcionista para hacer su siguiente cita.

## Actividades

### 41. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con los diálogos 5.11 y 5.12

1. ¿Qué preguntas le hace la Dra. Salcido a la Sra. Ana para determinar un diagnóstico?

---

2. ¿Qué tipos de pruebas le realizó la Dra. Salcido a la Sra. Ana? Explíquelos.

---

3. ¿Cuál fue el diagnóstico de la Sra. Ana? Explíquelo.

---

4. ¿Puede quedar embarazada la Sra. Ana?

---

## 42. Actividad de pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué sabe acerca de un obstetra-ginecólogo/a (OBGYN por sus siglas en inglés). Explique en un párrafo.

### Vocabulario útil

El parto	child birth
Prenatal	prenatal
Medicina materno-fetal	maternal-fetal medicine
Alto riesgo	high risk
Provee	provide



## LECTURA

### Profesionales de la salud: El/la obstetra

**Obstetra** La doctora Lorena Salcido es una obstetra. Se especializa en la obstetricia que provee supervisión, orientación y atención a las mujeres desde que la mujer es fértil, durante el embarazo, el parto y hasta el postparto. La doctora tiene un entrenamiento avanzado que le permite brindar atención a mujeres con embarazos de alto riesgo. La atención que la doctora Salcido provee incluye medidas preventivas, detectar condiciones anormales en la madre y su bebé, prestar asistencia médica y adoptar medidas de urgencia cuando hay falta de la ayuda médica. Además la doctora Salcido puede proveer educación prenatal, educación para la maternidad y paternidad, la salud sexual y reproductiva y el cuidado de los bebés.

Los obstetras pasan por el mismo proceso que un MD o DO es decir, deben de obtener una licenciatura en una universidad de cuatro años en uno de los siguientes enfoques: biología, química, física y genética humana. Después de graduarse los estudiantes deben tomar el MCAT, *medical college admissions test*, para ingresar a una escuela de medicina acreditada por otros cuatro años. De aquí se gradúan como MD o DO . Siguen a obtener una licencia médica a través de un examen con *United States Medical Licensing Examination* o USMLE por sus siglas en inglés. Después deben completar un programa de residencia de 4 años bajo la supervisión de un obstetra con licencia. Aquí recibirán entrenamiento de primera mano. Por ejemplo, monitorear embarazos, asistir en partos, procedimientos ginecológicos, medicina materno-fetal, urología e infertilidad por nombrar algunas. Continúan a adquirir una certificación de *The American Board of Physician Specialties* donde deben de pasar un examen escrito y oral para demostrar competencia y experiencia en su especialidad. Además para renovar su licencia y certificación los obstetras necesitan continuar con su educación.



Fuentes:

<http://www.nlm.nih.gov>

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/patientinstructions/000596.htm>

<http://www.universidad.edu.uy>

<http://www.universidad.edu.uy/carreras/majorMoreInfo/majorId/436>

<http://study.com>

[http://study.com/articles/How to Become an Obstetrician Education and Career Roadmap.html](http://study.com/articles/How_to_Become_an_Obstetrician_Education_and_Career_Roadmap.html)

## Actividades

### 43. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son las funciones de la obstetra Salcido?

---

---

2. ¿Qué tipo de entrenamiento de primera mano recibe un estudiante en la especialidad de obstetricia?

---

---

---

### 44. Resumen

En el siguiente enlace encontrará el plan de estudios para realizar su carrera como obstetra en Uruguay. Resuma el plan de estudios.

<http://www.escuparteras.fmed.edu.uy>

<http://www.escuparteras.fmed.edu.uy/sites/www.escuparteras.fmed.edu.uy/files/PLAN%20DE%20ESTUDIOS%20Aprobado%20por%20CDC%202%20de%20diciembre%20de%201996%5B1%5D.%20%281%29.pdf>

---

---

---

---

## Mujeres

### Vocabulario útil

Pruebas de embarazo en el hogar

home pregnancy tests

El suplemento multivitamínico

multivitamins

El cerebro

brain

la columna vertebral

spinal column

noveno

ninth

**Dialogo 5.12** La Sra. Ana regresa al consultorio de su obstetra la Dra. Salcido porque está embarazada.

Dra. Salcido --Hola Sra. Ana, ya de vuelta.

Ana --Sí, y con buenas noticias. (Feliz) ¡Estoy embarazada! De acuerdo con la prueba de embarazo que me hice en el hogar. Quiero hacerme un análisis de sangre para confirmar mis resultados.

Dra. Salcido --¡Que alegría! Deje que la enfermera le tome una muestra de sangre y **tendré** sus resultados en aproximadamente una hora.

Ana --Esta bien doctora.

Dra. Salcido --(Después de una hora) Sra. Ana, ¡Está embarazada! ¡Felicitaciones! Pero antes de continuar, en su última visita le di un suplemento multivitamínico que contiene ácido fólico y otras vitaminas importantes. ¿Las ha estado tomando?

Ana --Claro doctora. He estado investigando en la red mundial y he encontrado que el ácido fólico ayuda a prevenir defectos de nacimiento en el cerebro y la columna vertebral. ¿Es esto cierto doctora?

Dra. Salcido --Sí. Es muy importante que estés tomando esa vitamina al igual que hacer algunos cambios en tu vida. Por ejemplo, dejar de fumar, dejar de tomar, hacer ejercicio regularmente y no consumir drogas. Hoy le **haré** un examen de senos, una prueba de Papanicolaou y pruebas de detección de clamidia y gonorrea entre otras.

Ana --Claro que sí doctora, todo para que mi bebé esté bien. ¿Cuándo **voy a** regresar a su consultorio?

Dra. Salcido --De hoy en adelante **vendrá** cada cuatro a seis semanas. Después de la semana 28 sus visitas serán más frecuentes y en el noveno mes **vendrá** todas las semanas. ¿Se acuerda la última fecha de su menstruación?

Ana --No doctora, no recuerdo.

Dra. Salcido --No se preocupe, le hare un ultrasonido para determinar la edad de gestación. Le informo que tiene cuatro semanas de embarazo. Tendrá que venir de nuevo en cuatro semanas. La recepcionista le hará su cita.

Ana --Gracias doctora, ¡Que emoción!.

## Mujeres

### Vocabulario útil

El malestar	discomfort
Empeorado	worsened
El feto	fetus
La placenta	placenta
El trimestre	trimester

**Dialogo 5.13** La Sra. Ana regresa al consultorio de su obstetra para su cita de ocho semanas.

- Dra. Salcido --Hola Sra. Ana, que bella se ve con su pancita, ya se le está notando.  
Ana --En serio doctora. Usted no sabe que feliz estoy.  
Dra. Salcido --Me lo puedo imaginar. ¿Se ha sentido diferente? ¿Ha tenido malestares?  
Ana -- Hay sí doctora. Después de mi ultima visita con usted los malestares se me han empeorado, me duelen mucho los senos, siempre tengo sueño y le comento que cuando despierto vómito y no se me desaparecen las náuseas.  
Dra. Salcido --No se preocupe Sra. Ana estos síntomas del embarazo son normales. Usted esta en su primer trimestre (semana 1- 12) de embarazo y es cuando las células empiezan a formar el feto y la placenta. En su segundo trimestre (semanas 13-28) ya se han formado los músculos, huesos y la piel y a partir de la semana 16 **conocerá** el sexo de su bebé. También a las 20 semanas **empezará** a sentir a su bebé moverse. En su tercer trimestre (semanas 29-40) en la semana 32 los huesos de su bebé **estarán** casi completamente formados aunque aún siguen blandos. Además su bebé **podrá** abrir y cerrar sus ojos.  
Ana --Muchas gracias doctora. **Leeré** más sobre las etapas del embarazo.

## Actividades

### 45. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con el dialogo 5.13 y 5.14.

1. La obstetra le recomendó a la Sra. Ana que tomara un suplemento multivitamínico que contiene ácido fólico. ¿Por qué debe una mujer embarazada tomar ese suplemento?
- 
-

2. ¿Qué cambios deberá hacer la Sra. Ana en su vida para que su bebé esté fuerte y saludable?

---

---

3. ¿Con qué frecuencia debería ir la Sra. Ana con su obstetra?

---

---

4. Nombre algunos de los malestares que presenta la Sra. Ana.

---

---

#### 46. Investigación y resumen

En el siguiente enlace se encuentran las diferentes etapas del embarazo. Léalas y dé un breve resumen de los síntomas para cada etapa.

<http://www.plannedparenthood.org/esp/temas-de-salud/embarazo/etapas-del-embarazo>

---

---

---

---

#### 47. Opinión

De acuerdo con la organización *Planned Parenthood* California es uno de los estados que no exige la participación de los padres cuando una menor de 18 años decide hacerse un aborto. ¿Qué opina usted sobre estas leyes?

---

---

#### 48. Actividad de pre-lectura

1. ¿Cree usted que la lactancia materna brinda beneficios positivos para las madres de los bebés y las familias? ¿Cree usted que alguien más se beneficie de la lactancia materna? ¿Por qué? Explique.

---

---

### Vocabulario útil

La lactancia materna	breastfeeding
La muerte súbita	sudden death
Los anticuerpos	antibodies
Digerir	to digest
El vínculo	link



## LECTURA

### Los beneficios de la lactancia materna

La lactancia materna también conocida como el amamantamiento, dar de mamar o dar el pecho brinda muchos beneficios para las madres y los bebés. La leche materna a diferencia de la leche de fórmula contiene el equilibrio adecuado de nutrientes necesarios para ayudar en el crecimiento sano y fuerte del bebé. Dar de mamar nutre al bebé, brindándole calorías, vitaminas, minerales y otros varios nutrientes necesarios para un desarrollo óptimo. Por ejemplo, el calostro, que es la primera leche espesa y amarillenta producida durante el embarazo y después del parto, contiene nutrientes y anticuerpos. Los anticuerpos ayudan a proteger a los bebés contra enfermedades, gérmenes, e infecciones incluso el síndrome de muerte súbita del lactante, SMSL. Las madres al dar el pecho reducen el riesgo de los siguientes problemas de salud en sus bebés, las infecciones respiratorias y de oído, virus estomacales, leucemia infantil, diabetes, asma entre otras. De igual manera, amamantar beneficiará a las madres al reducir riesgos de cáncer de seno y ovarios, diabetes tipo 2 y depresión posparto.

Otros beneficios del amamantamiento son que la leche materna se ajusta a las necesidades del bebé y les es más fácil digerirla a diferencia de la leche de fórmula. La leche de fórmula no puede igualar a los nutrientes y anticuerpos que provee la leche materna, además de que puede ser costosa. Asimismo amamantar le ahorrará a una familia entre 1.000- 4.000 dólares por año, además de evitar la molestia de comprar, medir, mezclar la leche de fórmula. También promueve a que se estreche el vínculo entre madre y bebé, porque la madre dedica un tiempo relajado y silencioso para ellos. No solo la lactancia materna brinda beneficios para la madre e hijo sino que también brinda beneficios para la sociedad tales como ahorrar costos de atención médica porque los bebés que son amamantados no visitan tanto los hospitales como los que fueron alimentados por leche de fórmula, por ende las madres se ausentan menos de los empleos. También ayuda a mantener el medio ambiente libre de basura y desechos plásticos a comparación de la basura que producen los embaces de leche de fórmula y los accesorios para biberones.

Fuentes: [www.nlm.nih.gov](http://www.nlm.nih.gov)

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/breastfeeding.html>

[www.nichd.nih.gov](http://www.nichd.nih.gov)

<http://www.nichd.nih.gov/espanol/salud/temas/breastfeeding/Pages/default.aspx>

## Actividades

### 49. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con la lectura.

1. ¿Qué es el amamantamiento?

---

2. ¿Qué es el calostro? ¿Qué contiene? ¿Por qué es importante?

---

3. ¿Cuáles son los beneficios del amamantamiento?

---

---

### 50. Actividad de pre-lectura

Investigue, ¿Cuáles son las enfermedades de transmisión sexual que una madre puede transmitir a su bebé durante y después del embarazo? ¿Cómo le explicaría a una paciente embarazada este tipo de situación? Explique.

---

---

---

---

---

### Vocabulario útil

el comunicado de prensa  
el logro  
el desafío  
los antirretrovirales  
equitativo

Press release  
achievement  
challenge  
antiretroviral  
equal

## NOTA CULTURAL



### Cuba

El 30 de junio del 2015 la *Organización Mundial de la Salud*, conocida como la OMS por sus siglas en español, lanzó un comunicado de prensa titulado “La OMS valida la eliminación de Cuba de la transmisión de madre a hijo del VIH y de la sífilis” para anunciar el logro del país caribeño. Cuba se convirtió en el primer país en el mundo en eliminar la transmisión de madre a hijo de las enfermedades de transmisión sexual el VIH y la sífilis. La directora general de la OMS Margaret Chan declara que la eliminación de la transmisión de un virus es uno de los mayores logros de la salud pública y que el logro de Cuba es una victoria importante en la lucha en contra del VIH y las infecciones de transmisión sexual; además de ser un gran paso hacia una generación libre de SIDA.

El comunicado de prensa de la OMS también presenta estadísticas y datos acerca del desafío al que se enfrenta la organización. Alrededor de 1,4 millones de mujeres viviendo con VIH quedan embarazadas cada año en el mundo y si no son tratadas tienen entre 15 y 45% probabilidad de transmitir el virus al bebé durante el parto o el amamantamiento. Anualmente casi un millón de embarazadas se infecta de sífilis en el mundo lo cual puede resultar en infecciones neonatales graves, muerte fetal y perinatal. Estos datos pueden ser alarmantes pero como informa el comunicado el riesgo de transmisión del VIH se reduce a 1% si se administran antirretrovirales a las madres y sus hijos en las etapas en la que la infección puede producirse. De igual manera, las complicaciones de la sífilis se pueden eliminar con opciones simples y eficaces de detención y tratamiento durante el embarazo, por ejemplo la penicilina.

El logro de Cuba es un esfuerzo de varios años de la OMS y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y sus socios que trabajan con Cuba desde el 2010 en la implementación de una iniciativa para eliminar la transmisión de VIH y sífilis. Por ende, en Cuba se ha asegurado el acceso temprano a la atención prenatal y a las pruebas para detectar dichas enfermedades de transmisión sexual tanto en las mujeres embarazadas como en sus parejas. Además de proveer el tratamiento adecuado para aquellas madres y sus bebés que presentan un resultado positivo en las pruebas también aseguran el acceso a sustitución de lactancia materna. Asimismo, promueven el uso de los preservativos para asegurar la prevención del VIH y de la sífilis antes y después del embarazo y a través de otras medidas preventivas. Todos estos servicios son ofrecidos como parte de un sistema equitativo, universal y accesible.

Cuba no está solo en la lucha en contra de la eliminación de la transmisión de VIH y sífilis de madres a hijos. En otros países en el mundo se han hecho esfuerzos para asegurar que las mujeres tengan acceso al tratamiento para su bienestar y que sus hijos vivan libres de VIH y sífilis. El logro de Cuba es realmente un paso importante para la OMS y demuestra un ejemplo a seguir para otros países.

Fuente: *Organización Mundial de la Salud*

<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/mtct-hiv-cuba/es/>

## Actividades

### 51. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la Nota cultural.

1. ¿Cuál es el logro de Cuba?

---

---

2. ¿Cuál es el número de mujeres con VIH que quedan embarazadas anualmente? ¿Cuál es riesgo que corren?

---

---

3. ¿Cuál es la iniciativa que se ha implementado en Cuba? ¿Está disponible para todos los cubanos?

---

---

---

### 52. Investigación

Investigue, utilizando la red mundial y el enlace proveído, cual es el proceso de validación de la OMS y algún otro país que está buscando el mismo logro que Cuba. Explique qué es lo que hace dicho país para lograr su propósito.

Enlace: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/mtct-hiv-cuba/es/>

---

---

---

---

### 53. Opinión

Como se mencionó en el comunicado de prensa de la OMS Cuba ofrece servicios de salud equitativo y universal. ¿Cuál es su opinión acerca de los servicios de salud universales? ¿Cree que los sistemas de salud universales funcionan para mejorar la salud pública? Explique.

---

---

---

---

---



## Vocabulario del tema

### A. ADOLESCENTES

la planificación familiar	family planning
la salud sexual	sexual health
el sexo seguro	safe sex
el género	gender
la salud reproductiva	reproductive health
sensible	sensitive
el método anticonceptivo	birth control
la píldora o la pastilla	pill
el anillo anticonceptivo	birth control vaginal ring
el parche anticonceptivo	birth control patch
el progestágeno	progestin
los óvulos	eggs
el embarazo	pregnancy
eficaz	effective
la funda	cover
el pene	penis
la relación sexual	sexual intercourse
el riesgo	risk
la natalidad	birth rate
avergonzada	embarrassed
el novio	boyfriend
la novia	girlfriend
tímida	shy
enamorado	in love
el bienestar	well being
los líquidos vaginales	vaginal fluids
el SIDA	AIDS
el VIH	HIV
el folleto	brochures
las creencias religiosas	religious beliefs
el sistema inmunitario	immune system
la cura	a cure
el VPH	HPV
contagiosa	contagious
el aparato reproductivo	female reproductive system
el embarazo ectópico	ectopic pregnancy
los genitales	genitals
el cuello del útero	cervix

### Verbos

prevenir	to prevent
obtener	to get
adherir	adhere
librar	to release
contraer	come down with
confiar	to trust
precaer	to be cautious
informar	to inform
propagar	to spread
combatir	to battle
detectar	to detect
dictar	to dictate
asignar	to assign
lidiar	to deal with
denominar	to designate
colocar	to place

## Vocabulario del tema

### A. ADOLESCENTES

la garganta	throat	
una llaga		a sore
el ano		anus
los estadios		stages/phases
la etapa		stages/phases
el escroto		scrotum
la verruga		warts
los roles de género		gender roles
el odio		hate
el aislamiento		isolation
los senos		breasts
las trompas de Falopio		Fallopian tubes
el centro de planificación familiar		family planning health center
la anticoncepción de emergencia		emergency contraception
relaciones sexuales sin protección		unprotected sex
el dispositivo intrauterino de cobre (DIU)		ultrauterine device (IUD)
la enfermedad de transmisión sexual		sexually transmitted disease

### Cognados

el adolescente	el núcleo	el examen pélvico	la gonorrea
la educación sexual	tabú	la sífilis	la bacteria
la hormona	hermafrodita	la pelvis	procrear
el condón	justificable	el útero	irreversible
el estrógeno	el heterosexual	los genitales	el recto
el ovario	el homosexual	los cromosomas	la vulva
la vagina	el gay	la uretra	biológico
conveniente	la lesbiana	el sexo	el sexólogo
el látex	el/la bisexual	la orientación sexual	
la anticipación	el/la homofóbico/a	el/la intersexual	
el semen	la homofobia	el cáncer cervical	
los líquidos vaginales	la homofobia internalizada	la educación sexual	
el acto sexual	la paranoia	las afecciones intersexuales	
la abstinencia	las terapias de conversión	la anatomía sexual	
el estatus socioeconómico	el/ la ginecólogo/a	el antibiótico	
la religión católica romana	la ginecología		
la reproducción	la menopausia		
la clamidia	la menstruación		

## Vocabulario del tema

### B. HOMBRES

la urología	Urology
ardor	burning sensation
la vejiga	bladder
el tracto urinario	urinary tract
el abdomen	abdomen
la vejiga	bladder
los uréteres	ureters
el pene	penis
la uretra	urethra
el riñón	kidney
el urólogo	Urologist
los desórdenes	disorders
el sistema urinario	the urinary system
el tumor	tumors
los testículos	testicles
rojiza	reddish
la prostatitis abacteriana	nonbacterial prostatitis
la prostatitis bacteriana	bacterial prostatitis
la glándula prostática	prostate gland
los parásitos	parasites
cansancio	tiredness
los glóbulos rojos	red blood cells
los glóbulos blancos	white blood cells
el piso pélvico	pelvic floor
el prepucio	foreskin
la glandectomía	glansectomy
el dormitorio	bedroom
el analgésico	pain killer
la erección	erection
el matrimonio	marriage
bajo presión	under pressure
el sildenafil –Viagra	sildenafil -- Viagra
el tadalafilo	tadalafil
el vardenafilo	vardenafil
el nivel de estrés	stress level
el terapeuta sexual	sex therapist
los conductos deferentes	vas deference
sexo vaginal	vaginal intercourse

### Verbos

orinar	to urinate
concebir	to conceive
gustar	to like
dispersar	to disperse
procrear	to procreate
prolongar	to prolong
impedir	to prevent
estresarse	to stress
aliviar	to ease
pasar la voz	to spread the word
extirpar	to remove
eyacular	to ejaculate
circuncidar	to circumcise
agradar	to please

## Vocabulario del tema

### B. HOMBRES

el retiro del pene antes de eyacular	withdrawal – ‘pull out method’
las relaciones sexuales sin penetración	outer course
el sistema reproductor masculino	male reproductive system
la abstinencia periódica	periodical abstinence
la excitación sexual	sexual arousal
la pre-eyaculación	pre-ejaculation
las sustancias químicas	chemical substances
los trastornos físicos	physical disorders
los barnices	varnishes
los disolventes	solvents
las pinturas	paints
el recuento de espermatozoides	sperm count
el indicio	indication
la testosterona	testosterone
la deficiencia hormonal	hormone deficiency
las técnicas de reproducción asistida	assisted reproductive technologies
la ecografía	ultrasonography
la ecografía urológica	urological ultrasound
el eco-doppler del pene	doppler ultrasound of the penis
el bloqueador alfa-adrenérgicos	alpha-adrenergic blockers
el ácido acetilsalicílico	acetylsalicylic acid
Las células	cells
Tumores benignos/malignos	benign/malignant tumors
la quimioterapia	chemotherapy
la terapia hormonal	hormonal therapy
la radioterapia	radiotherapy
los nódulos	nodules
descendencia	descent
cáncer de la	cancer of
próstata	prostate
testicular	testicular
peniano	penis
el escroto	scrotum
anormal	abnormal
tratable	treatable
el espermatozoide	sperm
el banco de esperma	sperm bank

## Vocabulario del tema

### Verbos como *gustar*

me molesta(n)	I'm bothered by
me gusta(n)	I like
me da(n) asco	I'm disgusted by
me preocupa(n)	I'm worried about
me fastidia(n)	I'm annoyed by
me agrada(n)	I'm pleased by
me encanta(n)	I'm delighted
me apetece(n)	I feel like
me disgusta(n)	I dislike
me da(n) ganas de	I feel like
me emociona(n)	I'm excited by
me fascina(n)	I'm fascinated by
me importa(n)	I care about
me interesa(n)	I'm interested in
me indigna(n)	I'm outraged
me ofende(n)	I'm offended by
me enoja(n)	I'm mad by me

### COGNADOS

inferior	la penectomía parcial/total
los uretra	el abuso del alcohol
canceroso	fértil
traumatismo	oral
la litiasis	vaginal
la estenosis	la incisión
las malformaciones	anal
la hiperplasia prostática benigna	la esmegma
la prostatitis	el semen
la disfunción eréctil	la radiación
la infertilidad	la vasectomía
el abuso sexual	benigno
la penetración	curable

## Vocabulario del tema

### MUJERES

el vientre  
 los gérmenes  
 los lavados vaginales  
 la menopausia  
 la picazón  
 la ropa interior  
 espeso  
 los estribos  
 el espéculo  
 el hisopo  
 la secreción  
 el cuello uterino  
 la citología vaginal  
 el pulmón  
 la infección por hongos  
 el cáncer cervical  
 el sangrado vaginal  
 el cáncer de seno  
 los senos  
 el cáncer del pulmón  
 el pezón  
 una masa  
 el autoexamen  
 el cáncer de ovarios  
 los sangrados menstruales  
 los quistes  
 el engrosamiento  
 el ombligo  
 ansiosa  
 el cerebro  
 la columna vertebral  
 noveno  
 el malestar  
 el feto  
 blando  
 la lactancia materna  
 el amamantamiento  
 la leche materna  
 la leche de fórmula

womb  
 germs  
 vaginal douching  
 menopause  
 itchy  
 undergarments  
 thick  
 foot rest  
 speculum  
 cotton swab  
 discharge  
 cervix  
 vaginal cytology  
 lung  
 fungal infection  
 cervical cáncer  
 vaginal bleeding  
 breast cancer  
 breasts  
 lung cancer  
 nipple  
 mass  
 self examination  
 ovary cancer  
 menstrual bleeding  
 cysts  
 thickening  
 navel  
 anxious  
 brain  
 spinal column  
 ninth  
 discomfort  
 fetus  
 tender  
 breastfeeding  
 breastfeeding  
 breast milk  
 formula milk

### VERBOS

referir  
 provocar  
 tener  
 hacer  
 explicar  
 defecar  
 apoyar  
 ser  
 constituir  
 crecer  
 quedar  
 embarazada  
 necesitar  
 permitir  
 poder  
 estar  
 brindar  
 proveer  
 recibir  
 monitorear  
 venir  
 empeorar  
 nutrir  
 digerir  
 convenir

to refer  
 to provoke  
 to have  
 to do  
 to explain  
 to defecate  
 to rest  
 to be  
 to constitute  
 to grow  
 to stay  
 to be pregnant  
 to need  
 to allow  
 to be able to  
 to be  
 to offer  
 to provide  
 to receive  
 to monitor  
 to come  
 to worsen  
 to nourish  
 to digest  
 to agree

los anticuerpos  
la muerte súbita  
la depresión posparto  
el vínculo  
los embaces  
los biberones  
el comunicado de prensa  
el logro  
el desafío  
la lucha  
los antirretrovirales  
equitativo  
muerte fetal  
las pruebas de embarazo en el hogar  
el suplemento multivitamínico

antibody  
sudden death  
postpartum depression  
link  
containers  
feeding bottles  
press release  
achievement  
challenge  
the battle  
antiretroviral  
equal  
fetal death  
home pregnancy tests  
multivitamins

## **COGNADO**

la infección vaginal  
la candidiasis  
la menstruación  
la mastectomía  
el examen pélvico  
vaginosis bacteriana  
la tricomoniasis  
la vaginitis atrófica  
la mamografía  
la lumpectomía  
la obesidad  
los gases  
el apetito  
las hemorragias vaginales  
el/la obstetra  
la laparoscopia  
la endometriosis  
la obstetricia  
educación prenatal  
el ácido fólico  
la gestación  
la placenta  
el trimestre  
el aborto  
el nutriente  
el equilibrio

el calostro  
el leucemia infantil  
el asma  
perinatal  
neonatal  
la penicilina  
la implementación  
la iniciativa

## 5.1 Pronombres de complemento directo

Los pronombres de complemento directo reemplazan el complemento directo de una oración. El complemento directo de un verbo responde a la pregunta *¿quién?* o *¿qué?* Los hispanohablantes utilizan los pronombres para evitar las redundancias al hablar y escribir. Por ejemplo, ¿Toma **las pastillas** anticonceptivas? Sí, **las** tomo.

❖ Las formas de pronombre de complemento directo:

me	te	lo/la
nos	os	los/las

- Los pronombres de complemento directo le antecede a un verbo conjugado y a un mandato negativo.

**Ejemplo:** La **paciente** entró. El ginecólogo **la** saludó.  
La ginecóloga pensó en **su paciente**. **La** llamó y **la** citó.

- Los pronombres de complemento directo se incorporan al final de los mandatos afirmativos y forman una sola palabra. Si el acento tónico cae en la antepenúltima sílaba se debe poner un acento ortográfico.

**Ejemplo:** Usted tiene que usar **el dispositivo intrauterino de cobre**. **Úselo** adecuadamente.  
Hay diversas formas que se pueden utilizar para cuidar **el sistema reproductivo**. **Cúidelo** para que no tenga problemas después.

- Los pronombres de complemento directo se incorporan al final de un infinitivo o gerundio cuando le siguen a un verbo conjugado. Además, si el acento tónico cae en la antepenúltima sílaba se debe poner un acento ortográfico. De igual manera el pronombre de complemento directo se puede colocar delante del verbo.

**Ejemplo:** El sexólogo explica sobre **el género**. Debe explicarlo detalladamente. (**Lo** debe de explicar detalladamente.)  
¿Terminaste **el informe** de la clase de educación sexual? No, todavía estoy escribiéndolo. (No, todavía **lo** estoy escribiendo).



## Gramática y ejercicios

### 5.1 Diálogos

Complete los siguientes diálogos con los pronombres de complemento directo **me, te, nos, lo, la, los y las**.

Modelo: --Buenos días, señora. ¿En que puedo ayudarla?

-- Buenos días. Busco a la doctora Briana.

1. --¿Usas los dispositivos intrauterinos de cobre?  
-- Sí. \_\_\_\_\_ uso.
2. --¿Cuándo vienen a visitarlos a Uds. sus primeros pacientes?  
-- \_\_\_\_\_ vienen a visitar a partir de las 9am.
3. --Samantha, ¿toma usted píldoras anticonceptivas?  
-- Sí. \_\_\_\_\_ tomo todos los días.
4. --Muchas mujeres se hacen el examen de Papanicolaou.  
-- Sí. Se \_\_\_\_\_ hacen para prevenir el cáncer de VPH.
5. -- Los hombres usan los condones masculinos para prevenir enfermedades de transmisión sexual.  
-- Pues, algunos hombres no \_\_\_\_\_ usan.
6. -- La clamidia es una enfermedad muy seria.  
-- Las personas infectadas \_\_\_\_\_ pueden transmitir si no usan protección.

### 5.2 ¿Lo recomienda o no?

En la siguiente lista se encuentran diferentes métodos anticonceptivos. ¿Lo recomienda? ¿Sí o no? ¿Por qué?

Modelo: la abstinencia → Sí, **la** recomiendo, porque es 100% efectiva si se practica adecuadamente.

No **la** recomiendo, porque se necesita mucho autocontrol.

1. las píldoras o pastillas anticonceptiva:

---

---

2. el anillo anticonceptivo vaginal:

---

---

3. el parche anticonceptivo:

---

---

4. los condón masculino:

---

---

5. la anticoncepción de emergencia:

---

---

6. Las relaciones sexuales sin penetración:

---

---

7. El retiro del pene antes de eyacular:

---

---

8. La vasectomía:

---

---

## 5.2 Pronombres de complemento indirecto

Los pronombres de complemento indirecto reemplazan el complemento indirecto de una oración. El complemento indirecto responde a la pregunta *¿a quién?* o *¿para quién?* Por ejemplo, hablé con **el sexólogo**, **le** hable de mis problemas sexuales.

❖ Las formas de pronombre de complemento indirecto:

me	te	le
nos	os	les

- Los pronombres de complemento indirecto son iguales a la forma del complemento directo a excepción en la 3ª persona del singular y el plural.

**Ejemplo:** Voy a mandar**le** una receta médica por correo.  
**Le** voy a mandar una receta médica por correo.

- Los pronombres de complemento indirecto le antecede a un verbo conjugado y a un mandato negativo.

**Ejemplo:** Los folletos informativos **nos** informan sobre la planificación familiar.  
 No **me** leas sobre el cáncer; me da miedo.

- Los pronombres de complemento indirecto se incorporan al final de los mandatos afirmativos y forman una sola palabra. Si el acento tónico cae en la antepenúltima sílaba se debe poner un acento ortográfico.

**Ejemplo:** Cuéntame sobre tu visita al ginecólogo.  
 Dime que recomendaciones te dio.

- Los pronombres de complemento indirecto se incorporan al final de un infinitivo o gerundio cuando le siguen a un verbo conjugado. Además, si el acento tónico cae en la antepenúltima sílaba se debe poner un acento ortográfico. De igual manera el pronombre de complemento indirecto se puede colocar delante del verbo.

**Ejemplo:** El sexólogo va a explicarnos sobre la orientación sexual.  
El sexólogo **nos** va a explicar sobre la orientación sexual.

- Cuando los dos tipos de pronombres se usan en una misma oración los pronombres de complemento indirecto le preceden a los pronombres de complemento directo.

**Ejemplo:** -- ¿**Nos(indirecto)** mostró la profesora de educación sexual un video de las enfermedades de transmisión sexual .  
-- Sí, **nos(indirecto) lo(directo)** mostró ayer.

- Los pronombres de complemento indirecto **le** y **les** se cambian a **se** cuando se encuentra con los pronombres de complemento directo **lo, la, los y las**. El significado de **se** puede ser ambiguo pero puede aclararse utilizando frases como **a el, a ella, a usted, a ustedes, a ellos y a ellas**.

**Ejemplo:** --Mi hermano quiere saber dónde se encuentra su libro de ginecología.  
-- **Se lo** entregue a su mejor amigo.  
**A el** le gusta aprender sobre ginecología.

- Los pronombres de complemento indirecto pueden ser enfatizados o clarificados utilizando las frases **a mí, a ti, a él, a ella, a nosotros, a ustedes**.

**Ejemplo:** --¿**Te** gusta **a ti** la clase de genética humana?  
--Sí, **a mí me** gusta la clase de genética humana.

Mi paciente dice que no le explique sus resultados del examen pélvico, pero yo estoy segura de que **se las** di **a ella** hace una semana.

- Las oraciones con un complemento indirecto nominal, que tiene un sustantivo, también incluyen normalmente un pronombre de complemento indirecto que hace referencia a ese sustantivo.

**Ejemplo:** Los doctores **les** dan información **a los pacientes**.  
El medico **le** pidió ayuda **a su enfermera** para realizar el examen de Papanicolaou

- Es importante notar que en ciertas regiones como en España los pronombres de complemento indirecto **le** y **les** se utilizan como pronombres de complemento directo en vez de **lo** y **los** cuando se refieren a personas.

**Ejemplo:** Mis hermanas visitan a la ginecóloga y **le** admiran.

- Algunos de los verbos que se utilizan con frecuencia con los pronombres de complemento indirecto son los siguientes:

<b>Explicar</b>	<b>Hablar</b>	<b>Mandar</b>	<b>Mostrar</b>	<b>Pedir</b>
<b>Prestar</b>	<b>Preguntar</b>	<b>Recomendar</b>	<b>Ofrecer</b>	<b>entregar</b>

## Gramática y ejercicios

### 5.3 Cuestionarios

Conteste las siguientes preguntas después hágale las preguntas a su compañero y escriba ambas respuestas.

Modelo: ¿Te gustan las clases de ciencias naturales?

Estudiante → Sí o no **me** gustan las clases de ciencias naturales.

Compañero → Sí o no **le** gustan las clases de ciencias naturales.

1. ¿Te parecen importantes los exámenes de prevención de enfermedades de transmisión sexual?

Estudiante → \_\_\_\_\_

Compañero → \_\_\_\_\_

2. ¿Te cuesta mucho trabajo obtener el título de ginecólogo?

Estudiante → \_\_\_\_\_

Compañero → \_\_\_\_\_

3. ¿Te falta mucho tiempo para graduarte del programa?

Estudiante → \_\_\_\_\_

Compañero → \_\_\_\_\_

4. ¿A ti te interesa estudiar fuera del país?

Estudiante → \_\_\_\_\_

Compañero → \_\_\_\_\_

5. ¿A ti y tus compañeros les entusiasman las clases de sexología?

Estudiante → \_\_\_\_\_

Compañero → \_\_\_\_\_

#### 5.4 ¿Cómo les ayudaría usted a sus pacientes a aprender sobre la salud sexual?

Explique cómo usted puede ayudar a sus pacientes a aprender sobre la salud sexual utilizando los pronombres de complemento indirecto y los siguientes verbos.

Modelo: prometer → **Les prometo** (a mis pacientes) un cuidado de la salud adecuado y eficaz.

1. Entregar: \_\_\_\_\_

2. Explicar: \_\_\_\_\_

3. Mostrar: \_\_\_\_\_

4. Ofrecer: \_\_\_\_\_

5. Preguntar: \_\_\_\_\_

6. Mandar: \_\_\_\_\_

7. Prestar: \_\_\_\_\_

8. Recomendar: \_\_\_\_\_

9. Hablar: \_\_\_\_\_

10. Pedir: \_\_\_\_\_

## 5.3 Verbos como *gustar*

En inglés el verbo *gustar* significa *to be pleasing (to someone)*. Las personas usan este verbo para expresar lo que les gusta y disgusta. Por ejemplo, **A nosotros nos gusta** ayudar a los pacientes.

- ❖ El verbo *gustar* y otros verbos similares utilizan una misma estructura: **complemento indirecto + verbo + sujeto**.

**Ejemplo:** Me + gusta + ayudar a los pacientes.

Te + gustan + las comidas saludables.

A los hombres les + gusta + aprender sobre el cáncer de próstata.

- Cuando un complemento indirecto es un sustantivo, también se incluye un pronombre de complemento indirecto en la oración.

**Ejemplo:** A **mi esposo** no **le** gusta las visitas médicas.

A **mi sobrino le** gustan las charlas del sexólogo Toboso.

- La frase **a + pronombre preposicional** se usa para enfatizar y aclarar el pronombre de complemento indirecto.

**Ejemplo:** El urólogo habló con Anselmo y Camila. **A él le** preocupa su problema de infertilidad. **A ella le** preocupa su estado anímico.

- Existen otros verbos que tienen estructuras similares a la del verbo *gustar* estos son:

molestar	dar asco	preocupar	fastidiar	encantar
agradar	disgustar	fascinar	emocionar	apetecer
dar ganas de	importar	interesar	indignar	enojar

**Ejemplo:** ¿**A ti te da asco** examinar la muestras de orina?

No. **A mí me gusta** mucho lo que hago.

## Gramática y ejercicios

### 5.5 Visita al urólogo

Complete las siguientes oraciones conjugando los verbos en el tiempo indicado. ¡Atención! No se olvide de poner los pronombres de complemento indirecto.

Modelo: A los pacientes / preocupar su bienestar y por eso visitaron al urólogo. (Imperfecto)  
A los pacientes **les preocupaba** su bienestar y por eso visitaron al urólogo.

1. A muchos de los hombres / no gustar los exámenes de próstata porque son incómodos. (presente)

---

2. A mí / molestar el olor del consultorio del Dr. Alberto. (pretérito)

---

3. A Camilo / fastidiar tener problemas de disfunción eréctil. (presente)

---

4. A Anselmo / preocupar que su esposa no quedara embarazada. (imperfecto)

---

5. A nosotros / interesar la clase de sexología. (pretérito)

---

6. A los doctores / indignar que sus pacientes no tomen sus medicamentos. (presente)

---

7. A mí no / agradar el servicio de mí antiguo urólogo y por eso vine con el Dr. Alberto. (imperfecto)

---

8. A ti no / importar tu salud por mucho tiempo pero ahora estas haciendo cambios. (pretérito)

---

9. Antes no / dar ganas de tener hijos, pero ahora si quiero. (imperfecto)

---

10. La idea de ser padre / emocionar. (presente)

---



**5.6 Expresar los gustos y las opiniones**

Utilice la caja con la lista de verbos con estructura similar al verbo *gustar* para expresar los gustos, disgustos y las opiniones acerca de su trabajo. ¿Qué le gusta de su trabajo? ¿Qué le disgusta de su trabajo? ¿Cuáles son sus preocupaciones? ¿Qué le agrada? ¿Qué le interesa? Explíquelo en un párrafo de 10 oraciones.

---

---

---

---

---

---

---

---

## En resumen

En este capítulo usted exploró las carreras de los ginecólogos, urólogos y obstetras. También fue expuesto a posibles situaciones que pueden ocurrir en la vida de un adolescente, un hombre y una mujer.

**ER.1** Utilizando la información proveída en este capítulo y su conocimiento conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. ¿Cuáles son algunos problemas comunes que los adolescentes presentan relacionados a la salud sexual o reproductiva?

---

---

---

---

---

---

2. ¿Cómo se puede educar a la comunidad hispana sobre la planificación familiar y la salud sexual?

---

---

---

---

---

---

3. ¿Cómo pueden ayudar los proveedores de la salud en estas situaciones a la comunidad hispana?

---

---

---

---

---

---

# Capítulo 6

## Visitas al pediatra

### Metas comunicativas

- Referirse a personas y cosas que ya se mencionaron
- Hablar de eventos en el futuro
- Expresar cortesía y probabilidades

### Temas Centrales

#### A. Visitas de rutina al pediatra

Subtema: La lactancia materna

#### B. Las vacunas

#### C. Desarrollo del cerebro adolescente

### Gramática y Ejercicios

#### 6.1 Repaso del objeto indirecto

#### 6.2 Repaso de pronombres dobles

#### 6.3 Futuro simple

#### 6.4 Futuro simple vs futuro perifrástico

#### 6.5 Condicional

#### 6.6 Pronombres de objeto de preposición

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará temas relacionados a la pediatría y a la salud de menores de edad como las visitas al pediatra, la lactancia materna y otros temas de importancia para las diferentes etapas de desarrollo, como las las vacunas y la obesidad. Este capítulo también presenta la función comunicativa de cómo referirse a otras **personas y cosas que ya se han mencionado** en la conversación y se explora la conexión de la gramática (objetos directos e indirectos) con esta meta comunicativa.

Preguntas para considerar:

¿Qué tan importante es la lactancia materna?

¿Cuáles son las vacunas que necesitan los niños en la diferentes etapas de desarrollo?

¿Por qué la obesidad es un problema hoy en día?

¿Cómo pueden los padres mejorar la comunicación con sus hijos adolescentes?

## A. Visitas de rutina al pediatra

Las visitas de rutina al pediatra son sumamente importantes para garantizar un buen desarrollo infantil (es decir, el período de la vida humana que comienza con el nacimiento y termina hacia la pubertad). Acudir a las visitas médicas ayuda a prevenir o a detectar problemas de salud y a proporcionar la ayuda o

intervención necesaria. Durante las visitas de rutina al pediatra, el médico realiza exámenes para valorar el crecimiento y el desarrollo del infante y se aplican las vacunas necesarias.

También, durante estas visitas, el pediatra orienta a los padres sobre el cuidado del niño y sobre los informa acerca del desarrollo normal, dieta, cuidados generales y enfermedades contagiosas. Existen dos tipos de consultas básicas en la práctica pediátrica: 1) Consulta de Control de salud y 2) Consulta por enfermedad, duda o problema de salud.

Se aconseja que las Consultas de Control de salud (o de niño sano), por no ser una urgencia, se realicen con previa solicitud de turno o cita. Esto es importante ya que permite al profesional organizar su agenda y agilizar su día y no retrasar la atención de niños enfermos. Durante los primeros dos años, las visitas de niño sano son regularmente cada dos o tres meses. A partir de esa edad, las visitas sólo son cada dos años. Algunas visitas coinciden además con la aplicación de vacunas para optimizar la visita.

### Vocabulario útil

sumamente	extremely
el desarrollo infantil	child development
acudir	to attend/ to go
proporcionar	to give
realiza	carries out
el crecimiento	growth
las vacunas	immunizations
previo/a	previous
sano/a	healthy

## Actividades

### 1. Preguntas de comprensión y análisis

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cómo benefician al infante las visitas de rutina al pediatra?

---

---

2. ¿Cuál es la función del médico durante las visitas de rutina?

---

---

3. ¿Cuáles son los dos tipos básicos de consulta pediátrica?

---

---

### 2. Vocabulario en contexto:

Encuentre estas palabras en la lectura que acaba de leer y en base al contexto, ponga un círculo a los posibles sinónimos de la palabra. ¡Ojo! puede haber más de un sinónimo.

- |                        |              |               |                |
|------------------------|--------------|---------------|----------------|
| 1. <b>rutina</b>       | a. hábito    | b. costumbre  | c. ruptura     |
| 2. <b>acudir</b>       | a. faltar    | b. asistir    | c. ir          |
| 3. <b>proporcionar</b> | a. facilitar | b. proveer    | c. suministrar |
| 4. <b>previo</b>       | a. anterior  | b. precedente | c. posterior   |
| 5. <b>sano</b>         | a. sangre    | b. fuerte     | c. robusto     |

### 3. Investigación

¿Qué obstáculo(s) considera usted es el que más afecta a la atención médica infantil aquí en Estados Unidos?

---

---

**NOTA CULTURAL**  
**UN CASO DE 'MAL DE OJO'**

**Lea el siguiente comentario cultural sobre el 'mal de ojo'**

Una enfermera recibió una llamada de una madre muy enojada de origen mexicano. La madre mexicana estaba muy enojada con la enfermera y la culpaba de que su recién nacido tuviera un poco de fiebre y estuviera

llorando toda la mañana. De acuerdo a la madre, la enfermera había 'visto' al bebé y le había hecho cariños desde lejos y, por lo tanto, la enfermera le había hecho **mal de ojo** al niño.

En la cultura mexicana, algunas personas creen que los infantes son muy susceptibles a la energía y envidias transmitidas por medio de las miradas furtivas. Una simple mirada o cariño (sin tocar al infante físicamente) puede darle al bebé el mal de ojo. De acuerdo a estas creencias, la única manera de neutralizar la fuerza negativa del **mal de ojo** es que la persona toque al bebé mientras lo mira y le hace cariños. Aunque no todos los mexicanos creen en el 'mal de ojo' es importante tener en cuenta que muchos sí. Si es así, lo más seguro es que le pedirán que toque al niño o lo abrace por unos minutos para prevenir el **mal de ojo**.

**Vocabulario útil**

el mal de ojo	evil eye
enojado/a	upset
culpaba	blamed
el/la recién nacido	just born
hecho cariños	shown affection
desde lejos	from a distance
las envidias	jealousy
las miradas furtivas	furtive glances
el toque	touch
creen	believe
le harán saber	will let you know
le pedirán	will ask you

## A. Visitas de rutina al pediatra



### Consulte la gramática 6.1 (Repaso de Obj Ind)

#### Vocabulario útil

la receta	prescription
recetar	to prescribe
el algodoncillo	thrush
brotando	coming out
amamantar	to breastfeed
las vacunas	vaccines (shots)
llora	(he/she) cries
boquita	little mouth
vamos a ver	let's see

**Diálogo 6.1** Laura lleva a su bebé al pediatra para su cita de rutina de los cuatro meses. Laura está preocupada porque su bebé ha estado llorando y no quiere comer bien.

Dra. Esparza: Buenos días señora Camacho. ¿Cómo va todo con el pequeño?

Laura: Ay doctora, pues todo iba bien hasta hace un par de días. Ha estado muy irritable, llora mucho y no quiere comer bien.

Dra. Esparza: Bueno, vamos a revisarlo para ver qué es lo que **le** ha ocasionado esos cambios. Pero primero vamos a asegurarnos de que todo lo demás se está desarrollando como debe de ser. Desvéstalo por favor.

Dra. Esparza: Primero, lo vamos a pesar y luego lo vamos a medir para ver cuánto ha crecido desde el mes pasado. También **le** voy a revisar los oídos para asegurarme de que ya no hay infección.

Laura: ¿**Le** podría revisar su boquita también? Tiene una capa blanca y mi mamá dijo que parecía algodoncillo.

Dra. Esparza: Vamos a ver. Pues parece que sí tiene un poco de algodoncillo y es probablemente debido al antibiótico que **le** dimos para la infección de oídos. **Le** voy a recetar una solución que se la va a poner con un aplicador o con su dedo directamente a las manchas blancas.

Laura: ¿Por cuantos días y qué tan seguido **le** pongo la medicina?

Dra. Esparza: Se la pone por diez días, tres veces al día.

Laura: ¿Cree que eso **le** ayude a sentirse mejor?

Dra. Esparza: Esperemos que en dos o tres días se sienta mejor. Aunque también es posible que sus malestares se deban a que le están brotando dos dientitos.

Laura: ¡Ay sí! Yo también pensé eso, pero no estaba segura. Creí que era el algodoncillo nada más.

Dra. Esparza: No, desafortunadamente también está dentando. Para ello **le** voy a recetar acetaminofén infantil para que pueda dormir. Durante el día, **le** puede frotar sus encías con un paño húmedo y frío.

Laura: ¡Muchas gracias! ¿Entonces todo lo demás está bien?

Dra. Esparza: Según la tabla, su peso se encuentra en el 83 percentil.

Laura: Eso quiere decir que está bien, ¿verdad?

Dra. Esparza: Todo está muy bien. No tiene nada de qué preocuparse. David está creciendo y aumentando de peso normalmente. Si puede, continúe amantándolo por lo menos hasta que tenga un año de edad.

Laura: Si, ese es mi plan, amamantarlo hasta que cumpla el año.

Dra. Esparza: Perfecto, ya **lo** puede vestir. La enfermera vendrá en un momento a ponerle las vacunas que le corresponden y los veo de nuevo en dos meses.

Laura: Muchas gracias, doctora.

#### Nota 6.1

En algunas partes de México, a la infección de hongos que en ocasiones se desarrolla en la boca del bebé se le conoce también como *algodoncillo*, aftas o candidiasis oral.

### Actividades

#### 4. Preguntas de comprensión y análisis

Conteste las siguientes preguntas, según el diálogo.

1. ¿Qué cambios ha notado Laura en el bebé en los últimos días?

---

---

2. De acuerdo al doctor, ¿cómo se está desarrollando el bebé?

---

---

3. ¿Cómo se llama la capa blanca que tiene el bebé en su boca?

---

---



4. De acuerdo al doctor, ¿qué es lo que le está ocasionando malestares al bebé?

---

---

5. ¿Cómo debe Laura de aplicar la medicina contra el algodoncillo?

---

---

**5. Encuentre y traduzca:** En el diálogo anterior, encuentre y subraye los verbos que se indican en la tabla de abajo. Después, escriba el significado de los verbos en inglés.

recetar	llorar	amamantar	frotar	pesar	medir	brotar	desvestir

### 6. Vocabulario dentro de contexto

Escriba una oración usando el verbo que se indica y el pronombre del objeto indirecto usando la información en paréntesis.

Ejemplo: (Decir/a Laura): La doctora le dijo que su bebé estaba desarrollándose bien.

1. (Recetar/ al bebé) \_\_\_\_\_
2. (oner vacunas/ a David) \_\_\_\_\_
3. (Pedir/ a Laura) \_\_\_\_\_
4. (Preguntar/ a Laura) \_\_\_\_\_

### 7. Actividad de Pre-lectura

Conteste y compare: En grupos pequeños, comente sobre los beneficios de la lactancia materna.

1. ¿Cree usted que la lactancia materna es más popular en los países de Latino América que en Estados Unidos?  
\_\_\_\_\_
2. ¿Cuál cree usted que sea uno de los impedimentos más grandes para que las madres amamanten a sus hijos aquí en Estados Unidos?  
\_\_\_\_\_



## LECTURA

### Beneficios de la lactancia materna

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), la leche materna promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, además de proteger al bebé de enfermedades como la diarrea o la neumonía (que son dos de las causas principales de mortalidad infantil en todo el mundo) y de ayudar a un pronto restablecimiento en caso de enfermedad. La **lactancia materna** también tiene beneficios para la salud y el bienestar de la madre pues ayuda a espaciar los embarazos y a disminuir el riesgo de cáncer ovárico y mamario; también incrementa los recursos de la familia y del país, además de ser una forma de alimentación que es segura e inocua para el medio ambiente.

#### Vocabulario útil

el bienestar	wellbeing
el pecho	breast
la leche materna	breast milk
el amamantamiento	breastfeeding
dar pecho	to breastfeed
los biberones	bottles
las tetinas/los chupetes	pacifiers

Para que las madres puedan practicar el **dar pecho** exclusivo durante los seis primeros meses, la OMS y el UNICEF recomiendan:

1. Iniciar la lactancia durante la primera hora de vida.
2. Practicar **el amamantamiento** exclusivo, es decir, proporcionar al lactante únicamente leche materna, sin otros alimentos o bebidas, ni siquiera agua.
3. **Dar el pecho** cuando el niño lo pida, ya sea de día o de noche.
4. No utilizar biberones, tetinas o chupetes.

Fuentes:

<http://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/facts/es/index8.html>

### Actividades

#### 8. Preguntas de comprensión y análisis

1. ¿Escriba los sinónimos de *lactancia materna* que se usan en la lectura.

---

---

2. Escriba cinco beneficios de la lactancia materna para los infantes.

---

---

3. Escriba tres beneficios para la madre que amamanta a su bebé.

---

---

4. ¿Por qué se dice que la lactancia materna es inocua para el medio ambiente?

---

---

**9. Investigación y reporte:** Investigue qué leyes en California apoyan la lactancia materna en el trabajo y en público. Escriba un pequeño párrafo usando la información que encuentre.

Fuentes:

<http://embarazoyparto.about.com/od/Postparto/a/Tus-Derechos-Laborales-Y-Beneficios-Federales-Durante-La-Lactancia-Materna.htm>

<https://www.cdph.ca.gov/programs/breastfeeding/Documents/MO-WorkandBF-Spanish.pdf>

**10. Conteste las siguientes preguntas después de que vea el siguiente video:**

<https://www.youtube.com/watch?v=qKLCAVqoEhM>

1. ¿Cuál es la experiencia de la mamá de Lucas durante las dos primeras semanas del nacimiento?

---

2. ¿Qué tipo de producto sugiere la doctora para la piel del recién nacido?

---

3. ¿Qué es lo que más disfruta la mamá de Lucas y por qué?

---

4. ¿Qué tipo de alimentación recibe Lucas?

---

5. ¿Cómo ha afectado el nacimiento de Lucas a la familia?

---

## 11. Conteste las siguientes preguntas

Conteste y compare: En grupos pequeños, responda a las siguientes preguntas

1. Comente sobre los cambios que usted ha notado sobre la tendencia de amamantar a los infantes aquí en Estados Unidos.  
\_\_\_\_\_
2. Dentro de los países latinoamericanos, ¿cuáles cree usted que tienen el índice más alto de lactancia materna y cuáles el más bajo?  
\_\_\_\_\_



## LECTURA

### Lactancia Materna en América Latina

A pesar de que se reconocen los beneficios de la lactancia materna (tanto en la primera hora de vida, durante los 6 meses de edad, como durante 2 años o más) hay una gran diferencia entre las prácticas actuales en América Latina y el Caribe y aquellas recomendadas por la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud. En América Latina, por ejemplo, solo el 38% de los lactantes son alimentados exclusivamente con leche materna durante los primeros 6 meses de vida. La República Dominicana se ha mantenido estancada con el porcentaje más bajo de lactancia materna en la región (8%), mientras que la práctica en México ha disminuido de un 20% a un 14.5%. Sin embargo, en el mismo período, otros países han mostrado un extraordinario progreso, como Colombia, donde la lactancia aumentó del 15% al 43%.

En promedio, en América Latina y el Caribe los niños son alimentados exclusivamente con leche materna durante 14 meses, aunque hay una gran variabilidad en la duración de la lactancia materna en los diferentes países. Por ejemplo, en la República Dominicana y en el Uruguay se amamanta alrededor de 7 meses, mientras que en Bolivia, El Salvador, Guatemala, Honduras y el Perú la lactancia materna dura hasta un promedio de 18 meses o más. En algunos países la lactancia materna ha aumentado de forma extraordinaria, como en el Brasil, donde aumentó de 6 a 14 meses entre 1986 y el 2006 (Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, 2013). Sin embargo, en otros países, como México, por más de 20 años el período de lactancia ha permanecido estable en 10 meses.

**Fuentes:** [file:///C:/Users/User%201/Downloads/wbw13\\_brochure\\_spanish.pdf](file:///C:/Users/User%201/Downloads/wbw13_brochure_spanish.pdf)  
<http://latinamericanscience.org/spanish/2014/05/practicas-de-lactancia-materna-en-america-latina/>

#### Vocabulario útil

a pesar de que	even though
actuales	current
los lactantes	infant (does not consume solid foods)
mostrado/a	shown
permanecido/a	stayed
estancado/a	held back

## Actividades

### 12. Preguntas de comprensión y analíticas

1. ¿Qué porcentaje de infantes en América Latina es alimentado exclusivamente con leche materna durante los primeros 6 meses de edad?

---

---

2. ¿Qué países de Latino América y el Caribe tienen el índice más bajo de lactancia materna? ¿Cuántos meses dura, en promedio, la lactancia materna en esos países?

---

---

### 13. Vocabulario en contexto:

Encuentre estas palabras en la lectura que acaba de leer y en base al contexto, ponga un círculo a los posibles sinónimos de la palabra. ¡Ojo! puede haber más de un sinónimo.

- |                       |               |              |                  |
|-----------------------|---------------|--------------|------------------|
| 1. <b>reconocen</b>   | a. admiten    | b. costumbre | c. aceptan       |
| 2. <b>actuales</b>    | a. moderno    | b. vigente   | c. contemporáneo |
| 3. <b>estancada</b>   | a. parada     | b. activa    | c. estática      |
| 4. <b>permanecido</b> | a. continuado | b. durado    | c. permitido     |
| 5. <b>lactante</b>    | a. infante    | b. bebé      | c. adolescente   |

### 14. Tema de investigación:

En años recientes se ha comenzado a comercializar la leche materna. ¿Cuáles cree usted que sean las ventajas o desventajas o riesgos a la salud de esta práctica? Visite:

<http://latinamericanscience.org/spanish/2015/04/comercializacion-de-leche-materna-por-internet-existen-riesgos/>

---

---

---

---

---

---

## B. Las Vacunas



### LECTURA

La inmunización ofrece protección contra varias enfermedades peligrosas. Un niño que no esté vacunado tiene muchas más probabilidades de contraer enfermedades, de quedar permanentemente incapacitado o de sufrir desnutrición y morir. Es por eso que es de vital importancia vacunar a los niños durante los primeros meses de vida.

La mitad de todas las muertes provocadas por la tos ferina, una tercera parte de todos los casos de poliomielitis y una cuarta parte de todas las muertes por sarampión se producen dentro del primer año de vida.

Es de vital importancia que cada niño reciba la serie completa de vacunas, pues de lo contrario éstas podrían no surtir efecto. Para proteger al niño durante su primer año de vida, es necesario administrarle las vacunas según se recomienda en el calendario de vacunas. Las vacunaciones son más efectivas si se administran a las edades que se especifican en el calendario o lo más cerca posible de estas edades.

**Fuente:** <http://www.unicef.org/spanish/ffl/pdf/factsforlife-sp-part7.pdf>

### Actividades

#### 15. Comprensión y análisis:

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a lo que leyó en la lectura sobre las vacunas.

1. ¿Por qué es importante inmunizar a los infantes durante los primeros meses de edad?

---

---

### Vocabulario útil

las enfermedades	diseases
peligrosos/as	dangerous
esté vacunado	being vaccinated
incapacitado/a	disabled
morir	die
las muertes	deaths
surtir efecto	to be effective

2. ¿Qué sucede si los niños no reciben la serie completa de vacunas?

---

---

3. En resumen, ¿qué pasos hay que seguir para que las vacunas sean más efectivas?

---

---

**16. Vocabulario en contexto:**

Encuentre estas palabras en la lectura que acaba de leer y en base al contexto, ponga un círculo a los posibles sinónimos de la palabra. ¡Ojo! puede haber más de un sinónimo.

- |    |                     |                 |                |                  |
|----|---------------------|-----------------|----------------|------------------|
| 1. | <b>enfermedades</b> | a. padecimiento | b. achaque     | c. indisposición |
| 2. | <b>sufrir</b>       | a. surfear      | b. sufragio    | c. padecer       |
| 3. | <b>ofrecer</b>      | a. proporcionar | b. administrar | c. convidar      |
| 4. | <b>contraer</b>     | a. contratar    | b. adquirir    | c. contagiarse   |
| 5. | <b>provocadas</b>   | a. estimuladas  | b. incitadas   | c. Incluidas     |

## B. Las vacunas



### Consulte la gramática 6.2 (Repaso de pronombres dobles)

Vocabulario útil			
esta vez	this time	la última vez	last time
los meses	months	la fiebre	fever
la edad	age	la calentura	fever
proteger	to protect	la hoja	sheet
los efectos secundarios	side effects		
la tarjeta de vacunas	immunization card		

**Diálogo 6.2** Sale la pediatra del consultorio y entra Bridget, la enfermera de turno, a ponerle las vacunas al pequeño David, el hijo de la señora Laura Camacho.

Bridget: Hola, ¡buenos días! Me llamo Bridget.

Laura: Hola, buenos días. ¿Cuántas vacunas le va a poner esta vez?

Bridget: De acuerdo al calendario, hoy le toca la segunda dosis de las mismas vacunas que le pusieron cuando tenía dos meses de edad. Le vamos a poner la segunda dosis de Tdap, Hib, IPV, PCV y RV.

Laura: ¿Y es necesario ponérselas todas hoy?

Bridget: Sí, es necesario que **se las** ponga todas para que surtan efecto. La segunda dosis para proteger a su bebé de enfermedades contagiosas como la tosferina y la difteria.

Laura: La última vez que **se las** pusieron e dio calentura.

Bridget: La fiebre es uno de los efectos secundarios leves de las vacunas, pero generalmente no les dura más de 24 horas. Le voy a dar una hoja con información para que esté pendiente de efectos secundarios y para que sepa qué hacer.

Laura: Está bien, gracias. ¡Ay, no! ¡**Se me** olvidó la tarjeta de las vacunas en casa!

Bridget: Oh, no se preocupe. Por hoy, le voy a imprimir una copia del historial de vacunas y cuando venga a la próxima cita con la doctora Esparza **se la** da para que la ponga al corriente.

Laura: Muchas gracias, **se lo** agradezco.

Bridget: No hay de qué.

**Nota:** La enfermera administra las vacunas y Laura trata de consolar a su bebé que llora.

Bridget: Hasta luego y no **se le** olvide leer la información que le di sobre las vacunas.

Laura: ¡Claro que no **se me** olvida!, muchas gracias.

<http://www.cdc.gov/vaccines/parents/downloads/parent-ver-sch-0-6yrs-sp.pdf>

<http://espanol.babycenter.com/t2400093/calendario-de-vacunas#ixzz3fs89iOpp>



## Actividades

### 17. Preguntas de comprensión y análisis

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles vacunas le pusieron al niño de la señora Camacho?

---



---

2. De acuerdo al cuadro de vacunas para niños de 0 a 14 años de la Asociación Española de Pediatría que se ve a continuación, ¿cuáles vacunas le corresponderían al bebé de Laura?

---



---

3. ¿Son equivalentes las vacunas en España a las de Estados Unidos? Compare mirando la tabla que se proporciona y el sitio web: [www.vaccines.gov/translated/0-18.html#f13](http://www.vaccines.gov/translated/0-18.html#f13)

---



---

CALENDARIO DE VACUNACIONES DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA 2015 Comité Asesor de Vacunas									
VACUNA	Edad en meses						Edad en años		
	0	2	4	6	12-15	15-18	2-3	6	11-12
Hepatitis B <sup>1</sup>	HB	HB	HB	HB					
Difteria, tétanos y tosferina <sup>2</sup>		DTPa	DTPa	DTPa		DTPa		DTPa o Tdpa	Tdpa
<i>Haemophilus influenzae</i> tipo b <sup>3</sup>		Hib	Hib	Hib		Hib			
Poliomielitis <sup>4</sup>		VPI	VPI	VPI		VPI			
Meningococo C <sup>5</sup>			MenC		MenC				MenC
Neumococo <sup>6</sup>		VNC	VNC	VNC	VNC				
Sarampión, rubeola y parotiditis <sup>7</sup>					SRP		SRP		
Virus del papiloma humano <sup>8</sup>									VPH 2 dosis
Meningococo B <sup>9</sup>		MenB	MenB	MenB	MenB				
Rotavirus <sup>10</sup>		RV	RV	RV					
Varicela <sup>11</sup>					Var		Var		
Gripe <sup>12</sup>					Gripe (anual)				
Hepatitis A <sup>13</sup>					HA 2 dosis				

Sistemática

Recomendada

Grupos de riesgo

Fuente:

[http://vacunasaep.org/sites/vacunasaep.org/files/calvacAEP2015\\_PRINCIPAL.png](http://vacunasaep.org/sites/vacunasaep.org/files/calvacAEP2015_PRINCIPAL.png)

## 18. Investigación

Compare las vacunas requeridas para infantes en España con las de Estados Unidos y México comente los resultados en grupos pequeños. Visite:

<http://vacunasaep.org/documentos/manual/cap-7>

<http://analesdepediatria.org/es/calendario-vacunaciones-asociacion-espanola-pediatria/articulo/S1695403313004104/>

[www.vaccines.gov/translated/0-18.html#f13](http://www.vaccines.gov/translated/0-18.html#f13)

## 19. Actividad de Pre-lectura

Conteste y compare: Conteste las siguientes preguntas y compare sus respuestas con un compañero.

1. ¿Cree usted necesario que se le apliquen las mismas vacunas a los infantes sin importar el país donde viven? ¿Por qué sí o por qué no?

---

---

2. ¿Conoce a alguien que tenga una cicatriz en el hombro derecho relacionada con una vacuna? Si es así, ¿en qué país se aplicó esa vacuna?

---

---



## LECTURA

### Diferencias entre el sistema de vacunas en México y Estados Unidos

Hay algunas vacunas que se recomienda aplicar en México y no así en los Estados Unidos como es el caso de la vacuna B.C.G. que protege de la tuberculosis y se caracteriza por la cicatriz en el hombro

derecho. En Estados Unidos, como la tuberculosis no es un problema de salud pública, no es obligatoria. Por otro lado, en México usualmente no se justifica la aplicación de la vacuna contra Meningococo dado que no es un problema frecuente en México.

Aunque la OMS recomienda las vacunas contra la hepatitis A y varicela, el esquema básico de vacunación en México no incluye la aplicación de las vacunas contra la hepatitis A ni la varicela de forma obligatoria. En otras palabras, si los padres de familia quieren que sus infantes estén protegidos contra la hepatitis A y la varicela, tienen que recurrir al sistema de salud privado y pagar para que se las administren a sus hijos. En Estados Unidos, las dos vacunas son administradas entre los doce y los dieciocho meses de edad.

Fuente: <http://www.infectologiapediatrica.com/blog/2014/01/28/diferencias-entre-la-vacunacion-de-mexico-y-estados-unidos-usa/>

### Vocabulario útil

protege	protects
la cicatriz	scar
el hombro	shoulder
derecho/a	right
obligatorio/a	mandatory
contra	against
los derechohabientes	members
la cartilla de vacunación	immunization card

**Tabla de Equivalencia de vacunas entre Estados Unidos y México**

México			Estados Unidos		
EDAD DE APLICACIÓN	INMUNIZACIÓN CONTRA	VACUNA	VACUNA	INMUNIZACIÓN CONTRA	EDAD DE APLICACIÓN
AL NACER	<u>TUBERCULOSIS</u>	BGC	-	-	-
-AL NACER Y A LOS 2, 4 Y 6 MESES DE EDAD	POLIOMELITIS	SABIN	IPV	POLIOMELITIS	A LOS 2, 4 Y 6 MESES DE EDAD. NUEVAMENTE A LOS 4 AÑOS
A LOS 2, 4 Y 6 MESES DE EDAD	DIFTERIA, TOSFERINA, TÉTANOS, HEPATITIS B Y H, INFLUENZA B	PENTAVALENTE	DTAP	DIFTERIA, TOSFERINA Y TÉTANOS	A LOS 2, 4 Y 6 MESES DE EDAD. NUEVAMENTE ENTRE LOS 4 Y 6 AÑOS Y FINALMENTE ENTRE LOS 11 Y 12 AÑOS
-	-	-	HIB	H INFLUENZA B	A LOS 2 Y 4 MESES DE EDAD Y AL AÑO
A LOS 2 Y 4 AÑOS	DIFTERIA, TOSFERINA Y TÉTANOS	DPT	-	-	-
A LOS 12 AÑOS	DIFTERIA Y TÉTANOS	TD	-	-	-
AL AÑO Y NUEVAMENTE A LOS 6 AÑOS	SARAMPIÓN, PAROTIDITIS Y RUBÉOLA	TRIPLE VIRAL (T.V.)	MMR	SARAMPIÓN, PAROTIDITIS Y RUBÉOLA	AL AÑO Y NUEVAMENTE ENTRE LOS 4 Y 6 AÑOS
A LOS 12 AÑOS	HEPATITIS B	HEPATITIS B	HEP-B	HEPATITIS B	AL NACER Y TRES VACUNAS MÁS, HASTA LOS 18 AÑOS
-	-	-	VARICELA	VARICELA	AL AÑO DE EDAD
-	-	-	PCV7	NEUMOCOCO CONJUGADA	AL AÑO DE EDAD

Fuente: <http://www.ime.gob.mx/tabla-de-equivalencia-de-vacunas>

## Actividades

### 20. Preguntas de comprensión y análisis

Lea las siguientes oraciones y marque si son ciertas o falsas de acuerdo a la información que leyó en la lectura anterior. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero.

	Cierto	Falso
1. La vacuna contra la tuberculosis es necesaria en Estados Unidos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Las vacunas contra la hepatitis A y la varicela son parte del esquema de vacunas en México.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. El meningococo es un problema frecuente en Estados Unidos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. La vacuna B. C. G. se reconoce por una cicatriz en el hombro derecho.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. En México, las vacunas contra la hepatitis A y la varicela son mandatorias.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 21. investigación:

En grupo, escoja un país de Centroamérica para investigar las semejanzas y diferencias en los requerimientos de vacunas para infantes. Comparta sus resultados con otros grupos.

---

---

---

## 22. Actividad de Pre-lectura

Conteste y comparta su opinión.

1. Hay muchos padres de familia que prefieren no vacunar a sus hijos porque temen a los efectos secundarios graves. ¿Qué opina usted acerca de esto? Comparta su opinión con otros compañeros en grupos pequeños.

---

---

2. ¿Cree usted que los beneficios de las vacunas sobrepasan los riesgos de los efectos secundarios graves?

---

---

### Vocabulario útil

peligrosos/as	dangerous
graves	serious
leves	light/ not serious
el transcurso	transition/passing
aliviar	to ease
el paño	cloth
húmedo/a	wet
somnoliento/a	sleepy
el riesgo	risk
las señales	signs
las ronchas	welts
la voz	voice
ronco/a	hoarse/husky
la debilidad	weakness
la palidez	pale



## LECTURA

### Qué esperar después de las vacunas

Las vacunas protegen a los infantes y a los niños de enfermedades contagiosas y peligrosas que pueden causar complicaciones graves y pueden ser fatales. Para mayor información de las vacunas administradas a su hijo y de las enfermedades contra las que protegen visite el sitio [www.espano.lvaccines.gov](http://www.espano.lvaccines.gov).

Todas las vacunas pueden tener efectos secundarios. En la mayoría de los niños, estos efectos son leves (por ejemplo: dolor en el brazo o fiebre baja) y desaparecen con el transcurso de unos pocos días.

Algunos remedios para disminuir las molestias son los siguientes: tomar un medicamento sin aspirina para aliviar cualquier dolor o reducir la fiebre que pueda producirse tras la vacunación, beber mucho líquido y colocar un paño húmedo frío sobre el lugar puede ayudar a aliviar el dolor.

Sin embargo, se recomienda llamar al médico de inmediato si el niño o bebé llora durante 3 horas o más sin parar, si está sin fuerzas o somnoliento, si comienza a tener convulsiones o si a usted le preocupa cómo se ve o se siente su hijo/a. Las reacciones graves son muy poco comunes y la atención inmediata ayudará a disminuir el riesgo.

Una reacción alérgica grave a una vacuna es muy poco probable, pero si ocurriera una, esté listo para actuar. Por lo general, las reacciones alérgicas ocurren a unos pocos minutos a pocas horas de haberse vacunado.

Preste atención a las afecciones poco comunes, como por ejemplo: fiebre alta, debilidad o cambios de comportamiento. Si su hijo presenta cualquiera de estos síntomas, llame al médico inmediatamente.

Las señales o reacciones alérgicas graves pueden incluir:

- dificultad para respirar
- voz ronca o resuellos
- ronchas
- palidez
- debilidad
- latidos rápidos del corazón
- mareos

Esté preparado para decirle al médico cuándo se produjo la reacción, cuáles vacunas le administraron y cuándo le fueron administradas.

Para información más detallada de efectos secundarios, visite el sitio <http://espanol.vaccines.gov/b%3%A1sicos/seguridad/efectos-sekundarios/12kq/%3ADndice.html>

Fuente: <http://espanol.vaccines.gov/recibir/esperar/parani%3%B1os/12t7/%3ADndice.html#>

## Actividades

### 23. Preguntas de comprensión y análisis.

1. ¿Cuánto duran los efectos secundarios leves de las vacunas?

---

2. ¿Qué se sugiere hacer para ayudar con la fiebre?

---

3. ¿De cuáles síntomas hay que estar pendiente para llamar al médico si ocurren?

---

4. ¿Cuáles son unas de las señales de una reacción alérgica grave?

---

**24. Vocabulario en contexto:** Encuentre estas palabras en la lectura que acaba de leer y en base al contexto, ponga un círculo a los posibles sinónimos de la palabra. ¡Ojo! puede haber más de un sinónimo.

- |                     |                 |                   |               |
|---------------------|-----------------|-------------------|---------------|
| 1. <b>ronchas</b>   | a. sarpullido   | b. erupciones     | c. tos        |
| 2. <b>palidez</b>   | a. decoloración | b. demacración    | c. padecer    |
| 3. <b>aliviar</b>   | a. mitigar      | b. atenuar        | c. calmar     |
| 4. <b>debilidad</b> | a. agotamiento  | b. debilitamiento | c. vigor      |
| 5. <b>comunes</b>   | a. inusuales    | b. frecuentes     | c. contrarias |

### 25. Actividad de Pre-Lectura

1. ¿Ha tenido usted la oportunidad de recibir ayuda médica en algún país extranjero?

---

2. Y si es así, ¿cómo fue su experiencia con el tratamiento que recibió y el costo del mismo?

---

3. Compare sus experiencias con la clase o en grupo.

---

## NOTA CULTURAL



### El sistema sanitario (de salud) en España

El Sistema Nacional de Salud español posee una extensa red de centros de salud y hospitales repartidos por toda la geografía nacional. En ellos se prestan los servicios de atención primaria y de asistencia especializada, respectivamente. España tiene un sistema sanitario público y gratuito, todos los que estén en su territorio tienen derecho a tener acceso a esta prestación. Los inmigrantes extranjeros también tienen derecho a tener un servicio de Sistema Sanitario mientras permanezcan en suelo español. Sin embargo, los extranjeros

que no provengan de países con convenios bilaterales en materia de salud deberán pagar las prestaciones sanitarias y farmacéuticas, por lo que se recomienda contar con algún seguro de salud o médico.

España brinda el mismo acceso a la atención sanitaria al que tienen derecho los españoles, con el único requisito de que se realice previamente el alta en el padrón del municipio donde se reside, independientemente de la situación legal. Sin embargo, si se encuentra de forma irregular y no se está inscrito en el padrón de alguno de los municipios españoles solo tendrá derecho a la asistencia sanitaria de urgencia. Por otro lado, si el inmigrante se encuentra en forma regular o tiene autorización para residir en España, tiene derecho a la atención sanitaria siempre y cuando esté empadronado.

El sistema de salud incluye los siguientes servicios:

- Atención de enfermedades graves
- Accidentes
- Atención primaria y especialistas
- Atención de embarazos, partos y posparto

En cuanto a los medicamentos, en España sólo se pueden adquirir en las farmacias. Los servicios médicos son los únicos habilitados para prescribir un tratamiento o receta. Dependiendo del ingreso, los ciudadanos españoles pagan solamente un porcentaje del costo total que varía desde un 40 % hasta un 60 %.

#### Vocabulario útil

la red	net
repartidos/as	scattered
extranjero/a	foreign
derecho/a	right
permanezca	stays
la prestación	services offered
el convenio	agreement
contar	to have
brinda	offers
el alta	registration
el padrón	census
empadronado/a	registered in the census
habilitados/as	authorized



Fuente:

[http://asociacionmarroqui.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=199:icomo-funciona-el-sistema-sanitario-en-espana&catid=99:salud](http://asociacionmarroqui.com/index.php?option=com_content&view=article&id=199:icomo-funciona-el-sistema-sanitario-en-espana&catid=99:salud)

## Actividades

**26. Comprensión y análisis.** Escriba cinco características del sistema de salud de España, de acuerdo a la lectura.

---

---

---

---

---

**27. Discusión en grupo:** En grupos pequeños, compare el sistema de salud de Estados Unidos con el de España.

---

---

---

---

---

**28. Tema de Investigación:** Investigue los países que forman parte del convenio bilateral con el sistema de salud en España. Use el siguiente sitio:

[http://www.seg-social.es/Internet\\_1/Masinformacion/Internacional/Conveniosbilaterales/index.htm](http://www.seg-social.es/Internet_1/Masinformacion/Internacional/Conveniosbilaterales/index.htm)

---

---

---

---

---

## C. Desarrollo del cerebro adolescente



### Consulte la gramática 6.3

#### Vocabulario útil

Anonadado/a	dumbfounded
Cariño	honey
La impulsividad	impulsivity
Los arranques de...	to have a fit of
Manejando	driving
El razonamiento	reasoning

#### Diálogo 6.3 PADRE PREOCUPADO.

- Sr. Sánchez -- Ya pasaron tres meses del intento de suicidio de Lidia, pero yo sigo y **seguiré** anonadado con el hecho.
- Sra. Sánchez -- Lo sé cariño, es algo que nos **quedará** marcado por el resto de nuestras vidas.
- Sr. Sánchez -- Lo que no entiendo es por qué estos niños tienen esa impulsividad de tomar decisiones sin pensar en las consecuencias. Ignacio, que tiene catorce años, también tiene esos arranques de adrenalina que lo hacen hacer y decir cosas sin sentido...
- Sra. Sánchez -- Carlos, me gustaría que vengas conmigo a la próxima sesión con el psicólogo de Lidia. Él nos **explicará** mejor por qué nuestros hijos adolescentes actúan como lo hacen.
- Sr. Sánchez -- Pero, Gloria, nosotros tuvimos esa edad también y nunca se nos ocurrió hacer cosas por el estilo. Tu hijo sigue con la fractura en el brazo por irse de valiente manejando el auto sin nuestra autorización, solo para quedar bien con los amiguitos. ¿**Será** que estos niños tienen serios problemas de razonamiento?
- Sra. Sánchez -- No te cierres Carlos, acompáñame y allí **entenderás** bien cómo ellos procesan todo lo que hacen.
- Sr. Sánchez -- De acuerdo, te **acompañaré** a la próxima cita, todo sea por la salud mental de estos niños que me vuelven loco.
- Sra. Sánchez -- ¡Gracias, cariño!

## Actividades

### 29. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con el diálogo anterior.

1. Recuerde a la protagonista del diálogo 3.1 en el capítulo tres (\*), ¿cómo se relacionan el Señor Carlos Sánchez e Ignacio con Lidia?

---

---

2. ¿Qué es lo que tiene preocupado al Señor Sánchez?

---

---

3. ¿Qué le pide su esposa que hagan?

---

---

4. ¿Irán el Señor Sánchez a la cita con el psicólogo? En caso de que sí vaya, ¿por qué decidió hacerlo?

---

---

**30. Análisis Actividad Auditiva** La señora Sánchez ha llevado a sus hijos Lidia e Ignacio a una cita de seguimiento con la pediatra. Estela, la auxiliar de enfermería, le pregunta a la Señora Sánchez los datos de sus hijos para verificar que tienen la información más reciente de los ellos. Escuche el diálogo y llene la ficha médica de los hermanos Sánchez. Finalmente, compare las repuestas con un compañero. Puede escuchar la grabación cuantas veces lo necesite.

[Transcript:

Estela: Vamos a comenzar con la información de Lidia. Su apellido es Sánchez, ¿verdad?

Sra. Sánchez: Así es.

Estela: ¿Y su domicilio?

Sra. Sánchez: Nuestra dirección es 568 El Dorado Way en Caseros.

Estela: ¿Cuál es su fecha de nacimiento?

Sra. Sánchez: Lidia nació el 9 de febrero de 1999. Tiene 16 años.

Estela: ¿Cuál es el motivo de la consulta?

Sra. Sánchez: Es que... bueno... Hace unas semanas se tomó muchas pastillas... Creo que intentó suicidarse.

Estela: Entiendo. ¿Cómo ha estado?

Sra. Sánchez: La veo mucho mejor y más tranquila.

Estela: ¡Qué bien! Ahora vamos a llenar la hoja de Ignacio. La dirección es la misma, ¿verdad? ¿Cuándo nació?

Sra. Sánchez: Sí, es la misma dirección. Ignacio nació el 16 de septiembre del 2001. Tiene 14 años. La consulta con él es para que vean lo de la fractura de su brazo.

Estela: Muy bien. Solamente me falta pesarlos y medirlos. Déjeme les hablo. [Se oye que abre una puerta y que los llama]

Estela: Lidia... Ignacio. Pueden pasar. A ver Lidia, párate por favor en esta báscula para pesarte y medirte. Muy bien, pesas 120 libras y mides 5 pies y 4 pulgadas. Ahora tú, Ignacio. Pesas 130 libras y ya mides una pulgada más que Lidia. ¡Qué alto estás ya!]

DATOS DEL EXAMINADO	
NOMBRE Y APELLIDO:	
DOMICILIO:	
FECHA DE NACIMIENTO:	
EDAD:	
SEXO:	
PESO:	
ALTURA:	
VIVE CON LOS PADRES:	
MOTIVO DE CONSULTA:	

DATOS DEL EXAMINADO	
NOMBRE Y APELLIDO:	
DOMICILIO:	
FECHA DE NACIMIENTO:	
EDAD:	
SEXO:	
PESO:	
ALTURA:	
VIVE CON LOS PADRES:	
MOTIVO DE CONSULTA:	

## C. Desarrollo del cerebro adolescente



### Consulte la gramática 6.4

#### Nota 6.3

Es muy común referirse al hombre como “esposo”, pero en algunos países también se le puede llamar “marido”.

#### Vocabulario útil

profundos/as	deep
fracasar	to fail
la preocupación	worry
fracturó	broke
aplicados/as	studious
inscribir	to enroll
alentándolos	encouraging
obliguen	force

### Diálogo 6.4 UNA VISITA AL PSICÓLOGO

Dr. Smith – Buenas tardes Señora Sánchez.

Sra. Sánchez – Buenas tardes Dr. Smith, le presento a mi esposo...

Sr. Sánchez – Carlos Sánchez, para servirle.

Dr. Smith – Un gusto, Señor Sánchez. Siéntense por favor. ¿Cómo se sienten?

Sr. Sánchez – Bueno, pues yo estoy un poco preocupado por mis hijos. Siento que si seguimos así, **vamos a perder** el control y los **perderemos** por siempre...

Sra. Sánchez – Carlos, ¡no seas exagerado! Doctor, lo que tiene preocupado a mi esposo son las reacciones adolescentes de nuestros hijos adolescentes. Lógicamente lo de Lidia tuvo ramificaciones más profundas, pero eso no significa que fracasamos como padres.

Dr. Smith – La preocupación de su esposo es completamente lógica. Pero no, no son ni **serán** unos fracasados como padres. Tengo entendido que Ignacio se fracturó el brazo...

Sr. Sanchez – Sí, ¡no sé qué **vamos a hacer** con este muchacho!

Dr. Smith – Señor Sánchez, lo que le sucedió a Ignacio fue la consecuencia de buscar actividades que provocan adrenalina. Le **voy a explicar**: el cerebro de los chicos a esta edad no está desarrollado como el de un adulto. Hay ciertas áreas que les piden adrenalina, emociones y recompensas rápidas. Es muy difícil que ellos puedan controlar sus impulsos por sí mismos, por eso se **dejarán** llevar por eso impulsos haciendo cosas de las cuales luego se arrepientan; aunque es muy común que a veces no comprendan la gravedad de lo hecho. Por lo tanto, siempre ha sido y **será** importantísimo que los padres los mantengan ocupados. ¿Cuáles son las actividades extracurriculares de sus hijos?

Sra. Sánchez – Bueno, los dos son muy aplicados en la escuela y cuando llegan a casa, se quedan estudiando y haciendo tarea.

- Dr. Smith – Considero necesario que los inscriban en algún deporte, sobre todo de equipo. Tanto Ignacio como Lidia necesitan estar ocupados en actividades que no solo los cansen físicamente, sino que les provoquen una inyección de energía, donde puedan socializar e interactuar con otros jóvenes de la misma edad en un ambiente fuera del salón de clases y de su casa. Incluso ustedes **podrán** involucrarse más en la vida de ellos, acompañándolos y alentándolos en los juegos.
- Sr. Sánchez – Sí, yo siempre quise que Ignacio jugara al fútbol.
- Dr. Smith – Les pido por favor que no los obliguen; dejen que ellos decidan qué deporte quieren hacer; ustedes solo apóyenlos en lo que ellos elijan.
- Sra. Sánchez – Me parece muy bien, doctor, así lo haremos. Muchas gracias.
- Dr. Smith - ¿Cómo se siente Señor Sánchez?
- Sr. Sánchez – Me siento más tranquilo. Nunca **comprenderé** del todo las locuras que cometen mis hijos, pero por lo menos ahora sé que todavía les falta más desarrollo. Muchas gracias por su ayuda. **Vamos a hacer** lo que nos recomendó.

## Actividades

### 31. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo con el diálogo proveído.

1. ¿Qué dice el Dr. Smith sobre la preocupación del Señor Sánchez?

---

---

2. Según el Dr. Smith, ¿por qué es tan difícil para los jóvenes controlar sus impulsos?

---

---

3. Finalmente, ¿cuál es la recomendación del doctor a los padres de Lidia e Ignacio?

---

---

### 32. Identificación

Escriba en la columna de la derecha si los verbos de la izquierda están conjugados en futuro perifrástico o en futuro simple, luego conjúguelos en el otro futuro. Preste atención a la persona y al número cuando cambie la conjugación del tiempo verbal.

	Futuro original	Cambio de futuro
<b>va a salir</b>	perifrástico	<b>saldrá</b>
van a decir		
voy a querer		
vamos a perder		
perderemos		
serán		
vamos a hacer		
voy a explicar		
dejarán		
será		
podrán		
comprenderé		

### 33. Conteste y compare:

Conteste las siguientes preguntas y compare sus respuestas en grupos pequeños.

1. ¿Qué sabe del comportamiento adolescente?

---

2. Con todo lo que se escucha de lo que hacen los adolescentes hoy en día, ¿de quién cree usted que es la responsabilidad de controlar sus actos: de los padres, de la escuela o de la sociedad?

---

3. Según su opinión, ¿cuál es la solución más viable para guiar a los adolescentes durante esta etapa de 'impulsividad'?

---

#### Vocabulario útil

la corteza	cortex
dicha carencia	this deficiency
desarrollado/aa	developed
la gratificación	gratification
saludable	healthy
la privación	deprivation



## LECTURA

### DESARROLLO CEREBRAL Y SUS CONSECUENCIAS EN LA ADOLESCENCIA

Según estudios recientes, durante los primeros años de la adolescencia la corteza pre frontal cerebral no está del todo desarrollada, provocando desequilibrios en varios circuitos cerebrales. Esto puede justificar la impulsividad y la falta de sentido en ciertas decisiones que toman los jóvenes. Dicha carencia de desarrollo, sumada con la inestabilidad emocional natural de la edad y los problemas o tensiones con los padres/autoridades/parejas, solo aumenta el estado vulnerable de la adolescencia.

El circuito meso límbico, también conocido como el circuito cognitivo, está directamente relacionado con la satisfacción y la recompensa y es uno de los afectados durante esta etapa de la vida. Su principal neurotransmisor es la dopamina, cuya activación natural disminuye considerablemente durante los primeros años de la pubertad. Dicha carencia puede que lleve a los adolescentes a involucrarse en actividades que ofrecen una gratificación rápida (como la comida, el sexo o las drogas), liberando así la dopamina necesaria para complementar el déficit y generar una sensación de placer.

Dado el alto nivel de vulnerabilidad que se produce durante la pubertad por los factores mencionados, es fundamental que exista una figura autoritaria en la vida del individuo, generalmente los padres, quienes deberán disciplinar con amor y respeto, ya que el cariño es primordial en la vida del ser humano. Según Olivia-Delgado, son muchos los trabajos científicos que confirman la probabilidad de que la privación afectiva impida un desarrollo adecuado de la corteza pre frontal. Por lo tanto, es muy importante que los padres ganen la confianza de sus hijos y que les creen un ambiente seguro y afectivo. También, es fundamental que los mantengan ocupados en actividades que estimulen no solo su desarrollo mental, sino también físico y social. Se ha comprobado que la actividad física aumenta la liberación de dopamina, haciendo que el deporte sea una opción mucho más saludable que el consumo de drogas, por dar un ejemplo, ya que a cierto nivel desempeñan resultados semejantes sin consecuencias dañinas a corto y a largo plazo.

#### Fuentes:

Olivia-Delgado, Alfredo. "Desarrollo Cerebral Y Asunción De Riesgo Durante La Adolescencia." *Apuntes De Psicología* 25.3 (2007): 239-54. Print.



## Actividades

### 34. Preguntas de comprensión y analíticas.

Conteste las siguientes preguntas:

1. Según los estudios, ¿por qué se cree que el comportamiento adolescente está, hasta cierto punto, justificado?

---

---

---

2. ¿Con qué está relacionado el circuito cognitivo y cuál es su primordial neurotransmisor?

---

---

---

**35. Investigación.** Según la lectura, la actividad física puede ser una importante liberadora de la dopamina. Investigue más profundamente sobre esta relación y escriba un párrafo de cinco o seis líneas explicando los beneficios de dichas actividades.

---

---

---

---

---

---

## C. Desarrollo del cerebro adolescente



### Consulte la gramática 6.5

#### Vocabulario útil

el examen de manejo	driving test
la identificación	I.D.
la pluma, la lapicera	pen
el bolígrafo	

**Diálogo 6.5** Ignacio acompaña a su tío Marcos al examen de manejo de su primo Santiago. Los tres llegan al departamento de vehículos.

- Marcos – Buenos días señorita, vengo con mi hijo, Santiago Vega, para que tome el examen de manejo escrito.
- Carmen – Buenos días señor. Jovencito, **podría darme** su identificación por favor?
- Santiago – Aquí tiene.
- Carmen – Muchas gracias. Déjeme verificar que todo está bien. Perfecto. Necesito que llene este formulario. Una vez que esté listo me lo entrega y se sientan en la sala de espera donde dice “examen de manejo”.
- Santiago – ¿**Podría** prestarme una pluma por favor?
- Carmen – Cómo no, aquí tiene.
- Marcos – Muchas gracias. Señorita, ¿**sería tan amable de decirme** dónde está el baño?
- Carmen – Al fondo de ese pasillo a la izquierda.
- Marcos – Gracias.

Luego de llenar el formulario, Santiago e Ignacio conversan en la sala de espera.

- Ignacio – Si tuviera dos años más, yo también **podría** estar tomando mi examen de manejo, ¡no veo la hora! Me **gustaría** poder conducir para tener más independencia. Aunque luego de lo que sucedió el mes pasado, mis padres se la pasan controlándome.
- Santiago – Sí, la verdad es que eso fue una locura. ¿A quién se le ocurre manejar un auto estándar cuando ni siquiera sabes manejar bien uno automático? (risas) ¿Qué fue exactamente lo que pasó?
- Ignacio – Es que vinieron mis otros dos primos, ya sabes que tienen unos años más que yo. Tal vez **serían** como las once de la noche cuando nos dimos cuenta que ya no había sodas ni papitas. Lidia no maneja todavía, y aunque lo hiciera, yo sabía que no nos **ayudaría**, ya sabes que ella vive en su mundo...
- Santiago – Sí, lo sé.

- Ignacio – Mis padres ya estaban durmiendo, no me acuerdo bien, entonces mis primos no tuvieron mejor idea que retarme a ir a la tienda en el auto de mi papá.
- Santiago – Y tú como tonto, aceptaste.
- Ignacio – Bueno, era la presión del momento. Ahora que lo pienso con calma sé que fue algo tonto y no lo **volvería** a hacer, pero en ese momento parecía una buena idea.
- Santiago – Bueno Nacho, todos tenemos nuestros momentos de locura. Yo que tú, ya **estaría** más tranquilo; total, ya pasó.

## Actividades

### 36. Preguntas de comprensión y análisis

1. ¿Para qué fue Santiago al departamento de vehículos?

---

---

2. ¿Quién es Marcos?

---

---

3. ¿Qué edad desearía tener Ignacio y por qué quisiera tener esa edad?

---

---

4. ¿Por qué Ignacio se atrevió a conducir el auto de su padre?

---

---

5. ¿Crees que Ignacio volvería a hacer lo que hizo si tuviera otra oportunidad? ¿Qué dice el diálogo sobre esto?

---

---

### 37. Identifique

Con la ayuda de la gramática 6.6 identifique qué función cumple el condicional en las siguientes oraciones. Recuerde que el condicional puede cumplir las siguientes funciones:

- Probabilidad de pasado
- Probabilidad de presente
- Probabilidad de futuro
- Consejo
- Cordialidad
- Deseo

¿ <b>Podría darme</b> su identificación por favor?	
<b>Necesitaría que llene</b> éste formulario.	
¿ <b>Podría prestarme</b> una lapicera?	
<b>Sería tan amable de decirme</b> dónde está el baño.	
Yo también <b>podría</b> estar tomando mi examen de manejo.	
Me <b>gustaría</b> poder conducir.	
<b>Serían</b> como las once de la noche cuando llegó.	
Yo sabía que no nos <b>ayudaría</b> .	
Mis padres ya <b>estarían</b> durmiendo a esa hora.	
Dijo que no lo <b>volvería</b> a hacer.	
Yo que tú ya <b>estaría</b> más tranquilo.	

### 38. Actividad de Pre-Lectura

Conteste las siguientes preguntas y en grupos pequeños compare sus respuestas.

1. ¿Qué sabe de la cortesía verbal?

---

2. ¿Cree que es importante saber de la cultura de un país o que con tener conocimiento del idioma es suficiente? ¿Por qué?

---

#### Vocabulario útil

abrumador	overwhelming
“función que cumple”	role
emite	issue
suavizan	soften
rebuscado/a	elaborate
cabe destacar	it’s worthy to notice
tener confianza	to be confident/to feel confident



## LECTURA

### EL ACTO DEL HABLA Y LA CORTESÍA VERBAL

Cuando se aprende una lengua nueva, no solo es importante tener un conocimiento abundante de la gramática y del vocabulario, sino que también es fundamental tener una noción de la cultura donde se habla esa lengua. El español se usa en más de veinte países del mundo y en ninguno de ellos los modismos, acentos y terminologías son las mismas. Lógicamente, no se espera que el estudiante sepa con precisión las diferentes maneras de hablar el mismo idioma en los diferentes países, ya que no solo suena abrumador sino que lo es. La expectativa, entonces, es que a lo largo de los años que estudia la lengua, vaya haciéndose consciente de cómo se usa la lengua para expresar intenciones (es decir, cómo se relaciona la gramática y la entonación con lo que se quiere comunicar, ya sea una petición, un mandato, etc.).

El término *acto del habla* se refiere a la función que cumple el mensaje que se quiere transmitir. Es decir, ¿se quiere comunicar un mandato?, ¿una petición?, ¿una disculpa?, ¿un rechazo?, ¿una despedida? Más esto también está afectado por la actitud con la que lo dice el hablante, la interpretación que le da el oyente y el contexto de la conversación. Cuando hablamos de estudiantes aprendiendo una lengua, hay otro factor afectando el mensaje expresado y lo que se quiso comunicar ya que el idioma nativo puede influenciar cómo se emite/recibe un mensaje en el idioma aprendido. Por ejemplo, en inglés entendemos que al decir “*Can I call you back?*”, la persona quiere llamar a la otra después o más tarde. Pero en español, el decir “*¿Te puedo llamar atrás?*” dejará al receptor del mensaje confundido ya que lo que se expresa con esa pregunta es llamar a alguien *atrás de algo*, ¿te puedo llamar atrás de una cortina? ¿de una pared? Aunque la frase esté gramaticalmente bien formada, no tiene sentido.

La *cortesía verbal* es fundamental en el trato social de todas las culturas. En éste capítulo, se ha visto que en español los mandatos se suavizan al usar el condicional. En vez de decir “*dame las llaves*” podemos decir “*¿podrías darme las llaves?*”. Nótese que en muchos lugares al hacer la pregunta cordialmente de un mandato o petición, se deja afuera el *por favor*; aunque esta no es la norma, su uso depende del país o, incluso, de la región. Ahora, cabe destacar que cuanto más formal la situación, más rebuscado es el mensaje. No es lo mismo ofrecerle café a un amigo al cual se le tiene confianza “*¿quieres un café?*”, “*¿te preparo café?*”, que al jefe de trabajo “*¿le gustaría un café?*”, “*¿podría prepararle un café?*”. Implícitamente, si a la persona que se le ofreció el café quiere azúcar, la respuesta varía dependiendo si el contexto es formal o informal. El amigo contestaría “*¿me das azúcar?*”, “*pásame el azúcar por favor*”. Mientras que el jefe seguramente diría “*¿podrías darme azúcar por favor?*”, “*¿serías tan amable de pasarme el azúcar por favor?*”... Aunque claro, esto también depende del jefe que se tenga.

Como hemos dicho, hay que tener muy presente que las formas de cordialidad usadas en cada contexto varían según el país, especialmente aquellas que son coloquiales o muy propias de una región específica. Aprender todas estas variedades en detalle es imposible, aún para un hablante nativo, principalmente porque no se está expuesto a todas las variedades existentes de la lengua (de país, de región, de ciudad); sin embargo, es posible tener un conocimiento general de las normas básicas de los actos del habla y de la cortesía verbal en el idioma. Con el tiempo y la experiencia, el estudiante se sentirá más cómodo de explorar áreas más específicas del habla.

**Fuentes:**

Koike, Dale A., and Carol Klee. "La Pragmática." *Lingüística Aplicada: Adquisición Del Español Como Segunda Lengua*. 2nd ed. Wiley, 2012. 158-168. Print

Actividades

**39. Preguntas de comprensión y análisis**

Conteste las siguientes preguntas.

1. Según la lectura, ¿qué es el “acto del habla”?

---

2. ¿Qué es la “cortesía verbal”?

---

3. ¿Por qué no es lo mismo ofrecerle un café a un amigo íntimo que al jefe de tu trabajo?

---

4. ¿Es posible aprender todas las variedades del idioma? ¿Por qué sí o por qué no?

---

**40. Póngalo en práctica.**

Trabaje con un compañero para escribir un diálogo entre usted y un amigo; use mandatos informales. Luego vuelva a crear el mismo diálogo entre usted y una autoridad de la universidad.

---

---

**41. Investigación**

Según la lectura, en varios países se deja afuera el uso de la expresión “**por favor**”. Investigue sobre el tema. Haga una lista de dos o tres lugares donde dicha cordialidad no se usa y explique por qué no lo hacen. Luego, de su opinión al respecto, ¿entiende el por qué esta expresión se deja afuera? ¿Le parece que tiene lógica ese razonamiento?

---

---

---

---

---

---

---

---

## C. Desarrollo del cerebro adolescente



### Consulte la gramática 6.6

**Diálogo 6.6** Lidia está mucho más tranquila y siente la confianza de hablar con su madre, Gloria.

Lidia – Mami, tengo que hablar **contigo**.

Gloria – Dígame, mi niña, tú sabes que siempre puedes contar **conmigo**; yo siempre estaré aquí **por** y **para ti**.

Lidia – Gracias mami, yo lo sé, sólo que a veces es difícil **para mí** porque me da pena contarles ciertas cosas **a ustedes**, sobre todo **a papá**. Desde que estamos yendo a terapia juntas, creo que me es más fácil hablar **contigo**. ¿Recuerdas al niño ese con el que siempre me veías platicar cuando me ibas a buscar a la escuela?

Gloria – Sí...

Lidia – Bueno, como que estuvimos de novios unos meses. Una noche, en la fiesta que hizo Laura en su casa cuando sus padres se fueron de viaje, él quiso que tuviéramos relaciones sexuales. Me abrazó con fuerza, me acercó **contra sí** y comenzó a tocarme. Si no hubiera sido porque Laura entró al cuarto donde me había llevado, no sé qué hubiera pasado.

Gloria – ¡Hija! (lo dijo con un tono de amor y compasión, Lidia comenzó a llorar).

Lidia – Mami, luego de eso dejé de hablarme y anda diciendo no sé qué cosas por ahí. Me dio tanto miedo y bronca a la vez. Sentí que mi vida no valía nada, porque **para él** yo no significué nada, sólo me quería para eso.

Gloria – ¿Por eso querías suicidarte hija?

Lidia – Sí, mamá, lo siento mucho.

Gloria – Estoy orgullosa **de ti**, de que hayas tenido la valentía de hablarlo **conmigo**. Yo sé que no hemos tenido muchas conversaciones sobre el tema del sexo, pero creo que ha llegado el momento. Quiero que estés informada para que tomes decisiones inteligentes y que si decides hacer lo que quieras hacer, sepas cuáles son las prevenciones y las consecuencias.

## Actividades

### 42. Preguntas de comprensión

1. ¿Por qué es difícil para Lidia hablar con su madre?

---

---

2. ¿Qué sucedió en la fiesta de su amiga Laura?

---

---

3. ¿Por qué Lidia intentó suicidarse?

---

---

### 43. Identificación

Encuentre los diez pronombres de objeto de preposición en el diálogo, póngalos en la línea e indique si son primera, segunda o tercera persona del plural o singular. Escriba una oración diferente con cada uno de ellos.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_



**44. Escriba:**

¿Qué consejos le daría usted a una pareja muy querida que acaba de tener un bebé? Use el vocabulario del tema para dar cinco consejos acerca de las visitas de rutina al pediatra y de la lactancia materna. Use el subjuntivo. Repase la gramática del subjuntivo en el capítulo tres (secciones de gramática 3.1 y 3.2).

---

---

---

---

---

**45. Definiciones:**

Escriba la letra que corresponda a la definición.

- |   |                 |
|---|-----------------|
| 1. _____ Se refiere al aumento de tamaño o de estatura                            | a. biberón      |
| 2. _____ Son botellas de plástico o vidrio que se utiliza en la lactancia.        | b. algodoncillo |
| 3. _____ Es otra forma de referirse al acto de amamantar                          | c. lactante     |
| 4. _____ Es un tipo de hongo de color blanco en los infantes                      | d. Dar pecho    |
| 5. _____ Se refiere a un infante que su principal fuente de nutrición es la leche | e. crecimiento  |

**46. Vocabulario en contexto:**

Indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifique las oraciones falsas para que sean ciertas. Pueden leer otra vez las lecturas *Beneficios de la lactancia materna* y *Lactancia materna en América Latina*. Trabaje con un compañero.

	<b>Cierto</b>	<b>Falso</b>
1. No es necesario llevar a un infante al pediatra en forma regular ya que no hay beneficios para él. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Todos los países latinoamericanos tienen un promedio de lactancia materna de 2 años. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), la leche materna promueve el desarrollo sensorial y cognitivo, además de proteger al bebé de enfermedades como la diarrea y la neumonía.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

---

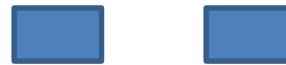
4. Durante las visitas de rutina al pediatra, el médico realiza exámenes para valorar el crecimiento y el desarrollo del infante y se aplican las vacunas necesarias.

---



5. Acudir a las visitas médicas ayuda a prevenir o a detectar problemas de salud y a proporcionar la ayuda o intervención necesaria.

---



**47. Vocabulario dentro de contexto:**

Llene los espacios en blanco del siguiente párrafo. Use el banco de palabras. Vuelva a leer la lectura **Sobrepeso y Obesidad** si lo necesita.

Inmunización	Vacunando	Incapacitado	Vital	Efectos secundarios	Reacciones alérgicas grave
Ronca	Ronchas	Reducir	Palidez	Enfermedades contagiosas	
Surtir efecto	Importantísimo	Aliviar el dolor	Paño	Señales	

Es de \_\_\_\_\_ importancia vacunar a los niños durante los primeros meses de vida.  
 La \_\_\_\_\_ ofrece protección contra varias \_\_\_\_\_.  
 Un niño que no esté \_\_\_\_\_ tiene muchas más probabilidades de contraer \_\_\_\_\_, de quedar permanentemente \_\_\_\_\_.  
 Cualquier vacuna puede causar \_\_\_\_\_. Para la mayoría de los niños, estos efectos son \_\_\_\_\_. Para \_\_\_\_\_ la fiebre que pueda producirse tras la vacunación use un \_\_\_\_\_ húmedo y frío sobre la frente.  
 También, se puede tomar un medicamento sin aspirina para \_\_\_\_\_ un poco \_\_\_\_\_. Aunque una reacción alérgica grave es muy poco común, preste atención a las \_\_\_\_\_ que pueden incluir: dificultad para respirar, voz \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ en el cuerpo, \_\_\_\_\_ y debilidad. Por último, que es \_\_\_\_\_ que cada niño reciba la serie completa de vacunas, pues de lo contrario éstas no podrían \_\_\_\_\_.

**48. Definiciones:**

1. Persona que tiene disminuidas sus capacidades físicas o psíquicas
  - a. derechohabiente
  - b. paciente
  - c. incapacitado
  
2. Señal de una herida curada o cerrada que queda en el cuerpo.
  - a. cicatriz
  - b. dolor
  - c. enfermedad
  
3. Persona que es originaria de otro país.
  - a. señora
  - b. extranjero
  - c. incapacitado
  
4. Se refiere a un compromiso que se tiene que cumplir o ejecutar.
  - a. leve
  - b. obligatorio
  - c. expediente médico
  
5. Se usa para describir algo de mucha importancia, difícil o de cuidado.
  - a. grave
  - b. leve
  - c. Obligatorio

**49. Sopa de letras:**

Busque las palabras indicadas en la sopas de letras. Solo las va a encontrar de manera horizontal o vertical y pueden intercalarse.

Cariño	Complementar	Saludable	Corto plazo	Largo plazo
Considerablemente	Anonadado	Privación	Vulnerable	Remuneración
Primordial	Impulsividad	Documento	Suavizan	Corteza
Fracasar	Pubertad	Cerebral	Cortesía	

A	É	R	E	M	U	N	E	R	A	C	I	Ó	N	H	Ú	G	Á	N	C
S	S	Q	A	R	T	W	U	H	C	A	R	I	Ñ	O	G	R	T	H	O
D	A	W	I	M	P	U	L	S	I	V	I	D	A	D	P	E	P	D	R
X	L	E	Q	A	Z	S	D	F	R	T	G	Y	H	O	Í	H	R	S	T
Z	U	R	C	O	M	P	L	E	M	E	N	T	A	R	P	L	I	W	E
C	D	T	W	F	A	C	S	C	R	T	B	E	N	É	S	L	V	D	Z
V	A	Y	Á	K	D	O	C	U	M	E	N	T	O	T	U	F	A	R	A
B	B	Ó	W	F	G	R	E	R	Ó	T	U	I	N	R	A	D	C	E	
N	L	U	S	D	H	T	W	A	L	J	Í	U	A	E	V	S	I	A	Ú
K	E	I	F	S	P	O	E	R	D	T	G	D	D	W	I	A	Ó	B	
L	Ú	V	U	L	N	E	R	A	B	L	E	É	A	L	Z	V	N	Y	O
L	A	R	G	O	Í	P	L	A	Z	O	D	S	D	D	A	B	D	R	P
T	A	É	S	D	E	L	Í	Q	R	T	S	É	O	S	N	N	C	E	U

Y	S	C	V	B	N	A	R	F	R	A	C	A	S	A	R	M	Ú	W	B
U	D	B	A	S	D	Z	E	T	H	R	F	E	D	B	F	D	E	Y	E
P	C	P	R	I	M	O	R	D	I	A	L	D	S	Á	E	G	R	K	R
O	V	B	T	R	E	W	Y	U	B	V	R	U	I	L	M	B	T	A	T
Y	C	O	N	S	I	D	E	R	A	B	L	E	M	E	N	T	E	G	A
R	É	B	G	R	T	E	D	S	A	V	C	J	Y	T	G	R	K	A	D
C	E	R	E	B	R	A	L	T	C	O	R	T	E	S	Í	A	L	D	Ó

Desarrollada, extracurriculares, inestabilidad, emocional, abrumador, neurotransmisor, obliguen, lapicera, rebuscado, tonto, primordial, locura, aplicados, inscribir, manejando, déficit

D	D	E	S	A	R	R	O	L	L	A	D	A	É	Q	W	S	X	C	M
C	É	T	X	Y	U	U	B	Í	S	W	Q	B	R	T	F	V	T	G	A
V	F	Z	T	J	T	E	L	A	A	X	Z	R	A	S	I	S	E	D	N
B	I	A	R	H	O	D	I	C	R	E	B	U	S	C	A	D	O	É	E
J	C	S	A	G	N	C	G	C	D	S	A	M	Í	S	P	W	Y	F	J
U	I	D	C	F	T	V	U	H	L	Í	S	A	X	A	L	S	T	P	A
É	T	F	U	D	O	R	E	A	O	F	D	D	E	Ó	I	D	G	Í	N
N	J	G	R	S	Y	W	N	B	C	D	A	O	D	F	C	C	B	V	D
Á	K	H	R	A	Á	T	R	T	U	A	A	R	R	C	A	V	F	H	O
F	L	P	I	Q	D	G	S	C	R	C	U	S	M	Y	D	F	D	N	Ó
E	M	O	C	I	O	N	A	L	A	U	K	X	D	J	O	R	S	Ú	L
T	U	T	U	L	Ó	H	Y	J	S	J	G	A	C	D	S	T	A	H	Á
D	K	O	L	L	N	E	U	R	O	T	R	A	N	S	M	I	S	O	R
O	Ú	P	A	W	S	D	R	T	S	O	A	S	V	C	E	A	E	W	Q
I	Y	T	R	E	L	A	P	I	C	E	R	A	O	W	E	R	R	B	N
R	E	W	E	C	X	O	E	S	T	R	I	N	S	C	R	I	B	I	R
I	N	E	S	T	A	B	I	L	I	D	A	D	S	B	T	D	B	N	N
A	R	S	D	T	I	D	E	N	T	W	E	S	L	X	R	T	E	E	A
P	R	I	M	O	R	D	I	A	L	W	Q	S	A	Z	X	E	V	E	R

## Vocabulario del tema

### A. VISITA DE RUTINA AL PEDIATRA

sumamente	extremely
el desarrollo infantil	child development
el crecimiento	growth
las vacunas	immunizations/ vaccines/shots
la receta	prescription
el algodoncillo	thrush
brotando	to be coming out
la boquita	little mouth
el bienestar	wellbeing
el pecho	breast
la leche materna	breast milk
el amamantamiento	breastfeeding
los biberones	bottles
las tetinas/los chupetes	pacifiers
a pesar de que	even though
actuales	current
los lactantes	lactating
mostrado	shown
permanecido	stayed
estancado/a	held back

### VERBOS

acudir	to attend / to go
proporcionar	to give
realizar	to carry out, to do
acudir	to go / to attend
ayudar	to help
detectar	to detect
proporcionar	to make available
valorar	to value
orientar	to guide someone
conocer	to know
brotarle los dientes	to be teething
amamantar	to breastfeed
vacunar	to vaccinate
disminuir	to lessen
dar pecho	to breastfeed
alimentar	to feed
llorar	to cry
llora	(he/she) cries

### COGNADOS

las visitas  
la rutina  
importantes  
el/la infante  
el detector  
previo/a  
incrementar  
utilizar  
reconocer  
exclusivo/a  
las diferencias  
las prácticas

## Vocabulario del tema

### B. LAS VACUNAS

Las enfermedades	diseases
Peligrosos/as	dangerous
Esté vacunado/a	been vaccinated
Incapacitado	disabled
Las muertes	deaths
Esta vez	this time
Los meses	months
La edad	age
La última vez	last time
La fiebre / la calentura	fever
Los efectos secundarios	side effects
La hoja	sheet
La tarjeta de vacunas	immunization card
La cicatriz	scar
El hombro	shoulder
Derecho/a	right
Obligatorio/a	mandatory
Contra	against
Los derechohabientes	members
La cartilla de vacunación	immunization card
Peligrosos/as	dangerous
Graves	serious
Leves	light/ not serious
El transcurso	transition/passing
El paño	cloth
Húmedo	wet
Somnoliento/a	sleepy
El riesgo	risk
La red	net
Repartidos/as	scattered
Extranjeros/as	foreign
La prestación	services offered
El convenio	agreement
El alta	registration
El padrón	census
Empadronado/a	registered in the census
Habilitados/as	authorized
La tercera/el tercero	third one
Las señales	signals
Ronco/a	hoarse
La debilidad	weakness

### VERBOS

reportar	to report
provocar	to provoke
morir	to die
surtir efecto	to take effect
recibir	to receive
poder	to be able to
agradecer	to be grateful
aplicar	to apply
aliviar	to alleviate / ease
aparecer	to appear
proteger	to protect
protege	protects
permanecer	to stay
permanezca	s/he stays
brindar	to offer

### COGNADOS

la inmunización
la probabilidades
incapacitar
la importancia
vital
necesario
recomendar
afectivo/a
administrar
posible
el/la pediatra
caracterizar
la tuberculosis
usualmente
justificar
la aplicación
el problema
frecuente
básico/a
privado/a

## Vocabulario del tema

### C. DESARROLLO DEL CEREBRO ADOLESCENTE

Anonadado/a	dumbfounded
La privación	deprivation
Cariño	honey
La impulsividad	impulsivity
Los arranques de...	to have a fit of
Manejando	driving
El razonamiento	reasoning
A corto plazo	in the short term
A largo plazo	in the long term
Profundos/as	deep
La preocupación	worry
Aplicados/as	studious
Alentándolos	encouraging
Saludable	healthy
La privación	deprivation
El examen de manejo	driving test
La corteza	cortex
Dicha carencia	this deficiency
Desarrollado/a	developed
La pluma,	pen
La lapicera	pen
Al fondo	at the end
La locura	craziness
Tonto/a	silly
Ya pasó	it's done
Abrumador	overwhelming
“función que cumple”	it's role
emite	issue
rebuscado/a	elaborate
cabe destacar	it's worthy to distinguish
tener confianza	to have confidence
la cortesía	politeness

### VERBOS

fracasar	to fail
obligar	to force
retar	to challenge
inscribir	to enroll
fracturar	to break/to fracture
suavizan	soften

### COGNADOS

cerebral  
 los desequilibrios  
 la identificación  
 la impulsividad  
 la inestabilidad emocional  
 vulnerable  
 el circuito cognitivo  
 el neurotransmisor  
 la dopamina  
 considerablemente  
 la pubertad  
 complementar  
 el déficit  
 la figura autoritaria  
 primordial  
 los extracurriculares  
 la remuneración  
 la gratificación

## 6.1 Repaso del objeto indirecto

Recuerde que la ubicación de los pronombres del objeto indirecto siguen las mismas reglas que la de los pronombres del objeto directo.

❖ Las formas del pronombre del objeto indirecto:

me	te	le
nos	os	les

➤ Van antes de un verbo conjugado

**Ejemplo:** El doctor **me** mandó el historial médico.  
**Le** dio un jarabe para la tos al niño.

➤ En oraciones negativas, los pronombres van entre la partícula negativa y el verbo conjugado.

**Ejemplo:** El doctor **no me** mandó el historial médico.  
**No me** van a poner la inyección porque soy alérgica a la penicilina.

➤ **Cuando hay dos verbos** y el primero va conjugado y el segundo es un infinitivo o un presente participio (un verbo terminado en *-ando* o *-iendo*), hay dos opciones para colocar el pronombre del objeto indirecto.

○ Puede agregarse al infinitivo o al presente participio.

**Ejemplo con infinitivo :** El doctor **debe mandarme** el historial médico.

**Ejemplo con presente participio:** El doctor **está mandándole** el historial médico en este instante.

○ Puede ir antes del verbo conjugado.

**Ejemplo con infinitivo:** El doctor **me debe** mandar el historial médico.

**Ejemplo con presente participio:** El doctor **le está** mandando el historial médico.



- Los pronombres siempre van agregados a los imperativos afirmativos.

**Ejemplo:** Mándale el historial médico. (Comando afirmativo)  
**No le** mandes el historial médico. (Comando negativo)

- Cuando se usan los pronombres del objeto directo **le** y **les**, generalmente se usa la preposición **a** seguida de un sustantivo o un pronombre de objeto de preposición (mí, ti, él, ella, nosotros, vosotros, usted, ustedes, ellos, ellas).

**Ejemplo:** El doctor **le** mandó el historial médico **al** anesthesiólogo.  
 El doctor **le** mandó el historial médico **a** ella.

- Verbos comunes asociados con objeto indirecto

preguntar	recomendar	explicar	escribir
mandar	decir	ofrecer	pedir
servir	regalar	traer	prestar

## Gramática y ejercicios

### 6.1. Traducir:

Usted le quiere platicar a un amigo lo que sucedió en el hospital por medio de un correo electrónico pero su amigo no habla inglés. Traduzca la historia al español para que su amigo la pueda entender. Ponga atención especial a los verbos que se relacionan con el objeto indirecto.

*David is only four months old, and his parents brought him to the emergency room because he had not stopped crying. When they arrived at the hospital, the doctor asked the parents if he has had fever in the last 24 hours. The parents told the doctor that David had had a temperature of 101 °F all day. David's parents were very worried, but the doctor assured them that David was fine. Then, she explained to them that vaccines could have some side effects. Finally, the doctor asked them if they had read the information she had given to them about what side effects they could expect. They never did.*

---



---



---



---

## 6.2 ¿Estuvo enfermo?

¿Recuerda alguna ocasión especial en la que haya estado enfermo por varios días y con mucho dolor? Conteste las siguientes preguntas acerca de esos días que estuvo enfermo usando respuestas completas.

1. ¿Qué le dolía?

---

2. ¿Le recetaron inyecciones para el dolor o pastillas?

---

3. ¿Tenía calentura?

---

4. ¿Su familia o un amigo(a) le hicieron algo de comer?

---

5. ¿Alguien lo llevo al hospital o al doctor?

---

6. ¿Qué exámenes le hicieron?

---

7. ¿Qué enfermedad le dijo el doctor/ la doctora que tenía?

---

8. ¿Qué indicaciones le dio para que se recuperara pronto? Dé por lo menos tres indicaciones.

---

9. ¿La doctora le explicó la causa del dolor?

---

10. ¿Cuánto tiempo tardo en recuperarse?

---



## 6.2 Repaso de pronombres de objeto

Recuerde que los pronombres del objeto directo e indirecto se pueden usar en la misma oración. Los siguientes son unos puntos para recordar.

- El pronombre del **objeto indirecto** va antes del **directo**.

**Ejemplo:** Me mandaron **el expediente** por correo = **Me lo** mandaron por correo.

**Te** compraré **el jarabe** mañana = **Te lo** compraré.

- Cuando los dos pronombres comienzan con la letra **l** (es decir que se trata de los pronombres de tercera persona), el pronombre del objeto indirecto **le** siempre cambia a **se**.

**Ejemplo:** Les mandaron **el expediente** por correo = **Se lo** mandaron por correo

**Le** pagamos **la consulta** en efectivo = **Se la** pagamos en efectivo

- Cuando hay un pronombre **reflexivo**, use el acrónimo RID (reflexivo-indirecto-directo) para recordar el orden de los pronombres.

**Ejemplo:** **Se** lava **los dientes** con una pasta dental especial = **Se los** lava tres veces al día. (**lavarse**)

-- ¿**Te** quitaste **el suéter** porque hace calor? (**quitarse**)

-- Sí, **me lo** quité por esa razón.

## Gramática y ejercicios

### 6.4 Clínica venezolana

Usted es un voluntario(a) en una clínica en Venezuela y las oraciones indican lo que usted hizo y observó durante las primeras horas del día. Cambie las siguientes oraciones usando los pronombres dobles según sea necesario.

**Modelo:** Le expliqué el proceso al paciente.  
*Se lo* expliqué.

1. Le llevé ropa al paciente porque lo dieron de alta.

---

2. La recepcionista me dio un comprobante de pago.

---

3. Le mandé copias del historial médico al cirujano.

---

4. La doctora Lozano me dio los resultados del análisis de sangre del paciente.

---

5. El doctor Salcedo me recomendó el restaurante de la esquina.

---

## 6.5 Entrevista

Usted es un/a trabajador/a social (TS) y está entrevistando a los padres de David (PD).  
Escriba la respuesta usando pronombres dobles. Use las preguntas como guía.

TS: ¿Les mandaron las formas para llenar?

PD: Sí, \_\_\_\_\_ mandaron por correo.  
(1) (2)

TS: ¿Y las pudieron llenar sin problemas?

PD: No pudimos llenar todas. Necesitamos ayuda con algunas.  
(3)

TS: Cuando se van al trabajo, ¿su mamá cuida a David?

PD: Sí, generalmente \_\_\_\_\_ dejamos a mi mamá.  
(4) (5)

TS: ¿Y quién le da los medicamentos a David durante el día?

PD: Mi mamá \_\_\_\_\_ da.  
(6) (7)

TS: ¿Y le explicaron a su mamá todas las precauciones que debe seguir?

PD: Sí, \_\_\_\_\_ explicamos con mucho cuidado.  
(8) (9)

TS: Pues, muchas gracias por recibirme en su casa.

PD: De nada.

## 6.3 Futuro simple

En esta sección, se va a cubrir cómo se forma el Futuro Simple y cuáles son sus diferentes usos.

❖ Las formas del tiempo futuro es bastante fácil de conjugar:

- Los verbos regulares se conjugan agregándole al infinitivo del verbo las terminaciones del futuro.

Yo	-é	comer <u>é</u> , hablar <u>é</u> , bailar <u>é</u>
Tú	-ás	comer <u>ás</u> , hablar <u>ás</u> , bailar <u>ás</u>
Usted	-á	comer <u>á</u> , hablar <u>á</u> , bailar <u>á</u>
Él/ella	-á	comer <u>á</u> , hablar <u>á</u> , bailar <u>á</u>
Nosotros	-emos	comer <u>emos</u> , hablar <u>emos</u> , bailar <u>emos</u>
Vosotros	-éis	Comer <u>éis</u> , hablar <u>éis</u> , bailar <u>éis</u>
Ustedes	-án	comer <u>án</u> , hablar <u>án</u> , bailar <u>án</u>
Ellos	-án	comer <u>án</u> , hablar <u>án</u> , bailar <u>án</u>

- Los verbos irregulares cambian la raíz para formar el futuro, pero mantienen las mismas terminaciones.

Tener	➔	Tendr	
Venir	➔	Vendr	
Poner	➔	Pondr	
Poder	➔	Podr	-é
Saber	➔	Sabr	-ás
Decir	➔	Dir	+ -á
Querer	➔	Querr	-emos
Haber	➔	Habr	-éis
Hacer	➔	Har	-án
Caber	➔	Cabr	
Valer	➔	Valdr	
Salir	➔	Saldr	

❖ Los usos del futuro simple tienen más de una función.

- Se usa para describir una acción futura.

**Ejemplo:** Mañana **iremos** al médico.  
El sábado **dormiremos** hasta tarde.

- Se puede usar con valor imperativo.

**Ejemplo:** **Amarás** a tu padre y a tu madre.  
**Llegarás** a la hora que te digo.

- Se puede usar para expresar **probabilidad en el presente**.

**Ejemplo:** ¿Juan? **Estará** durmiendo.  
¿**Lloverá** en Madrid en ésta época?



## Gramática y ejercicios

### 6.6 Poniendo el futuro simple a práctica

Complete la tabla de verbos irregulares con el futuro simple según la terminación adecuada (OJO: no olvide los acentos). Escoja tres verbos irregulares y dos regulares para narrar lo que hará el próximo fin de semana. Después, trabaje con un compañero y tomen turnos diciéndose lo que harán el próximo fin de semana.

		Yo	Tú	Él/ella	Nosotros	Vosotros	Ustedes	ellos
Tener	➔ Tendr							
Venir	➔ Vendr							
Poner	➔ Pondr							
Poder	➔ Podr							
Saber	➔ Sabr							
Decir	➔ Dir							
Quere r	➔ Querr							
Haber	➔ Habr							
Hacer	➔ Har							
Caber	➔ Cabr							
Valer	➔ Valdr							
Salir	➔ Saldr							

### 6.7 Conjugaciones en el futuro

Forme oraciones coherentes conjugando el verbo en futuro. Elija una persona de la columna A, un verbo de la columna B y una expresión de la columna C.

**A.**

- Ignacio
- Ignacio y Lidia
- El Señor Sánchez
- El padre de Lidia e Ignacio
- El intento de suicidio

**B.**

- quedar
- tener
- sufrir
- ir
- entender

**C.**

- al psicólogo con su esposa.
- marcado por siempre en sus vidas.
- siempre el apoyo de sus padres.
- las consecuencias de sus actos.
- mejor la situación luego de haber visto a un profesional.

### 6.4 Futuro simple y futuro perifrástico

Como se vio recientemente, el futuro simple tiene más de una función y su conjugación es relativamente sencilla. ¿Cuál cree que sea la diferencia entre estas dos clases de futuro en español?

- ❖ En la lengua actual no se usa tanto el **futuro simple**, sino que los hablantes optan por usar el **futuro perifrástico** con mayor frecuencia. En muchas ocasiones, ambos futuros pueden usarse indistintamente para comunicar el mismo mensaje.

**Ejemplos:** La semana que viene me **iré** de viaje.  
La semana que viene me **voy a ir** de viaje.

¿**Lloverá** mañana?  
¿**Va a llover** mañana?

¡Te **callarás** quieras o no!  
¡Te **vas a callar** quieras o no!

- ❖ **Expresiones de tiempo futuro:** todas ellas se pueden usar tanto con el **futuro simple** como con el **futuro perifrástico**:

Esta tarde	This afternoon
Esta noche	Tonight
Mañana	Tomorrow
Pasado mañana	The day after tomorrow
La próxima semana / la semana que viene	Next week
El próximo mes / el mes que viene	Next month
El próximo año / el año que viene	Next year
Después / más tarde	Later
Otro día	Another day

## Gramática y ejercicios

### 6.8 Conjugaciones del futuro simple y perifrástico

Conjugué las siguientes oraciones en ambos futuros.

	Futuro Simple	Futuro Perifrástico
(yo) Correr en el parque.		
(Usted) Querer volver.		
(él) Necesitar (venir) todos los días.		
(ellos) No caber en el coche.		
(Yo) poner la ropa a lavar.		
Haber una reunión esta tarde.		
El avión (llegar) a las 4:00pm.		
(nosotros) (ir) a la playa.		
(ustedes) saber la respuesta.		
(ella) vivir con sus padres.		

### 6.9 Ignacio y Lidia y sus planes verano

Escuche los planes que tienen Ignacio y de Lidia para el verano. Después complete los espacios en blanco con el futuro que corresponda.

Cuando terminen las clases \_\_\_\_\_ a jugar al fútbol en el club local. Según mis padres, ser parte del equipo \_\_\_\_\_ muy bien. Supongo que \_\_\_\_\_ razón. Practicar éste deporte \_\_\_\_\_ nuevas personas a mi vida, y tal vez compartir con ellos mi pasión por el fútbol \_\_\_\_\_ algo positivo. Creo que estoy \_\_\_\_\_ a no meterme en tantos problemas y \_\_\_\_\_ el buen hijo que mis padres merecen.

- Ignacio.

Yo creo que cuando terminen las clases \_\_\_\_\_ más calmada. Mis padres no saben que la causa de mi problema no son ellos, ni mi hermano, ni la escuela, sino un chico con malas intenciones que no \_\_\_\_\_ en paz hasta que le de lo que quiere. Este verano \_\_\_\_\_ lejos, lejos de todo y de él. \_\_\_\_\_ a un lugar donde pueda estar tranquila. Tal vez ese \_\_\_\_\_ el momento perfecto para hablar con mi madre de este chico que casi me hace cometer una locura de la cual siempre \_\_\_\_\_ muy arrepentida.

- Lidia

## 6.5 El condicional

Como el nombre lo indica, el **condicional** es un tiempo verbal que expresa una “condición”, es decir algo que tiene que suceder para que se de esa condición.

❖ **Forma:** igual que con los verbos del futuro simple, el condicional es fácil de formar.

Yo	- ía	comer <u>ía</u> , dormir <u>ía</u> , andar <u>ía</u>	
Tú	- ías	comer <u>ías</u> , dormir <u>ías</u> , andar <u>ías</u>	
Él/ella	- ía	comer <u>ía</u> , dormir <u>ía</u> , andar <u>ía</u>	
Nosotros	- íamos	comer <u>íamos</u> , dormir <u>íamos</u> , andar <u>íamos</u>	
Vosotros	- íais	Comer <u>íais</u> , dormir <u>íais</u> , andar <u>íais</u>	
Ustedes	- ían	comer <u>ían</u> , dormir <u>ían</u> , andar <u>ían</u>	El verbo en la segunda y tercera persona del plural se conjuga de la misma manera.
Ellos	- ían		

- A los verbos irregulares también les cambia la raíz y se les agrega la terminación como a los verbos regulares:

Tener	➔	Tendr	
Venir	➔	Vendr	
Poner	➔	Pondr	
Poder	➔	Podr	-ía
Saber	➔	Sabr	-ías
Decir	➔	Dir	+ -ía
Quere r	➔	Querr	-amos
Haber	➔	Habr	-íais
Hacer	➔	Har	--ían
Caber	➔	Cabr	
Valer	➔	Valdr	
Salir	➔	Saldr	

❖ **Usos:** El condicional es el equivalente de “would” en inglés y tiene más de una función en español.

- Condicional como una **probabilidad en el pasado**.

**Ejemplos:** ¿Sabes a dónde viajó Rubén?  
¿Iría a París como lo había dicho?  
¿Dónde comería que no lo vi en la recepción?  
Serían las cuatro cuando llegaron.  
La niña tendría cuatro años cuando la vi.

- Condicional como deseo.

**Ejemplos:** Querría ganar la lotería.  
Me gustaría tener vacaciones.

- Condicional como consejo.

**Ejemplos:** Yo diría que no.  
En tu lugar, yo estaría más tranquilo.

- **Condicional como cortesía.** En español, es muy común usar al condicional para suavizar mandatos, como un gesto de cortesía.

**Ejemplos:** ¿Podrías abrir la puerta, por favor?  
¿Me haría el favor de alcanzarme ese libro?

## Gramática y ejercicios

### 6.10 El condicional en práctica

Complete la tabla con la terminación apropiada del condicional. Escoja tres verbos irregulares y dos regulares para explicar lo que haría usted si tuviera una paciente como Lidia. ¿Qué le diría? ¿Qué le aconsejaría? Después, trabaje con un compañero y tomen turnos diciéndose lo que harían.

		Yo	Tú	Él/ella	Nosotros	Vosotros	Ustedes	Ellos
SALIR	➔ SALDR							
TENER	➔ TENDR							
VALER	➔ VALDR							
QUERER	➔ QUERR							
DECIR	➔ DIR							
HACER	➔ HAR							
PONER	➔ PONDR							
PODER	➔ PODR							
VENIR	➔ VENDR							
CABER	➔ CABR							
HABER	➔ HABR							
SABER	➔ SABR							

### 6.11 El matrimonio de los Sánchez

Complete los espacios en blanco de la conversación entre el matrimonio Sánchez y el Dr. Smith con la forma correcta del condicional eligiendo el verbo apropiado de la caja.

<b>recomendar</b>	<b>ser</b>	<b>parecer</b>	<b>hacer</b>	<b>tener</b>
-------------------	------------	----------------	--------------	--------------

1. (ustedes) \_\_\_\_\_ que inscribirlo en un deporte.
2. Le \_\_\_\_\_ bien irse de vacaciones a la playa.
3. ¿Quién dijo que usted \_\_\_\_\_ un fracaso como padre?
4. Le \_\_\_\_\_ hablar con sus hijos en un ambiente más calmado.
4. \_\_\_\_\_ que los niños ya son adolescentes.

### 6.6 Pronombres de objeto de preposición

- ❖ Como su nombre lo indica, los pronombres de objeto de preposición se usan después de preposiciones.

<u>Sujeto</u>	<u>Objeto de preposición</u>
yo	mí
tú	ti
usted	usted
él /ella	él /ella
nosotros	nosotros
vosotros	vosotros
ellos / ellas	ellos / ellas
reflexivo (singular y plural)	sí

**IMPORTANTE:** la mayoría son iguales que los pronombres de sujeto, excepto los pronombres **mí** y **ti**.

- En el español actual son las siguientes: a, ante, bajo, con, contra, de, desde, durante, en, entre, hacia, hasta, mediante, para, por, pro, según, sin, sobre, tras y vía.
- Las preposiciones introducen a un sustantivo (o grupo nominal) o a un pronombre, que son las palabras subrayadas en los siguientes ejemplos.

**Ejemplos:** Estoy en esta ciudad **desde** el año pasado.  
Voy a ir a Monterrey **durante** mis vacaciones.  
Vieron a Angeles en la tienda.  
Esta es una organización **pro** lactancia.  
Vamos a hablarnos **vía** Skype.

- Los **pronombres de objeto de preposición** se usan con la mayoría de las preposiciones.

**Ejemplos:** El libro es para **mí**.  
Vino por **ti**.  
Los chocolates son para **ustedes**.  
Confía en **nosotros**.  
A **ti**, no te veo casi nunca.  
Se presentó ante **ellos** de la manera mas humilde.  
Ese libro es de **ustedes**.  
Caminó hacia **ti** con dignidad y respeto.

❖ **Excepciones.** Las siguientes son algunas excepciones para el uso de los pronombres con objetos de preposición.

- Con las preposiciones “entre” y “según” se usan los pronombres del sujeto **yo** y **tú**.

**Ejemplos:** Es un asunto **entre tú y yo**.  
**Según tú**, hoy hace frío.

- Con las preposiciones “como”, “excepto” y “menos” se usan los pronombres de sujeto **yo** y **tú**, a menos que estas preposiciones vayan seguidas de otra preposición.

**Ejemplos:** Tu hermano baila **como tú**.  
**A mí** me interesa el arte **como a ti**.

Todos llegaron tarde **excepto tú**.  
Les explicaron **a todos excepto a mí**.

- La preposición **con + mí, ti, si = conmigo, contigo, consigo**

**Ejemplos:** Ven **conmigo**.  
Voy a ir **contigo**.  
Está hablando **consigo** mismo.

- Note que **consigo** tiene el significado reflexivo de **with himself**. Compare esa oración con la siguiente:

**Ejemplo:** Está hablando **con él**.



## Gramática y ejercicios

### 6.12 Los pronombres de objeto de preposición en práctica

Subraye los Pronombres de Objeto de Preposición que aparecen en las siguientes oraciones.

1. A mí no me gusta el chocolate tanto como a ti.
2. No es lo mismo sin él.
3. La mayor tristeza fue para mí.
4. Me intriga la situación de ustedes.
5. Santiago recordó llevar el documento consigo.
6. A nosotros nos cae bien el Dr. Smith
7. Este regalo es para mí.
8. Siempre tiene atenciones con ella.
9. Le gusta ir al cine contigo.

### 6.13 ¿Por o para?

Indique si en las siguientes oraciones hay que llenar el espacio en blanco con **por** o **para**.

1. Quiero viajar \_\_\_\_\_ toda América.
2. Ella estudiaba \_\_\_\_\_ poder entrar en la universidad.
3. Él me llamó \_\_\_\_\_ invitarme a su casa.
4. Queremos darte las gracias \_\_\_\_\_ invitarnos a tu casa.
5. Este libro fue escrito \_\_\_\_\_ unos estudiantes.
6. Hay mucha gente que vive \_\_\_\_\_ trabajar y no trabaja \_\_\_\_\_ vivir.
7. Ella fue a Madrid \_\_\_\_\_ la enfermedad de su abuelo.
8. Tengo que tomar la medicina cuatro veces \_\_\_\_\_ día.

## En resumen

En este capítulo se exploró el tema central de la pediatría y otros temas como la lactancia materna, el desarrollo infantil así como las vacunas y la obesidad. Se cubrió también la función comunicativa de referirse a otras **personas y cosas que ya se han mencionado** en la conversación.

**ER.1** Utilizando la información proveída en este capítulo y su conocimiento conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. Usted va a dar un seminario de los beneficios de la lactancia materna a un grupo de mujeres embarazadas. Haga una lista de estos beneficios. Hay algunas mujeres que quieren amamantar a sus hijos, pero trabajan y se les hace difícil tener el tiempo para hacerlo. ¿Qué sugerencias le podría dar a estas mujeres?

---

---

---

2. El problema del sobrepeso y la obesidad ha llegado a proporciones endémicas en los países desarrollados. Esta es una situación alarmante que ya está afectando a los niños. En México, por ejemplo, para el 2012 este problema de salud afectaba al 30% de los niños entre 5 y 11 años de edad. En los Estados Unidos, uno de cada tres menores de edad padece de obesidad. Lea un reporte sobre esta situación en <http://www.slideshare.net/Yalixha/trabajo-investigativo-obesidad-infantil>. ¿Cuáles son las causas que sugiere el reporte han contribuido a estas situaciones endémicas mundiales y cuáles las medidas de prevención que se mencionan? Haga una lista de las causas y de las medidas de prevención. En su opinión, ¿cuáles de las medidas de prevención pueden tener mejores resultados? ¿Por qué? Piensen en argumentos específicos. Después, trabajen en grupos de cuatro personas para presentar lo que encontraron. ¿Están de acuerdo? ¿Por qué sí o por qué no?

Causas de la obesidad:

---

---

Medidas de prevención:

---

---

Argumentos:

---

---

# Capítulo 7

## El estilo de vida saludable y la prevención de las enfermedades

### Metas comunicativas

- Describir la nutrición
- Describir las enfermedades crónicas
- Expresar sugerencias y recomendaciones
- Hacer comparaciones

### Temas Centrales

#### A. Nutrición

#### B. Actividad física

#### C. La prevención de las enfermedades crónicas

### Gramática y Ejercicios

#### 7.1 La *a* personal

#### 7.2 Las conjunciones

#### 7.3 El subjuntivo en cláusulas adjetivales

#### 7.4 El subjuntivo en cláusulas adverbiales

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará temas relacionados con la educación general de la salud de los niños y adultos. También aprenderá sobre temas relacionados con las actividades físicas recomendadas para cada etapa de la vida. De igual manera, el estudiante leerá sobre las afecciones con tasas altas de mortalidad como las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares. Al final del capítulo el estudiante estará más preparado para informar a sus pacientes latinos sobre un estilo de vida saludable y la prevención de las enfermedades crónicas.

### Preguntas para considerar

¿Cuáles son algunas preocupaciones de los latinos en cuanto a la nutrición?

¿Cómo se puede educar a la comunidad hispana acerca de la importancia de la actividad física?

¿Cómo pueden ayudar los profesionales de la salud a prevenir las enfermedades crónicas?

## A. NUTRICIÓN



### Consulte la gramática 7.1

#### Vocabulario útil

el nutricionista	nutricionist
el sobrepeso	overweight
la enfermedad crónica	chronic disease
el plazo	term / time limit
balanceado/a	balanced
la telenovela	soap opera

**Dialogo 7.1** Rosario Lorenzo de 50 años visitó a su médico de cabecera, la Dra. Pérez, y ella le ha recomendado visitar a un nutricionista-dietista llamado Sebastián. Marín.

Dr. Marín --Hola Sra. Lorenzo, ¿qué tal? ¿Cómo está?

Rosario -- Hola Dra., me encuentro bien.

Dr. Marín --(Mirando la hoja clínica) Veo que la Dra. Pérez la ha recomendado, ¿a qué debo su visita?

Rosario -- Bueno, es que mi Dra. y yo estamos preocupadas por mi sobrepeso y no queremos que esto me lleve a padecer una enfermedad crónica.

Dr. Marín -¿Por qué cree que usted que ha aumentado de peso? ¿Ha cambiado su dieta? ¿Ha cambiado su estilo de vida?

Rosario --Pues Dra., sí han cambiado mi dieta y mi estilo de vida. Dejé de trabajar recientemente y estoy en casa mucho más, y ya sabe que cuando me da hambre, en vez de comer algo saludable, me como una tortilla con frijoles, o me como pedazos de pan. Aparte de todo esto, me estoy acostando tarde porque me pongo a ver mis telenovelas; pero después en la mañana tengo que despertarme temprano para llevar a los niños a la escuela.

Dr. Marín -- Ya veo. Pues, le digo que debido a la falta de sueño su cuerpo le está pidiendo carbohidratos y por eso está consumiendo las tortillas y el pan con frecuencia. Nuestros cuerpos tienen una hormona llamada "grelina" que nos hace sentir hambre, y el sueño la mantiene en equilibrio saludable cuando dormimos las horas adecuadas. De igual manera, el sueño también

#### 7.1

Nótese que la nutrición es ingerir alimentos de acuerdo con las necesidades dietéticas del organismo.

Una dieta buena y balanceada en combinación con sesiones regulares de ejercicio son elementos fundamentales de una buena salud.

Fuente: *La organización mundial de la salud*

controla la “leptina”, una hormona que nos hace sentir llenos. Puesto que usted no duerme lo suficiente, la concentración de grelina aumenta y la de leptina disminuye. Por eso está sintiendo más hambre últimamente.

Rosario --Entonces, ¿usted cree que sí tenga sobrepeso?

Dr. Marín -- Déjeme calcularle su índice de masa corporal. Su estatura es 5’3” y pesa 169 libras. Su IMC es 30. Sra. Lorenzo, lamento comunicarle que de acuerdo a estos resultados usted sufre de obesidad.

Rosario --(Sorprendida) Sabía que había subido de peso, pero no pensé que fuera tan grave. ¿Soy obesa? ¿Y ahora qué hago?

Dr. Marín --No se preocupe. Lo bueno es que está aquí y está buscando ayuda. Ahora vamos a hablar de su tratamiento para combatir la obesidad. Hay dos elementos fundamentales para su tratamiento: fijarse metas y hacer cambios en su estilo de vida. Pero primero se tiene que fijar metas realistas; es decir, metas que usted sí pueda alcanzar de una manera saludable y segura. Por ejemplo, trate de bajar de 5 a 10 por ciento de su peso actual en un plazo de seis meses. Esto sería bajar de 1 a 2 libras por semana. No hay prisa. Es mejor bajar de peso lentamente, ya que esto le dará tiempo de adoptar algunos cambios saludables en su estilo de vida. Hablando de cambios en su estilo de vida, le recomiendo que aumente la actividad física para quemar las calorías que ingiere. Para esto le recomendaré a un fisiólogo. También trabajaremos juntos en crear un plan para consumir una alimentación saludable y crear hábitos de la buena alimentación. Este plan requiere que solo consuma 1,200 calorías por día.

Rosario --Dra., eso va a ser muy difícil. Tengo que cocinar para mi esposo y mis hijos.

Dr. Marín --Entiendo. Este cambio en su estilo de vida va a afectar a su familia también. Pero véalo como algo positivo. Esto beneficiará a su esposo y a sus hijos también. Tendrán una buena salud, igual que usted. Además, le voy a ayudar con recetas y le voy a sugerir algunas aplicaciones móviles que le ayudarán a mantener un récord de lo que ingiere.

Rosario --OK. Dra., todo por mi bienestar.

#### Medicamentos para bajar de peso

- Orlistat (Xenical y Alli)
- Fentermina
- Benzfetamina
- Fendimetrazina
- Dietilpropión
- Exenatida
- Liraglutida
- Metformin

## Actividades

### 1. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Quién recomendó a la Sra. Rosario visitar a una nutricionista-dietista y por qué?

---

---

2. Según la paciente, ¿cuáles han sido algunos cambios en su vida que contribuyen al sobrepeso?

---

---

3. ¿Cuáles dos hormonas afectan a la paciente por la falta de sueño? Explique cómo la afectan.

---

---

4. ¿Cuáles factores son importantes en el tratamiento de la obesidad?

---

---

### 2. El plato nutricional

a. De acuerdo con *El departamento de agricultura de los Estados Unidos*, USDA por sus siglas en inglés, ha cambiado el símbolo utilizado para propagar la buena nutrición de la pirámide nutricional a *Mi plato*, el cual promueve el mensaje de comer una variedad de alimentos, aumentar el consumo de algunos y disminuir el de de otros. Use la red mundial para llenar los espacios en la imagen de *Mi plato* adecuadamente.



b. Cree una lista de alimentos y póngalos en grupos según lo que sugieren los grupos de nutricionistas de *Mi plato*. Cada grupo debe de tener por lo menos cinco alimentos.



### 3. Combinación

Combine cada definición de la izquierda con una palabra a la derecha.

- |   |                  |
|---|------------------|
| 1. _____ igualar o poner en equilibrio                            | a. sobrepeso     |
| 2. _____ término o tiempo señalado                                | b. telenovela    |
| 3. _____ novela filmada y grabada para ser emitida por televisión | c. balancear     |
| 4. _____ médico que se especializa en nutrición crónica           | d. Enfermedad    |
| 5. _____ dicho de una afección de larga duración                  | e. el plazo      |
| 6. _____ excesiva acumulación de grasa en el cuerpo               | f. nutricionista |

### 4. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Sabe usted la diferencia entre los macronutrientes y los micronutrientes? Explique.

---



---

2. ¿Cuál es la composición química del cuerpo?

---



---

#### Vocabulario útil

las grasa	fats	la manteca	lard
los alimentos	foods	el ajonjolí	sesame seeds
sobreviven	survive	la soja	soy
azucares	sugars	el algodón	cotton
el almidón	starch	el azufre	sulfur
los monosacáridos	monosaccharides	la carne	meat
el tracto alimentario	alimentary tract	la remolacha	beets
el tejido corporal	body tissue		



## LECTURA

**Los macronutrientes: carbohidratos, grasas y proteínas:** La frase <<somos lo que comemos>> atribuida al filósofo alemán Ludwig Feuerbach se usa para indicar que lo que consumimos juega un papel importante en la composición de nuestros cuerpos. El cuerpo humano se compone principalmente de cinco elementos químicos en forma de agua, grasas, proteínas, carbohidratos y minerales. Estos elementos llegan al cuerpo a través del consumo de alimentos. El nutriente más fundamental para nuestros cuerpos es el agua, ya que sin agua los seres humanos no sobreviven más de siete días. Los macronutrientes, es decir los carbohidratos, las grasas y las proteínas, también son esenciales para el funcionamiento del cuerpo. A continuación hay una explicación.

### Los carbohidratos

Los carbohidratos se componen de carbono, hidrógenos y oxígeno. Durante el proceso metabólico se convierten en la fuente principal de energía (especialmente para los asiáticos, africanos y latinoamericanos). En la dieta humana los carbohidratos se encuentran principalmente en forma de almidones y distintos azúcares. Existen tres grupos de carbohidratos: los monosacáridos, los disacáridos y los polisacáridos.

Los monosacáridos son los azúcares simples que no necesitan ser modificados por las enzimas digestivas. Los más comunes son la glucosa, la fructosa y la galactosa. Los alimentos que contienen glucosa son las frutas, batatas, cebollas y otros vegetales. Los disacáridos se componen de azúcares simples y necesitan ser modificados en monosacáridos antes de ser absorbidos en el tracto alimentario. La sacarosa, lactosa y maltosa son ejemplos de disacáridos. Los alimentos que contienen sacarosa son la caña de azúcar y la remolacha. Los polisacáridos son los carbohidratos más complejos y los seres humanos solo pueden usar algunos para producir energía. La celulosa, el almidón y el glicógeno son ejemplos de los polisacáridos. El almidón se encuentra en los granos de cereales, en las papas y en la yuca.

### Las grasas

Las grasas, al igual que los carbohidratos, se componen de carbono, hidrógenos y oxígeno. Son solubles en solventes químicos, pero son insolubles en agua. Las grasas también son una fuente de energía que ayuda al cuerpo a absorber las vitaminas. Los lípidos, o la grasa corporal, se dividen en dos clases: la grasa estructural, que forma parte de la estructura esencial de las células, y la grasa almacenada, que provee una



	<p>reserva de energía para el cuerpo. Existen dos grupos principales de ácidos grasos que son consumidos por los seres humanos: las grasas saturadas e insaturadas.</p> <p>La grasa saturada eleva el nivel de colesterol en la sangre y se considera una grasa poco saludable. Algunos alimentos que contienen grasa saturada son: el queso, la crema, la manteca, la mantequilla, el chocolate y el aceite de coco. Otro tipo de grasa no saludable es la grasa <i>trans</i>, que también eleva el nivel de colesterol. Algunos alimentos que contienen la grasa <i>trans</i> son las galletas saladas, los panecillos, los pasteles, la margarina y la manteca.</p> <p>Las grasas insaturadas se denominan como grasas saludables. Este grupo incluye ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados. Los monoinsaturados se consideran buenos para la salud, ya que ayudan a reducir el colesterol malo. Algunos alimentos que contienen grasas monoinsaturadas son las nueces, el aceite de oliva, el ajonjolí y el aguacate. Las grasas poliinsaturadas también se consideran saludables y se encuentran en los siguientes alimentos: el aceite de maíz, el de algodón y de soya y en las semillas de calabaza o girasol.</p>
<b>Las proteínas</b>	<p>Las proteínas contienen carbono, hidrógeno y oxígeno, al igual que los carbohidratos y las grasas, pero a diferencia de éstos, las proteínas contienen nitrógeno y algunas veces azufre. Son importantes para el crecimiento y la reparación de los tejidos corporales y para la producción de enzimas metabólicas y digestivas. También son el componente principal de la estructura celular y de los tejidos. Los alimentos que contienen proteínas son la carne de animal, los productos lácteos y las nueces.</p>

Fuentes:

<http://www.diabetes.org>

<http://www.diabetes.org/es/alimentos-y-actividad-fisica/alimentos/que-voy-a-comer/la-eleccion-de-alimentos-saludables/grasas.html>

<https://www.nlm.nih.gov>

<https://vsearch.nlm.nih.gov/vivisimo/cgi-bin/query-meta?v%3Aproject=medlineplus-spanish&v%3Asources=medlineplus-spanish-bundle&query=prote%C3%ADnas+en+la+dieta>

## Actividades

### 5. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Qué son los carbohidratos? ¿Qué tipos existen?

---

---

2. ¿Qué alimentos deben de consumir los seres humanos para recibir los carbohidratos necesarios?

---

---

3. ¿Cuál es el propósito de las grasas en el cuerpo humano? ¿Qué tipos de grasas existen?

---

---

4. ¿Cuál es la principal función de las proteínas?

---

---

5. ¿Cuáles son las similitudes y diferencias entre los macronutrientes?

---

---

### 6. Investigación

Utilice la red mundial para crear un plan dietético con las cantidades apropiadas de los macronutrientes para un niño de 12 años de edad, un adulto de 33 años y un anciano de 70 años. Utilice las fuentes de la lectura para desarrollar su respuesta.

---

---

---

### 7. Dramatización

Con un/a compañero/a imagine que usted es nutricionista y él/ella es uno/a de sus pacientes que recientemente ha subido de peso y se encuentra en riesgo de sufrir obesidad. Escriba un diálogo en donde investigue el motivo del problema y la dieta actual del paciente, para que pueda crearle un plan dietético adecuado. Después dramatice su diálogo enfrente de la clase.

---

---

---

---

---

---

### 8. Vocabulario en contexto

Con un compañero indique si las siguientes oraciones son ciertas o falsas. Modifiquen las oraciones falsas para que sean ciertas.

	Cierto	Falso
1. Los monosacáridos son los azúcares simples que necesitan ser modificados por las enzimas digestivas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<hr/> <hr/>		
2. Los disacáridos se componen de grasas y necesitan ser modificados en monosacáridos antes de ser absorbidos en el tracto alimentario.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<hr/> <hr/>		
3. El almidón se encuentra en los granos de cereales, las papas y la yuca.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<hr/> <hr/>		
4. Los seres humanos necesitan agua y alimentos para sobrevivir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<hr/> <hr/>		
5. Otra palabra para remolacha es el betabel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<hr/> <hr/>		

6. Las grasas se componen de oxígeno y carbono.

---

---

7. Las proteínas no son importantes para el crecimiento y la reparación de los tejidos corporales.

---

---

8. La soya es un fruto comestible y muy nutritivo.

---

---

9. La carne de animal, los productos lácteos y las nueces son algunos alimentos que contienen proteína.

---

---

10. Las nueces, el aceite de oliva, el ajonjolí y el aguacate no contienen grasas monoinsaturadas.

---

---

### 9. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué son las vitaminas y los minerales?

---

2. Mencione algunas vitaminas o algunos minerales que ha consumido.

---

3. ¿Cuáles recomienda? ¿Por qué?

---

#### Vocabulario útil

hidrosoluble

water soluble

sano

healthy

liposoluble

fat soluble

el hierro

iron

asociar

to associate

el yodo

iodine

productos lácteos

dairy products

el hígado

liver



## LECTURA

### Los micronutrientes: Las vitaminas y los minerales

Las vitaminas y los minerales son nutrientes esenciales para el funcionamiento adecuado del cuerpo. Estos nutrientes se ingieren a través de los alimentos que se consumen diariamente.

Las vitaminas son sustancias orgánicas, es decir, de origen animal o vegetal. Los minerales son sustancias inorgánicas que provienen de la tierra o del agua. De acuerdo con el Departamento de agricultura de los EE.UU. (USDA por sus siglas en inglés), los adultos generalmente no consumen una cantidad suficiente de nutrientes como el calcio, el potasio, la fibra, el magnesio y las vitaminas A, C y E.

Existen dos tipos de vitaminas: las hidrosolubles y las liposolubles. Las vitaminas hidrosolubles deben disolverse en agua para ser absorbidas por el organismo. Algunos ejemplos de las vitaminas hidrosolubles son la vitamina C y las vitaminas del complejo B. Las vitaminas liposolubles son solubles en grasa y al disolverse se pueden almacenar en el organismo. Entre las vitaminas solubles se encuentran las A, D, E y K. Las vitaminas son esenciales para la salud. Por ejemplo, la vitamina A se asocia con el crecimiento y el mantenimiento celular y con el desarrollo de la visión. Algunos alimentos ricos en vitamina A son los huevos, el hígado y las verduras como las batatas, los boniatos, la calabaza y las zanahorias.

Los minerales, al igual que las vitaminas, son fundamentales para el crecimiento y el desarrollo del cuerpo. Se necesita el calcio para el crecimiento sano del organismo pues es fundamental para la formación de los dientes y para los huesos fuertes. Las fuentes principales de calcio son la leche y otros productos lácteos, además del brócoli y de las verduras de hojas de color verde oscuro. Sin embargo, el cuerpo necesita cantidades reducidas de otros minerales como el cobre, el hierro, el zin, el yodo, el cromo y el selenio. El zinc se puede encontrar en la carne roja, las ostras y otros mariscos, y también en los frutos secos.

Se recomienda consumir una variedad de alimentos ricos en estos oligonutrientes en vez de consumir un suplemento multivitamínico.

## Actividades

### 10. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Qué son las vitaminas y los minerales?

---

2. ¿Cuál es la diferencia entre los hidrosolubles y los liposolubles?

---

3. ¿Cuáles alimentos son ricos en vitamina A?

---

4. ¿Cuál es la importancia del calcio para la salud?

---

### 11. Investigación

Utilice la red mundial para crear una lista de vitaminas y minerales esenciales para el cuerpo humano. Además, provea los alimentos ricos en vitaminas y minerales y los beneficios de éstos. Una fuente útil es la página web de *Medline Plus*.

---

---

### 12. Actividades de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué sabe usted sobre la nutrición y la dieta de los latinos en los EE.UU.?

---

---

2. ¿Qué sabe usted sobre la alimentación y los platillos típicos de los latinos? ¿Tienen beneficios? ¿Por qué o por qué no?

---

---

3. ¿Qué opina usted sobre la alimentación de los latinos en los EE.UU. y en Latinoamérica?

---

---

#### Vocabulario útil

la disminución

el exceso de peso

alientan

involucrada

la obesidad infantil

la tasa de obesidad

vecindarios

promoverán

decrease

overweight

they encourage

involved

child obesity

obesity rate

los neighborhoods

they will promote



## LECTURA

### NOTA CULTURAL: La nutrición y dieta de los latinos

De acuerdo con el artículo “Desafíos de la nutrición comunitaria en Latinoamérica” de la *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, la dieta en Latinoamérica consiste en grasas, azúcares y alimentos procesados que contienen una alta cantidad de calorías. A la misma vez, el consumo de frutas, vegetales y fibras va en disminución. De igual manera, el artículo menciona que la frecuente inactividad física de la población es un factor que aumenta el riesgo de las enfermedades crónicas y el exceso de peso.

En los EE.UU., que tiene una comunidad grande de latinos, se están promoviendo campañas que alientan a los latinos a tomar decisiones alimenticias saludables. La Primera dama, Michelle Obama, está involucrada en promover la salud en la población general y en los latinos. Inició la campaña “Let’s Move!” o “¡A movernos!”, la cual tiene el propósito de informar a la comunidad sobre la práctica del ejercicio y de las dietas saludables. Se enfoca principalmente en el sobrepeso y la obesidad en los niños, ya que la obesidad infantil en los latinos crece más rápido que en cualquier otro grupo étnico. La tasa de obesidad entre los estudiantes latinos en preescolar es más alta que entre sus compañeros de descendencia afroamericana y anglosajona. Por lo tanto, los niños hispanos están en mayor riesgo de sobrepeso y de obesidad durante la niñez y la adolescencia.

Debido a la seriedad del problema, la campaña “¡A movernos!” recomienda alentar a los niños a alimentarse sanamente y a moverse más. El Grupo de Trabajo sobre la Obesidad Infantil enumera algunas recomendaciones para reducir el riesgo de sobrepeso y obesidad; éstas son: dar un comienzo sano a los niños en el hogar y ayudar a los padres y proveedores o personas a cargo de la salud a tomar decisiones saludables para los niños. De igual manera, recomienda que se ofrezcan comidas saludables en las escuelas. También promueve el aumento de acceso a comidas saludables y de bajo precio. Todas estas recomendaciones deberían de ir acompañadas de actividad física.

Al igual que la campaña “¡A movernos!”, existen otras campañas con el propósito de ayudar con este problema en la sociedad. En el estado de California, en el 2005, el ex gobernador Arnold Schwarzenegger anunció un plan titulado *Visión de 10 pasos para una California saludable*. El plan argumenta que más de la mitad de los adultos californianos ya tienen sobrepeso o son obesos. Las tasas son más altas entre los descendientes californianos de origen hispano, afroamericano e indígena americano, entre otros. Algunos de los 10 pasos son: Paso 3 - los adultos de California estarán físicamente activos todos los días; paso 6 - frutas y verduras frescas y otros alimentos saludables estarán disponibles en todos los vecindarios; paso 9 - las compañías de seguro de salud y los proveedores médicos promoverán la actividad física y una alimentación saludable. Con la publicación del plan se ha visto algunos logros en el sector legislativo. Por ejemplo, en el 2008 California le exigió a las cadenas de restaurantes a proveer información nutricional en sus menús y se convirtió en el primer estado de la nación con una ley de tal tipo.

Es evidente que como nación somos conscientes que existe un problema de sobrepeso y obesidad y que estamos tomando medidas de prevención. Las campañas ayudan, pero es importante tomar acción individual.

**Fuentes:**

<https://www.cdph.ca.gov>

<https://www.cdph.ca.gov/programs/COPP/Documents/COPP-ObesityPreventionPlan-2010-Spanish.pdf>

[www.letsmove.gov/en-espanol](http://www.letsmove.gov/en-espanol)

Actividades

**13. Preguntas de comprensión**

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿En qué consiste la dieta en Latinoamérica?

---

2. ¿Cómo está combatiendo la primera dama la obesidad infantil?

---

3. ¿Cuáles son algunas recomendaciones del Grupo de Trabajo sobre la Obesidad Infantil?

---

4. Además de la campaña “!A movernos!”, ¿cuál otra campaña combate el problema de la obesidad? ¿Cómo lo hace?

---

**14. Investigación**

Utilice la red mundial para investigar sobre otra campaña con el propósito de atacar el sobrepeso y la obesidad. La campaña puede ser en los EE.UU. o en un país latino. Además, provea todos los detalles de dicha campaña como su propósito, el proceso y la implementación y los resultados o algunos otros detalles que encuentre.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## B. ACTIVIDAD FÍSICA



### Consulte la gramática 7.3

#### Vocabulario útil

el fisiólogo

la actividad física

el gimnasio

los pasillos

el ascensor

physiologist

physical activity

gym

aisles

elevator

**Dialogo 7.2** La Sra. Rosario Lorenzo va a su consulta con el fisiólogo después de la recomendación del Dr. Marín.

Dr. Grey -- Hola, Sra. Lorenzo. ¿Qué tal? ¿Cómo está?

Sra. Lorenzo -- Muy bien, doctor. Mi nutricionista-dietista me envió con usted porque quiere que aumente mi actividad física. Pero yo no soy muy buena haciendo ejercicio.

Dr. Grey -- No se preocupe, Sra. Lorenzo. El ejercicio es solo un tipo de actividad física. La actividad física es cualquier movimiento corporal que pone a sus músculos a trabajar y requiere más energía que estar en descanso sin hacer nada. Existen muchos tipos de actividad física que usted puede incorporar en su día, por ejemplo, caminar, correr, bailar, trabajar en el jardín y subir escaleras. Es importante mantenerse activo, ya que **las personas necesitan actividad física que les ayude a mejorar su condición física y emocional. Usted puede hacer lo que quiera mientras se mantenga activa.**

Sra. Lorenzo -- Siempre pensé que la actividad física era hacer ejercicio. Aunque ahora sé que no es así, aun **quiero ir a un gimnasio que esté cerca de mi casa.** Mis amigas me han contado que hay clases de grupo y **no hay nadie o nada que me impida asistir a esas clases.**

Dr. Grey -- Sra. Lorenzo, me parece bien que quiera ir a un gimnasio. De igual manera, le puedo aconsejar cómo incorporar el ejercicio y la actividad física en su día, pero le advierto que mis recomendaciones no serán útiles, si usted no las sigue adecuadamente. Por ejemplo, incorpore la actividad física en su rutina diaria. Esto debe ser una prioridad. También deberá integrarla de una manera conveniente, es decir, de una manera que sea fácil para usted. Por ejemplo, cuando vaya al supermercado, camine por todos los pasillos; también tome las escaleras en vez del ascensor. Otra recomendación es practicar una actividad física con un compañero y hacer de la actividad física una actividad social. Esto le ayudará a mantenerse en el programa. Lo que puede hacer es **escoger las clases de grupo que más le interesen y que se ajusten a su horario, para que así no se desanime y no deje de hacer ejercicio.** Esto hará que la actividad física sea divertida, lo cual es otra recomendación, y le ayudará a

disfrutar su actividad física. Por ejemplo, si a usted le gusta pasar tiempo al aire libre, pruebe hacer caminatas de excursión o montar en bicicleta. ¿Qué opina sobre estas recomendaciones? ¿Creé que es difícil integrarlas a su rutina diaria?

Sra. Lorenzo -- Sus recomendaciones parecen simples y fáciles de integrar a mi rutina. Lo que me preocupa es que mi familia no quiera mantenerse activa conmigo, **pero no me afectará lo que digan, lo estaré haciendo por mi bienestar.**

Dr. Grey -- No se preocupe. Usted puede incorporar a su familia en alguna actividad divertida, como deportes en equipo, caminar en el parque o trabajar en el jardín juntos.

Sra. Lorenzo --Muchas gracias. Intentaré incorporar a mi familia en estos cambios que quiero realizar.

Dr. Grey --Muy bien. Veamos cómo evoluciona en el siguiente mes. Programe una cita con mi recepcionista. Recuerde que también es importante mantener su plan de nutrición para que obtenga el máximo beneficio de sus esfuerzos.

#### Medicamentos para combatir la obesidad

- Orlistat
- Sibutramina
- Rimonabant

## Actividades

### 15. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Por qué ha visitado la Sra. Lorenzo a un fisiólogo?

---

---

2. ¿Cuál es la diferencia entre la actividad física y el ejercicio?

---

---

3. Dé algunos ejemplos de cómo puede incorporar la Sra. Lorenzo la actividad física y el ejercicio en su rutina diaria.

---

---

4. ¿Qué es lo que le preocupa a la Sra. Lorenzo?

---

---

## 16. Investigación

Use la red mundial para investigar sobre los riesgos y los beneficios de hacer una actividad física. Explíquelos de una manera sencilla a un paciente. Una página útil es la página de *MedlinePlus*.

---

---

## 17. Opinión

¿Qué opina usted sobre los siguientes mitos relacionados con la práctica de la actividad física y la nutrición? Explique.

1. Mito: No es bueno levantar pesas si estoy tratando de perder peso, porque me hará lucir “demasiado musculoso/a”.

---

---

2. Mito: La actividad física solo cuenta si la puedo hacer por largos periodos de tiempo.

---

---

3. Mito: Las dietas de moda son una buena manera de perder peso y de no volver a aumentar.

---

---

4. Mito: Cuando algo dice “bajo en grasa” o “sin grasa” significa que no tiene calorías y uno puede comer la cantidad que quiera.

---

---

## 18. Actividad de Pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué tipo de actividad física hace usted? ¿Por cuánto tiempo al día?

---

---

2. ¿Qué hace/haría usted para promover la actividad física entre sus pacientes?

---

---

## Vocabulario útil

los ancianos  
montar en bicicleta  
el baloncesto  
el fortalecimiento  
la línea recta  
el calentamiento  
la mortalidad

elderly  
to ride a bicycle  
basketball  
strenghtning  
straight line  
warm-up  
mortality



## LECTURA

Grupo	Frecuencia	Actividades recomendadas	Beneficios
Los niños	Los niños necesitan una hora de actividad física al día.	Hacer actividades en familia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminar</li> <li>• Montar en bicicleta</li> <li>• Nadar</li> <li>• Actividades extra-curriculares</li> </ul>	Algunos de los beneficios de la actividad física en los niños son: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Músculos y huesos más fuertes</li> <li>• Control del peso</li> <li>• Disminución del riesgo de contraer diabetes del tipo 2</li> <li>• Mejor actitud ante la vida</li> </ul>
Los adolescentes	Los adolescentes necesitan una hora de actividad física al día.	Deportes en grupo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fútbol</li> <li>• Béisbol</li> <li>• Baloncesto</li> <li>• Polo acuático</li> </ul> Tiempo libre: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Andar en patineta</li> <li>• Patinar sobre ruedas</li> <li>• Montar bicicleta</li> </ul>	Algunos de los beneficios de la actividad física en los adolescentes son: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevenir las enfermedades cardiacas, la diabetes</li> <li>• Mantener un peso saludable</li> <li>• Tener más energía</li> </ul>
Los adultos: mujeres y hombres	Los adultos necesitan dos horas y media de actividad física a la semana.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminar</li> <li>• Correr</li> <li>• Yoga</li> <li>• Caminata de excursión</li> <li>• Bailar</li> </ul>	Algunos de los beneficios de la actividad física en los adultos son: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentan menores tasas de mortalidad</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nadar</li> <li>• Jardinería</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menos problemas cardio-vasculares, hipertensión, diabetes tipo 2, entre otros</li> <li>• Menor riesgo de fractura de cadera o columna</li> </ul>
Las mujeres embarazadas	A las mujeres embarazadas se les recomienda 150 minutos a la semana de actividad aeróbica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nadar</li> <li>• Caminar</li> <li>• Yoga</li> <li>• El método pilates</li> </ul>	<p>Algunos de los beneficios de la actividad física en las mujeres embarazadas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dormir mejor</li> <li>• Reducir problemas asociados con el embarazo</li> <li>• Prepararse para el parto</li> </ul>
Los ancianos	Se les recomienda, a los ancianos 150 minutos de ejercicio a la semana.	<p>Resistencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminar</li> <li>• Bailar</li> <li>• Jugar tenis</li> </ul> <p>Fortalecimiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Levantar pesas</li> <li>• Usar las bandas de resistencia</li> </ul> <p>Equilibrio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pararse en un pie y después en el otro</li> <li>• Caminar en línea recta con un pie delante del otro</li> </ul> <p>Flexibilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de estiramiento después del calentamiento</li> </ul>	<p>Algunos de los beneficios de la actividad física en los ancianos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reducir las enfermedades cardiacas, diabetes, artritis, cáncer y enfermedades respiratorias</li> <li>• Reducir la depresión</li> </ul>

## Actividades

### 19. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la tabla.

1. ¿Cuáles son las actividades recomendadas para los niños?

---

---

2. ¿Con qué frecuencia deberían los adolescentes practicar actividades físicas?

---

---

3. ¿Cuáles son los beneficios de practicar actividades físicas entre las mujeres y los hombres adultos?

---

---

4. Compare los beneficios de practicar actividades físicas entre los grupos de las mujeres embarazadas y los ancianos.

---

---

### 20. ¡Recomendación!

Utilice la tabla **La actividad física en las diferentes etapas de la vida** y la información de la primera sección (A. Nutrición) para crear un plan de nutrición y actividad física de 5 días para la Sra. Lorenzo. Vea el ejemplo de la iniciativa (**Ama tu vida**) en el siguiente enlace

[http://www.lhiinfo.org/downloads/Informational\\_Resources/Materials\\_and\\_Publications/Newletters/Physical\\_Activity\\_and\\_Nutrition\\_Newsletter.pdf](http://www.lhiinfo.org/downloads/Informational_Resources/Materials_and_Publications/Newletters/Physical_Activity_and_Nutrition_Newsletter.pdf)

---

---

### 21. Actividad de pre-lectura.

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué sabe usted sobre los especialistas en nutrición y en fisiología? Desarrolle su respuesta en 8 oraciones.

---

---

### Vocabulario útil

el Sector Alimenticio

the food industry

la restauración colectiva y social

collective and social restoration

hacer seguimientos

to engage in follow-ups

desempeñar

to perform

el rendimiento

performance



## LECTURA

### Profesionales de la salud: El nutricionista-dietista y el fisiólogo

**El nutricionista-dietista:** Sebastián Marín es un nutricionista-dietista que se especializa en la alimentación, nutrición y dietética. Puede intervenir en la alimentación de un paciente y ejercer en los siguientes ámbitos: la nutrición en la enfermedad, la nutrición en la salud, empresas del Sector Alimenticio, la salud pública, la restauración colectiva y social y los consejos dietéticos entre otros.

Algunas funciones de los nutricionistas-dietistas son las siguientes: realizar diagnósticos nutricionales, programar menús, organizar cursos y charlas sobre temas nutricionales, hacer seguimientos y evaluar los servicios proporcionados, sugerir el tipo de alimentos que se deben consumir.

**El fisiólogo:** Carlos Grey es un fisiólogo que se especializa en estudiar el ejercicio y sus efectos en el cuerpo humano. Además, monitorea cómo funciona el cuerpo durante la actividad física. Puede ejercer en diferentes ámbitos del sector de la salud como en los hospitales, en los centros de rehabilitación de los deportes, en entornos de acondicionamiento físico y en la educación.

Los fisiólogos del ejercicio en deportes y acondicionamiento físico desempeñan un papel similar al de un entrenador personal o deportivo. En equipos deportivos colabora con otros especialistas, como dietistas, médicos y fisioterapeutas para diseñar programas de ejercicio y rendimiento para los atletas. Además de trabajar con equipos deportivos, un fisiólogo puede ayudarles a las personas a mejorar su rendimiento personal y/o a alcanzar metas específicas. Los fisiólogos pueden ayudar en la comunidad en grande escala al diseñar programas para organizaciones como la Cruz Roja Estadounidense. Los programas pueden aportar información acerca de los beneficios del ejercicio para prevenir enfermedades; también son una fuente de recursos para ayudar a iniciar un programa de ejercicio efectivo y seguro.

## Actividades

### 22. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿En qué se especializa el Dr. Sebastián Marín?

---

---

2. ¿Cuáles son las funciones del Dr. Marín?

---

---

3. ¿Dónde puede ejercer el Dr. Carlos Grey?

---

---

4. ¿Con qué otros especialistas puede colaborar el Dr. Grey dentro de un equipo deportivo?

---

---

### 23. ¡Recomendaciones!

Imagine que usted es un nutricionista-dietista y cree una lista de compras del supermercado para preparar platillos (alimentos) saludables.

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____



## C. La prevención de enfermedades crónicas



### Consulte la gramática 7.4

#### Vocabulario útil

la enfermedad crónica

los infartos

evitar

los refrescos azucarados

chronic illness

heart attack

to avoid

sugary sodas

**Dialogo 7.3** El señor Ricardo Ordaz va a un chequeo médico con su doctor de cabecera (la doctora Pérez), ya que últimamente no se ha sentido bien.

Dra. Pérez -- Hola, Sr. Ordaz, ¿qué tal? ¿Cómo está?

Sr. Ordaz -- Hola, Dra. Pérez, estoy bien, dentro de lo que cabe. Últimamente no me he sentido muy bien.

Dra. Pérez --¿Qué es lo que le pasa? ¿En qué le puedo ayudar?

Sr. Ordaz --Es que últimamente me he sentido muy cansado y débil y también orino con mucha frecuencia.

Dra. Pérez -- Veo que se hizo los exámenes de sangre que le mandé a hacer. Los resultados indican que tiene muy alto el nivel de azúcar.

Sr. Ordaz --¿Es grave? ¿Es algo malo? ¿Qué puedo hacer para reducirlo?

Dra. Pérez -- Sí, esto puede llegar a ser grave **a menos que se tomen** pasos para prevenir la diabetes, que es una enfermedad crónica.

Sr. Ordaz -- ¿Y qué es una enfermedad crónica?

Dra. Pérez -- Las enfermedades crónicas, como el cáncer, los infartos, las enfermedades respiratorias y la diabetes son afecciones de larga duración pero que generalmente son de desarrollo lento.

Sr. Ordaz --¿Son curables?

Dra. Pérez -- Lamentablemente, las enfermedades crónicas no son curables pero se pueden evitar. Es importante saber que las enfermedades crónicas son la primera causa de muerte en el mundo. Las afecciones son responsables por el 63% de las muertes. **Entonces,**

**a menos que haga** cambios en su vida, esto puede ser algo peligroso. Tome acción **antes de que pasen** a convertirse en problemas mayores.

Sr. Ordaz --Entonces ¿cuáles son los pasos que debería tomar, doctora?

Dra. Pérez -- Sr. Ordaz, quiero que baje de peso **para que disminuya** el riesgo. Además, debe evitar comer dulces y refrescos azucarados, **a fin de que disminuya** el nivel de azúcar en la sangre.

- Sr. Ordaz -- ¿Usted me dará la dieta especial **para que baje** de peso? He intentado bajar de peso y no puedo.
- Dra. Pérez -- Sí, le recomendaré a un nutricionista-dietista y a un fisiólogo **para que le ayuden** a alcanzar sus metas.
- Sr. Ordaz --Muchas gracias. Haré lo posible, **con tal de que mejore** mi salud.

Medicamentos para la diabetes

Medicamentos orales:

- Metformina
- Sulfonilureas
- Tiazolidinedionas

Medicamentos intravenosos:

- la insulina

## Actividades

### 24. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Qué síntomas presenta el Sr. Ordaz?

---

---

2. ¿Qué son las enfermedades crónicas?

---

---

3. Nombre algunas enfermedades crónicas. ¿Son graves? ¿Son curables?

---

---

4. ¿Cuáles son los pasos que puede tomar el paciente para reducir el riesgo de desarrollar la diabetes?

---

---

5. ¿Cuáles otros profesionales de la salud consultará el paciente?

---

---

## 25. Investigación

Use la red mundial para investigar acerca de la dieta especial que deben seguir los pacientes diabéticos y desarrolle un plan dietético para ellos. Después, explique su plan a la clase.

---

---

---

---

### Vocabulario útil

apoyar  
consultar

el programa clínico de ejercicios  
un examen de valoración

to support  
to consult  
clinical fitness  
assessment

**Dialogo 7.4** El señor Ricardo Ordaz va con el Dr. Grey para recibir apoyo profesional sobre sus síntomas pre-diabéticos.

Dr. Grey --Hola, Sr. Ordaz, ¿cómo está?

Sr. Ordaz --Muy bien, Dr. Grey, aquí buscando apoyo médico para reducir mi riesgo de diabetes. La Dra. Pérez me recomendó consultarlo a usted.

Dr. Grey -- Muy bien, me da gusto que esté aquí para trabajar juntos. Dígame, ¿ha consultado a otros especialistas?, ¿algún dietista?

Sr. Ordaz -- Sí. Ya terminé una sesión educativa de la nutrición y la diabetes. Estoy haciendo cambios en mi vida y sigo el plan dietético recomendado.

Dr. Grey --Muy bien, haber terminado una sesión educativa de nutrición y ser recomendado por su médico de cabecera son los requisitos para empezar un programa clínico de ejercicios. El siguiente paso, ahora, es desarrollar un plan de ejercicio adecuado para usted porque está en peligro de desarrollar diabetes. Este plan de ejercicio será bajo supervisión clínica; la meta es que al concluir el programa se espera que a usted no se le diagnostique diabetes.

-- Y ¿en qué consiste este programa? ¿Lo podré hacer en casa? ¿Cómo funciona?

Sr. Ordaz --Este programa médico será bajo supervisión clínica. Al principio se le hará un examen de valoración, después se le hará un plan de ejercicio individualizado.

Dr. Grey Consistirá en dos sesiones de ejercicio en grupo de 60 minutos. Estas sesiones serán guiadas por un fisiólogo del ejercicio certificado. Pueden ser clases de Yoga

o ejercicios acuáticos. Al final del programa se les dará un reporte a usted y a su médico de cabecera, que veo aquí que es la Dra. Pérez.

- Sr. Ordaz --Entonces, ¿estos ejercicios no los haré solo?  
 Dr. Grey --Claro que no. Para que este programa funcione, sus ejercicios tienen que ser supervisados y se realizarán aquí en la clínica.  
 Sr. Ordaz --Perfecto, Dr. Grey, ¿y cuándo comenzamos?

**Actividades**

**Nota 7.4**  
 “Clinical Fitness” se define como la ausencia de una enfermedad crónica o alguno de sus precursores. Con respecto a la diabetes, por ejemplo, significa no haber sido diagnosticado con diabetes o no tener niveles altos de glucosa en la sangre.

**26. Preguntas de comprensión**

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Cuál es el motivo de la visita del Sr. Ordaz?

---



---



---

2. ¿Cuáles son los requisitos para empezar un programa clínico de ejercicios?

---



---



---

3. ¿En qué consiste un programa de ejercicio bajo supervisión clínica?

---



---

**27. Investigación**

Utilice la red mundial para investigar un programa clínico de ejercicios para pacientes en riesgo de desarrollar una enfermedad cardíaca. Explique el programa detalladamente y compare su información con la de un/a compañero/a.

---



---



---



---

**28. Actividad de pre-lectura**

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué sabe usted sobre las enfermedades crónicas?

---



---

### Vocabulario útil

la población estadounidense	American population
acumular	to accumulate
ingresar	to enter
accidente cerebrovascular	cerebrovascular accident
acostumbrar	to accustom, to get used to
el asesino	killer
los derrames	strokes
las plaquetas	platelets
la fluidez de la sangre	blood flow
suministrar	to supply
los latidos	heart beats
bombear	to pump
sudar	to sweat
el accidente isquémico	ischemic accident
el entumecimiento	numbness



## LECTURA

**Las enfermedades crónicas:** Las enfermedades crónicas, como el cáncer, los infartos, las enfermedades respiratorias y la diabetes, son afecciones de larga duración y que generalmente son de desarrollo lento.

### La diabetes

La diabetes es una enfermedad crónica que afecta a la población estadounidense. En los latinos, es la sexta causa principal de muertes. La diabetes es un grupo de enfermedades caracterizadas por un alto nivel de glucosa en la sangre, lo que resulta de la incapacidad del cuerpo para producir o usar insulina. Existen dos tipos de diabetes: tipo 1 y tipo 2.

**Prediabetes:** La prediabetes es una alteración en el nivel de la glucosa en la sangre que es mayor de lo normal. Sin embargo, no es lo suficientemente alto para hacer un diagnóstico de diabetes, pero sí significa que uno está en riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. Según la Asociación americana de la diabetes, (American Diabetes Association), 86 millones de estadounidenses mayores de 20

	<p>años fueron diagnosticados con prediabetes en el 2012.</p> <p><b>Tipo 1:</b> La diabetes tipo 1 se da cuando el cuerpo no produce insulina. La insulina es necesaria para convertir el azúcar, los almidones y otros alimentos en energía necesaria para las actividades de la vida diaria. Se les diagnostica este tipo de diabetes a los niños y a los adultos. Anteriormente a este tipo de diabetes se le conocía como diabetes juvenil.</p> <p><b>Tipo 2:</b> La diabetes tipo 2 es el tipo más común de diabetes. El cuerpo no produce suficiente insulina o las células no hacen uso de la insulina. La insulina es necesaria ya que es una fuente de energía para el cuerpo. Cuando una persona come, el cuerpo procesa todos los azúcares y almidones y los convierte en glucosa. La insulina transporta la glucosa a las células. Se producen las complicaciones cuando la glucosa se acumula en la sangre en vez de ingresar a las células.</p> <p><b>Factores de riesgo:</b> Las personas que están en riesgo de desarrollar diabetes son aquellas que tienen familiares con diabetes. Otros factores de riesgo son el sobrepeso, el fumar, un estilo de vida poco saludable, el ser mayor de 40 años y el tener acceso limitado a cuidado médico.</p>
<p><b>El colesterol alto</b></p>	<p>El colesterol alto es una afección que también afecta a la población estadounidense ya que aumenta el riesgo de desarrollar una enfermedad cardíaca o de sufrir un accidente cerebrovascular. En la comunidad latina es un problema serio, ya que alrededor de 1 de cada 5 latinos tiene un nivel alto de colesterol en la sangre. Además, los latinos no acostumbran a medirse el colesterol en la sangre. Consecuentemente, solo la mitad de los latinos con colesterol alto saben de su condición. El colesterol es una sustancia cerosa, de tipo grasosa, que existe normalmente en todas las partes del cuerpo y cierta cantidad es necesaria para el funcionamiento adecuado del mismo. El exceso de colesterol en la sangre, junto con otras sustancias, puede adherirse a las paredes de las arterias. A esto se le conoce como placas que pueden comprimir las arterias o incluso obstruir las vías sanguíneas. Existen dos tipos de colesterol: el bueno y el malo. Es importante informar a la comunidad latina sobre el colesterol bueno y el colesterol malo.</p> <p style="text-align: center;">Nivel de colesterol total:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menos de 200 mg/dL.</li> <li>• De 200 a 239 mg/dL es casi alto.</li> <li>• 240 o más implica que usted tiene un mayor riesgo de tener una enfermedad cardíaca.</li> </ul> <p>Lipoproteína de baja densidad (LDL por sus siglas en inglés): Generalmente</p>

conocido como el colesterol malo (LDL), puesto que dificulta la circulación sanguínea hacia el corazón al acumularse en las paredes de las arterias. Es necesario llevar un control adecuado de LDL porque este tipo de colesterol aumenta el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares.

Niveles de colesterol LDL:

- Menos de 100 mg/dL es ideal para las personas que tienen un riesgo más alto de tener una enfermedad cardíaca.
- De 100 a 129 mg/dL es cercano a lo ideal.
- De 130 a 159 mg/dL es casi alto.
- 160 mg/dL o más implica que usted tiene un riesgo más alto a tener una enfermedad cardíaca.

Lipoproteína de densidad alta (HDL por sus siglas en inglés): Generalmente conocido como el colesterol bueno (HDL) ya que recoge el colesterol no usado y lo regresa al hígado donde es eliminado.

Niveles de colesterol HDL:

- Menos de 40 mg/dL implica que usted tiene un riesgo más alto de tener una enfermedad cardíaca.
- 60 mg/dL o más reduce, en gran medida, el riesgo de tener una enfermedad cardíaca.

**Medicamentos para el colesterol alto: una serie de cambios en el estilo de vida puede ayudar a mejorar el nivel de colesterol alto. Sin embargo, si estos cambios no funcionan después de seis meses a un año, es posible que su médico le sugiera los medicamentos.**

- la Estatina
- la Resina
- los Fibratos

**La presión sanguínea**

La presión alta o hipertensión arterial es una condición que afecta a una de cada tres personas adultas en los Estados Unidos. El Centro para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) ha encontrado que uno de los grupos principalmente afectados por la presión sanguínea alta son los latinos. Muchos de éstos, aproximadamente siete de cada diez, no controlan adecuadamente la presión arterial alta, por lo cual se le conoce a esta enfermedad crónica como ‘el asesino silencioso.’

La presión sanguínea es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes

de las arterias. Cada vez que el corazón late, bombea sangre hacia las arterias. En ese momento la presión es alta. A esto se le llama la presión sistólica. Cuando el corazón está en reposo, entre un latido y otro, la presión sanguínea disminuye. A esto se le llama la presión diastólica. Cuando se mide la presión arterial, se utilizan estos dos valores, la presión sistólica y diastólica. Regularmente se escribe una sobre la otra.

Valores de la presión arterial/sanguínea:

- 119/79 o menos son normales
- 140/90 o más indican hipertensión arterial
- Entre 120 y 139 para el número más elevado, o entre 80 y 89 para el número más bajo es pre hipertensión.

Prehipertensión arterial: La prehipertensión por lo general significa que la persona está propensa a tener hipertensión arterial si no toma los pasos necesarios para prevenirla. Para prevenir la hipertensión la persona debe de hacer un cambio de estilo de vida que incluya aumentar la actividad física, una dieta balanceada y reducir el consumo de sal y de alcohol.

Hipertensión arterial: La hipertensión arterial es el aumento de la presión arterial de forma crónica. Es posible que por mucho tiempo no haya síntomas que indiquen que la persona tenga esta enfermedad, por lo que es importante llevar una vida saludable. Si no se trata tempranamente, puede desencadenar problemas severos como derrames cerebrales, insuficiencia cardiaca, infarto e insuficiencia renal, entre otras.

**Medicamentos para la presión alta:**

- los bloqueadores alfa
- los bloqueadores alfa y beta
- los inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina
- los bloqueadores beta
- los bloqueadores de los canales de calcio

### **Las enfermedades cardiacas**

Las enfermedades cardiacas son el asesino número uno en los Estados Unidos. Existen varios tipos de enfermedades cardiacas, pero la más común es la enfermedad de las arterias coronarias. Es la causa principal de los infartos. De acuerdo con la Asociación Americana del Corazón, las enfermedades cardiacas y los derrames son la causa de aproximadamente el 30% de las muertes de hispanos.

La enfermedad de las arterias coronarias (CAD por sus siglas en inglés) ocurre cuando se endurecen y estrechan las arterias que suministran



	<p>sangre al músculo cardiaco. Esta enfermedad es causada por la acumulación de colesterol y las plaquetas en la capa interna de las paredes arteriales; a esta acumulación se le denomina arterioesclerosis. A medida que la arterioesclerosis avanza, disminuye la fluidez de la sangre por las arterias. Consecuentemente, el músculo cardiaco no recibe la sangre y el oxígeno necesario, lo que puede causar dolor en el pecho (angina), insuficiencia cardiaca, arritmias o un infarto.</p> <p>El infarto o ataque al corazón es causado por un coágulo en las arterias coronarias que impiden el suministro de sangre y oxígeno al corazón, causando latidos cardiacos irregulares, arritmias, que disminuyen considerablemente la función de bombeo del corazón. El músculo cardiaco afectado puede morir si una obstrucción no se trata dentro de unas pocas horas después del ataque. Algunos síntomas que anuncian un infarto son: falta de aire, molestia (presión o dolor) en el pecho, molestia en la parte superior del cuerpo (brazos, hombros, cuello y espalda), náuseas, vómitos, vértigo, mareos y sudoración. Las mujeres pueden presentar síntomas distintos.</p>
<p><b>El accidente cerebrovascular</b></p>	<p>El accidente cerebrovascular es la tercera causa de muerte en los Estados Unidos. Las mujeres, los latinos y los afroamericanos corren el mayor riesgo de sufrir un ataque cerebrovascular. Cada año se registran aproximadamente 795,000 casos de accidentes cardiovasculares. Existen dos tipos de accidentes cerebrovasculares: isquémicos y hemorrágicos. Los accidentes cerebrovasculares isquémicos son aquellos que ocurren cuando un vaso sanguíneo que transporta sangre al cerebro se bloquea por un coágulo de sangre. Hay dos maneras en que esto puede suceder. Una es cuando se forma un coágulo en una arteria muy estrecha (accidentes cerebrovasculares trombóticos). Otra es cuando un coágulo se desprende de un lugar (por ejemplo, de los vasos sanguíneos del cerebro u otra parte del cuerpo) y se traslada al cerebro (accidente cerebrovascular embólico). Las plaquetas también pueden taponar las arterias y causar un accidente cerebrovascular isquémico.</p> <p>Los accidentes cerebrovasculares hemorrágicos son aquellos que ocurren cuando un vaso sanguíneo de una parte del cerebro se debilita y se rompe causando que la sangre escape hacia el cerebro. Los accidentes cerebrovasculares hemorrágicos también pueden ocurrir a causa del consumo de anticoagulantes o debido a la presión arterial muy alta. Algunos síntomas de un derrame cerebral son problemas imprevistos de visión en un ojo o en ambos, confusión súbita, dificultad al hablar o para entender, problemas para caminar, pérdida del equilibrio y falta de coordinación de los movimientos, mareos, dolor de cabeza repentino, entumecimiento o debilidad repentinamente en el rostro, en los brazos o en las piernas.</p>

## Actividades

### 29. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Qué es la diabetes?

---

---

2. ¿Qué es la prediabetes?

---

---

3. ¿Qué es el colesterol alto?

---

---

4. El colesterol alto es un problema serio dentro de la comunidad latina. ¿Por qué? Explique.

---

---

5. ¿Qué es la hipertensión arterial?

---

---

6. ¿Por qué le llaman a la hipertensión arterial o a la presión alta el ‘asesino silencioso’?

---

---

7. ¿Qué son las enfermedades cardíacas? ¿Cuáles son algunos ejemplos?

---

---

8. ¿Cuáles son algunos síntomas que anuncian un infarto?

---

---

9. ¿Qué es un accidente cerebrovascular? Nombre los dos tipos de accidentes cerebrovasculares que existen.

---

---

10. ¿Cuáles son algunos síntomas de un derrame cerebral?

---

---

### 30. Investigación

Utilice la red mundial para contestar las siguientes preguntas.

1. ¿Qué son las insuficiencias cardíacas y la arritmia? ¿Qué las causa? ¿Cuáles son sus síntomas? ¿Tienen cura?

---

---

---

---

2. ¿Cuál es el acrónimo que se utiliza para recordar los signos de un accidente cerebrovascular? Explique el significado del acrónimo.

---

---

---

---

3. De acuerdo con la Asociación Americana de la Diabetes, ¿cuál es el tratamiento para un derrame cerebral? Dé dos ejemplos de tratamientos quirúrgicos que existen para desbloquear los vasos sanguíneos en el cerebro.

---

---

---

---

### 31. Opinión

Como se ha leído, el grupo de los latinos es uno de los más propensos a sufrir enfermedades crónicas. ¿Qué consejos le daría a una persona de la comunidad latina para reducir el riesgo de sufrir alguna afección crónica.

---

---

---

---

### 32. Vocabulario en contexto

Complete cada oración utilizando el banco de palabras.

derrames cerebrales	el accidente isquémico	el asesino
plaquetas	la población estadounidense	bombea

1. \_\_\_\_\_ se compone de diversas nacionalidades que residen en los EE.UU.
2. La población estadounidense está tomando consciencia acerca de los \_\_\_\_\_ con iniciativas como FAST.
3. La hipertensión alta es denominada como “\_\_\_\_\_ silencioso” entre los latinos.
4. Uno de los tipos de derrames cerebrales es \_\_\_\_\_.
5. El corazón es el que \_\_\_\_\_ sangre.
6. Las \_\_\_\_\_ también pueden causar un accidente isquémico.

## Vocabulario del tema

### A. NUTRICIÓN

el nutricionista	nutritionist
el sobrepeso	overweight
la enfermedad crónica	chronic disease
el plazo	term / time limit
balanceada	balanced
la telenovela	soap opera
el fisiólogo	physiologist
la actividad física	physical activity
el gimnasio	gym
los pasillos	aisles
el ascensor	elevator
la caminata de excursión	hiking
las grasas	fats
los alimentos	foods
azúcares	sugars
el almidón	starch
los monosacáridos	monosaccharides
la remolacha	beets
el tracto alimentario	alimentary tract
la manteca	lard
el ajonjolí	sesame seeds
la soja	soy
el algodón	cotton
el azufre	sulfur
el tejido corporal	body tissue
la carne	meat
hidrosoluble	water soluble
liposoluble	fat soluble
el hígado	liver
sano	healthy
productos lácteos	dairy products
el hierro	iron
el yodo	iodine
la disminución	decrease
el exceso de peso	overweight
involucrada	involved
obesidad infantil	child obesity
la tasa de obesidad	obesity rate
los vecindarios	neighborhood

### Verbos

sobrevivir	to survive
asociar	to associate
alentar	to encourage
promover	to promote

## Vocabulario del tema

### B. ACTIVIDAD FÍSICA

el fisiólogo  
 la actividad física  
 el gimnasio  
 los pasillos  
 el ascensor  
 la caminata de excursión  
 los ancianos  
 el baloncesto  
 el fortalecimiento  
 la línea recta  
 el calentamiento  
 la mortalidad  
 el sector alimenticio  
 hacer seguimientos  
 la restauración colectiva y social  
 el rendimiento

physiologist  
 physical activity  
 gym  
 aisles  
 elevator  
 hiking  
 elderly  
 basketball  
 strenghtning  
 straight line  
 warm-up  
 mortality  
 the food industry  
 follow-ups  
 collective and social restoration  
 performance

### Verbos

to strenghten  
 to get  
 to ride  
 to avoid  
 to support  
 to perform

### C. LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS

una enfermedad crónica  
 los infartos  
 los refrescos azucarados  
 el programa clínico de ejercicios  
 un examen de valoración  
 el asesino  
 los derrames  
 las plaquetas  
 la fluidez de la sangre  
 los latidos  
 el accidente isquémico  
 el entumecimiento  
 el accidente cerebrovascular  
 la población estadounidense

chronic illness  
 heart attack  
 sugary sodas  
 clinical fitness  
 assessment  
 killer  
 stroke  
 platelets  
 blood flow  
 heart beats  
 ischemic  
 numbness  
 cerebrovascular accident  
 american population

### Verbos

to enter  
 to accumulate  
 to consult  
 to supply  
 to pump  
 to accustom  
 to sweat

## 7.1 La *a* personal

La *a* personal se utiliza antes de un complemento de objeto directo que se refiere a una persona o a personas específicas. Por ejemplo: Muchos pacientes que visitan **a** la Dr. Pérez son referidos al nutricionista. Los nutricionistas asesoran **a** los pacientes antes de iniciar un plan dietético.

❖ La *a* personal se usa:

- Delante de *alguien*, *alguno*, *ninguno*, *nadie* y *todos* cuando se refieren a personas.

Ejemplo: La mala nutrición puede afectar **a todos**.

**A nadie** le gustaría sufrir de enfermedades crónicas.

❖ La *a* personal **no** se usa:

- Delante de sustantivos que hacen referencia a personas anónimas o no específicas.

Ejemplo: Necesito **un voluntario** para promover la iniciativa “¡A movernos!”  
Se necesitan empleados bilingües en la clínica.

- Generalmente no se utiliza después del verbo *tener*.

Ejemplo: Tengo un paciente que ha mejorado su condición física.

Tenemos fisiólogos multilingües que dirigen el programa clínico de ejercicios.

## Gramática y ejercicios

**7.1 ¿A quién?** Conteste las siguientes preguntas usando la **a** personal. Use la información en paréntesis para formar las respuestas.

**Modelo:** ¿A quién fuiste a visitar al hospital? (una amiga en cuidados intensivos)

Fui a visitar a una amiga en cuidados intensivos.

1. ¿A quién ha ido a visitar Rosario para controlar su peso? (un nutricionista-dietista)

---

2. ¿A quién va a beneficiar un cambio positivo en el estilo de vida de Rosario? (su familia)

---

3. ¿A quién conoces en el departamento de nutrición? (Sebastián Marín)

---

4. ¿A quién has visto haciendo ejercicio últimamente? (Rosario)

---

### 7.2 La dieta

Complete las oraciones según el modelo. Recuerde agregar la **a** personal y un **pronombre de complemento directo** cuando sea necesario.

**Modelo:** Un nuevo estilo de vida / afectar / su familia.

Un nuevo estilo de vida afecta a su familia.

1. los nutricionistas / ayudar / los pacientes a seguir el plan dietético.

---

2. los pacientes / visitar/ los fisiólogos/ para establecer un plan de ejercicio.

---

3. los nutricionistas- dietistas/ alentar/ los pacientes a llevar un estilo de vida saludable.

---



4. los productos lácteos/ agradar /la Sr. Ordaz.

---

5. el consumo de manteca /afectar/ la comunidad latina.

---

### 7.2 Las conjunciones

Las conjunciones son palabras que unen dos o más palabras u oraciones. Una categoría de las conjunciones son las subordinantes: causales, comparativas, concesivas, condicionales, consecutivas, finales y temporales.

#### ❖ Causales

- Tienen como función indicar la causa declarada en la cláusula principal u oración principal. Algunas conjunciones causales son: **porque, puesto que, ya que.**

Ejemplos: Espéreme 5 minutos **porque** tengo que revisar su historial médico.

**Puesto que** es fisiólogo, recomienda buenos ejercicios de fortalecimiento.

La Sra. Ordaz visita a su nutricionista **ya que** le preocupa su salud.

#### ❖ Comparativas

- Tienen como función establecer una relación de comparación. Algunas conjunciones comparativas son: tal **como** y menos/más **que.**

Ejemplos: Los nutricionistas son igual de importantes tal **como lo son** los fisiólogos.

La Sra. Ordaz hizo más ejercicio de lo que esperaba.

#### ❖ Concesivas

- Tienen como función unir una cláusula subordinada con su oración principal ya que indican la dificultad de realizar una acción, pero sin impedirla. Algunas conjunciones concesivas son: **aunque, por más que** y **si bien.**

Ejemplos: Iremos a hacer caminatas de excursión **aunque** llueva.

**Si bien** a la Sra. Ordaz no le gusta correr, irá a caminar.

**Por más que** intento bajar dos libras por semana, solo consigo bajar una.

### ❖ Condicionales

- Tienen como función denotar una condición o necesidad que confirme alguna circunstancia. Algunas conjunciones condicionales son: **si, con tal que, siempre que, como, mientras que.**

Ejemplos: **Si** hace ejercicio, mejorará su condición física.

**Con tal que** haga cambios en su estilo de vida, no importa que lo haga lentamente.

Vamos a jugar juegos de equipo **siempre que** los demás estén dispuestos.

Estará más propenso a enfermedades cardíacas **como** no tome acción temprano.

**Mientras que** él hiciera ejercicios frecuentemente, podía descansar los fines de semana.

### ❖ Consecutivas

- Tienen como función unir oraciones donde una es el resultado de la otra. Algunas conjunciones consecutivas son: **luego, pues, en consecuencia y así que (de modo que), (de manera que).**

Ejemplos: Reduzca su consumo de calorías, **luego** verá los resultados y lo fácil que es comer saludable.

Mejoraré mi condición física, **pues** está causando problemas de salud.

Ha subido mucho de peso, **en consecuencia** está en riesgo de desarrollar una enfermedad crónica.

Ha subido mucho de peso, **así que** necesita inscribirse a un programa de ejercicios clínicos.

### ❖ Finales

- Tienen como función unir las cláusulas subordinadas para indicar finalidad de lo expresado en la cláusula principal. Algunas conjunciones finales son: **para que, a fin de que y con el fin de que.**

Ejemplos: Debemos hacer seguimientos con un fisiólogo **para que** monitoree nuestra condición física y los resultados.

Hay que mantenerse físicamente activo **a fin de que** obtengamos una buena salud.

Se planifican las sesiones de ejercicio bajo supervisión clínica **con el fin de que** el paciente se sienta apoyado.

## ❖ Temporales

- Tienen como función indicar el tiempo en el que la acción en la oración principal toma lugar. Conjunciones temporales son: **cuando, antes/después de que, mientras y al mismo tiempo que.**

Ejemplos: **Cuando** abrieron el gimnasio yo iba llegando.

**Después de que** hacen los ejercicios de calentamiento, los adultos mayores empiezan con los ejercicios de fortalecimiento.

**Mientras** mi abuelo hacía sus ejercicios de rendimiento, escuchaba música.

Es importante comer saludable y llevar un plan dietético **al mismo tiempo que** se lleva una rutina de ejercicio.

## Gramática y ejercicios

### 7.3 Las conjunciones

Subraye la conjunción en cada oración y luego indique la clase de conjunción.

Modelo: Te llamaré por teléfono después de que almuerce.

Te llamaré por teléfono después de que almuerce. Conjunción temporal.

1. Espere unos minutos porque el doctor tiene a otro paciente.

---

2. Antes de que use algún equipo de ejercicio consúltelo con su médico.

---

3. Hay que motivar a los niños a fin de que no sufran obesidad infantil.

---

4. Si come saludable y hace ejercicio, mejorará su estilo de vida.

---

5. Los micronutrientes son igual de importantes que los macronutrientes.

---

6. Aunque algunas grasas son malas para el cuerpo, existen grasas esenciales.

---

7. Aún estoy en riesgo de sufrir sobrepeso por más que haga ejercicio.

---

8. Los ejercicios de calentamiento son tan importantes como los ejercicios de resistencia.

---

9. Usted tiene el colesterol alto así que tiene que reducir el consumo de carnes rojas.

---

10. Se necesita hacer más análisis puesto que sus niveles de azúcar parecen estar altos.

---



## Gramática y ejercicios

### 7.4 La actividad física

En las siguientes oraciones identifique el antecedente desconocido y la cláusula subordinada adjetival. Circule el antecedente desconocido y subraye la cláusula subordinada adjetival.

**Modelo:** Los fisiólogos buscan soluciones que resuelvan el problema de la obesidad.

1. La comunidad latina necesita más profesionales que hablen español.
2. Los pacientes necesitan nutricionistas que establezcan planes dietéticos adecuados.
3. Conozco a una mujer que lucha contra la obesidad infantil.
4. La Sr. Ordaz quiere hablar con una persona que sepa algo sobre los macronutrientes.
5. La Srta. Padilla quiere visitar a un fisiólogo que sea comprensivo y paciente.

### 7.5 Entrevista

La Sra. Ordaz tiene muchas preguntas antes de inscribirse a un centro recreativo. Ayude a formar las preguntas usando el subjuntivo en las cláusulas subordinadas adjetivales siguiendo el modelo.

**Modelo:** equipo de ejercicio / ser fácil de usar  
¿Hay algún equipo de ejercicio que sea fácil de usar?

1. ejercicios / fortalecer el cuerpo.

---

2. compañeros / montar en bicicleta.

---

3. fisiólogos / apoyar a los ancianos con ejercicios de calentamiento.

---

4. personal / alentar a los niños a ejercitarse.

---

5. nutricionistas / promover la campaña de “¡A movernos!” de la primera dama.

---

## 7.4 El subjuntivo en cláusulas subordinadas adverbiales

Se usa el subjuntivo en cláusulas subordinadas adverbiales, las cuales indican que la acción principal es el resultado o depende de otra acción o de una condición incierta. Las cláusulas subordinadas adverbiales van introducidas por conjunciones y responden a las preguntas ¿por qué?, ¿cuándo?, ¿dónde? y ¿cómo?

❖ Algunas conjunciones que introducen las cláusulas subordinadas adverbiales son:

➤ Sin que

Ejemplo: No empiece un plan de ejercicios **sin que** lo **consulte** con su médico.  
No inicie un tratamiento con medicamentos para bajar de peso **sin que** siga las instrucciones de su médico.

➤ Para que

Ejemplo: La primera dama Michelle Obama apoya una campaña **para que** los padres de familia **tengan** conciencia sobre el problema de sobrepeso y la obesidad infantil.  
Arnold Schwarzenegger, el ex gobernador de California, implementó un plan **para que** los californianos **practiquen** un estilo de vida mejor.

➤ Antes de que

Ejemplo: **Antes de que tome** medicamentos sin receta, debe consultarlo con su médico.  
Quiero ser voluntario en un país extranjero **antes de que termine** mis estudios de medicina.

➤ En caso de que

Ejemplo: Mi familia está asegurada, **en caso de que** me **dé** un infarto.  
**En caso de que ingrese** a un programa bajo supervisión clínica, es esencial seguir los reglamentos del fisiólogo.



➤ A fin de que

Ejemplo: Voy a las clases de actividad física **a fin de que mejore** mi apariencia física.

Se planifican las sesiones de actividad física **a fin de que** los participantes se **motiven** mutuamente.

➤ Con tal de que

Ejemplo: Voy a dejar de comer comida en la calle **con tal de que** mis hijos no **estén** en riesgo de desarrollar una enfermedad crónica.

Dejaré de tomar refrescos azucarados **con tal de que disminuya** el nivel de azúcar en mi sangre.

➤ A menos de que

Ejemplo: **A menos de que cuide** sus niveles de colesterol, puede sufrir un infarto.

La diabetes puede llegar a ser grave **a menos de que** uno **tome** medidas para prevenirla.

## Gramática y ejercicios

### 7.6 Afirmaciones

Complete las siguientes afirmaciones con la conjunción apropiada.

A fin (de) que	En caso (de) que
Sin que	A menos (de) que
Para que	Antes (de) que

1. Los líderes políticos no van a estar conformes \_\_\_\_\_ mejore la situación de obesidad en los Estados Unidos.

2. Muchos pacientes están mejorando su condición física \_\_\_\_\_ no desarrollen enfermedades crónicas en su vejez.

3. Hay pacientes que tratan de bajar de peso sin ayuda médica \_\_\_\_\_ vean al nutricionista.

4. Yo no visito a un especialista de la nutrición \_\_\_\_\_ mi médico de cabecera me lo recomiende.

5. Se han creado campañas que promueven la actividad física \_\_\_\_\_ se disminuya la tasa de obesidad en la población latina.

6. Mi familia quedará estable financieramente \_\_\_\_\_ tenga un accidente cerebrovascular.

### 7.7 Recomendaciones para los pacientes

Complete las siguientes recomendaciones agregando un verbo en el subjuntivo. Use el modelo como guía.

**Modelo:** Necesita ir al hospital/ en caso de que \_\_\_\_\_.  
Necesita ir al hospital en caso de que **sufra** un derrame cerebral.

1. No / inicie un plan de ejercicio / sin que / \_\_\_\_\_.

2. Utilice el ascensor / a fin de que / \_\_\_\_\_.

3. La comunidad latina está en riesgo de sufrir infartos / a menos de que/ \_\_\_\_\_.

4. El fisiólogo le realizará un examen de valoración / para que/ \_\_\_\_\_.

## En resumen

En este capítulo usted exploró las carreras de los nutricionistas-dietistas y los fisiólogos. También fue expuesto a la educación general sobre la salud de los niños y adultos. Leyó sobre las enfermedades crónicas y sobre cómo educar a la comunidad latina.

**ER.1** Utilizando la información de este capítulo y su conocimiento conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. ¿Cuáles son algunas preocupaciones y algunos problemas de los latinos en cuanto a la nutrición?

---

---

---

---

---

---

2. ¿Cómo se puede educar a la comunidad latina acerca de la importancia de la actividad física?

---

---

---

---

---

---

3. ¿Cómo pueden ayudar los profesionales de la salud a prevenir las enfermedades crónicas?

---

---

---

---

---

---

# Capítulo 8

## Cuidados en la etapa terminal

### Metas comunicativas

- Dar recomendaciones
- Dar sugerencias a enfermos en la fase terminal
- Formular situaciones hipotéticas

### Temas Centrales

- A. El cáncer pancreático
- B. Directiva anticipada para la atención de la salud
- C. El Alzheimer
- D. El cuidado de un enfermo en el hogar

### Gramática y Ejercicios

#### 8.1 Repaso: presente del subjuntivo

#### 8.2 Repaso: pasado del subjuntivo

#### 8.3 Hipótesis

### En resumen

En este capítulo se van a explorar situaciones en las que un paciente está en la fase terminal de una enfermedad o padece de Alzheimer. Además, se van a cubrir temas como la importancia de tener una directiva anticipada para la atención de la salud y los cuidados en el hogar. También se presenta la función comunicativa de **hacer hipótesis** y se repasa la gramática necesaria (e.g., el pasado del subjuntivo) para cumplir esta función. Se repasarán también las formas del presente del subjuntivo.

### Preguntas para considerar

¿Cómo ayudar a un paciente en la fase terminal de una enfermedad?

¿Cuál es la función de una Directiva Anticipada para la Atención de la Salud?

¿Es mejor cuidar a un familiar enfermo en la casa?

## A. EL CÁNCER PANCREÁTICO



Consulte la gramática 8.1 y 8.2

Metas comunicativas: Dar recomendaciones

Vocabulario útil			
últimamente	lately	pospongo	postpone
La verdad	the truth	orina	urine
Revuelve el estómago	get nauseous	ojalá	hopefully
Deje en paz	leave me alone	amarillento	yellowish
Tengo pendiente	I am worried		

**Dialogo 8.1** Miguel Cervantes, de sesenta y ocho años de edad, tiene una cita con su doctor de cabecera porque no se ha sentido bien y ha perdido mucho peso sin razón aparente en los últimos meses. Su esposa Magali lo acompaña para asegurarse de que no se le pase a su esposo ningún detalle a cerca de los síntomas que padece. Magali también quiere decirle a la doctora Mendoza las señales que ella misma ha notado en su esposo y que la tienen muy preocupada.

Doctora Mendoza: Buenos días Señor y señora Cervantes, ¿cómo han estado?

Miguel: Buenos días, doctora Mendoza

Magali: Buenos días, pues yo bien, es Miguel el que no se ha sentido bien últimamente.

Doctora Mendoza: Vamos a ver Don Miguel, dígame cómo se siente.

Miguel: Doctora desde hace unos días que no me siento bien. No sé qué me pasa. Me duele mucho la espalda.

Doctora Mendoza: ¿Hace cuánto que le empezó el dolor de espalda?

Miguel: Creo que hace una semana.

Magali: No Miguel, ya hace más de dos semanas que te has estado quejado de ese dolor de espalda.

Miguel: Pues la verdad no me acuerdo.

Magali: ¿Ya ve doctora? Es por eso que tengo que venir con él. Pero lo que me preocupa es que no tiene apetito y ha bajado mucho de peso.

Doctora Mendoza: Sí, veo que ha bajado 15 libras en solamente dos meses. Dígame Don Miguel, ¿siente náuseas cuando come?

Miguel: Pues ahora que lo menciona, sí. Cada vez que trato de comer, se me revuelve el estómago y por más que quiero comer, no puedo.

Doctora Mendoza: Cuando va al baño, ¿cómo es su orina?, ¿es de color normal?

Miguel: Creo que sí.

Magali: No Miguel, no es de color normal. ¿Qué no recuerdas que me dijiste que tu orina estaba como muy oscura?

Miguel: Ah sí, ya me acordé. Está un poco más oscura de lo normal, pero creo que es porque no he tomado suficiente agua en los últimos días.

Doctora Magali: Ay doctora, *yo tengo pendiente de que sea* algo relacionado con el páncreas. Es que el esposo de mi amiga tenía los mismos síntomas y le acaban de diagnosticar cáncer del páncreas y no le dieron mucho tiempo de vida.

Miguel: *Yo dudo que tenga* cáncer, pero me gustaría que me *mandara* a hacer los análisis necesarios para que mi esposa me deje en paz.

Doctora Mendoza: Le noto la piel un poco amarillenta así que le voy a ordenar unos análisis de sangre y de orina, pero *le recomiendo que vaya* mañana mismo al laboratorio.

Miguel: Mañana no voy a poder porque voy a jugar golf con los amigos. ¿Está bien si me hago los análisis la próxima semana?

Doctora Mendoza: Don Miguel, *le sugiero que posponga* su juego y se *haga* esos análisis mañana a primera hora. Por esta vez, *es importante que escuche* a su esposa.

Miguel: *Con tal de que esta mujer me deje* en paz, voy a cancelar mi juego de golf para hacerme los análisis.

Doctora Mendoza: También le voy a ordenar una radiografía del abdomen.

Magali: ¡Ojalá que no sea nada grave!

Miguel: No va a ser nada, mujer, ¡cálmate! Mañana vamos a saber que todo está bien y me voy a jugar golf.

Doctora Mendoza: Señora Magali, no se preocupe. Vamos a esperar los resultados de los análisis y la radiografía primero, ¿está bien?

Magali: Está bien. Pero nos llama en cuanto reciba los resultados por favor.

Doctora Mendoza: Claro que sí, se lo prometo.

Magali: Muchas gracias Doctora.

Miguel: Hasta luego Doctora.

Doctora Mendoza: Que tengan buen día.

## Actividades

**1. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas, según los diálogos. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Desde hace cuánto tiempo le comenzó el dolor de espalda a Miguel?

---

---

---

2. ¿Por qué Magali decide acompañar a su esposo al doctor?

---

---

---

3. ¿Cuáles son los síntomas que presenta Miguel?

---

---

---

4. ¿Por qué Magali está preocupada por los síntomas que presenta su esposo?

---

---

---

5. ¿Qué exámenes o análisis le mandó a hacer la doctora Mendoza a Miguel?

---

---

---

6. ¿Qué recomendaciones le hace la doctora Mendoza al señor Cervantes?

---

---

---

7. Si usted fuera el señor o la señora Cervantes, ¿qué otras preguntas le hubiera hecho a la doctora?

---

---

---

## Actividades

### 2. Actividad de pre-lectura

Trabaje con una compañero(a) y comenten las siguientes preguntas.

1. ¿Qué sabe acerca del cáncer de páncreas?

---

---

2. ¿Cree usted que se pueda detectar el cáncer de páncreas en sus primeras etapas?

---

---

### 3. Actividad de video. Mire el video siguiente y conteste las preguntas: (3:00)

<https://youtu.be/m5l8CRZSKIM>

Vea la entrevista que Luis Mercado le hace al Dr. José Pimiento y con un compañero comente sobre los siguientes puntos que el doctor toca durante la entrevista.

1. ¿Cuáles son los síntomas más comunes del cáncer de páncreas?

---

---

2. ¿Cuáles son los factores de riesgo que el paciente puede controlar de acuerdo al doctor Pimiento?

---

---

3. ¿Cuáles son las tres formas de reducir los factores de riesgo?

---

---





## LECTURA

### EL PÁNCREAS

El páncreas es una glándula endocrina que está situada en el sistema digestivo y mide alrededor de 15-20 centímetros de largo; tiene forma de cono y es posible dividirlo en varias partes como la cabeza, el cuerpo y la cola. El páncreas está dentro de la cavidad abdominal y está rodeado por el estómago, el intestino delgado, el hígado, el bazo y la vesícula biliar. En general, el páncreas tiene dos funciones principales: la función exocrina y la función endocrina.

Las células exocrinas del páncreas producen enzimas que ayudan a la digestión. Cuando los alimentos entran al estómago, las glándulas exocrinas liberan enzimas a través de un sistema de conductos que llegan al conducto pancreático principal. El conducto pancreático libera las enzimas en la primera parte del intestino delgado (duodeno) donde las enzimas ayudan en la digestión de las grasas, los carbohidratos y las proteínas de los alimentos.

La función endocrina está relacionada con la producción de hormonas o sustancias que se producen en una parte del organismo y que circulan en el torrente sanguíneo para realizar su función en otra parte distinta del organismo. Las dos hormonas pancreáticas principales son la insulina y el glucagón.

#### Fuentes:

[www.pancan.org](http://www.pancan.org)

[www.definicion.de/pancreas/](http://www.definicion.de/pancreas/)

### SÍNTOMAS DEL CÁNCER PANCRÁTICO

El cáncer pancreático comúnmente no presenta síntomas o señales sino hasta que se encuentra en estado avanzado, por lo que se le conoce como “la enfermedad silenciosa”. Los síntomas del cáncer pancreático a menudo conducen al diagnóstico de la enfermedad y varían dependiendo de la ubicación específica del cáncer y los órganos afectados. Los síntomas más comunes son:

#### Vocabulario útil

intestino delgado	small intestine
bazo biliar	gall spleen
vesícula biliar	gall bladder
cola	tail
puntiaguda	pointy
libera	releases
torrente sanguíneo	bloodstream

#### Vocabulario útil

ictericia	jaundice
heces fecales	stool
inodoro	toilet
agrandamiento	enlargement
palpar	“to feel” by touching
sangre	blood
señal	sign (indication)

1. *Ictericia* que es la coloración amarillenta de la piel y los ojos causado por el exceso de bilirrubina en la sangre.
2. *Orina oscura o de color marrón*, también causado por el exceso de bilirrubina en la sangre.
3. Excremento de color claro si el conducto biliar está bloqueado y la bilis (y la bilirrubina) no puede llegar al intestino.
4. *Dolor de cabeza y espalda* cuando el tumor comienza a comprimir otros órganos cercanos causando dolor o cuando el cáncer se ha propagado.
5. *Pérdida de peso inexplicablemente y falta de apetito*.
6. *Heces fecales pálidas y grasosas* si el cáncer bloquea el paso del jugo pancreático al intestino, la persona no pueda digerir alimentos grasosos. La grasa sin digerir puede causar que las heces sean de color pálido inusual, gruesas, grasosas y que floten en el inodoro.
7. *Náuseas y vómitos* cuando el cáncer presiona o bloquea parcialmente el estómago, dificultando el paso de los alimentos. Esto puede causar náuseas, vómitos y dolor que tiende a intensificarse después de comer.
8. *Agrandamiento de la vesícula biliar* cuando el cáncer obstruye el conducto biliar, la bilis puede acumularse en la vesícula lo que causa que ésta se agrande. A veces se puede palpar este agrandamiento durante un examen físico.
9. *Coágulos sanguíneos* que generalmente se presentan en una vena grande de una pierna y se caracterizan por dolor, hinchazón y enrojecimiento de la pierna afectada
10. *Anomalías del tejido* causado por la secreción de enzimas pancreáticas que digieren la grasa.
11. *Diabetes* cuando el cáncer destruye las células productoras de insulina. Los síntomas pueden incluir mucha sed, hambre y la necesidad de orinar frecuentemente.

Fuentes: <http://www.cancer.org/acs/groups/cid/documents/webcontent/002318-pdf.pdf>

## Actividades

**4. Preguntas de comprensión y análisis.** Luego de haber leído las lecturas sobre el páncreas y el cáncer de páncreas, conteste las siguientes preguntas. Consulte sus respuestas con las de un/a compañero/a.

1. ¿Qué es el páncreas y dónde se encuentra ubicado?

---

---

2. ¿Cuáles son las dos funciones principales del páncreas?

---

---

3. ¿Cuáles son las dos hormonas principales que produce el páncreas?

---

---

4. ¿Por qué el cáncer de páncreas causa dolor de estómago y espalda?

---

---

5. ¿Qué causa la ictericia y el oscurecimiento de la orina?

---

---

6. ¿Qué causa el agrandamiento de la vesícula biliar?

---

---

7. ¿Por qué se le considera al cáncer de páncreas la enfermedad silenciosa?

---

---

## 5. Investigación.

¿Qué avances o tratamientos han surgido últimamente para combatir el cáncer de páncreas? Viste la página de la Sociedad Americana del Cáncer:

<http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdepancreas/guiadetallada/cancer-de-pancreas-whats-new-new-research>

---

---

---

**Dialogo 8.2** Al día siguiente en la tarde, la doctora Mendoza le llama a Miguel y a Magali para darles los resultados de los análisis. Magali contesta el teléfono.

Magali: Sí, ¿bueno?

Doctora Mendoza: Hola, señora Cervantes, habla la doctora Mendoza. Necesito hablar con su esposo acerca de los resultados de los análisis.

Magali: Sí, aquí está conmigo. Deje se lo paso.

Miguel: Hola, doctora Mendoza, ¿me tiene buenas noticias? La tengo en el altavoz para que mi esposa pueda escuchar.

Doctora Mendoza: Muy bien. Pues, los análisis de orina y sangre muestran un exceso de bilirrubina y la radiografía muestra una pequeña anomalía en el páncreas.

Magali: ¡Ay Dios mío! Yo sabía que algo estaba mal. ¿Esto quiere decir que Miguel tiene cáncer?

Doctora Mendoza: Señora Cervantes, es importante que conserve la calma y que no se preocupen hasta que hagamos un estudio más completo. Don Miguel, le voy a ordenar unos análisis de imagen y *me gustaría que fuera* con un especialista. Lo voy a mandar con el Doctor Arturo Aceves quien es el mejor oncólogo del estado.

Miguel: ¿Necesito hacer cita con él?

Doctora Magali: Mi recepcionista ya le hizo la cita para el lunes de la semana que viene. Nada más necesito *que se haga* los exámenes de imagen mañana en la mañana. El laboratorio le mandará los resultados directamente al oncólogo.

Miguel: Está bien, muchas gracias.

Doctora Mendoza: No hay cuidado. Ahora, no cuelgue porque la recepcionista le va a dar la dirección y teléfono del doctor Aceves.

### Vocabulario útil

acerca de	with regards to/about
anormalidad	abnormality
mandar	send

## Actividades

**6. Preguntas de comprensión** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué es significativo el que se le haya encontrado un exceso de bilirrubina en la sangre al señor Cervantes?

---

---

---

2. ¿Por qué es necesario hacerle un estudio más completo al señor Cervantes?

---

---

---

3. ¿Por qué le pide la doctora a Miguel que no cuelgue el teléfono?

---

---

---

**7. Actividad de Pre-lectura** Conteste las siguientes preguntas y compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Cree usted que haya signos o síntomas específicos indicadores de cáncer? Si la respuesta es afirmativa, dé unos ejemplos.

---

---

2. Algunas personas piensan que la falta de señales o síntomas indica que no existe una enfermedad. ¿Está usted de acuerdo? ¿Por qué sí o por qué no?

---

---



## LECTURA

### SIGNOS Y SÍNTOMAS GENERALES DEL CÁNCER

De acuerdo a la *Sociedad Americana del Cáncer* (American Cancer Society), los signos se refieren a las señales que pueden ser vistas por un familiar, un amigo, un médico, una enfermera o cualquier otra persona relacionada con el paciente. Los síntomas son señales que únicamente el paciente experimenta, siente o nota y que no son necesariamente vistos o notados por otras personas.

Generalmente, un médico requiere de análisis o exámenes adicionales como radiografías, análisis de sangre, biopsias u otros análisis clínicos para poder determinar con certeza la causa de los síntomas o señales que presenta el paciente, ya que un solo síntoma o señal no es suficiente para poder diagnosticar. Desafortunadamente, el cáncer es una enfermedad que puede causar varios signos o síntomas dependiendo de la localización del cáncer y de la magnitud del mismo.

Más aún, algunos cánceres no causan señales o síntomas sino hasta que están en una etapa muy avanzada y se han propagado más allá de su lugar de origen como es el caso del cáncer pancreático. Cuando el paciente experimenta síntomas como dolor de estómago o de espalda o presenta un color amarillento de los ojos y la piel (ictericia), generalmente es porque el cáncer ya se encuentra avanzado.

Aunque es probable que unos síntomas no sean indicadores de cáncer, es importante consultar a un médico. Si los síntomas no son causados por un cáncer, el médico puede ayudar a determinar la causa y dar un tratamiento si es necesario. Si los síntomas son causados por un cáncer, las probabilidades de cura aumentan con la detección temprana del mismo; especialmente si el cáncer se puede remover por medio de cirugía.

Entre los signos y síntomas más comunes se encuentran:

- Pérdida de peso inexplicable
- Fiebre
- Cansancio inexplicable

#### Vocabulario útil

vistas	seen
certeza	certainty
cuales	which
propagado	spread
presionar	to press against
flujo	flux
oscurecimiento	darkening
enrojecimiento	redness
vello	body hair
evacuación	bowel movements
estreñimiento	constipation
llagas	blisters
cicatrizan	heal
endurecimiento	hardening
seno	breast

- Dolor persistente
- Cambios en la piel tales como el oscurecimiento de la piel (hiperpigmentación), coloración amarillenta de piel y ojos (ictericia), enrojecimiento de la piel, picazón (prurito) o crecimiento excesivo de vello
- Cambio en el hábito de evacuación como estreñimiento o diarrea
- Cambios en la función de la vejiga como dolor al orinar o sangre en la orina
- Llagas que no cicatrizan
- Sangrado o secreción inusual
- Endurecimiento de seno o de masa en cualquier parte del cuerpo
- Cambio reciente en una verruga o lunar

Fuente: [www.cancer.org/espanol/cancer](http://www.cancer.org/espanol/cancer)

## Actividades

**8. Preguntas de comprensión** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuál es la diferencia entre signos (señales) y síntomas de una enfermedad?

---



---

2. Mencione cinco síntomas o señales comunes que indiquen la posibilidad de cáncer.

---



---

3. ¿Cuál es la clave para aumentar las probabilidades de cura del cáncer?

---



---

4. ¿Por qué es importante consultar al médico en forma regular aunque no se tengan síntomas o señales de alguna enfermedad?

---



---

**9. ¡Cree su propio diálogo!** Trabaje con un compañero(o) y cree un diálogo donde el paciente muestre algunos síntomas que puedan significar la presencia de cáncer. Tomen turnos tomando el papel de paciente y doctor(a).

---

---

---

---

---

**10. Actividad de pre-lectura** Conteste las siguientes preguntas y compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Sabe usted lo que es una Directiva Anticipada para la Atención de la salud?

---

---

---

2. ¿Por qué cree usted que sea necesario tener una Directiva Anticipada para la atención de la salud?

---

---

---



## B. DIRECTIVA ANTICIPADA PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD



Consulte la gramática 8.2

### ¿Qué es un Directiva Anticipada para la Atención de la Salud?

Una Directiva Anticipada para la Atención de la Salud (DAAS) es un documento legal escrito por un paciente en caso de que éste se encuentre gravemente enfermo y no pueda hablar para dar instrucciones acerca del cuidado y tratamiento médico que desea recibir. En este documento legal, el paciente designa a una persona como su representante, generalmente un familiar o amigo, para que éste tome decisiones relacionadas a la atención de su salud, anticipando sus deseos y tomando en cuenta sus valores culturales y religiosos. Aunque la mayoría de las personas no piensan en un directiva anticipada cuando están sanas, es importante tener un documento preparado con anticipación, en caso de una emergencia o enfermedad imprevista. Cuando las personas gozan de su salud pueden pensar con mejor claridad acerca de los tratamientos que preferirían tener de acuerdo a circunstancias específicas. También, le da tiempo al futuro paciente de hablar con su representante acerca de sus preferencias y aclarar cualquier duda o contestar preguntas que éste tenga. Al mismo tiempo, la directiva anticipada le permite al paciente comunicar sus deseos a sus familiares y médicos y evitar malentendidos y problemas.

Fuentes:

[www.calhospital.org/sites/main/files/file-attachment/forms\\_3.pdf](http://www.calhospital.org/sites/main/files/file-attachment/forms_3.pdf)

[www.ag.ca.gov/consumers/pdf/AHCFSS.pdf](http://www.ag.ca.gov/consumers/pdf/AHCFSS.pdf)

## Actividades

**11. Preguntas de comprensión y análisis.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué es una Directiva Anticipada para la Atención de la Salud (DAAS)?  
\_\_\_\_\_
2. ¿Cuáles son las ventajas de tener una Directiva Anticipada para la Atención de la Salud (DAAS) cuando la persona está sana?  
\_\_\_\_\_

**Metas comunicativas: Dar sugerencias a enfermos en la fase terminal**

**Dialogo 8.3** Días después, Miguel Cervantes y su esposa Magali consultan con el oncólogo Arturo Aceves para saber el diagnóstico y sus opciones de tratamiento.

Doctor Aceves: ¿Qué tal, señor Cervantes? Gusto en conocerlo.

Miguel: El gusto es mío. Ella es mi esposa Magali.

Doctor Aceves: Gusto en conocerla, señora. Tomen asiento por favor. He revisado los resultados de las imágenes y desafortunadamente les

tengo muy malas noticias. Las imágenes muestran un tumor de páncreas metastásico. Esto quiere decir que el cáncer que usted tiene se ha propagado a otros órganos.

Magali: ¿Pero no se puede operar y sacarlo?

Doctor Aceves: Lamentablemente este tipo de cáncer no se puede extraer por completo. La cirugía, en estos casos, sirve solamente para aliviar los síntomas, pero no cura el cáncer. Aunque a su edad, no se recomienda este proceso.

Miguel: Entonces, ¿qué tratamiento sugiere usted?

Doctor Aceves: En estos casos, los tratamientos usados son para aliviar los síntomas. Se recomienda una dosis de radiación combinada con radioterapia y quimioterapia. A esta combinación se le llama quimio radiación.

Magali: ¿Cómo funcionan estos tratamientos?

Doctor Aceves: La radioterapia utiliza rayos equis o partículas de alta energía para destruir las células cancerosas y la quimioterapia utiliza medicamentos que se inyectan en una vena o se administran por vía oral. En conjunto, los dos tratamientos ayudan a destruir las células cancerosas y a disminuir los síntomas.

Miguel: ¿Y cuáles son los efectos secundarios de este tratamiento?

Doctor Aceves: Los efectos secundarios más comunes son náusea, vómito, pérdida de apetito, pérdida del cabello, úlceras en la boca y diarrea o estreñimiento. Otros efectos menos comunes son infecciones, sangrado y agotamiento.

Miguel: ¿Qué pasa si decido no hacer el tratamiento?

Magali: ¿Pero, qué dices, Miguel? ¡Eso no lo puedes considerar! Tienes que someterte al tratamiento.

Miguel: Prefiero vivir los días que me quedan sin ninguno de esos efectos secundarios. ¡El tratamiento me va a matar más pronto! Si tuviera treinta años menos, lo consideraría, pero a esta edad, no creo que lo pueda resistir.

**Vocabulario útil**

tomen asiento	take a seat
malas noticias	bad news
metastásico	metastatic
propagado	spread
lamentablemente	regrettably
aliviar	to ease
inyectan	give an injection
en conjunto	joint/combined
matar	kill
directiva	directive
anticipado	advanced

Doctor Aceves: Como les mencioné anteriormente, el tratamiento sería solamente para aliviar los síntomas por un tiempo y para darle tiempo de poner todos sus asuntos legales en orden.

Miguel: Afortunadamente no necesito mucho tiempo para eso.

Doctor Aceves: Si así lo desea usted, *le sugiero que **prepare** una **Directiva Anticipada para la Atención de Salud**.*

Magali: ¿Qué es esa directiva?

Doctor Aceves: Es un documento legal donde su esposo da instrucciones sobre la atención de su salud cuando él este incapacitado para hacerlo. En este documento su esposo designa a otra persona para que tome las decisiones relacionadas con tratamientos, donación de órganos y disposición final del cuerpo.

Magali: ¡Ay, no quiero pensar en estas cosas!

Miguel: Magali, necesitamos pensar en esto ahora que todavía puedo tomar estas decisiones. Doctor, ¿dónde consigo ese documento para llenarlo?

Doctor Aceves: A la salida, la recepcionista le dará una copia. *Le sugiero que lo **piense** con calma. Le recomiendo que **reúnan** a sus familiares para que les **informen** de su decisión.*

Magali: Nunca creí que **fuéramos** a pasar por una enfermedad como ésta o que **tuviéramos** que tomar este tipo de decisiones. Me hubiera gustado ser yo la que se **enfermara** y no tú.

Miguel: Aunque me sentía enfermo, nunca me pasó por la mente que **fuera** a morir tan pronto. Pero hay que prepararnos para lo inevitable.

Doctor Aceves: Si tienen cualquier tipo de pregunta, no dude en llamarme. Los veo en una semana para hablar sobre los diferentes tratamientos para aliviar el dolor.

Miguel: Está bien, para entonces ya tendremos lista la directiva.

Doctor Aceves: Hasta luego, señor y señora Aceves.

Miguel: Hasta luego.

## Actividades

**12. Preguntas de comprensión y análisis.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué el doctor Aceves se refiere al tumor como un tumor metastásico?

---

---

2. ¿Cuál es la razón principal por la que el doctor Aceves recomienda la cirugía?

---

---

3. ¿Cuáles son los efectos secundarios de la quimio radiación?

---

---

4. ¿Por qué Miguel está considerando no usar el tratamiento de la quimio radiación?

---

---

5. De acuerdo al doctor Aceves, ¿cuáles son los dos beneficios de tomar el tratamiento?

---

---

**13. Dramatización.** Con un compañero, tome el papel de Miguel y Magali y cree un diálogo donde Magali trata de convencer a Miguel para que siga el tratamiento de quimio radiación. Magali trata de resaltar todos los beneficios posibles del tratamiento mientras que Miguel enfatiza todos los efectos secundarios del tratamiento.

Magali:

---

---

Miguel:

---

---

**14. Actividad de pre-lectura** Conteste las siguientes de preguntas.

1. Si usted tuviera que nombrar a un representante en su Directiva Anticipada para la Atención de la Salud, ¿a quién preferiría nombrar: a un amigo(a) o a un familiar? ¿Por qué?

---

---

2. Si usted fuera seleccionado por un amigo o familiar para actuar como representante en una Directiva Anticipada para la Atención de la Salud, ¿qué preguntas le haría usted a ese amigo o familiar para asegurarse de tener la información necesaria?

---

---



## LECTURA

### Directiva Anticipada para la Atención de la salud

Este documento le permite al paciente dar instrucciones sobre la atención de su salud al ingresar a un hospital. También le permite designar a otra persona para que tome las decisiones en su lugar, en caso de no estar capacitado para hacerlo. También le permite nombrar a su médico de cabecera y expresar sus deseos a cerca de la donación de órganos. El paciente puede modificar todo o parte de este formulario o puede utilizar otro, si así los desea.

#### Vocabulario útil

permite	allows
propia	own
ingresar	be admitted
tome	make
deseos	wishes
médico	primary care
de cabecera	physician

#### Parte I- PODER NOTARIAL PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD

La sección I le permite:

1. Nombrar a otro individuo como representante para que tome las decisiones de atención de la salud por usted en caso de que llegue a ser incapaz de tomar sus propias decisiones.
2. Asignar a otra persona que tome las decisiones por usted aunque usted siga siendo capaz de hacerlo.
3. Nombrar a uno o dos representantes suplentes que actúen por usted si su primera elección no está dispuesta, disponible, accesible, o simplemente no se siente capaz de hacerlo. Importante: Su representante no puede ser un operador o empleado de un establecimiento de atención comunitaria o de un establecimiento de atención residencial donde lo estén atendiendo. Tampoco puede ser un empleado o supervisor de la institución donde usted está recibiendo tratamiento. Su representante tiene que ser un familiar o un compañero de trabajo.
4. Usted puede limitar la autoridad de su representante en este formulario.
5. Si usted opta por no limitar la autoridad de su representante, éste tendrá derecho a:
  - a. Prestar o negar la administración de cualquier tratamiento, servicio o procedimiento para mantener, diagnosticar o que afecte, de algún modo o de otro, su salud física y mental.
  - b. Seleccionar o rechazar proveedores e instituciones de atención de la salud.

#### Vocabulario útil

incapaz	unable
capaz	able
actúen por usted	act on your behalf
retirar	to take away/ stop
ordenar	make arrangements
disposición	use
estar dispuestoto	be willing
estar disponible	to be available
restos	remains

- c. Aprobar o desaprobar pruebas diagnósticas, procedimientos quirúrgicos y medicamentos.
- d. Dirigir, mantener o retirar la nutrición e hidratación artificial y todas las demás formas de atención de la salud, incluyendo resucitación cardiopulmonar.
- e. Hacer donaciones automáticas, autorizar una autopsia y ordenar la disposición de sus restos.

**1.1 DESIGNACIÓN DEL REPRESENTANTE:** Yo \_\_\_\_\_, nombro al siguiente individuo \_\_\_\_\_ como mi representante para que tome las decisiones de atención de la salud por mí.

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

**1.2 REPRESENTANTE SUPLENTE**

Si revoco la autoridad de mi representante o él mismo no se encuentra dispuesto, capacitado o disponible para tomar una decisión de la salud por mí, designo como representante suplente a \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

**1.3 SEGUNDO REPRESENTANTE SUPLENTE**

Si revoco la autoridad de mi representante y de mi primer suplente, o ninguno se encuentra dispuesto, capacitado o disponible para tomar una decisión de la salud por mí, designo como segundo suplente a \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

**1.4 AUTORIDAD DEL REPRESENTANTE:** Mi representante está autorizado para tomar todas las decisiones de atención de la salud por mí, incluyendo las decisiones para proveer, negar o retirar la nutrición e hidratación artificial y todas las demás formas de atención de la salud para mantenerme vivo, excepto:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**1.5 FECHA EN QUE ENTRA EN VIGENCIA LA AUTORIDAD DEL REPRESENTANTE Y SUPLENTE**



La autoridad de mi representante entra en vigencia cuando mi médico de cabecera determine que soy incapaz de tomar mis propias decisiones de atención de la salud.



La autoridad de mi representante para tomar decisiones de atención de la salud por mí, entra en vigor inmediatamente. Escriba sus iniciales \_\_\_\_\_

**1.6 OBLIGACIÓN DEL REPRESENTANTE:** Mi representante tomará decisiones de atención de la salud por mí de acuerdo con este poder notarial para atención de la salud siguiendo todas las instrucciones que yo proporcione en la sección II de este formulario. Si mis deseos son desconocidos, mi representante tomará las decisiones de atención de la salud por mí de acuerdo a lo que mi representante determine lo que sea mejor para mí. Para determinar lo que sea mejor para mí, mi representante deberá considerar mis valores personales y religiosos en la medida que él los sepa.

Comprendo que, por ley, mi representante no está autorizado a lo siguiente: internarme en una dependencia de atención mental; autorizar tratamiento convulsivo, sicocirugía, esterilización o aborto.

**Vocabulario útil**

entra en vigencia	comes into effect
entra en vigor	comes into effect
poder notarial	power of attorney

**1.7 AUTORIDAD DEL REPRESENTANTE DESPUÉS DE LA MUERTE:** Mi representante está autorizado para hacer donaciones anatómicas, autorizar una autopsia y ordenar la disposición final de mis restos, excepto por:

---



---



---

**PARTE II – INSTRUCCIONES PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD**

Usted puede dar instrucciones específicas de cualquier aspecto del cuidado de su salud con o sin representante. Se dan opciones para que usted exprese sus deseos con respecto al suministro, mantenimiento o retiro de tratamiento para mantenerlo con vida o para control del dolor. No necesita completar la PARTE II si usted le otorga el derecho a su representante para que él mismo decida cuál es el tratamiento médico que es mejor para usted incluyendo, pero no limitado a, la decisión de terminar el tratamiento que lo mantiene con vida.

**2.1 DESEOS Y LIMITACIONES RESPECTO AL TRATAMIENTO MÉDICO (OPCIONAL)**

Si la siguiente declaración manifiesta sus deseos, firme al final del párrafo.

No deseo que se realicen esfuerzos especiales para prolongar mi vida y no deseo que el

tratamiento para prolongar mi vida se proporcione o continúe si:

- a. Estoy en un coma irreversible o en un estado vegetativo persistente.
- b. Si estoy desahuciado(a) y la administración de procedimientos para mantenerme en vida solo servirá para postergar artificialmente el momento de mi muerte.
- c. Bajo cualquier otra circunstancia en que los agobios del tratamiento sean mayores que las ventajas del mismo.
- d. Deseo que mi representante tome en cuenta aliviar mi sufrimiento y la calidad de mi vida así como el tiempo que se podrá extender la misma.

Si esta declaración refleja sus deseos, firme aquí: \_\_\_\_\_

Declaraciones adicionales o diferentes sobre sus deseos y las limitaciones acerca de la atención médica.

---

---

---

**2.2 ALIVIO DEL DOLOR**

Excepto como lo declaro en el siguiente espacio, ordeno que se me proporcione en todo momento tratamiento para aliviar el dolor o molestias aunque el hacerlo parezca que se acelera mi muerte.

---

---

---

**Vocabulario útil**

suministro	provisions
manejar	to handle
otorga	give
desahuciado	terminally ill
postergar	to postpone/ to delay
agobios	burden
calidad de vida	quality of life



**PARTE III – DONACIÓN DE ÓRGANOS DESPUÉS DE LA MUERTE (OPCIONAL)**

Después de mi muerte: (marque la caja que se aplique a sus deseos)

Dono todos los órganos, tejidos o partes que se necesiten.

Dono solamente los siguientes órganos, tejidos o partes.

---

Me niego a ser un donante de órganos, tejidos o partes para cirugía cosmética.

Me niego a ser un donante de órganos, tejidos para uso fuera de los Estados Unidos.

Me niego a ser un donante de órganos, tejidos o partes para beneficio de procesos de tejidos.

Me niego a ser un donante de órganos, tejidos o partes de mi cuerpo.

**PARTE IV – FIRMA**

**4.1 FIRMA:** Después de completar este formulario, firme y escriba la fecha

Fecha: \_\_\_\_\_

Escriba su nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

**4.2 VALIDEZ DE UNA COPIA:** Una copia de este formulario tiene el mismo efecto que el documento original.

**4.3 DECLARACIÓN DE LOS TESTIGOS:** Declaro bajo pena de perjurio que

- a. El individuo que firmó o certificó esta directiva por anticipado de la atención de la salud es conocido personalmente por mí, o que la identidad del individuo me fue demostrada con eficiencia convincente.
- b. El individuo firmó o certificó esta directiva por anticipado en mi presencia.
- c. El individuo parece encontrarse en buen estado mental y sin ninguna presión, fraude o influencia indebida.
- d. No soy la persona designada como representante en este formulario.
- e. No soy el proveedor de atención de la salud del individuo.
- f. No soy un operador o empleado del establecimiento de atención comunitaria o de un establecimiento de atención residencial donde lo están atendiendo. Tampoco soy un empleado o supervisor de la institución donde está recibiendo tratamiento.

**PRIMER TESTIGO**

Nombre \_\_\_\_\_

Firma del testigo \_\_\_\_\_

Dirección \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

**SEGUNDO TESTIGO**

Nombre \_\_\_\_\_

Firma del testigo \_\_\_\_\_

Dirección \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

**DECLARACIÓN ADICIONAL DE LOS TESTIGOS:** Por lo menos uno de los testigos mencionados arriba tiene que firmar la siguiente declaración:

Declaro bajo pena de perjurio que no estoy emparentado por lazos sanguíneos, matrimonio o adopción con el individuo que formaliza esta directiva por anticipado de la atención de la salud y que a mi saber no tengo derecho a parte alguna de la herencia del individuo después de su muerte bajo un testamento actualmente existente o por ministerio de ley.

Firma del primer testigo \_\_\_\_\_

Firma del segundo testigo \_\_\_\_\_

**Actividades**

**15. Juego de roles.** Trabaje con un compañero y tomen turnos en asumir el papel de paciente para llenar el formulario de la directiva por anticipado de la salud.

1. ¿Qué declaraciones adicionales o diferentes sobre sus deseos y las limitaciones acerca de la atención médica haría usted (sección 2.1)?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. ¿Qué excepciones agregaría usted a la autoridad de su representante (sección 1.4)?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## NOTA CULTURAL: DIRECTIVA ANTICIPADA PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD EN LATINOMÉRICA



En la mayoría de los países

latinoamericanos la Directiva Anticipada para la Atención a la Salud es todavía un tema nuevo y una opción considerada tabú para la muchos de los ciudadanos. Algunos países cuestionan la validez y los beneficios de este tipo de documento principalmente porque todavía se le otorga a la medicina un poder paternalista, donde la opinión y sugerencia de un médico tiene más peso que los deseos de un paciente y sus familiares. El paciente es tratado como un ser incapaz de decidir por su propio bien y algunos profesionales de la salud consideran que un documento donde el paciente se rehúse a tratamientos que le puedan prolongar la vida va en contra del juramento hipocrático en el que juran que la salud del paciente es su trabajo prioritario. Así, aceptar que un paciente se rehúse a un tratamiento que tenga la posibilidad de mejorar su salud es incomprensible, especialmente cuando esa decisión fue tomada con anterioridad donde no se contemplan los cambios subjetivos (de opinión) del paciente ni los avances tecnológicos de la medicina.

Aunque algunos países como Argentina, España y México han hecho grandes avances en el área legal para otorgar la libertad al paciente de ejercer sus derechos en cuestión de la salud, aún no se ha logrado una uniformidad tanto en el contenido como en la legalidad de dicho documento. También, es importante mencionar que el nombre dado al documento legal varía. Por ejemplo, en España se usan los siguientes nombres para referirse a la Directiva Avanzada para la Atención a la Salud: (1) expresión anticipada de voluntades, (2) manifestación anticipada de voluntad, (3) instrucciones previas, (4) voluntad anticipada, (5) voluntades vitales anticipadas, (6) expresión de voluntad con carácter previo. En México, los sinónimos más comunes que se utilizan son: (1) voluntad anticipada, (2) disposiciones provisorias, (3) disposiciones premortales, (4) voluntad vital anticipada, (5) testamento vital y (6) poder notarial médico. OMS y demuestra un ejemplo a seguir para otros países.

**Fuente:** *Organización Mundial de la Salud*

<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/mtct-hiv-cuba/es/>

### Vocabulario útil

cuestionan	question
validez	validity
otorga	grants
ejercer	exercise

## Actividades

**16. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué se dice que la medicina tiene un poder paternalista?

---

2. ¿Cuál es la razón principal por la que algunos profesionistas de la salud no aceptan la Directiva Anticipada?

---

3. Nombre al menos tres términos usados para referirse a la Directiva Avanzada para la Atención de la Salud en México.

---

## C. EL ALZHEIMER



### Consulte la gramática 8.3

#### Metas comunicativas: Formular situaciones hipotéticas

#### Vocabulario útil

proporcionó	provide
tejidos	tissues
“valga la redundancia”	never mind the repetition
deterioro	deterioration
etapa	stage

**Dialogo 8.4** Irene Fuentes es una señora de 63 años que vive con su esposo Pablo Fuentes. El acaba de cumplir 68 años y hace tres años que comenzó a tener síntomas de Alzheimer. En esta visita con el neurólogo, el señor Fuentes recibe el diagnóstico final.

- Dr. Pinto: Buenas tardes Señora Fuentes.
- Sra. Fuentes: Buenas tardes doctor. ¿Ya tiene los resultados?
- Dr. Pinto: Sí. Como hablamos la última vez, le realizamos dos exámenes a su esposo. El primero nos proporcionó información de su anatomía y el segundo, de órganos y tejidos.
- Sra. Fuentes: ¿Cómo me dijo que se llaman?
- Dr. Pinto: El primero PET y el segundo TC. Cuando se hacen ambos y se combinan se llama, valga la redundancia, “examen combinado PET/CT”. **Si hubiera algún tumor, con ellos podríamos descubrirlo**, pero ya hemos podido descartar esa posibilidad.
- Sra. Fuentes: ¿Entonces, doctor....?
- Dr. Pinto: Bueno, dada su historia médica y con la examinación de su estado mental, he podido determinar un deterioro avanzado de su capacidad de atención, orientación y memoria, aún mayor a la que presentó hace seis meses. Lamentablemente, esto me lleva a diagnosticarlo con Alzheimer medio/avanzado. (La Señora Fuentes comienza a llorar)
- Dr. Pinto: Lo siento mucho. Yo sé que él vive con usted, pero sepa que tiene opciones. **Si usted quisiera, podríamos recomendarle** hogares especializados en...
- Sra. Fuentes: Esa no es una opción para mi familia. **Si vivimos los mejores años juntos, también viviremos los peores.** Mi marido se quedará en casa conmigo y nosotros lo cuidaremos.
- Dr. Pinto: Usted está en todo su derecho de tomar esa decisión. Nosotros podemos darle información sobre enfermeros y/o cuidadores particulares para cuando usted necesite un descanso. **Si me lo permite, le diré** que ésta no

será una etapa sencilla, pero definitivamente usted puede contar con profesionales que están dispuestos a ayudarla.

## Actividades

**17. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Cuántos exámenes le hicieron al Señor Fuentes y cómo se llaman?

---

---

2. ¿Qué información proporcionó cada uno de esos exámenes?

---

---

3. Según el Doctor Pinto, ¿cómo está el estado mental del paciente?

---

---

4. ¿Cuál fue la decisión de la Señora Fuentes en cuanto a su esposo después de saber el diagnóstico final?

---

---

**18. Vacío de información.** Lea información del Alzheimer en el siguiente enlace:

[http://www.alz.org/health-care-professionals/documents/spanish\\_packet.pdf](http://www.alz.org/health-care-professionals/documents/spanish_packet.pdf)

Lea “los 10 síntomas de la enfermedad del Alzheimer” (carestía de Alzheimer’s Association) y complete la información que falta abajo. Compare con un compañero sus respuestas.

1. \_\_\_\_\_ : Olvidar información recién aprendida es una de las señales más comunes y tempranas de la demencia. Una persona empieza a olvidar con más frecuencia y no puede recordar la información más tarde.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_ : A una persona con demencia se le hace difícil completar actividades de rutina, como preparar una comida, hacer una llamada telefónica o recordar las reglas de un juego.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_ : Una persona con Alzheimer olvida palabras simples o sustituye palabras inapropiadas o desconocidas al hablar o escribir, haciéndose

difícil de entender. Es posible que, por ejemplo, no encuentre su cepillo de dientes y que entonces pida “esa cosa para mi boca”.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_ : Una persona con la enfermedad de Alzheimer puede perderse en la misma calle donde vive, no saber dónde está ni cómo llegó allí, y no recordar como volver a casa.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_ : Las personas con Alzheimer pueden vestirse inapropiadamente, poniéndose un abrigo en pleno verano, por ejemplo, o poca ropa cuando hace frío. Es posible que no tomen buenas decisiones con respecto a cómo manejar el dinero, regalando grandes cantidades a otros como los que venden productos y servicios por teléfono.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_ : Una persona que sufre del Alzheimer puede confundirse fácilmente al pensar en cosas abstractas. Es posible que se olvide completamente del significado de los números o cómo se usan.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_ : Una persona que padece de Alzheimer puede guardar cosas en lugares poco comunes: la plancha en el refrigerador o un reloj en la azucarera.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_ : Una persona con Alzheimer presenta cambios repentinos de humor (de felicidad a enojo, por ejemplo) sin razón aparente.

**¿Qué es normal?** \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_ : Las personas con demencia pueden presentar cambios drásticos en la personalidad. Pueden llegar a estar muy confundidas, desconfiadas, temerosas o a depender mucho de un miembro de la familia.

**¿Qué es normal?**

\_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_ : Una persona con la enfermedad de Alzheimer puede volverse muy pasiva, sentándose frente a la televisión por horas y horas, durmiendo más de lo normal, o negándose hacer actividades cotidianas.

**¿Qué es normal** \_\_\_\_\_

**19. Actividad de pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas y compare sus respuestas con un/a compañero/a.



1. ¿Qué sabe de las enfermedades de demencia?

---

2. ¿Conoce a alguien que sufra de Alzheimer? ¿Cuál ha sido su experiencia con esa persona?

---

3. ¿Cuál cree que sería el impacto si se encontrara una cura para el Alzheimer?

---

### Vocabulario útil

palpable	tangible
ubicarse	to settle
tragar	to swallow
retrasarla	delay it
peligrosos	dangerous
incesantemente	unceasingly



## LECTURA

### EL ALZHEIMER Y SU EFECTO EN LA COMUNIDAD LATINA

El Alzheimer es una de las enfermedades de demencia más frecuentes y comunes, no solo en los Estados Unidos sino en todo el mundo. Afecta al cerebro de tal forma que tiene un impacto importante en la memoria, la orientación, la toma de decisiones y hasta el habla. Es irreversible, se desarrolla progresivamente y empeora con el tiempo. La progresión de esta enfermedad se ha dividido en siete etapas diferentes:

- 1) El paciente no presenta ningún síntoma ni dificultad cognitiva o de memoria.
- 2) El paciente comienza a olvidar ciertos detalles de la vida cotidiana, pero nada grave.
- 3) El paciente no lo nota, pero amigos y familiares comienzan a darse cuenta de un cambio un poco más preocupante en la memoria y el comportamiento de la persona.
- 4) El paciente muestra deficiencias muy **palpables** de la enfermedad.
- 5) El paciente necesita asistencia de sus seres queridos para **ubicarse**, ya que está confundido y/o perdido sin saber qué día es ni en dónde vive; le cuesta comunicarse al no encontrar las palabras adecuadas.
- 6) El paciente necesita ayuda constante para cumplir sus actividades diarias, incluyendo el vestirse e ir al baño.
- 7) El paciente tiene gran dificultad del habla, al punto de no poder comunicarse; también le cuesta **ingerir** líquidos y alimentos ya que no puede controlar su capacidad de **tragar**.

Si bien esta es una enfermedad irreversible y no existe su cura, hay tratamientos que ayudan a **retrasarla**, sobre todo si se diagnostica en una etapa temprana. Hay una clase de medicamento para los síntomas cognitivos que mantiene alto los niveles de acetilcolina y esto facilita la comunicación de las neuronas que han sido afectadas por la enfermedad. En el cincuenta por ciento de los casos, este medicamento logró retrasar el **deterioro** de la enfermedad entre seis y doce meses. También existen medicamentos para los síntomas del comportamiento provocados por la enfermedad, como la ansiedad y la alteración de las horas de dormir. Es fundamental que la medicina que se prescriba se consuma exactamente como fue indicado por el profesional de salud para evitar efectos secundarios **peligrosos**.

Según ciertos estudios, el mayor grupo minoritario en Estados Unidos, los latinos, son quienes corren un mayor riesgo de sufrir esta enfermedad. Esto se debe en parte a que esta comunidad tiene una esperanza de vida más prolongada. El alto índice de problemas cardiovasculares, como diabetes, presión alta y colesterol elevado en la

población hispana también contribuye a afectar la función cerebral de las personas que padecen estos problemas de salud, lo que explica la conexión entre estas enfermedades y el Alzheimer.

Los latinos que sufren de Alzheimer son raramente llevados a un centro de atención especializada, ya que la familia prefiere cuidarlos en casa. Como se ha mencionado en capítulos anteriores sobre enfermedades psicológicas, en la comunidad hispana hay estigmas con respecto a la demencia y, en algunos casos, la enfermedad avanza sin que el paciente la note. Aun cuando los familiares se dan cuenta que el comportamiento de la persona cambia progresivamente, en vez de buscar ayuda especializada, se adaptan a los cambios y asumen el estrés propio del cuidado en el hogar como parte de su responsabilidad filial. En muchos casos, la falta de atención médica también se debe, en parte, a falta de información y a **obstáculos** para comunicarse apropiadamente con los prestadores de servicios de la salud.

Hoy por hoy se calcula que para el 2050 el Alzheimer y otras demencias afectarán a aproximadamente 1.3 millones de hispanos, lo que sobrepasa a los números actuales en un 600 por ciento. Hay más de una organización sin fines de lucro que siguen luchando **incesantemente** para encontrar una cura viable y accesible para esta triste enfermedad.

**Fuentes:**

[http://www.alz.org/national/documents/sp\\_brochure\\_basicsofalz.pdf](http://www.alz.org/national/documents/sp_brochure_basicsofalz.pdf)

[http://www.usagainstalzhimers.org/sites/default/files/pdfs/latinos\\_fact\\_sheet\\_espanol.pdf](http://www.usagainstalzhimers.org/sites/default/files/pdfs/latinos_fact_sheet_espanol.pdf)

## Actividades

**20. Preguntas de comprensión.** Contesta las siguientes preguntas de acuerdo a la lectura. Compara tus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Qué órgano es afectado por la enfermedad del Alzheimer?

---

---

2. ¿Cómo se desarrolla la enfermedad?

---

---

3. ¿En cuántas etapas se ha dividido la progresión de esta enfermedad?

---

---

4. ¿Hay cura para el Alzheimer?

---

---

5. ¿Por qué se cree que los latinos corren un mayor riesgo de sufrirla?

---

---

**21. Investigación.** Visite la página de alz.org e investigue cómo ésta enfermedad afecta el cerebro. Escriba ocho oraciones sobre lo que averiguó y comparta sus respuestas con un/a compañero/a.

1. \_\_\_\_\_

---

2. \_\_\_\_\_

---

3. \_\_\_\_\_

---

4. \_\_\_\_\_

---

5. \_\_\_\_\_

---

6. \_\_\_\_\_

---

7. \_\_\_\_\_

---

8. \_\_\_\_\_

---

## D. EL CUIDADO DEL PACIENTE EN SU HOGAR



### Consulte la gramática 8.3

Metas comunicativas: Formular situaciones hipotéticas

Vocabulario útil	
“sigo la corriente”	play along
postura	stance
testaruda	headstrong
extraños	strangers
locura	craziness

**Dialogo 8.5** Irene lleva dos meses cuidando a su esposo Pablo. Sus hijos, Enrique y Carla, se turnan para ayudarlos, pero se dan cuenta que la situación se está poniendo mucho más difícil para su madre.

Irene: Estoy muy cansada, hace varias noches que tu padre no me deja dormir; se la pasa caminando, diciendo que va a ver a su madre.

Carla: Mami, la nona hace treinta años que murió...

Irene: Bueno, ¿¡qué quieres que haga!?! Yo solo le sigo la corriente para que no se altere; **si no lo hiciera se inquietaría más.**

Enrique: Mami, **si contratamos a una enfermera que te ayude durante las noches, podrás descansar más.** Nosotros entendemos tu postura, pero tú tienes que entender que tu salud está en peligro. No seas testaruda y acepta la ayuda que te ofrecemos. Lo hacemos por papá y por ti.

Carla: Enrique tiene razón. Papá no puede controlar sus acciones y tiene más fuerza física que tú; **si le diera uno de esos arranques de querer salir, podría empujarte o golpearte** y la verdad no queremos que corras ese riesgo.

Irene: Tu padre jamás haría semejante locura.

Carla ¡Es que él no se da cuenta! Por supuesto que nunca lo haría con intención, pero **si no puede controlar su necesidad de ir al baño, tampoco podrá controlar sus impulsos.**

Enrique: No te estamos pidiendo que lo lledes a un lugar especializado....

Irene: ¡Eso nunca!

Enrique: Te estamos pidiendo que te cuides y nos ayudes a cuidarlo, por lo menos durante las noches para que tú puedas descansar y ayudarlo mejor durante el día. Por favor, hazlo por ti, por él y por nosotros.

### Nota 8.1

Con la masiva inmigración italiana a Argentina, existe una fusión interesante de idiomas. Es muy común que las terceras generaciones (es decir, los nietos) se refieran a sus abuelos como “el **nono**” o “la **nona**”.

Carla: Es admirable lo que estás haciendo por papá, sacrificando tu propia vida. El problema es que **si no comienzas a cuidarte, llegarás al punto de no poder tenerlo en casa** y créenos que a pesar de que esa tal vez sea la mejor opción para todos, no queremos dañar la lealtad que le tienes.

Enrique: **Si nos hubieras dicho antes que no te deja dormir, habríamos contratado a una enfermera hace tiempo.**

Irene: Lo sé, es que no quiero extraños en casa, mucho menos cuidando de su padre.

Carla: Lo sabemos mami, pero necesitas confiar un poquito más. Hay gente que dedica su carrera y vida a cuidar de enfermos. Esto es mucha presión para ti y por más que nosotros los ayudemos, no es suficiente.

Irene: Sí, tal vez no sea una mala idea, pero sólo por las noches y yo tendré la decisión final de quién será la persona que contrataremos.

Enrique: ¡Por supuesto mamá! nunca haríamos nada sin tu consentimiento y aprobación.

## Actividades

**22. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Por qué los hijos de la Señora Irene quieren convencerla de que contrate a una enfermera?

---

---

2. ¿Cuál es el miedo de Carla con respecto a las acciones de su padre?

---

---

3. Según Carla, ¿cuál será la consecuencia de que Irene no se cuide?

---

---

4. ¿Por qué Irene se niega a recibir ayuda de un/a cuidador/a o un/a enfermero/a?

---

---

**23. Discusión.** Trabaje en un grupo con tres o cuatro estudiantes. Escriban una lista de pros y contras de cuidar a alguien como el Señor Pablo Fuentes en el hogar. Tengan en cuenta no solo el bienestar del paciente sino de la familia que lo cuida. Comparen sus respuestas con las de otros grupos.

Pros	Cons
● _____	● _____
● _____	● _____
● _____	● _____
● _____	● _____
● _____	● _____
● _____	● _____

**24. Vacío de información.** Trabaje con un compañero de clase y pretendan ser Pablo e Irene.

**A.** Primero, escuche la grabación del personaje que eligió y complete los espacios en blancos correspondientes.

[actividad auditiva, aquí habrá dos archivos, uno para Pablo y otro para Irene]

**Pablo**

Perdí las \_\_\_\_\_ (1) y las necesito porque \_\_\_\_\_ (2). Es que ella \_\_\_\_\_ (5) y no quiero \_\_\_\_\_ (6). Pero mis hermanos \_\_\_\_\_ (8) ahí. Irene, \_\_\_\_\_ (10) tarde y sabes que a ella odia \_\_\_\_\_ (11) impuntual. Mi madre \_\_\_\_\_ (14).

**Irene**

Pablo, \_\_\_\_\_ (3) las llaves ahora. Ya \_\_\_\_\_ (4). No te preocupes \_\_\_\_\_ (7) mañana. Tranquilo, ven que te ayudo a \_\_\_\_\_ (9) la ropa de dormir. Lo sé, pero ya está \_\_\_\_\_ (12) y es peligroso \_\_\_\_\_ (13) ahora. No te \_\_\_\_\_ (15). Ven, quítate \_\_\_\_\_ (16). Sí, muy bien, así.

**B.** Una vez que cada estudiante tenga su parte completa, lean el diálogo en orden y escríbanlo completo en las líneas siguientes.

Pablo: \_\_\_\_\_  
Irene: \_\_\_\_\_  
Pablo: \_\_\_\_\_  
Irene: \_\_\_\_\_  
Pablo: \_\_\_\_\_  
Irene: \_\_\_\_\_  
Pablo: \_\_\_\_\_  
Irene: \_\_\_\_\_  
Pablo: \_\_\_\_\_  
Irene: \_\_\_\_\_

**25. Actividad de pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. ¿Cree que cuando un familiar cercano envejece es necesario que vaya a un lugar de cuidados especiales? ¿por qué?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. ¿Cuáles son las enfermedades que según su parecer requieren de cuidado especializado?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. ¿Cuáles son las enfermedades que según su parecer pueden manejarse dentro del hogar propio?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



### Vocabulario útil

febrilmente	feverishly
radicada	resides
achaque	ailments
ver por...	look out for...
pereza	perish
abrumado	overwhelmed



## LECTURA

### EL CUIDADO DEL PACIENTE EN SU HOGAR

Los latinos son notorios por el valor inmensurable que le dan a la familia. Cuando algún miembro se enferma, en la mayoría de los casos los seres queridos optan por cuidarlo en su hogar antes que internarlo en algún centro especializado. Esto se debe en gran parte a que los miembros de la familia más allegados, sobre todo las figuras femeninas como madres, esposas e hijas, no solo sienten la obligación de cuidar al paciente en el hogar sino que también creen **febrilmente** que en ningún lugar especializado recibirá mejor atención. En muchos casos, también está el deseo latente del familiar de poder tener el honor de cuidar a esa persona tan cercana.

Cristina, una viuda panameña de 61 años, **radicada** en los Estados Unidos desde su adolescencia, vive con sus padres. Su madre tiene 87 años y está muy bien para su edad, aunque hace unos meses le pusieron un marcapasos. Entre los cuidados necesarios que tiene que seguir después de la cirugía está el cuidar su alimentación ya que es hipertensa. Aparte de eso y de lo “**achaque**” propios de la edad, está muy bien. El padre de Cristina, de 88 años, está un poquito más delicado. Tiene Estadio I de Parkinson, principio de diabetes y Alzheimer en la fase número cinco. Es evidente que él requiere más cuidado y atención. Cristina es hija única y siente la responsabilidad y obligación de cuidar de sus padres. Según sus propias palabras, los cuidará en su casa hasta que las enfermedades que tengan lleguen al punto de internación hospitalaria, ya que no ve como opción viable llevarlos a un hogar especializado. Desde que su padre comenzó a tener síntomas más notorios en su salud, Cristina redujo su horario de trabajo, su vida social y sus horas de descanso. Con estos cambios en su vida, no solo aumentó su grado de estrés sino que su paciencia ha comenzado a disminuir notoriamente y su cuerpo ya empezó a mostrar signos propios de la edad y otros que son producto de la presión que siente.

Agustina es una colombiana de veinticinco años que vive fuera de su país desde hace quince. En su tierra natal quedó solo su madre, ya que su padre falleció cuando era niña y no tiene hermanos, una familia muy pequeña a comparación de los **familiones** latinos a los que estamos acostumbrados. Cuando la llamaron para avisarle que Doña Zulema había sufrido un

paro cardíaco que la había dejado sin hablar y con la parte izquierda del cuerpo completamente paralizada, Agustina entró en pánico. Dejó su trabajo a medio hacer, dejó sus estudios en pleno semestre y tomó el primer vuelo a Colombia sin medir consecuencias. Su meta era llegar a ayudar a su madre por tiempo indefinido. Cuando llegó, Doña Zulema estaba en cuidado intensivos pero despierta. Reconoció a su hija sin titubear y sonrió con la mitad móvil de sus labios. Agustina no pudo evitar llorar, abrazarla y decirle que había llegado para quedarse. En ese momento, ella supo que el cuidar a su madre no era una obligación de hija, sino un honor. Luego de no verla por cinco años por cuestiones varias, se le presentó la oportunidad de cuidar a la mujer que le dio la vida. Agustina pasó dos meses velando por su madre en el hospital. Si bien, estas instituciones están equipadas con personal adecuado, es comprensible que la atención individual no sea tan **meticulosa** como a uno le gustaría. Por lo tanto, que el paciente tenga a un familiar que lo ayude cuando los enfermeros están ocupados es un alivio para todos. El corazón de Doña Zulema dejó de latir y aunque haya sido un momento de mucha tristeza para Agustina, ella se sintió satisfecha de saber que hasta el último respiro su madre pudo verla a su lado. Hasta el día de hoy, ella considera que ese fue el privilegio más **trascendental** en su corta vida.

Las experiencias de estas dos mujeres no son únicas. Así como Cristina, hay aproximadamente un diecisiete por ciento de latinos que cuidan de un familiar en su casa (estos números fueron calculados solo en los Estados Unidos), y otro tanto que, como Agustina, pone su vida en espera para cuidar de alguien cercano aunque esa persona esté internada. La mayoría de estos cuidadores sacrifican muchas cosas para cumplir con su “obligación”, deseo y honor de **ver por** su ser querido. El problema surge cuando, en muchos casos, los propios cuidadores sufren un deterioro no solo en su salud física, mental y emocional, sino en su economía, ya que disminuyen/dejan/pierden su trabajo para estar absolutamente disponibles al cuidado del paciente. Si bien existen programas federales y estatales para asistir a personas que cuidan de enfermos, no todos tienen acceso a esta información haciendo que el cuidado sea más tedioso y difícil.

Muchos se preguntan ¿cuál es el punto en el que los familiares se dan cuenta de que el paciente ya no puede ser cuidado en su casa? Y generalmente la respuesta es “hasta que el cuidador esté tan **abrumado** con la situación que él/ella mismo/a no pueda con su propia salud o hasta que el paciente **perezca**, lo que llegue primero.” El compromiso leal que sienten por la familia es admirable y lo que necesitan es ayuda y apoyo de la comunidad y de las instituciones gubernamentales y de salud.

**Fuentes:**

<http://www.parkinsonaragon.com/la-enfermedad-de-parkinson/que-es-2/fases-de-la-enfermedad/>  
<http://gentenatural.com/psicologia/ancianos/diabetes.html>  
[http://www.alz.org/national/documents/sp\\_brochure\\_basicsofalz.pdf](http://www.alz.org/national/documents/sp_brochure_basicsofalz.pdf)  
<http://www.radiolaprimerisima.com/noticias/15966/latinos-prefieren-cuidar-de-sus-enfermos-en-casa-por-valores-familiares>

## Actividades

**26. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a la lectura. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Por qué los latinos prefieren cuidar a los enfermos en casa?

---

---

---

2. Describa la salud de la madre de Cristina.

---

---

---

3. Describa la salud del padre de Cristina.

---

---

---

4. ¿Por qué los cuidadores disminuyen/dejan su trabajo?

---

---

---

**27. ¿Qué haría usted?** Con un compañero/a hable sobre su postura con respecto al estilo de vida de Cristina y conteste las siguientes preguntas:

1. ¿Está de acuerdo con los cambios que hizo en su vida?

---

---

---

2. Si usted estuviera en su lugar, ¿cómo manejaría la situación? ¿Qué haría?

---

---

---

3. Con todos los recursos que existen hoy en día para cuidar de enfermos, ¿usted sacrificaría su vida por un familiar en circunstancias parecidas a la de los padres de Cristina? Explique por qué sí o por qué no.

---

---

---

**28. Vocabulario en contexto.** Llene los espacios en blanco con la respuesta más lógica.

1. El \_\_\_\_\_ es una glándula situada en la cavidad abdominal.  
a. estómago            b. cuerpo            c. páncreas
2. Las células exocrinas del páncreas producen \_\_\_\_\_ que ayudan a la digestión.  
a. enzimas            b. grasas            c. hormonas
3. Las enzimas ayudan a la digestión de \_\_\_\_\_, carbohidratos y proteínas.  
a. glucagón            b. grasas            c. insulina
4. La \_\_\_\_\_ es una de las dos hormonas principales que secreta el páncreas.  
a. proteínas            b. hormonas            c. insulina
5. Los \_\_\_\_\_ son señales que únicamente el paciente experimenta.  
a. signos            b. síntomas            c. Cambios

**29. Definiciones.** Identifique los términos descritos.

1. Es la coloración amarillenta de la piel y de las mucosas debido a un aumento de la bilirrubina.  
\_\_\_\_\_
2. Es un nombre que se le da a los aparatos instalados en baños. También se conocen como escusados. \_\_\_\_\_
3. Es una condición que consiste en la falta de movimiento regular de los intestinos, lo que produce una defecación infrecuente o con esfuerzo, generalmente de heces escasas y duras. \_\_\_\_\_
4. Es una marca permanente en la piel que crece sobre una herida. Se forma cuando el cuerpo se cura después de una cortadura, un raspón, una quemadura, una llaga o una cirugía. \_\_\_\_\_
5. Es un líquido amarillento segregado por los riñones, almacenado en la vejiga y evacuado a través de la uretra. \_\_\_\_\_

**30. Sinónimos.** Circule los sinónimos posibles para cada término.

1. Desahuciado  
a. Incurable                      b. Sucio                      c. Moribundo
2. Incapacitado  
a. Incapaz                      b. Intolerante                      c. Capacitado
3. Emparentado  
a. Unido                      b. Relacionado                      c. Empatado
4. Propagar  
a. Proponer                      b. Extender                      c. Dispersar
5. Postergar  
a. Alargar                      b. Posponer                      c. Atrasar

**31. Llenar los espacios.** Lea las siguientes oraciones y llene el espacio en blanco con la palabra correspondiente. Use el banco de palabras.

vigor              tomaran              extendieran              postergar              desahuciado              noticias
---

1. Magali lloró en cuanto escuchó las malas \_\_\_\_\_.
2. El doctor le sugirió a Magali y a Miguel que \_\_\_\_\_ asiento para que se sintieran más cómodos.
3. Magali no podía creer que su esposo estuviera \_\_\_\_\_.
4. El tratamiento que el doctor le sugirió a Miguel únicamente serviría para \_\_\_\_\_ lo inevitable.
5. La Directiva Avanzada que Miguel necesita preparar no entrará en \_\_\_\_\_ hasta que él no pueda tomar sus propias decisiones médicas.

**32. Llenar los espacios.** Lea las siguientes oraciones y llene el espacio en blanco con la palabra correspondiente.

1. Si tomamos café, seguramente querrás que te traigan la \_\_\_\_\_.  
a. órganos              b. azucarera              c. plancha
2. Si hubieras usado la \_\_\_\_\_, tu camisa no habría estado tan arrugada.  
a. órganos              b. azucarera              c. plancha
3. Si en tu vida \_\_\_\_\_ ejercitaras siempre, tendrías más energía.  
a. diaria              b. órganos              c. etapa
4. Si hubieras entendido que cada \_\_\_\_\_ tiene su momento, no habrías estado tan arrepentido.

a. diaria    b. azucarera    c. etapa

5. La salud \_\_\_\_\_ cuando uno no la cuida bien.

a. diaria    b. empeora    c. plancha

6. La organización del Alzheimer es \_\_\_\_\_ y ayuda a buscar la cura.

a. responsabilidad filial    b. valga la redundancia    c. sin fines de lucro

7. Los hijos sienten una \_\_\_\_\_ por sus padres.

a. responsabilidad filial    b. valga la redundancia    c. sin fines de lucro

8. El médico siempre va a \_\_\_\_\_ la información más acertada.

a. proveer    b. responsabilidad filial    c. etapa

9. \_\_\_\_\_ el Alzheimer no tiene cura todavía.

a. proveer    b. lamentablemente    c. valga la redundancia

10. No llegué a tiempo a la cita por lo que tuve que \_\_\_\_\_

a. lamentablemente    b. proveer    c. retrasarla

**33. Identificar.** Elija sinónimo de la palabra dada. Consulte dudas con un/a compañero/a.

	cercano	lejano	familiar
A. ALLEGADO			
B. FASE	triste	etapa	camino
C. RADICAR	comunicar	vivir	andar
D. ALTERARSE	enojarse	calmarse	enfermarse
E. NONA	madre	tía	abuela
F. LEALTAD	fidelidad	tristeza	traición
G. INQUIETARSE	calmarse	moverse	turbarse
I. DAÑAR	lastimar	caminar	arreglar
K. LOCURA	manías	demencia	sensatez
K. PERECER	nacer	entender	fallecer
L. TESTARUDO	tranquilo	alegre	pertinaz

## Vocabulario del tema

### A. EL CÁNCER PANCREÁTICO

### Verbos

Mide	measures	palpar	to feel (by touching)
Se ubica	it is located	comprimir	to compress
Intestino delgado	small intestine	dudar	to doubt
Bazo biliar	gall spleen	posponer	to postpone
Vesícula biliar	gall bladder	dejar en paz	to leave (someone) alone
Pez	fish	mandar	to send
Cola	tail	presionar	to press against
Puntiaguda	pointy	tener pendiente	to be worried
Alimentos	foods		
Libera	releases		
Grasas	fats		
Torrente sanguíneo	bloodstream		
Silencioso/a	silent		
Enfermedad	illness		
Ictericia	jaundice		
Heces fecales	stool		
Inodoro	toilet		
Agrandamiento	enlargement		
Sangre	blood		
Señal	signal (as an indication)		
Grasosa	greasy / oily		
Ubicación	location		
Últimamente	lately		
Espalda	back		
Empezó	started		
Creo	I believe		
Verdad	truth		
“(me) revuelve el orina	gets (me) nauseous urine		
ojalá	hopefully		
radiografía	x-ray		
semana	week		
acerca de	about/ in regards to		
cita	appointment		
vistas	seen		
certeza	certainty		
propagado	spread		
crecido	grown		

amarillento	yellowish
flujo	flux
oscurecimiento	darkening
enrojecimiento	redness
picazón	itchiness
vello	hair
evacuación	bowel movement
estreñimiento	constipation
llagas	blisters
cicatrizan	heal
endurecimiento	hardening
seno	breast
cambio	change

## Cognados

pancreático  
glándula endocrina  
cono  
exocrina  
endocrina  
glucagón  
bilirrubina  
excremento  
inexplicablemente  
pálida  
intensificarse  
anormalidad  
diarrea  
biopsia  
hiperpigmentación



## Vocabulario del tema

### B. DIRECTIVA ANTICIPADA PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD

### Verbos

Malas noticias	bad news
Lamentablemente	regrettably
Vena	vein
Vía oral	orally
En conjunto	joint/ combined
Sangrado	bleeding
Agotamiento	exhaustion
Anticipado	advanced
Validez	validity
Propia	own
Incapaz	unable
Actúen por usted	act on your behalf
Emparentado	related
Disposición	provision
Restos	remains
Entra en vigencia	comes into effect
Entrar en vigor	comes into effect
Poder notarial	power of attorney
Desconocido	unknown
Internarme	commit me
Suministro	provisions
Desahuciado	terminally ill
Calidad de vida	quality of life

tomar asiento	to have a seat
propagar	to spread
aliviar	to ease
inyectar	to inject
matar	to kill
cuestionar	to question
otorgar	to grant
ejercer	to exercise
permitir	to allow
ingresar	to be admitted
optar	to choose
prestar	to provide
negar	to deny
rechazar	to reject/ refuse
dirigir	to guide
retirar	to take away
postergar	to postpone

### Cognados

Metastático  
Directiva  
Paternalista  
Aborto

## Vocabulario del tema

### C. EL ALZHEIMER

azucarera  
cotidianas  
cuidadores  
deterioro  
efectos secundarios  
empeora  
etapa  
incesantemente  
lamentablemente  
le cuesta...  
palpable  
peligroso/a  
plancha  
preocupante  
repentino  
retrasarla  
sencillo/a  
sin fines de lucro  
tejidos

sugar container  
daily  
private caregivers  
deterioration  
side effects  
worsen  
stage  
unceasingly  
regrettably, sadly  
"it's hard to..."  
tangible  
dangerous  
iron  
worrying  
sudden / abrupt  
delay it  
easy  
non profit  
Tissues

### Verbos

descartar      to discard  
ingerir        to ingest  
proporcionar   to provide  
tragar         to swallow  
ubicarse       to settle

### COGNADOS

abstracto/a  
adecuado  
Alzheimer  
anatomía  
asistencia  
constante  
demencia  
dificultad  
drástico  
inapropiado  
irreversible  
minoritario  
órganos  
prolongado/a  
raramente  
responsabilidad filial  
viable

## Vocabulario del tema

### D. EL CUIDADO DEL PACIENTE EN SU HOGAR

### Verbos

abrumado	overwhelmed	dañar	to damage
achaques	ailments	envejecer	to age
allegados	closest	perecer	to perish
alterarse	get upset	radicar	to reside
arranque de	to have a fit	seguir la corriente	to play along
correr el riesgo	take a risk		
extraños	strangers		
fase	phase		
inquietarse	disturbed / worried		
lealtad	loyalty		
locura	craziness		
marcapasos	pacemaker		
nona	granny		
postura	stance / stand		
testaruda/o	headstrong		
ver por...	look out for... (someone)		

### COGNADOS

admirable  
consentimiento  
febrilmente  
impulsos  
inmensurable  
Instituciones gubernamentales  
notoriamente  
notorio

## 8.1 Repaso: Presente del subjuntivo

Ya se ha visto que el modo Subjuntivo expresa subjetividad, es decir opiniones, sentimientos, deseos, sugerencia, mandatos. Al contrario de los muchos tiempos verbales que tiene el modo indicativo, el subjuntivo solo tiene cuatro tiempos; en esta sección se van a repasar el presente y el pasado.

❖ **Forma:** Se quita la “o” de la forma regular de la primera del presente de la primera persona singular del indicativo (la forma *yo*). Luego, se le agrega “e” a los verbos regulares que terminan en “ar” y “a” a los verbos regulares que terminan en “er”, “ir”.

Cur <u>a</u> r	Com <u>e</u> r	Cubr <u>i</u> r
cur <u>o</u> → cur-	com <u>o</u> → com-	cubr <u>o</u> → cubr-
cur <u>e</u>	com <u>a</u>	cubr <u>a</u>
cur <u>e</u> s	com <u>a</u> s	cubr <u>a</u> s
cur <u>e</u>	com <u>a</u>	cubr <u>a</u>
cur <u>e</u> mos	com <u>a</u> mos	cubr <u>a</u> mos
cur <u>e</u> ís	com <u>a</u> ís	cubr <u>a</u> ís
cur <u>e</u> n	com <u>a</u> n	cubr <u>a</u> n

- Para una lista completa de sus usos y de los verbos irregulares, repasa la gramática 1.2 del primer capítulo.

## Gramática y ejercicios

**8.1 Conjugar en el presente del subjuntivo.** Utilizando la estructura proveída conjugue los siguientes verbos en el Presente del Subjuntivo.

	Tener	Llorar	Dormir
Yo			
Usted			
Tu			
El / ella			
Nosotros			
Vosotros			
Ustedes / ellos			

**8.2 Cuatro en línea.** Con un compañero/a tome turnos para elegir un sujeto y un verbo, conjúguelo en el Presente del Subjuntivo. Si lo hace correctamente ponga una X (u O) en el rectángulo correspondiente. El primero que tenga cuatro X u O seguidas, gana. Las líneas diagonales NO valen, solo verticales u horizontales.

	Hacer	Sufrir	Diagnosticar	Curar	Entender	Recibir
El paciente						
Yo						
Tú						
Mi familia y yo						
Los médicos						
Usted						

**8.3 Sugerencias.** Trabajen en grupos de tres personas y escriban diez sugerencias para un familiar que tiene que cuidar a una persona con Alzheimer. Recuerde usar expresiones como: Te sugiero que ..., te recomiendo que....

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

## 8.2 Repaso: Pasado del subjuntivo

Ya se ha visto que el modo Subjuntivo expresa subjetividad, es decir opiniones, sentimientos, deseos, sugerencia, mandatos. El subjuntivo solo tiene cuatro tiempos; en esta sección se va a repasar el pasado del subjuntivo.

- ❖ **Forma:** El imperfecto del subjuntivo de todos los verbos regulares y también de la mayoría de verbos irregulares se forma al quitar la terminación **-on** de la tercera persona plural del pretérito (la forma *ellos/ellas*) y añadir las terminaciones del imperfecto del subjuntivo (-a, -as, -a, etc.):

Hablar		Correr		Medir	
hablar <u>on</u>	→	corrier <u>on</u>	→	midier <u>on</u>	→
hablara		.corriera		midiera	
hablar <u>as</u>		.corrier <u>as</u>		midier <u>as</u>	
Hablar <u>a</u>		.corriera		midiera	
habláram <u>os</u>		corriéram <u>os</u>		midiéram <u>os</u>	
hablar <u>ais</u>		corrier <u>ais</u>		midier <u>ais</u>	
hablar <u>an</u>		.corrier <u>an</u>		Midier <u>an</u>	

- Para una lista completa de sus usos y de los verbos irregulares, repasa la gramática 3.1 del primer capítulo.
- El pasado del subjuntivo también se puede usar para suavizar aún más una sugerencia. Nótese en los siguientes ejemplos que la primera cláusula, el verbo está en el condicional. En la segunda, se puede usar tanto el presente como el pasado del subjuntivo. El pasado del subjuntivo comunica una situación deseable aunque sea difícil de conseguir.

Ejemplos: **Sería** bueno que contrataras a alguien que **haga/hiciera** el aseo de la casa.

**Te sugeriría** que **tengas/tuvieras** unas horas para ti cada día.

## Gramática y ejercicios

**8.4 Cuatro en línea.** Con un compañero/a tome turnos para elegir un sujeto y un verbo, conjúguelo en el Pasado del Subjuntivo. Si lo hace correctamente ponga una X (u O) en el rectángulo correspondiente. El primero que tenga cuatro X u O seguidas, gana. Las líneas diagonales NO valen, solo verticales u horizontales.

	Hacer	Sufrir	Diagnosticar	Curar	Entender	Recibir
El paciente						
Yo						
Tú						
Mi familia y yo						
Los médicos						
Usted						

**8.5 Más sugerencias.** Trabajen en grupos de tres personas y escriban diez sugerencias **suavizadas** para un familiar que tiene que cuidar a una persona con un cáncer en la fase terminal. Recuerde usar expresiones con el condicional en la primera cláusula: Sería bueno que ....., te recomendaría que....

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

## 8.3 Hipótesis

En esta sección, se verán las cláusulas “si” en situaciones hipotéticas.



En español, las cláusulas con “si” (if) expresan eventos hipotéticos que no han sucedido y se usan para expresar lo que alguien haría o lo que pasaría bajo ciertas circunstancias.

- Las oraciones que se forman con el Imperfecto del Subjuntivo y el Condicional expresan “hipótesis menos probables” ya que para que se dé la consecuencia (o el resultado) deseado, la condición es irreal, exagerada y/o poco probable:

<u>Si + Pretérito del Subjuntivo</u>	➔	<u>Condicional</u>
Cláusula subordinada		cláusula independiente

Si ganara la lotería	➔	sería millonario.
<b>Condición</b>		<b>Consecuencia</b>

Si no hubiera tanto tráfico	➔	llegaría temprano todos los días.
<b>Condición</b>		<b>Consecuencia</b>

- Entre las hipótesis menos probables están las que definitivamente nunca sucederán porque se refieren al pasado, es decir cosas que pudieron haber ocurrido, pero no ocurrieron.

<u>Si + Pluscuamperfecto del Subjuntivo</u>	➔	<u>Condicional Perfecto</u>
Cláusula Subordinada		Cláusula Independiente

Si hubiera llegado temprano	➔	habría tenido mejor asiento.
<b>Condición</b>		<b>Consecuencia</b>

Si te hubieras portado mejor	➔	habrías podido ir al cine con tus hermanos.
<b>Condición</b>		<b>Consecuencia</b>



- El “si” también puede usarse para expresar hipótesis más probables.

Si + Presente del indicativo                      Futuro Simple  
Cláusula subordinada    ➡    Cláusula independiente

Si + como sano todos los días                      llegaré a mi peso ideal.  
**Condición** ➡    **Consecuencia**

Si + presto más atención                      entenderé mejor la discusión.  
**Condición** ➡    **Consecuencia**

**Note que en todos los casos recién expuestos la cláusula subordinada y la independiente van siempre separadas por una coma. Esto significa que las cláusulas pueden intercambiar posiciones y seguir teniendo el mismo significado.**

## Gramática y ejercicios

**8.6 Conjugación.** Complete las siguientes oraciones usando la forma adecuada del verbo. Preste atención al verbo de la cláusula subordinada.

1. Si Pablo se hubiera sentido mejor, yo no (estar) \_\_\_\_\_ tan triste.
2. Si Irene se queda en casa todos los días (comenzar) \_\_\_\_\_ a sentir la presión de cuidar a Pablo.
3. Si no le hubieran diagnosticado Alzheimer, todo (ser) \_\_\_\_\_ mucho mejor.
4. Si yo fuera Irene, (hacer) \_\_\_\_\_ lo mismo.
5. Si la enfermedad de Alzheimer no existiera, (nosotros, tener) \_\_\_\_\_ un mundo mejor.
6. Si Irene acepta contratar a una enfermera (poder) \_\_\_\_\_ descansar más.

**8.7 Conjugar y ordenar.** Primero elija la forma correcta del verbo para la cláusula que lo requiera, luego intercambie el orden de la cláusula subordinada y de la principal en las siguientes oraciones. Pista: Preste mucha atención a cómo está conjugado el verbo de la cláusula que se ofrece para que sepa la conjugación de la otra cláusula.

Ej.: Si ganara la lotería, (ser) sería millonario  
Sería millonario, si ganara la lotería.

1. Si hubiera estudiado medicina, (investigar) \_\_\_\_\_ una cura para la demencia.

---

2. Si (yo, cambiar) \_\_\_\_\_ las cosas de lugar, Pablo estará confundido.

---

3. Si Pablo supiera quién soy yo, me (dar) \_\_\_\_\_ una alegría inmensa.

---

4. Si tú (tener) \_\_\_\_\_ la posibilidad de elegir otra vez a un compañero, ¿habrías elegido a Pablo?

---

5. Si me dieran la posibilidad de elegir otra vez, mil veces más (elegir) \_\_\_\_\_ a Pablo.

---

6. Si le (dar) \_\_\_\_\_ mucho amor, Pablo se sentirá mejor.

---

**8.8 Para pensar.** Conteste las siguientes preguntas con un/a compañero/a de clase. En su respuesta, use la forma completa de la cláusula “si” que se le presenta.

Por ejemplo:

Si pudieras pintar tu casa de otro color, ¿qué color sería?

Si pudiera pintar mi casa de otro color, la pintaría de azul.

1. ¿Qué haría si fuera presidente?

---

---

2. Si pudiera viajar sin medir gastos, ¿a qué país iría?

---

---

3. Si hubiera sido emperador de un imperio, ¿qué ley habría impuesto?

---

---

4. Si hubiera elegido otra profesión, ¿cuál habría sido?

---

---

5. Si encuentran una cura para el Alzheimer, ¿crees que estará al alcance de todos?

---

---

## En resumen

En este capítulo se exploró el tema central de los pacientes en la etapa terminal de su enfermedad y el cuidado en familia. Se examinaron enfermedades como el cáncer el páncreas y el Alzheimer, así como el tema de la directiva anticipada para la atención de la salud. Se cubrió también la función comunicativa de formular hipótesis así como el dar sugerencias deseables pero poco probables.

**ER.1** Utilizando la información proveída en este capítulo y su conocimiento conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. Use la información de este capítulo y su conocimiento para contestar las siguientes preguntas en forma de ensayo. ¿Quién cree usted que tenga que tomar decisiones con respecto al tratamiento para seguir en case de cáncer, el paciente o su médico? ¿Por qué? ¿Considera que los pacientes deben comunicarle a sus familiares cuando entran a la fase terminal de su enfermedad? ¿Por qué? ¿Por qué es importante que un paciente haga una Directiva Anticipada para la Atención de la Salud?

---

---

---

2. La siquiatra Elizabeth Kübler-Ross presentó el modelo de las etapas de duelo por la que pasan los pacientes que están en una etapa terminal. ¿Cuáles son las etapas?

---

---

---

3. Investiga los siguientes enlaces y contesta las siguientes preguntas:

a. <http://enfermeria.me/actitud-sobre-el-paciente-terminal/>

¿Cuáles son los derechos del paciente que se mencionan en este enlace? ¿Qué cuidados se sugieren para el paciente terminal? El artículo también habla de 'la atención a la agonía' y 'la atención a la familia'. Explica a qué se refiere con esto.

b. [http://www.trabajosocialmalaga.org/archivos/revista\\_dts/47\\_12.pdf](http://www.trabajosocialmalaga.org/archivos/revista_dts/47_12.pdf)

¿A qué se refiere cuando mencionan 'atención integral al final de la vida'?

¿Identifica cinco puntos que se mencionan en la sección 'El trabajo con las familias'?

---

---

---

---

# Capítulo 9

## Geriatría

### Metas comunicativas

- Dar recomendaciones
- Dar sugerencias a ancianos

### Temas Centrales

- A. El envejecimiento saludable**
- B. El cuidado del anciano en el hogar**
- C. El cuidado del anciano fuera del hogar**

### Gramática y Ejercicios

**9.1 El imperfecto de subjuntivo: En las cláusulas nominales y adjetivales**

**9.2 El imperfecto de subjuntivo: En las cláusulas adverbiales**

**9.3 El imperfecto de subjuntivo: En cláusulas principales**

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará temas relacionados con la geriatría, tales como el envejecimiento saludable, los tipos de cuidados que un paciente anciano requiere fuera del hogar o en el hogar. De igual manera, el estudiante leerá sobre las actitudes generales hacia los ancianos y el tipo de cuidado que deben de recibir. Se informará sobre diversas actividades que promueven la interacción social en la tercera edad.

Preguntas para considerar:

¿Cuáles son algunas preocupaciones y algunos problemas en la población latina con respecto a los ancianos?

¿Cómo se puede educar a la comunidad latina acerca del cuidado del anciano fuera y dentro del hogar?

¿Cuáles factores culturales debe de tener en cuenta un profesional de la salud al abordar temas relacionados a los ancianos?

## A. EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE



Consulte la gramática 9.1

### Vocabulario útil

la tercera edad	old age
especular	to speculate
el ciclo vital	life cycle
los ancianos	the elderly
el envejecimiento saludable	healthy aging
recreativo	recreational
audición	hearing
bucal	oral



### LECTURA

Las personas de tercera edad son el grupo de la población con mayor aumento en casi todos los países. Actualmente, 700 millones de personas de la población son mayores de 60 años, según la Organización Mundial de la Salud. Se especula que para el año 2050 la población anciana representará más del 20% de la población mundial. El envejecimiento es la tercera etapa del ciclo vital. Esta etapa se caracteriza por los cambios que se producen en el cuerpo humano y en la mente. Es decir, son cambios físicos, como la apariencia del cabello y de las uñas y los cambios mentales, tales como la demencia y/o el Alzheimer, entre otras. Generalmente, la etapa de tercera edad se asocia con enfermedades y discapacidades. Sin embargo, aunque éstas no se pueden evitar, está comprobado que al llevar un estilo de vida saludable se pueden posponer los padecimientos de enfermedades y discapacidades causadas por la vejez.

Un envejecimiento saludable consiste en hacer actividad física rutinariamente, llevar una alimentación adecuada, participar en actividades sociales y recreativas, monitorear la salud (exámenes clínicos, vacunas y salud de la visión, audición y salud bucal) y prevenir caídas y accidentes. El envejecer no tiene que ser sinónimo de padecimientos, si cada individuo toma control para determinar su manera de envejecer.

### 1. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿En qué etapa surge el envejecimiento y cómo se caracteriza?

---

---

2. ¿Cuál es el porcentaje de la población total que se especula formará el grupo de ancianos?

---

---

3. La vejez se asocia con enfermedades y discapacidades. ¿Cómo se pueden posponer éstas?

---

---

4. ¿Cuáles son los factores que determinan un envejecimiento saludable?

---

---

### 2. Investigación

Investigue en la Red Mundial la demencia y el Alzheimer. Provea una explicación detallada y fácil de comprender para un paciente.

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Vocabulario útil

la seriedad  
los chequeos de rutina  
la vacuna antigripal  
la vacuna antitetánica  
el otorrinolaringólogo

seriousness  
routine check ups  
flu shot  
tetanus vaccine  
otolaryngologist

**Diálogo 9.1** El señor Elías Campos de 66 años va con su médico de cabecera, el Dr. Tello, especialista en geriatría.

Dr. Tello -- Hola, Sr. Campos, ¿cómo está?

Elías Campos -- Muy bien, doctor. ¿Y usted?

Dr. Tello -- Muy bien, gracias. ¿Y cuál es el motivo de su visita?

Elías Campos -- Pues doctor, **me recomendaron** que **viniera** a verlo porque ya no soy tan joven.

Dr. Tello -- No, pero usted todavía sigue joven (sonriendo), pero tiene 66 años y **le sugeriría que se hiciera** algunos chequeos de rutina para asegurarse que tenga un envejecimiento saludable.

Elías Campos -- Hace mucho que no vengo al doctor; solo voy cuando estoy enfermo. ¿De cuáles chequeos habla?

Dr. Tello -- Hay chequeos básicos, tales como el examen físico donde se mide su peso, su estatura, el colesterol, la diabetes y la presión arterial. También hay chequeos un poco más complejos, como el examen oftalmológico, el examen de audiometría y el examen dental. Además, existen exámenes que ayudan a detectar el cáncer de colon, como la colonoscopia, y para detectar el cáncer de próstata, como el tacto rectal. De igual manera hay vacunas que debe de recibir con frecuencia, como la vacuna antigripal, la vacuna antitetánica, y la vacuna el herpes zóster.

Elías Campos --Y doctor ¿cuáles me va hacer hoy?

Dr. Tello -- **Preferiría que comenzáramos** con lo básico y después lo citaré para que le hagamos lo más complejo.

**Diálogo 9.2** El Dr. Tello recibe a la señora Elizabeth Conteo de 65 años que viene a su segunda cita.

Dr. Tello -- Hola Sra. Conteo, ¿Cómo está?

Elizabeth Conteo -- Muy bien doctor. Lista para hacerme los análisis que me faltan.

Dr. Tello -- Muy bien. Ya veo que se ha hecho todos los exámenes básicos y veo que mantiene su nivel de colesterol, de azúcar en la



sangre y su presión arterial bien. Sin embargo, tuvo algunos problemas con el examen oftalmológico y el examen de audiometría. Para éstos la voy a referir a un oftalmólogo y a un otorrinolaringólogo. Por el momento procederé a hacerle un examen pélvico y una citología vaginal. Después la recepcionista le llamará para programar una cita en radiología para su examen de osteoporosis. De allí haremos un seguimiento y continuaremos con el resto de los exámenes que debe hacerse.

Elizabeth Conteo -- Y doctor ¿cuántos exámenes más me tendré que hacer?

Dr. Tello -- Aun tiene que hacerse el examen de mamografía y un electrocardiograma. Acuérdesse que por su edad algunos de estos exámenes se tienen que hacer con más frecuencia. Pero por el momento son cada año.

### 3. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Cuál es el motivo de la visita del señor Elías Campos?

---

2. Nombre algunos chequeos de rutina que pueden asegurar un envejecimiento saludable.

---

3. ¿Cuál examen ayuda a detectar el cáncer de próstata?

---

4. La señora Conteo tuvo problemas con algunos exámenes. ¿Cuáles son y cuál especialista debe visitar?

---

5. ¿Qué examen realizará el Dr. Tello en su paciente?

---

### 4. Investigación

Utilice la red mundial para investigar cual es la especialidad de un otorrinolaringólogo. Nombre por lo menos tres exámenes que realizan estos especialistas.

---

---

---

---

---

## 5. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. En su opinión, ¿cree que los ancianos deben seguir activos sexualmente?

---

---

2. ¿Cree que existe suficiente información disponible para los ancianos acerca de la sexualidad y la práctica en la tercera edad?

---

---

### Vocabulario útil

el impedimento  
el coito  
la excitación  
pena  
incomodo  
la inquietud

prevention  
sexual intercourse / coitus  
arousal  
embarrassment  
uncomfortable  
concerns



## LECTURA

### La sexualidad en los adultos mayores

Como se ha visto en el capítulo 5, la sexualidad es un aspecto importante de la vida humana. Las relaciones sexuales permiten que los seres humanos expresen sus sentimientos y creen intimidad. En la tercera edad, la sexualidad continúa siendo un factor esencial, ya que es parte de un envejecimiento saludable. El envejecimiento no debe ser un impedimento para continuar con una actividad sexual saludable. Sin embargo, el tema de la sexualidad en los adultos mayores es un tema sensible que causa preguntas fundamentales. Por ejemplo, ¿cómo se ven afectadas las relaciones sexuales con la edad? y ¿cómo pueden las personas mayores mantener la salud sexual?

Es indudable que con la edad la capacidad de tener coito se ve afectada. Cambios normales en el cuerpo humano, medicamentos y afecciones relacionadas con la vejez son factores determinantes en la capacidad de tener un rendimiento sexual. Por ejemplo, las personas que sufren de artritis pueden ver afectada su vida sexual puesto que las articulaciones causan dolor y hacen que el acto sexual sea incómodo. De igual manera, la arterioesclerosis (problema cardiovascular), puede resultar en problemas de erección en los hombres y causar hipertensión. Es común que muchos ancianos teman involucrarse en el acto sexual después de un ataque cardíaco; pues existe una probabilidad mínima de sufrir otro. A pesar de que existen factores que afectan la habilidad sexual, también hay formas de mantener una vida sexual saludable en la tercera edad.

Algunas instituciones gubernamentales, como el Instituto nacional sobre el envejecimiento, ofrecen consejos básicos para mantener la salud sexual. Uno, se recomienda que hablen abiertamente con su médico, ya que éste les puede ayudar con problemas de disfunción eréctil y recetar medicamentos que no afecten su rendimiento. Dos, se alienta a que los pacientes ancianos mantengan una comunicación con su pareja y experimenten diferentes procesos de excitación y posiciones. Tres, es muy importante protegerse en contra de las enfermedades de transmisión sexual y hacerse pruebas/exámenes regularmente. Por último, de igual importancia es mantenerse saludable llevando un estilo de vida que incluya actividad física y una buena alimentación.

La sexualidad en los adultos mayores es parte de un envejecimiento saludable porque conlleva beneficios físicos, mentales y emocionales. Es importante recordar que los ancianos aún tienen sentimientos, deseos y necesidades a lo largo de su ciclo vital. Los profesionales de la salud tienen que reconocer todas las necesidades de los ancianos incluyendo la sexualidad y tener en cuenta que este tema causa pena.

### Nota para los proveedores del cuidado

Los proveedores del cuidado (care givers) para los ancianos deben tratar de ser delicados al abordar el tema de la vida sexual de sus clientes. Aunque se sientan incómodos deben de hablar de la sexualidad y las nuevas relaciones de los ancianos. Al igual deben contestar sus dudas e inquietudes de una manera respetuosa.

## 6. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Por qué es la sexualidad un factor esencial en la tercera edad?

---

---

2. Provea un ejemplo de cómo el envejecimiento afecta el rendimiento sexual.

---

---

3. ¿Por qué los ancianos que han sufrido de un problema cardiovascular le temen al acto sexual?

---

---

4. El instituto nacional sobre el envejecimiento provee consejos básicos para mantener la salud sexual. De dos ejemplos.

---

---

## 7. Investigación

Utilice la red mundial para investigar la frecuencia de las enfermedades de transmisión sexual entre las personas de tercera edad. ¿Cuáles son los mitos y la información errónea acerca de la práctica de la sexualidad en la tercera edad?

---

---

---

## 8. Opinión

¿Cuál es su opinión acerca de esos mitos?

---

---

## 9. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuán importantes son las interacciones sociales entre los adultos mayores? ¿Por qué?

---

---

## **La importancia de las interacciones sociales en el envejecimiento**

Estudios han demostrado que mantener una interacción social les brinda beneficios a los ancianos. El mantenerse socialmente activo y cultivar relaciones interpersonales ayuda a mantener la salud física y emocional, además de la función cognitiva.

Cuando los adultos mayores se jubilan dejan de tener las interacciones sociales necesarias para mantenerse saludables. Además, ayudan a tener una vida más larga en comparación con aquellos que viven aislados.

### **BENEFICIOS**

- Reduce el riesgo de los problemas cardiacos
- Disminuye el riesgo de algunos cánceres
- Reduce el riesgo de las enfermedades mentales
- Disminuye la presión sanguínea
- Reduce el riesgo de la osteoporosis y la artritis reumatoide

### **CONSECUENCIAS DEL AISLAMIENTO SOCIAL**

- Mayor riesgo de mortalidad
- Disminución de la actividad física
- Depresión
- Hipertensión

### **Formas de mantenerse socialmente activo**

- Involucrarse en un grupo que practique actividades de su preferencia
- Visite un centro para personas mayores e interactúe con otros
- Únase a un centro de ejercicios para mantenerse saludable
- Sea voluntario en su comunidad

Fuentes:

<https://www.urmc.rochester.edu>

<https://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/content.aspx?ContentTypeID=1&ContentID=4513>

## 10. Investigación

Utilice la red mundial para contestar las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son algunas enfermedades mentales que sufren los ancianos?

---

---

---

2. ¿Cuáles servicios se ofrecen en su comunidad que promueven la interacción social entre los adultos mayores?

---

---

---

## B. EL CUIDADO DEL ANCIANO EN EL HOGAR

★ Consulte la gramática 9.2

### Vocabulario útil

las barandas  
el moretón  
el asilo de ancianos  
el aseo personal  
la alfombra antideslizante  
la jubilación

railings  
contusion  
nursing homes  
grooming  
slip mat  
retirement

**Dialogo 9.3** La señora Linda Bilbao lleva a su madre, la señora Maite Ojinaga, de 72 años, a ver al Dr. Tello porque sufrió una caída. Linda necesita información acerca de cómo proveerle un mejor cuidado a su madre **a fin de que** no se **volviera** a lastimar en el hogar.

- Dr. Tello -- Hola señoras, ¿cómo están? ¿En qué les puedo ayudar?
- Señoras -- Buenas tardes, bien ¿Y usted?
- Dr. Tello -- Muy bien, gracias.
- Linda Bilbao -- Buenas tardes doctor, aquí traigo a mi mamá porque se cayó hace un día. Dice que se siente bien, pero yo sugiero que la revise **en caso de que estuviera** lastimada.
- Dr. Tello -- Muy bien, (acostando a la Sra. Ojinaga en la cama de revisión médica) y ¿es usted la proveedora del cuidado en el hogar?
- Linda Bilbao -- Sí, mi madre vive conmigo desde hace 2 años. Soy legalmente su proveedora del cuidado. De hecho mis parientes me han recomendado que la interne en un asilo de ancianos. Sin embargo, yo no quiero internarla **a menos de que fuera** totalmente necesario. La traje **para que** ella **escuchara** su opinión y pueda opinar sobre lo que es mejor para ella. Quiero mejorar el cuidado que le ofrezco en casa.
- Dr. Tello -- Sus inquietudes son válidas, y claro que podré orientarlas. Pero primero, ¿señora Ojinaga, cómo se cayó?

- Señora Ojinaga -- Me resbalé en el baño, pero no me caí tan duro porque me detuve con el lavamanos
- Dr. Tello -- ¿Le duele la cadera, o le duele en otro lugar?
- Señora Ojinaga -- No me duele; solo tengo un moretón aquí por la cadera, pero ya se me quitará.
- Dr. Tello -- Sra. Bilbao, todo me parece normal. Le hice algunos chequeos y parecen indicar que no hay lesión. Sin embargo, para evitar caídas en el futuro, si usted planea cuidar a su madre por un periodo largo, es importante que tome algunas medidas preventivas.
- Linda Bilbao -- ¿Y cuáles son esas?
- Dr. Tello -- Pues, primero se debe de asegurar que los lugares por donde se mueva su madre estén libres de obstáculos y que tengan bastante luz. Utilice alfombras antideslizantes e instale barandas para el apoyo en el baño.
- Linda Bilbao -- He pensado que eso es una buena idea. Tengo que consultar con mi esposo antes de que instale las barandas para asegurar que la casa esté acondicionada para estos cambios. ¿Qué más puedo hacer?
- Dr. Tello -- También debe de cuidar el aseo personal, por ejemplo cuide la salud bucal de su madre. Ella usa prótesis dental, así que cepíllela después de cada comida y déjela en agua fría toda la noche.
- Señora Ojinaga -- Oh doctor, yo puedo hacer eso. Mi hija no lo tiene que hacer.
- Dr. Tello -- Muy bien. Es bueno que usted quiera hacer cosas por sí misma, pero no sienta vergüenza de pedir ayuda. (dirigiéndose a la Sra. Bilbao) También es importante que se asegure que duerma sus horas necesarias, mantenga una dieta sana y que lleve un registro de sus medicamentos.
- Linda Bilbao -- Si, trato de hacerla sentir cómoda y de ayudarle.
- Dr. Tello -- Muy bien. El apoyo familiar es muy importante; hay que integrarla en las actividades familiares para que fortalezca los lazos familiares. De igual manera, es importante que participe en unas actividades en la comunidad. Debe asegurarse que su vecindario ofrezca servicios de transporte público, cuidados para personas mayores y actividades en clubes o centros de integración **con el fin de que** no se **sintiera** sola. Y si



nota algún cambio de ánimo depresivo, triste sin ganas de hacer nada, comuníquese conmigo. Pero recuerde que lo más importante es que ella sienta el apoyo familiar.

Linda Bilbao -- Muchísimas gracias por todos los consejos. Sé que mi madre estará mejor conmigo que en un asilo de ancianos.

Señora Ojinaga -- A mí no me gusta dar molestias, sino que prefiero estar con mi hija y cuidar a mis nietos.

### 11. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Cuál es el propósito de la visita médica?

---

---

2. ¿Cuáles son algunas medidas preventivas para evitar las caídas en el hogar?

---

---

3. ¿Qué se le debe de hacer a la prótesis dental de la Sra. Ojinaga?

---

---

4. Linda debe de asegurarse de –

---

---

5. ¿Por qué es importante el apoyo familiar?

---

---

### 12. Investigación

Utilice la red mundial para investigar los beneficios del cuidado del anciano en el hogar. ¿Existen mitos acerca del cuidado en el hogar? Provea tres ejemplos de cada uno.

---

---

### 13. Opinión

En su opinión, ¿cuáles son las ventajas y las desventajas de cuidar al anciano en el hogar?

---

---

### 14. Actividad de pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué opina sobre el mal de Alzheimer y el cuidado de los ancianos en el hogar? ¿Cree que la decisión de cuidar al anciano en el hogar depende de la cultura y las tradiciones familiares? Explique.

---

---

#### Vocabulario útil

filial  
desempeñar  
empeorar

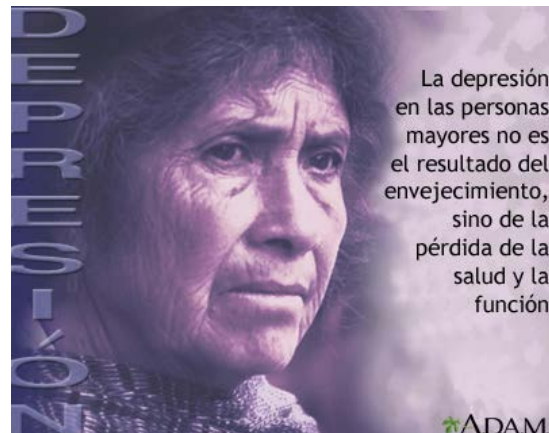
filial  
to perform  
to worsen



## LECTURA / NOTA CULTURAL

### La depresión, la demencia y la comunidad latina

De acuerdo con *Animated Dissection of Anatomy for Medicine* (A.D.A.M. por sus siglas en inglés) “La depresión en las personas mayores no es el resultado del envejecimiento, sino de la pérdida de la salud y la función.” En la tercera edad es normal sentirse triste cuando ocurren eventos tales como la pérdida de seres queridos, la jubilación y los problemas de salud. Sin embargo, si estos sentimientos de tristeza se prolongan y empiezan a ser un impedimento para realizar las actividades cotidianas, puede ser una señal de depresión.



La depresión es un trastorno mental del estado anímico que causa tristeza, sensación de pérdida, frustración o ira por largos periodos de tiempo e interfiere con la vida cotidiana. No es una parte normal del envejecimiento, pero puede ocurrir cuando hay cambios significantes, tales como dolor crónico, muertes de cónyuge, familiares o amigos cercanos, o la pérdida de la independencia debido a un padecimiento físico como el mal de Parkinson o el Alzheimer. No es fácil identificar la depresión porque muchos de los síntomas son similares a aquellos causados por el proceso del envejecimiento o una afección física. Por lo tanto, en muchas ocasiones es difícil distinguir entre a depresión y la demencia.

La demencia es un síndrome que deteriora la memoria, el intelecto, el comportamiento y la habilidad para realizar actividades diarias, al igual que la depresión no es una parte normal del envejecimiento, pero afecta generalmente a los adultos mayores. Existen unos 47,5 millones de personas que sufren de demencia en el mundo. Entre un 60-70% de ellos son causados por el mal de Alzheimer, la causa principal de la demencia. El mal de Alzheimer es una enfermedad cerebral causante de problemas de memoria, en la forma de pensar y comportarse. Se presenta en tres etapas: leve, moderada y severa y puede conducir a la muerte. De acuerdo con la *Asociación de Alzheimer*, existen señales de advertencia para el Alzheimer y otros tipos de demencia. Uno, cambios de memoria que dificultan la vida cotidiana. Dos, dificultad para planificar y resolver problemas. Tres, dificultad para desempeñar tareas habituales en la casa, en el trabajo y en su tiempo libre. Cuatro, desorientación de tiempo o lugar. Cinco, dificultad para comprender imágenes visuales y cómo los objetos se relacionan uno al otro en el ambiente. Seis, nuevos problemas con el uso de palabras escritas o habladas. Siete, colocación de objetos fuera de lugar y la falta de habilidad para retrasar sus pasos. Ocho, disminución o falta del buen juicio. Nueve, pérdida de iniciativa para tomar parte en el trabajo o en las actividades sociales. Por último, cambios en el humor o la personalidad.

En la comunidad latina el mal de Alzheimer es una enfermedad preocupante, ya que un cuarto de millón de latinos padecen de la enfermedad y 1,5 millones de ellos están propensos a desarrollarla. Generalmente, los latinos ignoran los síntomas por el respeto cultural hacia los ancianos e intentan ocultar sus errores. Por ende, según un informe de la *Asociación de Alzheimer* de los EE.UU., pueden no recibir tratamiento en las fases tempranas. De igual manera, los latinos no reciben el cuidado médico necesario para prevenir o reducir el riesgo de que empeore la afección. A medida que la enfermedad avanza, las familias se inclinan a proveer cuidado en el hogar, porque según la Dra. Dolores Gallenher-Tomson, directora del *Centro de educación geriátrica de Stanford*, las familias sienten una obligación filial de proveer cuidado a sus ancianos en el hogar. Los profesionales de la salud deben de ser conscientes de que existen factores culturales y de familia que afectan el cuidado de los ancianos.

Fuentes:

<https://www.nlm.nih.gov>

<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/001521.htm>

<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/003326.htm>

<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/dementia.html>

<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000760.htm>

<https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007428.htm>

<http://www.aarp.org>

[http://www.aarp.org/espanol/familia/prestar-cuidado/info-10-2010/alzheimer\\_y\\_latinas.html](http://www.aarp.org/espanol/familia/prestar-cuidado/info-10-2010/alzheimer_y_latinas.html)

<http://www.alz.org>  
[http://www.alz.org/espanol/signs\\_and\\_symptoms/las\\_10\\_senales.asp](http://www.alz.org/espanol/signs_and_symptoms/las_10_senales.asp)  
[https://www.alz.org/national/documents/report\\_hispanic.pdf](https://www.alz.org/national/documents/report_hispanic.pdf)  
<http://www.adam.com>  
<http://www.adam.com/about>  
<http://www.who.int>  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs362/es/>  
<http://es.familydoctor.org>  
<http://es.familydoctor.org/familydoctor/es/diseases-conditions/depression/depression-in-older-adults.html>  
<http://mexico.cnn.com>  
<http://mexico.cnn.com/salud/2010/03/11/ahogandose-en-alzheimer-los-hispanos-luchan-contra-la-demencia>

### 15. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Cuáles son las señales de depresión?

---

---

2. ¿Es fácil identificar la depresión? ¿Por qué?

---

---

3. ¿Cuál es la cifra de casos entre los latinos que tienen el mal de Alzheimer? ¿Cuáles son las consecuencias de este mal?

---

---

4. ¿Por qué las familias hispanas se inclinan a proveer cuidados en el hogar?

---

---

### 16. Investigación

Utilice la red mundial para contestar las siguientes preguntas.

1. Explique las tres etapas del Alzheimer.

---

---

---

---

---

2. Investigue cuáles son las pruebas y los exámenes que se usan para detectar el Alzheimer. Explique.

---

---

---

---

---

3. En el siguiente enlace se encuentra una foto novela: ¿Qué le pasa al abuelito? Léala e identifique algunas señales y síntomas del Alzheimer. [http://www.alz.org/espanol/signs\\_and\\_symptoms/que\\_le\\_pasa\\_al\\_abuelito-slideshow.asp](http://www.alz.org/espanol/signs_and_symptoms/que_le_pasa_al_abuelito-slideshow.asp)

---

---

---

**17. A conversar**

Cree un diálogo entre un geriatra y un paciente donde se hace una evaluación de salud mental. Utilice la respuesta # 2 de la actividad de investigación.

---

---

---

**18. Actividad de pre-lectura**

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Cuáles medidas preventivas tomaría usted si tuviera que cuidar de un anciano con demencia?

## El cuidado en el hogar para ancianos con demencia

Los ancianos con demencia necesitan apoyo en el hogar. Los familiares son la clave esencial para brindar el apoyo. Por lo tanto, los parientes necesitan entender como los ancianos con demencia perciben su mundo a medida que avanza la edad. Además, los proveedores deben brindar la oportunidad a los ancianos de participar en su propio cuidado y hablar de cualquier reto que pueda surgir.

### **Los proveedores del cuidado deben de informarse acerca de cómo:**

- Manejar problemas de comportamiento y del sueño
- Asistir con la pérdida de la memoria
- Hablar con el anciano
- Hacer más fácil las actividades diarias como vestirse y asearse.
- Aumentar la seguridad en la casa
- Prevenir caídas

### **Consejos útiles**

- Se recomienda que el proveedor y el anciano caminen a fin de que mejore la habilidad de comunicación.
- Toque música tranquilizante para que se reduzca la inquietud y la posibilidad de deambular; también para aliviar la ansiedad y mejorar el comportamiento.
- Lleve al anciano a que se realice exámenes de los ojos y los oídos antes de que empeore la situación.
- Supervise las comidas en caso de que note que el anciano olvida comer.

### **El programa de retorno seguro**

La Asociación para el Alzheimer implementó este programa que exige que las personas Afectadas con demencia utilicen un brazalete de identificación con el fin de que localicen a los ancianos que deambulan.

### **Algunos consejos para disminuir la confusión en personas con demencia:**

- Atenerse a un horario de actividades sencillo
- Mantener objetos y personas familiares alrededor
- Facilitar recordatorios, apuntes, lista de tareas rutinarias o instrucciones
- Mantener encendidas las luces por la noche

Fuentes: <https://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/007428.htm>

### 19. Investigación

Utilice la red mundial para contestar la siguiente pregunta.

1. ¿Qué servicios ofrece su comunidad para las familias que cuidan de los ancianos en el hogar?

---

---

---

---

### 20. Actividad de Pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Cuáles son algunas actividades diseñadas para los ancianos en su comunidad?

---

---

#### Vocabulario útil

las manualidades  
la clase de tejido  
la biblioteca  
la caridad  
el campeonato  
las damas  
el ajedrez

crafts  
knitting classes  
library  
charity  
championships  
checkers  
chess



## LECTURA

Recreación deportiva	Recreación artística y cultural	Recreación pedagógica	Recreación ambiental	Recreación comunitaria
<p><b>Resistencia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminar</li> <li>• Bailar</li> <li>• Jugar tenis</li> </ul> <p><b>Fortalecimiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Levantar pesas</li> <li>• Usar las bandas de resistencia</li> </ul> <p><b>Equilibrio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pararse en un pie y después en el otro</li> <li>• Caminar en línea recta con un pie delante del otro</li> </ul> <p><b>Flexibilidad:</b> Ejercicios de estiramiento después del calentamiento</p> <p><b>Clases:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De baile</li> <li>• Kickboxing</li> <li>• Yoga</li> <li>• Aeróbicos</li> <li>• Aeróbicos acuáticos</li> <li>• Practicar el golf</li> </ul>	<p><b>Artísticas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomar clases de arte; manualidades y cocina</li> <li>• Tomar clases de tejido</li> <li>• Tomar clases de carpintería</li> </ul> <p><b>Culturales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Danzas y bailes</li> <li>• Asistir a festivales recreativos</li> <li>• Encuentros culturales</li> <li>• Festivales de adultos mayores</li> <li>• Reuniones sociales</li> </ul>	<p><b>Bibliotecas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unirse a clubes de libros</li> </ul> <p><b>Escuelas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser un lector voluntario</li> </ul> <p><b>Universidad</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender lenguas</li> </ul> <p><b>Juegos de memoria</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quien se cambia</li> </ul>	<p><b>Excursiones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caminatas de excursión</li> <li>• Paseos en el parque</li> <li>• Visitar parques estatales</li> <li>• Visitar parques nacionales</li> <li>• Visitar centros históricos</li> <li>• Visitar parques locales</li> </ul>	<p><b>Hospitales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser voluntario y leerle a los pacientes</li> <li>• Participar en obras de caridad</li> <li>• Campeonatos de juegos de mesa como: el domino, el parchís, las damas y el ajedrez.</li> </ul>



**21. Preguntas.** Conteste las siguientes preguntas.

1. Si usted pudiera donar su tiempo en un centro comunitario para ancianos, ¿Qué actividades practicaría con ellos? ¿Practicaría actividades recreativas artísticas, culturales, ambientales, deportivas o comunitarias? Explique.

---

---

---

---

2. Si usted pudiera crear nuevas actividades recreativas para adultos mayores ¿cuáles serían? Provea dos actividades.

---

---

---

---

## C. EL CUIDADO DEL ANCIANO FUERA DEL HOGAR



### Consulte la gramática 9.3

#### Diálogo 9.4

Los hermanos Chinchilla llevan a su padre al geriatra, el Dr. Tello, porque están preocupados por la condición de su papá.

- Dr. Tello -- Hola, ¿cómo están? ¿Cómo sigue su papá?
- Hermanos Chinchilla -- Buenas tardes, bien, gracias. Nuestro papá cada vez se pone algo más malito. ¿Y usted cómo está?
- Dr. Tello -- Muy bien, gracias. Explíquenme, cómo ha cambiado la situación.
- Ernesto Chinchilla -- Pues, mire doctor, para empezar, nos sacó un susto porque deambuló, pero lo bueno es que tiene su brazalete y lo localizamos en pocas horas. Pero no nada más es eso, sino que cada día se vuelve más dependiente de nosotros para realizar las actividades cotidianas. Por ejemplo, con el aseo personal, nunca se acuerda de comer y está durmiendo menos. Y en realidad nosotros no podemos dejar de trabajar o irnos del trabajo temprano, porque como usted sabe, esta enfermedad conlleva muchos gastos...
- David Chinchilla -- Ojalá **pudiéramos** cuidarlo, porque es nuestro padre, y él ha hecho mucho por nosotros, pero como dice mi hermano, no tenemos el tiempo necesario ni la habilidad para apoyarlo adecuadamente.
- Dr. Tello -- Lamentablemente la situación empeorará y sé que es muy difícil para las familias vivir en esta situación y ajustar su horario para proveer el cuidado. Lo bueno es que ustedes tienen opciones de alojamiento para su padre.
- David Chinchilla -- No queríamos que llegara el punto de llevarlo a un asilo. Como le hemos dicho, es nuestro padre y ha hecho mucho por nosotros y por la familia. Él cuidó de nuestra madre hasta que falleció, y cómo no lo vamos a cuidar nosotros.

Dr. Tello -- Ustedes tienen que entender que lo están haciendo por su bien, que esto no significa que lo están abandonando, porque en muchos de estos lugares lo pueden ir a visitar, pasar tiempo con él y llevarlo a casa por unos días. También estos lugares son buenos porque estará interactuando con otros pacientes de su edad y estará en buenas manos. Acuérdense que hay muchos voluntarios que van y hacen actividades con ellos. También esto ayudará a que no se deprima porque no estará solo o con ayuda limitada como en casa. **Deberían** considerarlo; es una buena opción para ambos.

Ernesto Chinchilla -- Tiene razón. **Pudiera** darnos los folletos sobre las diferentes opciones acerca de la vivienda fuera del hogar y lo pensaremos.

Dr. Tello -- Si ahorita les consigo toda la información.

## 22. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Cuál es el motivo de la visita de los hermanos Chinchilla con el geriatra?

---

---

2. ¿Qué evento motivó a los hermanos a buscar apoyo adicional?

---

---

3. ¿Por qué dudan los hermanos en cuanto a internar a su padre en una vivienda fuera del hogar?

---

---

4. ¿De qué manera calma el Dr. Tello las dudas e inquietudes de los hermanos?

---

---

## 23. Actividad de pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué tipos de centros de cuidado a largo plazo conoce usted? Explique.

---

---

### Vocabulario útil

suministrar  
la custodia  
el parentesco  
casero  
las viviendas tuteladas  
permanecer  
las casas en serie  
las casas rodantes

to provide  
safekeeping  
relationship  
family style  
sheltered homes  
to remain  
townhouses  
mobile homes / rv's



## LECTURA

**Los centros de cuidado a largo plazo:** son centros de servicios para adultos mayores que necesitan cuidado continuo. Estos centros ofrecen una variedad de asistencia para acomodar a cada residente. Ser parte de uno de estos centros puede ayudar a mejorar la salud del anciano y reducir el nivel de estrés en ambos, el paciente y su familia.

### Los hogares de ancianos

Los hogares de ancianos también se conocen como centros especializados de enfermería o de cuidados extendidos, porque los residentes reciben atención médica las 24 horas del día. Usualmente estos hogares son para ancianos que han sufrido un evento que evita su funcionamiento total y requieren atención especializada de enfermería. En este sitio las enfermeras especializadas proveen varios servicios, como suministrar inyecciones, administrar líquidos intravenosos y cambiar vendajes de heridas. También se ofrecen servicios de custodia para aquellos residentes que no necesitan atención especializada, pero que necesitan cuidado las 24 horas.

### Las instituciones de vida asistida

Las instituciones de vida asistida están diseñadas para personas que no necesitan atención de enfermería especializada pero que no pueden vivir solos. Éstas pueden ser ideales para un adulto mayor que es activo, sin embargo necesita ayuda para realizar tareas cotidianas, como bañarse, vestirse y tomar medicamentos. A medida que las necesidades del anciano cambian, estos centros ofrecen diversos niveles de atención.

### Vivienda compartida

Las viviendas compartidas son casas o apartamentos en donde dos o más ancianos sin ningún parentesco conviven. Estas viviendas usualmente tienen un estilo casero y los residentes tienen la opción de tener su propia habitación o compartir una. Se ofrecen varios servicios, como las tres comidas al día, ayuda con el aseo personal y actividades recreativas y sociales. En algunas viviendas compartidas se ofrecen diversas terapias, como la del habla o la física.

### Residencia adoptiva para adultos

Los hogares del cuidado temporal generalmente ofrecen una habitación, servicios de comida y ayuda con las actividades rutinarias. Estos servicios son proveídos por una familia adoptiva o proveedores del cuidado quienes viven allí. Estas viviendas también ofrecen un estilo casero y son seguras porque en algunos estados del país una licencia es requerida.

#### **Las viviendas tuteladas/ protegidas**

Las viviendas tuteladas/protegidas son aquellas que ofrecen apoyo con el cuidado personal, servicios de mantenimiento del hogar y servicios de comida. Se les puede agregar servicios sociales y actividades por un costo adicional.

#### **Comunidades para jubilados con cuidado continuo**

Las comunidades para jubilados con cuidado continuo ofrecen diferentes niveles de cuidado empezando con la atención de vida asistida hasta la enfermería especializada. El tipo de vivienda que ofrecen puede ser apartamentos o casas y estas comunidades permiten que los adultos permanezcan en un ambiente familiar a medida que cambian sus necesidades. Sin embargo, los ancianos deben poder pagar por adelantado los servicios que usarán. Por lo tanto, puede ser la opción más costosa.

#### **Las comunidades para adultos activos**

Las comunidades para adultos activos no ofrecen servicios de cuidado. Son vecindarios exclusivos para adultos mayores de 55 años. Éstos pueden incluir hogares unifamiliares, departamentos, condominios, casas en serie o casas rodantes. Los residentes son totalmente independientes, se pueden cuidar a sí mismos y mantener su hogar. Son ideales para aquellos residentes que además de ser independientes quieren estar cerca de otros adultos y participar en actividades recreativas y sociales.

Fuentes:

<http://es.familydoctor.org>

<http://es.familydoctor.org/familydoctor/es/seniors/caregiving/housing-options-for-seniors.html>

<http://www.healthying.org>

<http://www.healthinaging.org/aging-and-health-a-to-z/topic:assisted-living/>

<http://www.rorc.research.va.gov>

<http://www.rorc.research.va.gov/rescue-espanol/community-resources/long-term-care.cfm#tipos>

## 24. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Cuál es otro nombre para los hogares de ancianos?

---

---

2. ¿Qué distingue las comunidades para adultos activos de los demás servicios de vivienda?

---

---

3. Compare y contraste las diferentes opciones de las instituciones de vida asistida.

---

---

---

---

## 25. Investigación

Utilice la red mundial para contestar las siguientes preguntas.

1. De acuerdo con la lectura y su investigación, ¿cuál centro de cuidado a largo plazo recomendaría para el padre de los hermanos Chinchilla? (Diálogo. 9.4)

---

---

---

---

2. Investigue los costos para cada una de las opciones de vivienda presentadas en la lectura.

---

---

---

---

## 26. Opinión

Utilice su investigación y la lectura para decidir cuál opción sería mejor para usted si tuviera que internar a un familiar en uno de estos centros de cuidado a largo plazo. ¿Cuál es su opinión acerca de internar a un familiar en uno de estos centros? Si esto no es una opción para usted, ¿qué acciones tomaría?

---

---

---

---

### Diálogo 9.5

La familia Flores ha decidido internar a su madre y a su padre en una institución de vida asistida, porque ellos viven solos y no son independientes. También tienen dificultad para realizar las actividades diarias.

- Maite (personal administrativo) -- Hola buenas tardes, ¿En qué puedo ayudarle?
- Los hijos Flores -- Hola, buenas tardes. Estamos aquí porque necesitamos información sobre el proceso de internar a nuestros padres en esta comunidad para jubilados, pero tenemos algunas preguntas.
- Maite -- No hay ningún problema; estoy aquí para asistirlos. **Quisiera** entregarles algunos folletos (entregándole los folletos a los hijos); *Dirigiéndose a los señores Flores:* ¿Tienen alguna pregunta específica?
- Los señores Flores -- Lo que más nos preocupa es seguir haciendo actividades juntos. Nos gusta salir en excursiones, hacer el jardín, y tomar clases de arte. ¿Podríamos seguir haciendo estas actividades en esta comunidad?
- Maite -- Claro que sí. Nosotros ofrecemos diversas actividades recreativas. Tenemos a nuestra coordinadora de actividades recreativas que se encarga de organizar estos eventos. Si hay alguna actividad que no ofrecemos y a ustedes les interesa, se hará lo posible para acomodarlos.
- Los hijos Flores -- Otra pregunta señorita, ¿aquí ofrecen ayuda o supervisión cuando comen solos? ¿Ofrecen ayuda para la higiene personal? En fin, ¿ofrecen ayuda total o parcial a los admitidos?
- Maite -- Primero que nada, tenemos a terapeutas ocupacionales que evalúan las tareas cotidianas y la funcionalidad de cada uno de los nuevos residentes con el fin de establecer protocolos. Se determinará si el residente necesita algún tipo de supervisión o instrucción para llevar a cabo la alimentación. También se evaluará la dependencia de sus padres para llevar a cabo las funciones de higiene y determinar si necesitan ayuda total o parcial. Todo esto con el objetivo de mejorar la calidad de

vida de sus seres queridos y desarrollar un programa individual de tratamiento.

Los señores Flores

-- ¡Ay Señorita!, esto suena muy bien y nada más le tenemos una pregunta más. Nuestro doctor nos recomendó que habláramos con una trabajadora social acerca de establecer un poder legal. Ya sabe que cuando nos hagamos más viejitos se nos van a olvidar las cosas y queremos que nuestros hijos puedan tomar decisiones acerca de nuestra salud y otras cosas.

Maite

-- Sé que eso es muy importante, pero desafortunadamente ustedes deberán hablar con un abogado especializado en derechos de los ancianos para poder establecer un poder legal.

Los hijos Flores

-- Ojalá **tuvieran** ese servicio aquí, pero muchísimas gracias por toda la información. Nos **podiera** dar las solicitudes y decirnos cuál es el siguiente paso.

Maite

-- Claro que sí, con mucho gusto lo haré.

## 27. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. ¿Cuáles son algunas preguntas que los señores y sus hijos le hacen a Maite?

---

---

2. Nombre algunas de las actividades recreativas que los señores Flores quisieran seguir haciendo. ¿Se ofrecen estas actividades en la vivienda asistida?

---

---

3. ¿Cuál es la función de los terapeutas ocupacionales en esta comunidad para jubilados con cuidado continuo?

---

---



## 28. Investigación

Utilice la red mundial para investigar cómo los ancianos pueden obtener un poder legal. ¿En qué consiste un poder legal? ¿Qué tipos de estipulaciones tiene un poder legal? ¿Cuáles son algunas recomendaciones para los ancianos a la hora de elegir un beneficiario? ¿Qué tipos de problemas pueden surgir al elegir un beneficiario inapropiado?

---

---

---

---

---

## 29. Actividad de pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Qué cree usted que los latinos opinan sobre el cuidado del anciano fuera del hogar?

---

---

### Vocabulario útil

la dicotomía  
recae en  
los recursos financieros  
los recursos escasos  
las creencias culturales  
optar  
traicionar  
defraudar

dichotomy  
lies on  
financial resources  
scarce resources  
cultural believes  
to choose  
to betray  
to let down

## Nota Cultural : Los latinos y los asilos de ancianos

Existe una dicotomía entre las familias latinas y las anglosajonas en cuanto al cuidado de los ancianos. Esta dicotomía es evidente en el caso particular que publicó CNN de México de una familia latina que lucha contra la demencia. La demencia y/o el mal de Alzheimer son enfermedades que los latinos son más propensos a desarrollar. En la actualidad un cuarto de millón de hispanos padecen de esta enfermedad.

La familia Terrazas, especialmente Beatriz, vive entre dos mundos con una suegra y una madre víctimas del mal de Alzheimer. La diferencia recae en el tipo de cuidado que reciben. La suegra de Beatriz, una anglosajona, recibe atención especial en una residencia de vida asistida, mientras que la madre de Beatriz recibe cuidado en casa. Un factor que determina el tipo de cuidado que reciben los ancianos son los recursos financieros. La suegra tiene más posibilidades financieras y seguridad social, al contraste con Francisca, la madre, que depende del programa de salud de *Medicaid* para personas de escasos recursos.

En la comunidad latina, otro factor, quizás tan importante como los recursos financieros, son las creencias culturales. A los latinos que reciben *Medicaid* les preocupa que los asilos de ancianos que provee el seguro médico no están capacitados para ofrecer un cuidado óptimo para sus familiares. Por lo tanto, la familia Terrazas optó por no internar a su madre en un asilo de ancianos. Además, Beatriz expresa “Mi familia todavía es muy mexicana de corazón” y, por lo tanto, llevar a su madre a un asilo para ella significaría entregar parte de su historia cultural y familiar. En Latinoamérica el cuidado de un anciano enfermo está a cargo de la familia entera quienes viven en el mismo vecindario. En el caso de Beatriz, su familia está dividida entre los EE.UU. y México y toda la responsabilidad recae en ella. Por ejemplo, cuando Francisca no recibe cuidado en casa por parte del personal de *Medicaid* o no asiste a la guardería, Beatriz tiene que llevarla con ella a su empleo. De acuerdo con Beatriz, algunas veces ella se siente como si se estuviera “ahogándose en el Alzheimer”.

Según la doctora Gallagher-Thompson, “las familias hispanas sienten una obligación filial de cuidar de sus ancianos en el hogar”, ya que existen “muchos tabúes culturales contra la vida en asilos”. También señala Gallagher-Thompson que aunque la situación sea muy difícil en casa, el concepto de los latinos es que “la familia lo es todo”, por lo tanto deben de hacerse cargo del cuidado de sus familiares. La dueña de una guardería para ancianos, Betty Márquez, comenta que las familias latinas sienten que traicionan y defraudan a sus seres queridos mayores al usar sus servicios de cuidado. Las familias se sienten así porque piensan que sus mayores han sacrificado mucho por ellos y el trabajo les impide cuidarlos las 24 horas.

Es evidente que los lapsos familiares, junto con las creencias culturales, son factores importantes en cuanto al cuidado de los ancianos en la comunidad latina. Los profesionales de la salud deben tener en cuenta estas creencias cuando traten a pacientes latinos. El caso de Beatriz es un caso particular, pero como lo mencionó la Dra. Gallagher-Thompson, hay muchos tabúes que impiden el uso de asilos para ancianos en la comunidad latina.

### 30. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. Explique la dicotomía que existe en la familia Terrazas.

---

---

2. ¿Cuál es un factor importante en la comunidad latina en cuanto al cuidado de los ancianos? Explique.

---

---

3. ¿Por qué la Sra. Francisca Terrazas va al trabajo con su hija?

---

---

4. ¿Cuál es la explicación de la Dra. Gallegher – Thomson en cuanto al rechazo de los asilos de ancianos por parte de los latinos?

---

---

### 31. Investigación

Utilice la red mundial para investigar más acerca de los tabúes de la comunidad latina en cuanto al cuidado de los ancianos. También busque otros ejemplos de casos que presenten las creencias culturales como impedimento para internar a un anciano en centros de cuidado a largo plazo.

---

---

---

---

---

---

### 32. Opinión

En su opinión, ¿qué tan importante son las creencias culturales y familiares para usted? ¿Ha hablado con sus seres queridos, sus padres por ejemplo, acerca del cuidado fuera del hogar? ¿Qué haría usted en la situación de Beatriz? ¿Llevaría a su madre a un asilo o sentiría que la está traicionando? Explique.

---

---

---

---

---

---

## Vocabulario del tema

### A. EL ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

### VERBOS

la tercera edad	old age	especular	to speculate
el ciclo vital	life cycle	rendir	to last
los ancianos	the elderly	temer	to fear
el envejecimiento saludable	healthy aging		
recreativo	recreational		
audición	hearing		
bucal	oral		
la seriedad	seriousness		
los chequeos de rutina	routine check ups		
la vacuna antigripal	flu shot		
la vacuna antitetánica	tetanus vaccine		
el otorrinolaringólogo	otolaryngologist		
el impedimento	prevention		
el coito	sexual intercourse /coitus		
la excitación	arousal		
la pena	embarrassment		
incomodo	uncomfortable		
la inquietud	concerns		
indudable	doubtless		

## Vocabulario del tema

### B. EL CUIDADO DEL ANCIANO EN EL HOGAR

### VERBOS

las barandas	railings	desempeñar	to perform
el moretón	contusion	empeorar	to worsen
el asilo de ancianos	nursing home	atenerse	to maintain
el aseo personal	grooming		
la alfombra antideslizante	slip mat		
la jubilación	retirement		
filial	filial		
las manualidades	crafts		
las clases de tejido	knitting clases		
la biblioteca	library		
la caridad	charity		
los campeonatos	championships		
las damas	checkers		
el ajedrez	chess		
delicado	delicate		
el cónyuge	spouse		
el parchís	parcheesi		

### C. EL CUIDADO DEL ANCIANO FUERA DEL HOGAR

### VERBOS

la custodia	safekeeping	suministrar	to provide
el parentesco	relationship	permanecer	to remain
casero	family style	recaer en	to lie on
las viviendas tuteladas	sheltered homes	optar	to choose
las casas en serie	townhouses	traicionar	to betray
las casas rodantes	mobile homes/ rv's	defraudar	to let down
la dicotomía	dichotomy		
los recursos financieros	financial resources		
los recursos escasos	scarse resources		
las creencias culturales	cultural believes		

## 9.1 El imperfecto del subjuntivo en las cláusulas nominales

La cláusula nominal es una cláusula dependiente y sirve como sujeto, objeto directo, o complemento de una preposición del verbo principal. Por ejemplo: Es verdad **que hay tarea**.



El imperfecto del subjuntivo se usa en las cláusulas nominales cuando:

- El sujeto de la cláusula nominal es diferente al de la cláusula principal y el verbo o la expresión impersonal en la cláusula principal señala recomendación, sugerencia, deseo o mandato.

Ejemplo: Me **recomendaron** que **viniera** a verlo.  
Le **sugeriría** que se **hiciera** exámenes de prevención.

- El verbo o la expresión impersonal de la cláusula principal señala incredulidad, duda, negación e incertidumbre.

Ejemplo: De joven mi médico no me **recomendaba** que **comiera** más frutas y verduras.  
Las personas **dudaban** que hace unas décadas los ancianos **podieran** llevar una vida saludable.

- El sujeto de la cláusula nominal es diferente al de la cláusula principal y el verbo o la expresión impersonal en la cláusula principal señala juicios de valor, opiniones y emociones.

Ejemplo: **Esperaba** que los ancianos **siguieran** un plan de ejercicios.  
Las familias **temían** que los asilos no **cuidaran** de sus familiares.

## Gramática y ejercicios

### 9.1 El pasado

¿De qué se lamentaban algunos ancianos cuando recuerdan el pasado? Complete las oraciones siguiendo el modelo.

**Modelo:** comer hamburguesas y papas fritas / ser tan usual y económico  
Algunos ancianos se lamentaban de que el comer hamburguesas y papas fritas **fuera** tan usual y económico.

1. En el asilo / no haber actividades recreativas divertidas.

---

2. Los geriatras / no poder hacer nada para curar el mal de Alzheimer.

---

3. el gobierno / no hacer nada para mejorar programas de la salud en la tercera edad.

---

4. la comunidad para adultos activos / estar superpoblada

---

5. los ciudadanos / permitir el abuso contra los mayores.

---

### 9.2 Expresiones en el pasado

Di lo que deseaban, sugerían, recomendaban, mandaban o dudaban los profesionales de la salud. No olvide conjugar el verbo en la cláusula principal y nominal e incluir un sustantivo en la cláusula nominal.

**Modelo:** Los geriatras querer / seguir sus recomendaciones.  
Los geriatras querían que los ancianos siguieran sus recomendaciones.

1. Nosotros desear / leer este libro sobre la sexualidad.

---

2. Mi dietista y entrenador físico me recomendar / cumplir con un régimen dietético.

---

3. El personal administrativo querer / sentirse cómodos en el asilo.

---

4. Las enfermeras dudar / haber sitios de vida asistida diseñada para adultos activos.

---

## 9.2 El imperfecto del subjuntivo en las cláusulas adverbiales

La cláusula adverbial modifica o describe el verbo de la oración principal. Ejemplo: La clase de manualidades duró **tanto cuanto quiso la** instructora.



El imperfecto del subjuntivo se usa en las cláusulas adverbiales cuando el verbo de la oración principal indica el tiempo pasado o el condicional y cuando existen las mismas circunstancias que requieren el uso del presente del subjuntivo.

- Las siguientes conjunciones introducen cláusulas que siempre utilizan el subjuntivo.

Para que	Sin que	Con tal (de) que
A menos (de) que	A fin (de) que	Antes (de) que
En caso (de) que		

Ejemplo: Linda necesitaba información acerca de cómo proveer un mejor cuidado a su madre **a fin de que** no se **volviera** a lastimar.

Yo **sugerí** que la revisaran **en caso de que estuviera** lastimada.

- Cuando las cláusulas adverbiales son introducidas por conjunciones de tiempo (**después (de) que, en cuanto, hasta que, mientras que y tan pronto como**) pueden estar en el subjuntivo o en el indicativo. La cláusula adverbial usa el indicativo cuando se refiere a una acción pasada y terminada o habitual o a la afirmación de un hecho. El subjuntivo es usado cuando se refiere a un acontecimiento anticipado que no ha ocurrido todavía.



Ejemplo: Mi hija me dijo que me ingresaría a un asilo **tan pronto como recuadara** el dinero. **(subjuntivo)**  
El señor Tabasco planeaba visitar al geriatra **mientras que era** necesario. **(indicativo)**

- Una cláusula adverbial puede estar en el subjuntivo o el indicativo cuando es introducida por la palabra “aunque”. Cuando la cláusula adverbial expresa posibilidad o conjetura se usa el subjuntivo, pero cuando se expresa un hecho se usa el indicativo.

Ejemplo: **Aunque tuviera** dinero no ingresaría a mis padres en un asilo de ancianos. **(subjuntivo)**  
**Aunque desempeña** un buen papel de proveedor del cuidado, siempre habrá personas que lo acusarán de maltrato. **(indicativo)**

Nota

Cuando la cláusula adverbial es introducida por *como, ya que, porque* y *puesto que* siempre usan el indicativo.  
Ejemplo: No puedo ingresar a mi madre en este asilo **puesto que** no **terminé** el papeleo adecuado.

## Gramática y ejercicios

### 9.3 Los planes del proveedor del cuidado

Linda te habló (proveedor del cuidado) de sus planes para cuidar de su mamá en casa. Complete las siguientes oraciones.

Modelo: no comprar una alfombra antideslizante / a menos que / no vender en la tienda de su comunidad

**No compraba** una alfombra antideslizante **a menos que** no la **vendieran** en la tienda de su comunidad.

1. no internar a su madre en un asilo / a menos que / encontrar uno de buena calidad.

---

2. apuntar a su madre en un club recreativo / a fin de que / poder convivir con otros ancianos.

---

3. su esposo instalar las barandas / con tal de que / no se caer.

---

4. cuidar a su madre / siempre que / ser posible hacerlo en casa

---

5. conseguir el número de una enfermera / en caso de que / empeorar la situación de su madre.

---

### 9.4 ¡Indeciso!

Usted y su familia son personas muy especiales e indecisas. Pensaban ingresar a sus abuelos en un asilo de ancianos pero decidieron que no los internarían a menos que se cumplieran ciertas condiciones. Diga cuáles serían esas condiciones. Use el banco de verbos proveído para crear sus oraciones.

**Modelo** sin que

No internaría a mis abuelos **sin que** ellos **estuvieran** de acuerdo.

Nosotros no internaríamos a nuestros abuelos **sin que** ellos **estuvieran** de acuerdo.

Mi madre no internaría a mi abuela **sin que** ella **estuviera** de acuerdo.

Suministrar	Temer	Especular
Desempeñar	Empeorar	permanecer
Optar	Traicionar	Defraudar

1. En caso de que ...

---

2. Con tal de que ...

---

3. Sin que ...

---

4. Para que ...

---

5. Antes de que ...

---

## 9.3 El imperfecto del subjuntivo en las cláusulas principales

La cláusula principal de una oración compuesta o compleja es complementada por las cláusulas dependientes (adjetivales, adverbiales, nominales). Una cláusula independiente (ej. El geriatra visita al anciano en casa) que comunica una idea completa pasa a ser una cláusula principal cuando se une a otras oraciones que completan su sentido (ej. El geriatra visita al anciano en casa para que le haga el chequeo de rutina).



El imperfecto del subjuntivo:

- El imperfecto del subjuntivo, al igual que el condicional de los verbos **poder**, **deber** y **querer**, se usa al hacer recomendaciones o aseveraciones que demuestran cortesía.

Ejemplo: **Debieras** visitar al geriatra cuando te sientes mal. (**imperfecto del subjuntivo**)

**Deberías** visitar al geriatra cuando te sientes mal. (**condicional**)

- El imperfecto del subjuntivo se usa para expresar deseos hipotéticos que probablemente no se pueden o no se van a cumplir y se encuentra después de “ojalá (que)”.

Ejemplo: Ojalá que no **estuviera** mi mamá en un asilo de ancianos; ojalá **estuviera** en una playa.

Ojalá que mi padre **permaneciera** saludable, pero cada vez se pone peor.

## Gramática y ejercicios

### 9.5 Recomendaciones para los ancianos fuera del hogar

Usted y su familia han recibido recomendaciones acerca del cuidado de sus padres que viven fuera del hogar. Complete las oraciones de una manera cortés siguiendo el modelo.

**Modelo** consultar a un abogado especialista en derechos de ancianos  
**Pudieran, debieran, quisieran** consultar a un abogado especialista de derechos de ancianos.

1. leer los folletos informativos.

---

2. llevarles ropa limpia cada semana y otros artículos necesarios para el aseo personal.

---

3. visitar a los padres por lo menos tres días a la semana para evitar que se sientan solos.

---

4. pasar por lo menos dos horas con sus padres en sus visitas semanales.

---

5. participar en actividades recreativas con sus padres.

---

### 9.6 ¡Deseos!

Usted y sus compañeros, los profesionales de la salud, hablan acerca de sus deseos que probablemente no se cumplirán.

**Modelo** no tener que estudiar para el examen del capítulo nueve  
**Ojalá no tuviera** que estudiar para el examen del capítulo nueve.

1. trabajar con ancianos que nunca se quejan

---

2. tener almuerzos de tres horas

---

3. pasar todo el día en la playa con los ancianos

---

4. sacar una A+ en todas mis clases.

---

5. viajar este fin de semana fuera del país.

---

## En resumen

En este capítulo usted exploró temas relacionados con la geriatría. También fue expuesto a temas como el envejecimiento saludable y los tipos de cuidados que un paciente anciano requiere dentro y fuera del hogar. De igual manera, leyó sobre las actitudes generales hacia los ancianos y el tipo de cuidado que deben de recibir. Se informó sobre diversas actividades que promueven la interacción social en la tercera edad.

**ER.1** Utilizando la información proveída en este capítulo y su conocimiento conteste las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. ¿Cuáles son algunas preocupaciones y algunos problemas en la población latina con respecto a los ancianos?

---

---

---

---

---

2. ¿Cómo se puede educar a la comunidad latina acerca del cuidado del anciano fuera y dentro del hogar?

---

---

---

---

---

3. ¿Cuáles factores culturales debe de tener en cuenta un profesional de la salud al abordar temas relacionados a los ancianos?

---

---

---

---

---

# Capítulo 10

## Salud ambiental

### Metas comunicativas

- Describir eventos que están ocurriendo
- Hablar de precauciones
- Hablar de probabilidades e hipótesis

### Temas Centrales

- A. Incendio
- B. Malaria
- C. Zika
- D. Ébola

### Gramática y Ejercicios

#### 10.1 Repaso: Presente Simple

#### 10.2 Presente Progresivo

#### 10.3 Repaso: Condicional

#### 10.4 Repaso: Futuro perifrástico

#### 10.5 Futuro de Probabilidad

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará los temas relacionados a la salud ambiental como la preparación ante un incendio forestal o las precauciones a tomar cuando se va a viajar a un país en donde se hayan dado casos de enfermedades como la malaria, el zika y el ébola. El capítulo también explora el tema del asma y los posibles factores ambientales que pueden afectar a las personas con asma.

Este capítulo también presenta la función comunicativa de cómo dar indicaciones y se exploran estrategias para desarrollar la fluidez al hablar.

Preguntas para considerar:

¿Por qué es necesario estar preparados para posibles emergencias como los incendios forestales o las inundaciones?

¿Qué preparaciones para proteger la salud se recomiendan a las personas que van a viajar al extranjero?

¿Cuáles son las agencias gubernamentales que pueden proporcionar información para tomar precauciones de salud cuando se viaja?



## A. INCENDIO



### Consulte la gramática 10.1 y 10.2

Meta comunicativa: Describir eventos que están ocurriendo

#### Vocabulario útil

atrozmente	atrociously
advirtiendo	warning us
implicar	imply
empaquemos	let's pack up
valijas	bags / luggage

**Diálogo 10.1** En el condado de Butte se produjo un incendio que crece velozmente. La familia Rincón mira las noticias atentamente.

Sra. Rincón: Mira Ricardo, **dicen** que el incendio **avanza** atrocemente y que solo lo **están pudiendo** controlar un diez por ciento.

Sr. Rincón: ¿Ya dijeron qué lo provocó?

Sra. Rincón: No, al parecer no lo **saben** todavía. Solo nos **están advirtiendo** que estemos preparados porque tal vez tengan que evacuar la zona y eso implicaría que nos tengamos que ir. ¡Los niños, Ricardo!

Sr. Rincón: No entres en pánico, Estela. Empaquemos lo más importante ahora y llevemos a los niños a la casa de mi mamá, así, en caso que tengamos que desocupar la casa, ya **estamos** un poco preparados.

Mientras el matrimonio Rincón **prepara** las valijas, un hombre con traje de bombero **toca** a la puerta.

Sr. Rincón: Buenos días.

Bombero: Buenos días, señor; **disculpe** la molestia. **Vengo** del departamento de bomberos del condado de Butte a comunicarle que **tenemos** que evacuar la zona lo antes posible. Por favor recoja las pertenencias que puedan caber en su vehículo y diríjase al refugio ubicado en la calle 34.

Sr. Rincón: ¿**Tenemos** que llevar alimentos y abrigo?

Bombero: En este momento **desconozco** los víveres que se ofrezcan en el refugio, así que es recomendable que lleven lo que puedan.

Sr. Rincón: ¿Cuánto tiempo **tenemos**?

Bombero: **Tienen** aproximadamente dos horas antes de que la situación se vuelva más crítica.

Sr. Rincón: Muchas gracias, nos iremos cuanto antes.

## Actividades

**1. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con las de un compañero/a de clase.

1. ¿Qué sucede en el condado de Butte?

---

2. ¿Se sabe la causa del incendio?

---

3. ¿Cuál es la mayor preocupación de la Señora Rincón?

---

4. ¿Cuál es la solución que le da el Señor Rincón a su esposa?

---

5. ¿Qué les indica el bombero a los Rincón?

---

**2. ¿Está preparado/a?** En la página del CDC en inglés, hay una lista de varios desastres y estados de emergencia y presenta varias sugerencias para estar preparado ante estas emergencias. Ve al sitio <http://www.cdc.gov/spanish/>; escoge una de las emergencias (terremotos, incendios forestales, inundaciones, etc.) y prepara una lista de las recomendaciones que se sugieren en el sitio.

---

---

---

## A. INCENDIO -- Volver a casa



### Consulte la gramática 10.1 y 10.2

Meta comunicativa: Describir eventos que están ocurriendo

#### Vocabulario útil

incomodar	to trouble
viable	feasible
inesperada	unexpected
gratuitamente	free
bastará	suffice
diario	journal

**Diálogo 10.2** El incendio ha pasado y el aire **está** lo suficientemente limpio para que las familias evacuadas puedan volver a sus hogares. La Señora Rincón ha quedado un tanto traumada y **es** por eso que va a ver a su psicóloga, la Doctora Soto.

Dra. Soto      Cuénteme, Estela, ¿cómo se **siente**?

Sra. Rincón    Me **siento** triste por las pérdidas que causó el incendio.

Dra. Soto      **Tengo** entendido que toda su familia se **encuentra** bien.

Sra. Rincón    Sí, gracias a Dios ellos **están** bien. Lo que me tiene triste es ver la naturaleza alrededor de mi casa. Todo **está** quemado, sin vida. Aunque no haya habido grandes daños a nuestra casa, igual se puede percibir la marca del fuego.

Dra. Soto      Y eso ¿la **incómoda**?

Sra. Rincón    Desde luego. Cada vez que **salgo** de casa **estoy** en estado de alerta. Todo me **trae** recuerdos malos y me **da** la sensación de que **puede** volver a suceder en cualquier momento. **Siento** que no vivo tranquila.

Dra. Soto      ¿**Tiene** dificultad para dormir?

Sra. Rincón    Justamente eso le iba a comentar. Sí. **Siento** que **estoy** alerta a cualquier ruido u olor. Por la mañana, lógicamente **amanezco** cansada y **sigo teniendo** la sensación de que ni mi familia ni yo **estamos** seguros.

Dra. Soto      ¿Le ha expresado este sentimiento a su esposo?

- Sra. Rincón Sí, y hasta le comenté el deseo que **tengo** de que nos mudemos, pero la realidad **es** que en este momento esa no **es** una opción viable.
- Dra. Soto ¿**Pasa** mucho tiempo sola en su casa?
- Sra. Rincón En este momento no **estoy trabajando**, así que sí. Cuando mi esposo **está trabajando** y los niños **están** en la escuela, **estoy** sola en casa. ¿**Cree** que **necesito** medicamento?
- Dra. Soto Estela, **creo** que sería imprudente recetarle medicamento tan pronto. Antes de tomar ese paso, **quiero** que probemos métodos más naturales para ayudarle a controlar el estrés y proteger su bienestar emocional.
- Sra. Rincón ¿Cómo cuáles?
- Dra. Soto Luego de un episodio tan traumatizante como el de un incendio que puso en peligro su vida, la de su familia y su hogar, su reacción emocional no **es** tan inesperada. Por lo tanto, **quiero** que se mantenga activa. Una vez que termine con sus tareas diarias, busque un grupo en el que pueda ofrecer su tiempo gratuitamente para apoyar una causa, ya sea como voluntaria en la escuela de sus hijos, en su institución religiosa o incluso en el condado mismo para ayudar con las damnificaciones que dejó el fuego. Así usted se sentirá parte de un grupo que aporta algo a la comunidad al ayudar, de alguna manera, a reparar los daños causados por este desastre natural.
- Sra. Rincón **Está** bien.
- Dra. Soto También, **quiero** que haga treinta minutos de ejercicio todos los días. No tiene que ser nada elaborado; con una simple caminata bastará. Y por último, **quiero** que comience a escribir un diario. Aunque sea breve, me gustaría que comente cómo se siente y cómo las nuevas actividades en su vida van afectando su estado de ánimo.
- Sra. Rincón Me **parece** bien.
- Dra. Soto Perfecto. Nos **vemos** en un mes para hablar de su progreso.

## Actividades

**3. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con un/a compañero/a de clase.

1. ¿Por qué Estela va a ver a la Dra. Soto?

---

2. ¿Cuáles son los síntomas de Estela?

---

3. ¿Por qué la Dra. Soto no quiere recetarle medicamento a Estela?

---

4. ¿Qué le indica la Dra. Soto a Estela, entonces?

---

5. ¿En cuánto tiempo le pide la Dra. Soto a Estela que regrese?

---

**4. Investigación.** Luego de una experiencia traumatizante, como la de un incendio, es recomendable hablar con un profesional para que guíe a los damnificados hacia una mejoría emocional. En el diálogo de arriba se ven los consejos que se le dan a un adulto. Investigue (o aporte de su propia experiencia si la tiene) qué se le aconsejaría a un niño. ¿Hay diferencia entre el tratamiento de estos y el de un adulto? Escriba una lista de consejos útiles.

---

---

---

---

---

**5. Llenar los espacios.** Lea las siguientes oraciones y llene el espacio en blanco con la palabra correspondiente.

1. Cuando hace frío es necesario llevar un \_\_\_\_\_.  
a. alimento    b. abrigo    c. diario
2. Por lo general en los refugios para damnificados, la gente coopera llevando ropa, bebidas y \_\_\_\_\_.  
a. alimentos    b. abrigos    c. valijas
3. Un servicio voluntario significa que no te pagarán por tu tiempo, lo tienes que entregar \_\_\_\_\_.  
a. valijas    b. gratuitamente    c. atrozmente
4. El médico le recomendó que escribiera un \_\_\_\_\_ todos los días prestando atención a lo que siente.  
a. diario    b. gratuitamente    c. imprudente
5. Hay que cuidar la \_\_\_\_\_.  
a. estado de alerta    b. condado    c. naturaleza
6. El bombero les dijo que recogieran las \_\_\_\_\_ necesarias antes de ir al refugio.  
a. pertenencias    b. valijas    c. víveres
7. Las noticias dicen que el incendio avanza \_\_\_\_\_.  
a. sin vida    b. elaborado    c. atrozmente
8. La paciente está triste porque ve que todo en la naturaleza quedó \_\_\_\_\_.  
a. elaborado    b. sin vida    c. atrozmente
9. El matrimonio mira las noticias \_\_\_\_\_.  
a. atentamente    b. atrozmente    c. sin vida
10. Los bomberos del \_\_\_\_\_ comenzaron a ir casa por casa para evacuar la zona.  
a. condado    b. institución religiosa    c. voluntarios
11. Las noticias dicen que todos deben estar en \_\_\_\_\_.  
a. cuarentena    b. estado de alerta    c. sin vida

**6. Simulacro.** Usted es una autoridad del condado de Butte y tiene que ir de casa en casa a informar a los ciudadanos de la posibilidad de una evacuación debido a un incendio que comenzó hace 12 horas y se está extendiendo por el condado. Haga una lista de cinco o seis consejos para los ciudadanos en caso de incendio. Use los siguientes verbos como guía y recuerde que debe usar el imperativo.

mantener    identificar    obedecer    salir    evitar    evacuar    ayudar

Modelo: Mantenga la calma.

---

---

---

---

---

## B. LA MALARIA



Consulte la gramática 10.3 y 10.4

Meta comunicativas: Hablar de los planes

### Vocabulario útil

paperas	mumps
sarampión	measles
varicela	chickenpox
ferina	pertussis
hembra	female

**Diálogo 10.3** Gabriel Alarcón es un hombre de 34 años que tiene un historial médico muy saludable. Este año ha decidido viajar a Guinea Ecuatorial como voluntario misionero. Primero fue a la embajada para informarse sobre los requisitos del viaje. Allí le dijeron que necesita tener vacunas y medicamento para protección contra enfermedades como la malaria, la fiebre amarilla y la fiebre tifoidea. Por precaución, unos meses antes de viajar, Gabriel fue a ver a su médico de cabecera.

Gabriel: Hola Doctor Ramos.

Dr. Ramos: Hola, Gabriel. ¿Así que **vas a viajar** a África?

Gabriel: ¡Sí! Estoy muy ilusionado ya que un grupo de veinte personas de mi iglesia y yo **vamos a ir** a Guinea Ecuatorial para construir un orfanato para niños entre los tres y los diez años de edad. Será una experiencia única e inolvidable. Nuestra estadía **va a ser** de dos meses. La razón de mi visita hoy, sin embargo, es porque estoy al tanto de los riesgos sanitarios y sé que tendré que tomar varias precauciones.

Dr. Ramos: Así es, Gabriel. Es bueno que hayas venido con tiempo antes de viajar, ya que tenemos que ver las vacunas rutinarias que tienes al día y las que te faltan. Según tu ficha médica estás al día con las de las paperas, del sarampión y de la rubéola; también tienes la de la varicela, la vacuna contra el polio y la vacuna contra la difteria, el tétanos y la tos ferina. ¡Muy bien!

Gabriel: Sí, doctor, y gracias a Dios nunca sufrí de ninguna de esas enfermedades.



Dr. Ramos: Guinea Ecuatorial es un país muy delicado en cuanto a enfermedades como la malaria y el virus de la ébola. Por lo tanto, es fundamental que tomemos todas las medidas necesarias antes de tu partida.

Gabriel: Sí, doctor, estoy de acuerdo. ¿Por dónde **tendría** que comenzar?

Dr. Ramos: Bueno, yo **diría** que empecemos por la malaria. Como no hay vacunas preventivas para la misma, lo que **voy a hacer** es prescribirte una medicina que comenzarás a tomar dos días antes de viajar y todos los días mientras estés en Guinea Ecuatorial y durante cuatro semanas luego de tu regreso. Si bien no te protegerá al cien por ciento, por lo menos **va a reducir** la probabilidad de contagio.

Gabriel: ¿Y cómo se contagia?

Dr. Ramos: La malaria se transmite a los seres humanos a través de la hembra del mosquito *Anopheles*. Así que **vas a tener** que tener mucho cuidado. Te recomiendo que lleves repelentes de mosquitos y que duermas en zonas cubiertas. Ya que no solo **podrías** estar expuesto a la malaria sino a otras enfermedades; cuida mucho los alimentos que ingieras y el agua que bebas.

Gabriel: Muchas gracias por todos los consejos doctor, los seguiré al pie de la letra.

Dr. Ramos: Ven a verme cuando vuelvas. ¡Suerte y que todo salga bien!

## Actividades

**7. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo.

Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Por qué Gabriel ha decidido viajar a Guinea Ecuatorial? ¿Qué hará allí y cuánto tiempo se va a quedar?

---

2. ¿Cuáles son las vacunas que Gabriel tiene al día?

---

3. Según el diálogo, ¿hay vacunas preventivas para la Malaria? ¿Qué le ofrece el Dr. Ramos a Gabriel?

---

4. ¿Cómo se contagia la malaria?

---

**8. Vacío de información.** Escuche los consejos ofrecidos a personas que tienen pensado viajar a países donde hay un alto riesgo de malaria y complete la información necesaria. Compare con un compañero sus respuestas. [actividad auditiva]

Beber y comer con precaución

- Coma alimentos que estén \_\_\_\_\_ y que se \_\_\_\_\_.
- \_\_\_\_\_ nada crudo.
- Asegúrese de lavar bien las \_\_\_\_\_, en lo posible pele \_\_\_\_\_.
- \_\_\_\_\_ embotellada que esté sellada.
- Beba \_\_\_\_\_ caliente.
- Beba \_\_\_\_\_.
- \_\_\_\_\_ o de pozo.

**9. Actividad de pre-lectura** Conteste las siguientes preguntas antes de continuar con la lectura.

1. ¿Conoce a alguien que haya viajado a un país del continente africano? ¿Qué sabe de ese lugar?

---

---

2. Busque en un mapa el país de Guinea Ecuatorial. ¿Dónde está? ¿Qué lengua se habla?

---

---



### La salud en Guinea Ecuatorial

Guinea Ecuatorial es uno de los países más pequeños en el continente africano. Está localizado en el centro oeste de África con menos de 800,000 habitantes. Su capital es Malabo en la isla de Bioko. En el año 1968, se convirtió en La República de Guinea Ecuatorial al independizarse de España. Ahora, el español es uno de los idiomas oficiales junto al francés.

El país se caracteriza por tener un clima típicamente caliente, lo que resulta en la presencia de mosquitos. Los mosquitos pueden causar varias enfermedades a los habitantes al igual que a los turistas y, por ser un país relativamente pequeño, las posibilidades de enfermarse son más altas. Unas de las enfermedades más comunes en Guinea Ecuatorial son la malaria y la fiebre amarilla que se contagian por picadura de mosquito; otras enfermedades son la fiebre tifoidea que se contagia al consumir agua y comida contaminada. Entre las precauciones necesarias antes de viajar a Guinea Ecuatorial están las vacunas y otros medicamentos que un médico le puede recetar para prevenir tales enfermedades. También es importante tomar precauciones durante el viaje, como evitar el consumo de agua y comida contaminada y usar repelentes para evitar las picaduras de mosquitos. Hay otras precauciones para tomar después del viaje como seguir tomando ciertos medicamentos. Es muy importante hablar con un médico sobre los pasos adecuados que se deben tomar antes, durante y después del viaje para evitar o minimizar el contagio.

Un punto importante a destacar que en el país se han llevado a cabo varias actividades para proteger a la gente contra enfermedades como el ébola. En estas campañas de salud han colaborado el Ministerio de Salud de Guinea Ecuatorial, la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Las precauciones que se han tomado surgieron a raíz de la necesidad de prevenir y responder a la posible transmisión de esta enfermedad en eventos de concentraciones multitudinarias como lo fue la Copa Mundial de la FIFA que se llevó a cabo en Guinea Ecuatorial en el 2015. "Las concentraciones multitudinarias, entre ellas la Copa del Mundo de la FIFA, los Juegos Olímpicos o la Copa Africana de Naciones, son acontecimientos muy notorios y ofrecen la oportunidad de promover legados sanitarios duraderos", expresó el Dr. Maurizio Barbeschi, científico de la OMS y jefe del equipo de preparación y concentraciones multitudinarias de la OMS.

Fuentes:

<http://www.bbc.com/news/world-africa-13317174>

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/equatorial-guinea>

<http://www.who.int/features/2015/africa-cup-ebola/es/>

## Actividades

**10. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a la lectura. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Por qué la presencia de mosquitos es muy común?

---

2. ¿Cuáles enfermedades son más comunes en Guinea Ecuatorial? ¿Cómo se contagian?

---

3. ¿Qué se recomienda hacer antes, durante y después del viaje?

---

**11. Investigación.** Investigue sobre las enfermedades de la hepatitis A, la malaria y la fiebre amarilla. ¿Cuántos habitantes en Guinea Ecuatorial son afectados por estas enfermedades anualmente? ¿Quiénes son los más afectados? (niños, adultos, mujeres, hombres etc.)

---

---

---

---

**12. Investigación.** En el siguiente enlace se establece un plan de estrategia para la cooperación de Guinea Ecuatorial con la OMS. La prioridad estratégica #5 se relaciona a la promoción de la salud:

"Refuerzo de los programas de creación de un medio ambiente favorable a la salud que orienta sobre todo los jóvenes a la escuela y en los barrios; Apoyo favoreciendo iniciativas para el cambio de los comportamientos propicios a la buena salud, en particular, la lucha contra el tabaco, el alcoholismo y las otras toxicomanías."

En grupo, preparen una presentación en las que promuevan '**comportamientos propicios a la buena salud**' en los niños de una escuela primaria en Guinea Ecuatorial.

Enlace: [http://www.who.int/countryfocus/cooperation\\_strategy/ccsbrief\\_gnq\\_es.pdf?ua=1](http://www.who.int/countryfocus/cooperation_strategy/ccsbrief_gnq_es.pdf?ua=1)

---

---

---

---

**13. Vocabulario en contexto.** Llene los espacios en blanco con la respuesta más lógica.

1. Siempre es bueno tomar \_\_\_\_\_ al viajar a un país de África.  
a. estadía                      b. amplias precauciones                      c. vacunarse
2. Los \_\_\_\_\_ de viajar a países africanos a veces son muchos.  
a. riesgos                      b. precauciones                      c. paperas
3. Si vas a viajar a un país que nunca fuiste, es bueno ir a su \_\_\_\_\_ para averiguar todos los requisitos.  
a. oficina                      b. hembra                      c. embajada
4. Los \_\_\_\_\_ siempre se preocupan por hacer cosas buenas para los demás.  
a. misioneros                      b. hembras                      c. oficinistas
5. Es bueno tomar precauciones \_\_\_\_\_ cuando uno está fuera de su país.  
a. signos                      b. sanitarias                      c. Rutinarias

**14. Póster informativo.** Les han pedido que hagan una presentación en un centro comunitario. Trabajen en grupos para desarrollar un póster con la información acerca del zika. Busquen imágenes en el Internet para presentar lo que se sabe del zika, de las precauciones a tomar y de los posibles síntomas que se pueden presentar una vez que hayan contraído la enfermedad.

---

---

---

---

---

## C. EL ZIKA



### Consulte la gramática 10.3

Meta comunicativas: Hablar de precauciones

#### Vocabulario útil

luna de miel	honeymoon
remodelación	remodeling
emocionados	excited
investigaciones	investigations
expuestos	exposed to
picadura	bite
precauciones	precautions

**Diálogo 10.4** Victoria y su esposo, César, se acaban de casar pero no han podido ir de luna de miel ya que ambos han estado ocupados con la remodelación de su nueva casa. Están a punto de terminar con su casa y han decidido viajar a Brasil por tres semanas. Victoria quiere contarle a su mejor amiga, Helena, de las buenas noticias mientras desayunan en un restaurante.

Helena: ¡Hola, amiga! No nos hemos visto desde una semana después de tu boda. ¿Cómo has estado?

Victoria: Muy ocupada con todo lo de la remodelación, pero César y yo estamos muy emocionados porque muy pronto estará lista la casa. Ya sabes que no tuvimos tiempo de ir de viaje después de la boda.

Helena: Entonces, ¿se irían de viaje en cuanto terminen?

Victoria: Eso es de lo que te quería platicar. Si terminamos en dos semanas, viajaremos a Brasil al mes siguiente.

Helena: ¡Qué increíble! Brasil es un país lleno de cultura y si van, se la van a pasar de maravilla. ¿Han hecho investigaciones sobre enfermedades a las que **podrían** estar expuestos en un país tan grande como Brasil?

Victoria: No hemos tenido tiempo. ¿Sabes de algunas?

Helena: Hace poco escuché sobre el virus del zika que es una enfermedad que se transmite por la picadura de un mosquito.

Victoria: ¿Hay casos reportados del virus del zika en Brasil?

Helena: Sí. Deberías hablar con César para que preparen todo lo necesario antes de ir. Si deciden tomar un viaje a Brasil, **tendrían** que tomar precauciones. Por ejemplo, usar camisas de manga larga y pantalones largos.

Victoria: ¿Qué tal si hace demasiado calor?

Helena: Si eso sucede, **deberían** de permanecer en lugares con aire acondicionado o con mosquiteros en las entradas para que no entren los mosquitos. ¡Ah, y lo más importante, se recomienda que las mujeres embarazadas o que piensan embarzarse no viajen a lugares en donde se han dado casos de zika.

Victoria: (Con una expresión alarmada) ¿Por qué?

Helena: Porque, aunque hay muchas cosas que no se saben todavía, se ha demostrado que el virus del zika puede causar malformaciones al feto. Así que ¡cuidado y a tomar todas las precauciones posibles!

Victoria: ¡Increíble! Gracias por toda la información, amiga. Se lo mencionaré a César en cuanto llegue a casa para prepararnos lo más pronto posible e investigar antes de viajar sobre las posibles enfermedades.

Helena: De nada, Victoria. Me avisas en cuanto estés de regreso para platicar. ¡Espero que se la pasen increíble! Nos vemos pronto.

Victoria: ¡Adiós!

## Actividades

**15. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo.

1. ¿A qué país van a viajar Victoria y César? ¿Por cuánto tiempo?

---

2. ¿La pareja ha investigado sobre las posibles enfermedades contagiosas en Brasil? ¿Por qué?

---

3. ¿Qué enfermedad le menciona Helena a Victoria?

---

4. ¿Qué deben de hacer Victoria y César si hace demasiado calor?

---

**16. Investigue.** Con un/a compañero/a de clase investiguen al menos dos distintas precauciones que pueden tomar para prevenir un picadura de mosquito.

---

---

---

---

---

---

**17. Actividades pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas antes de leer la lectura.

1. ¿Qué sabe del zika?

---

2. ¿Cree usted que es necesario investigar sobre enfermedades antes de hacer un viaje a un país desconocido? ¿Por qué?

---

3. ¿Qué le recomienda a alguien que va a viajar a un país en donde se han reportado casos de zika?

---



### Vocabulario útil

género	genus
identificado	identified
brotos	outbreaks
sureste	southeast
síntomas	symptoms
fiebre	fever
ojos enrojecidos	bloodshot eyes
dolor de articulaciones	joint pain
deshidratación	dehydration
evitar	avoid



## LECTURA

### Zika

El zika es un virus que se transmite por medio de la picadura de un mosquito del género aedes. Según el BBC, el virus del zika fue identificado por primera vez en el año 1947 en Uganda pero desde entonces han ocurrido brotes del virus en otras partes de África, en el sureste de Asia, al igual que en las islas localizadas en el Pacífico. No es una enfermedad muy común, pero recientemente se han reportado más casos, principalmente en América Latina.

La enfermedad causa síntomas que usualmente duran entre unos días hasta una semana, a veces. Al transmitirse, el zika puede causar algunos síntomas como fiebre, conjuntivitis (ojos enrojecidos), sarpullido, dolor de las articulaciones, dolor de cabeza y dolor muscular. Sin embargo, muy pocas veces se ha requerido que el paciente sea hospitalizado. El zika causa síntomas parecidos a los del dengue y chikunguña que también son transmitidos por el mismo tipo de mosquito.

Según el CDC, para tratar los síntomas hay que descansar mucho, tomar medicamentos para la fiebre y el dolor y tomar líquidos para prevenir la deshidratación. Es importante que la persona con estos síntomas vea a su proveedor de atención médica si ha viajado recientemente a un área donde el virus está presente. Durante la primera semana que ocurre la infección, el virus puede encontrarse en la sangre, por lo que es importante evitar las picaduras de mosquitos para prevenir que el mosquito infectado transmita el virus a otra persona.

#### Fuentes:

<http://www.cdc.gov/zika/es/s%C3%ADntomas/index.html>

[http://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/06/150611\\_salud\\_virus\\_zika\\_preguntas\\_respuestas\\_kv](http://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/06/150611_salud_virus_zika_preguntas_respuestas_kv)



## D. ÉBOLA



### Consulte la gramática 10.5

Meta comunicativas: Hablar de probabilidades e hipótesis

#### Vocabulario útil

averiguar	find out
arduamente	hard
quejando	complaining
cuarentena	quarantine
entorno	vicinity
sarpullidos	rashes

**Diálogo 10.5** Uno de los hombres que Gabriel conoció en su misión en Guinea Ecuatorial padece de la enfermedad del ébola. Gabriel habla con un amigo de su grupo y luego llama al hospital.

Gabriel: Quiero ir a ver a Pedro. ¿Crees que nos **dejarán** pasar?

Hernán: Pedro **estará** descansando ahora, así que no creo que sea una buena idea.

Gabriel: ¿Cuándo **podremos** verlo?

Hernán: No lo sé. Tenemos que preguntar.

Gabriel: Supongo que **llamaré** al hospital.

Hernán: Sí, eso es una buena idea.

Gabriel marca el número del hospital y le contesta un recepcionista.

Gabriel: Buenas tardes, mi nombre es Gabriel Alarcón y llamo para averiguar los horarios de visita.

Recepcionista: Depende donde está internado el paciente que quiere ver.

Gabriel: Quiero visitar a Pedro Molina, pero no estoy seguro en qué sección está internado. Me pregunto si **estará** en cuidado intensivos.

Recepcionista: Pedro Molina se encuentra en cuarentena, por lo tanto no puede recibir visitas hasta que el médico lo apruebe.

Gabriel: Sé que la cuarentena significa cuarenta días o aproximadamente seis semanas. Me pregunto, ¿cuánto tiempo **habrá** pasado desde que fue internado?

Recepcionista: No sé decirle. Si nos llama en un par de semanas, le **informaremos** si el médico ha aprobado visitas.

Gabriel: Gracias, señorita.

Recepcionista: Antes de colgar me gustaría hacerle unas preguntas.

Gabriel: Cómo no, señorita; dígame.

Recepcionista: Necesitamos saber si usted estuvo cerca de Pedro Molina cuando se enfermó. Tenemos que asegurarnos de que usted no esté sufriendo ninguno de los síntomas. Si no me equivoco, usted está aquí ayudando a la construcción del orfanato, ¿no?

Gabriel: Es cierto. Estamos trabajando arduamente hace cuatro semanas y nos quedan cuatro más, aproximadamente.

Recepcionista: Cuando Pedro se cortó, usted no tuvo ninguna clase de contacto con su sangre, ¿correcto?

Gabriel: No señorita. De hecho, yo me enteré que se había lastimado después de que se lo llevaron.

Recepcionista: ¿Sabe usted si **habrá** alguien más que pueda haber tenido contacto con la sangre de Pedro?

Gabriel: Lo dudo. Me dijeron que la herida no fue muy grave. Sin embargo, you ya lo había oído quejarse de dolor de cabeza, de estómago y de un sarpullido que le había salido en la pierna.

Recepcionista: Sí, esos son síntomas claros de la enfermedad. Bueno, entonces parece que usted se encuentra bien. Si alguien de su grupo sufre cualquiera de esos síntomas, por más insignificante que parezcan, por favor avísenos inmediatamente.

Gabriel: Desde luego. Muchas gracias señorita.

Gabriel termina la llamada y se dirige a Hernán.

Gabriel: Ya hablé con la recepcionista del hospital donde está Pedro y me dijo que se encuentra en cuarentena.

Hernán: ¿**Saldrá** antes que nos vayamos?

Gabriel: No lo sé, tenemos que esperar. La recepcionista me dijo que llame en dos semanas, más o menos.

Hernán: Tengo que mirar bien el calendario, pero creo que todavía nos **quedarán** unas cuatro semanas, así que eso es bueno.

Gabriel: Sí, yo creo que vamos a poder verlo aunque sea una vez antes de irnos.

## Actividades

**20. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Cómo se conocen Pedro Molina y Gabriel Alarcón?

---

2. ¿Quién es Hernán?

---

3. ¿Por qué Gabriel llama al hospital?

---

4. ¿Por qué, según la recepcionista, Pedro Molina no puede recibir visitas todavía?

---

5. ¿Cuáles son los síntomas que según Gabriel estaba sufriendo Pedro?

---

**21. Identificación.** Releyendo el diálogo, notará que se destacan los verbos conjugados en futuro que indican probabilidad. En la lista siguiente se mencionan todos los verbos en futuro simple. Indique por qué expresan probabilidad o por qué no. Refiérase a la gramática 10.5 si necesita ayuda con esta actividad.

Modelo: ¿Crees que nos **dejarán** pasar?

Futuro de probabilidad, el que hace la pregunta no tiene certeza de que los dejen pasar.

1. Pedro **estará** descansando ahora.

---

2. ¿Cuándo **podremos** verlo?

---

3. Supongo que **llamaré** al hospital.

---

4. Me pregunto si **estará** en cuidado intensivos.

---

5. ¿Cuánto tiempo **habrá** pasado ya?

---

6. [...] le **informaremos** si el médico ha aprobado visitas.

---

7. ¿Sabe usted si **habrá** alguien más que pueda haber tenido contacto con la sangre de Pedro?

---

8. ¿**Saldrá** antes que nos vayamos?

---

9. Nos **quedarán** unas cuatro semanas.

---

**22. Actividad de pre-lectura.** Conteste las siguientes preguntas antes de leer la lectura.

1. ¿Qué sabe del ébola?

---

2. ¿Ha tenido oportunidad de viajar a países donde este es un gran problema? ¿Conoce a alguien que lo ha hecho?

---

3. ¿Por qué cree es tan importante visitar a su médico de cabecera antes de viajar a países donde el ébola es un problema?

---



## LECTURA

### Vocabulario útil

mortal	deadly
hospedador	host
reservorio	reservoir
agotamiento	exhaustion
brotos	outbreaks
murciélagos	bats

## Ébola

La enfermedad del ébola no es muy común, pero sí, **mortal** para los humanos. Se encuentra en países del continente Africano y hay un mayor riesgo en la parte este. Según el CDC en español, el primer virus del ébola se descubrió en 1976 cerca del río Ébola (de allí su nombre) en lo que hoy es la República Democrática del Congo. Desde entonces, se han presentado **brotos** esporádicamente en África.

Esta enfermedad es causada por la infección de un virus proveniente de la familia *Filoviridae*. Hasta el momento se han descubierto cinco subespecies: el virus ébola, el virus de Sudán, el virus del Bosque Tai, el virus de Bundibugyo y el virus de Reston. De todas, la última es la única que no se ha manifestado en el ser humano. Aún se desconoce el **hospedador reservorio** natural, pero se cree que son los **murciélagos**. El contagio a los humanos se debe al contacto directo a través de los ojos, las fosas nasales, la boca, una herida en la piel o el contacto, durante la actividad sexual, con los fluidos corporales de una persona que esté infectada. Estos líquidos incluyen, pero no están limitados, a la sangre, la orina, la saliva, el sudor, las heces, el vómito, la leche materna y el semen. También, el estar expuesto a objetos infectados como agujas y jeringas causan el contagio. Por último, también son de gran riesgo para los humanos el contacto con murciélagos frugívoros (que solo se alimentan de frutas) o con primates infectados.

El virus del ébola no se vuelve contagioso hasta que el humano infectado empieza a experimentar síntomas del mismo. Entre ellos se destacan la fiebre, escalofríos, **agotamiento**, dolor de cabeza, diarrea, vómitos, dolor de estómago, **sarpullidos** y hemorragias en órganos internos o en la boca, ojos y oídos. Generalmente, los síntomas aparecen entre dos y veintiún días de haber estado expuesto al virus. Una vez que se comiencen a sentir, la persona se debe comunicar con su médico inmediatamente y, ya hospitalizado, el personal se encargará de que no haya contacto con otros pacientes. Entre los métodos de tratamiento van desde la transmisión de fluidos por las venas, la observación del nivel de oxígeno y de la presión, hasta cuidados intensivos (ICU). La mejoría del paciente depende en gran parte de su sistema inmunológico.

#### Fuentes:

<http://www.infecto.edu.uy/prevencion/viajeros/malaria.html>

<http://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2016/infectious-diseases-related-to-travel/yellow-fever-malaria-information-by-country/equatorial-guinea#seldyfm707>

[http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/equatorial-guinea?s\\_cid=ncezid-dgmg-travel-leftnav-traveler](http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/equatorial-guinea?s_cid=ncezid-dgmg-travel-leftnav-traveler)

## Actividades

**23. Preguntas de comprensión.** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a la lectura. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Dónde hay mayor riesgo de contraer el virus del ébola?

---

2. ¿Cuáles son las cinco subespecies del ébola y cuál de ellas no se ha manifestado en los humanos todavía?

---

3. Nombre todos los fluidos corporales por los cuales se puede contagiar el virus.

---

4. ¿Cuáles son los síntomas del virus del ébola?

---

5. ¿Cuáles son los métodos de tratamiento?

---

**24. Diferencias.** Las siguientes oraciones hablan de la gripe o del ébola. Con un compañero identifique a cuál se refiere cada una.

1. a. Cualquiera puede contraer esta enfermedad.

b. Personas con riesgo de contraer esta enfermedad son aquellas que han viajado a África.

2. a. Entre los síntomas se encuentran los vómitos, diarrea, fiebre y sangrado inesperado.

b. Los síntomas incluyen fiebre, tos, congestión nasal y dolor de cabeza.

3. a. Las personas afectadas pueden contagiar a otras cuando tocan, estornudan o hablan.

b. Las personas afectadas pueden contagiar a otras cuando hay contacto directo con fluidos corporales.

4. a. Esta es una enfermedad muy común que puede variar en su severidad.

b. Esta es una enfermedad poco común y mortal.



**25. Investigación.** El virus del ébola parece prevalecer en el Continente Africano. Con las fuentes usadas en el artículo que acaba de leer, investigue en qué países específicos ha surgido y cuales son las posibilidades y los riesgos de que se desparrame a otros continentes.

---

---

---

---

---

---

---

---

**26. Definiciones.** Use el vocabulario de la sección D para identificar los términos descritos.

1. Cuando una persona tiene una enfermedad que puede transmitirse fácilmente.

---

2. Un animal que solo se alimenta de frutas.

---

3. Cuando alguien se lastima y se le abre la piel.

---

4. Una enfermedad que no tiene cura se le considera como tal.

---

5. Orificios en la nariz.

---

## Vocabulario del tema

### A. INCENDIO

abrigo	coat, shelter
alimentos	food
atentamente	mindfully/thoughtfully
atrozmente	atrociously
condado	county
damnificaciones	damages
desde luego	of course
diario	journal
empaquemos	let's pack
estado de alerta	alertness
gratuitamente	free
imprudente	unwise
inesperada	unexpected
inesperada/o	unexpected
pertenencias	belongings
produjo	there was
quemado	burnt
sin vida	lifeless
valijas	bags / luggage
viable	feasible
viveres	food supply

### VERBOS

advertir	to warn
amanecer	to wake up
bastar	to suffice
desconocer	to not know
desocupar	vacate
empacar	to pack
implicar	to imply
incomodar	to inconvenience
pasar	to spend

### COGNADOS

elaborado  
evacuar  
inevitablemente  
institución religiosa  
naturaleza  
suficientemente  
traumada  
voluntario/a

## Vocabulario del tema

### B. MALARIA

amplias precauciones	extensive precautions
estadía	stay
ferina	pertussis
hembra	female
paperas	mumps
riesgos	risks
rubéola	rubella
sarampión	measles
varicela	chickenpox

### VERBOS

ingerir	to ingest
---------	-----------

### COGNADOS

difteria  
embajada  
expuesto  
misionero  
polio  
rutinaria  
sanitario  
Tétanos

## Vocabulario del tema

### C. EL SIKA

**luna de miel**  
**remodelación**  
**emocionados**  
**investigaciones**  
**expuestos**  
**picadura**  
**precauciones**  
**género**  
**identificado**  
**brotos**  
**sureste**  
**síntomas**  
**fiebre**  
**ojos enrojecidos**  
**dolor de articulaciones**  
**deshidratación**  
**evitar**

### VERBOS

**honeymoon**  
**remodeling**  
**excited**  
**investigations**  
**exposed to**  
**bite**  
**precautions**  
**genus**  
**identified**  
**outbreaks**  
**southeast**  
**symptoms**  
**fever**  
**bloodshot eyes**  
**joint pain**  
**dehydration**  
**avoid**

## Vocabulario del tema

### D. ÉBOLA

mortal	deadly
hospedador reservorio	reservoir host
agotamiento	exhaustion
brotes	outbreaks
murciélagos	bats
sarpullidos	rashes
proveniente	from
contagio	spread
fosas nasales	nostrils
herida	wound / injury
escalofríos	Chills

### VERBOS

manifestar	to manifest / to show
contagiar	to spread

### COGNADOS

esporádicamente	sporadically
manifestado	manifested
frugívoro	frugivore
inmediatamente	immediately

## 10.1 Repaso: El presente simple

Existen dos modos verbales principales en español: el **indicativo** y el **subjuntivo**. Ambos tienen sus funciones. Por ejemplo, el modo indicativo narra o describe algo que se considera definido, objetivo o real. El modo subjuntivo expresa emociones, dudas, juicios de valor o incertidumbre acerca de una acción.

### Modelo:

Su cita **es** el próximo jueves. (modo indicativo)

**Quizás** la parte más interesante de estudiar medicina **sea** la gratitud de los pacientes. (modo subjuntivo)

Infinitivo	Presente de indicativo	Presente de subjuntivo
hablar	habla	hable
aprender	aprende	aprenda
progresar	prograsa	progrese

- Las formas de presente de subjuntivo contienen una vocal diferente a las de presente de indicativo.

❖ **El presente de indicativo** se usa para comunicar ideas generales en el presente. También se utiliza para referirse a acciones o situaciones en el futuro próximo o el pasado.

➤ El modo presente de indicativo se utiliza en las siguientes ocasiones:

- Acciones o situaciones que ocurren regular o habitualmente, aunque no pueden estar tomando lugar en el momento actual.

**Ejemplo:** Hola **soy** Esteban y **trabajo** en el centro médico de Loma Linda. **Llevo** cinco años trabajando allí.

- Acciones que ocurren en el presente, o acciones en curso.

**Ejemplo:** ¿Y por qué **estudias** medicina?

- Acciones que ya están planeadas que tendrán lugar en un futuro próximo.

**Ejemplo:** El próximo martes la clase de español **visita** el centro médico de Loma Linda.

- En narraciones para reemplazar los tiempos pasados para que éstas resulten más vividas y animadas.

**Ejemplo:** Severo Ochoa **nace** en España en 1905. Él **recibe** el premio nobel de medicina en 1959.

### FORMAS DEL PRESENTE DEL INDICATIVO

	Verbos en -ar	Verbos en -er	Verbos en -ir
	hablar	deber	medir
yo	hablo	debo	mido
tú	hablas	debes	mides
usted, él, ella	habla	debe	mide
nosotros	hablamos	debemos	medimos
vosotros	habláis	debéis	medís
ustedes, ellos, ellas	hablan	deben	miden

- Los verbos en español terminan en **-ar**, **-er** o **-ir**. La raíz del verbo queda al remover estas terminaciones. Por ejemplo, la raíz del verbo “deber” es deb-. En los verbos regulares la raíz del verbo nunca cambia.
- El presente de indicativo se forma en los verbos regulares al quitar la terminaciones **-ar**, **-er** o **-ir** del infinitivo y añadir a la raíz verbal la terminación correspondiente a cada pronombre. Vea el cuadro.

- Los verbos irregulares con cambios en la raíz.

### VERBOS IRREGULARES CON CAMBIOS EN LA RAÍZ

	pedir	extender	morir
	e → i	e → ie	o → ue
yo	pid <u>o</u>	exti <u>en</u> do	mu <u>er</u> o
tú	pid <u>e</u> s	exti <u>en</u> des	mu <u>er</u> es
usted, él, ella	pid <u>e</u>	exti <u>en</u> de	mu <u>er</u> e
nosotros	pedim <u>os</u>	extend <u>em</u> os	morim <u>os</u>
vosotros	pedís	extendéis	morís
ustedes, ellos, ellas	pid <u>e</u> n	exti <u>en</u> den	mu <u>er</u> en

- En el presente de indicativo, la última vocal de la raíz de ciertos verbos cambia de **e → ie**, de **o → ue** o de **e → i** cuando lleva acento prosódico. La primera y segunda persona del plural *nosotros* y *vosotros* son regulares porque el acento prosódico cae en la terminación, no en la raíz. Este cambio afecta las formas verbales de todas las personas del singular y la tercera persona del plural.

- Los siguientes son algunos verbos de uso común que tienen cambios en la raíz.

e → ie	o → ue	e → i (verbos solo en -ir)
recomendar	aprobar	medir
querer	resolver	seguir
sugerir	recordar	sonreír

- Algunos verbos necesitan un cambio ortográfico para mantener la pronunciación de la raíz.

- La **g** se cambia por **j** en la primera persona singular en los verbos que terminan en -gir o -ger.

**Modelo:** Exijo que vayas al dentista.

Todos los martes **recojo** mis medicamentos de la farmacia.

<b>exigir:</b>	exi <u>j</u> o	exig <u>e</u> s	exig <u>e</u>	exigim <u>os</u>	exigís	exig <u>e</u> n
<b>recoger:</b>	reco <u>j</u> o	recog <u>e</u> s	recog <u>e</u>	recogem <u>os</u>	recogéis	recog <u>e</u> n

- La **gu** cambia por **g** en la primera persona singular en verbos que terminan en -guir.  
**Modelo:** Cuando voy al doctor **sig**o todas las instrucciones.



<b>seguir:</b>	sigo	sigues	sigue	seguimos	seguís	siguen
----------------	------	--------	-------	----------	--------	--------

- Otros ejemplos son: **distinguir, conseguir, proseguir y extinguir.**

- La **c** cambia por **z** en la primera persona singular en verbos que terminan en -cer y -cir.

**Modelo:** Soy oncóloga y **ejerzo** en el hospital regional.

<b>ejercer:</b>	ejerzo	ejerces	ejerce	ejercemos	ejercéis	ejercen
-----------------	--------	---------	--------	-----------	----------	---------

- La **i** cambia por **y** delante de -o y -e en verbos que terminan en -uir.

**Modelo:** **Sustituyo** las comidas grasosas por comidas más saludables.

<b>sustituir:</b>	sustituyo	sustituyes	sustituye	sustituimos	sustituís	sustituyen
-------------------	-----------	------------	-----------	-------------	-----------	------------

- Otros ejemplos son: **atribuir, concluir, distribuir y obstruir.**

➤ Los verbos irregulares de uso frecuente.

- Los verbos en la siguiente tabla son de uso frecuente y tienen irregularidades en el presente de indicativo. De igual manera los verbos derivados de estas palabras tienen las mismas irregularidades. Por ejemplo, **tener** → **contener: contengo.**

### VERBOS IRREGULARES DE USO FRECUENTE

decir	estar	ir	oir	ser	tener	venir	obtener
digo	estoy	voy	oigo	soy	tengo	vengo	obtengo
dices	estás	vas	oyes	eres	tienes	vienes	obtienes
dice	está	va	oye	es	tiene	viene	obtiene
decimos	estamos	vamos	oímos	somos	tenemos	venimos	obtenemos
decís	estáis	vais	oís	sois	tenéis	venís	obtenéis
dicen	están	van	oyen	son	tienen	vienen	obtienen

- Los siguientes verbos solo son irregulares en la primera persona del singular.

<b>hacer:</b>	hago	haces	hace	hacemos	hacéis	hacen
<b>saber:</b>	sé	sabes	sabe	sabemos	sabéis	saben

- Otros ejemplos son: **dar** → **doy**, **salir** → **salgo**, **traer** → **traigo**, **caber** → **quepo.**

- Las mismas irregularidades se ven en los verbos derivados de estos ejemplos: **hacer** → **deshacer: deshago, poner** → **componer: compongo, traer** → **atraer: atraigo**.
- **Nota cultural:** Algunos hispanohablantes usan la forma incorrecta de *caber* en el indicativo y usan **cabo** en vez de **quepo**. Es importante evitar este error especialmente al escribir.
- Los verbos con terminación –cer o –cir seguidos de una vocal añaden una **z** delante de la **c** en la primera persona singular.

**Modelo: Conozco** a un ginecólogo muy eficaz.

conocer:	conoz <b>co</b>	conoces	conoce	conocemos	conocéis	conocen
obedecer:	obede <b>zco</b>	obedeces	obedece	obedecemos	obedecéis	obedece
agradecer:	agrade <b>zco</b>	agradeces	agradece	agradecemos	agradecéis	agradecen

- Otros ejemplos son: **aparecer, conducir, deducir y pertenecer**.

## Gramática y ejercicios

### 10.1 El presente simple

Escriba la forma del presente simple del verbo en paréntesis.

1. El (desconocer) \_\_\_\_\_ las causas de su enfermedad.
2. Los bomberos (advertir) \_\_\_\_\_ a los vecinos de la posibilidad de un incendio.
3. Nosotros (desocupar) \_\_\_\_\_ nuestra casa esta mañana.
4. Yo (empacar) \_\_\_\_\_ todo lo que puedo en dos horas.
5. Ustedes (hacer) \_\_\_\_\_ ejercicio cada mañana.
6. Ellos (presagiar) \_\_\_\_\_ una tormenta y una posible inundación.
7. Tú (trabajar) \_\_\_\_\_ como voluntario con los bomberos.
8. Nosotros (limpiar) \_\_\_\_\_ nuestra casa después de la inundación.
9. Yo (visitar) \_\_\_\_\_ a las familias afectadas por el incendio.
10. Ella (llevar) \_\_\_\_\_ juguetes al alojamiento donde hay muchos niños.

### 10.2 El presente simple en contexto

Complete el siguiente texto con la forma del presente simple de los verbos que están entre paréntesis.

Liliana (*ser*) \_\_\_\_\_ mexicana y (*tener*) \_\_\_\_\_ veintiún años. (*Ser*) \_\_\_\_\_ estudiante y le (*gustar*) \_\_\_\_\_ montar a caballo. Todos los lunes y miércoles ella (*correr*) \_\_\_\_\_ por la mañana. (*Llegar*) \_\_\_\_\_ a casa y (*preparar*) \_\_\_\_\_ sus cosas para ir a la escuela. (*Llegar*) \_\_\_\_\_ a clase, (*sacar*) \_\_\_\_\_ su cuaderno de su mochila y (*escuchar*) \_\_\_\_\_ al profesor atentamente. La clase termina y (*poner*) \_\_\_\_\_ sus cosas en su mochila. (*Ir*) \_\_\_\_\_ a la biblioteca después de la clase. (*Estudiar*) \_\_\_\_\_ la información de clase antes de regresar a casa. Cuando (*llegar*) \_\_\_\_\_ a casa, (*sacar*) \_\_\_\_\_ a su perrita, Lola, a caminar. (*Regresar*) \_\_\_\_\_ a casa otra vez y (*limpiar*) \_\_\_\_\_ su cuarto. Después (*ver*) \_\_\_\_\_ las noticias por la tarde y (*hablar*) \_\_\_\_\_ por teléfono con su mamá. Antes de dormir, (*apagar*) \_\_\_\_\_ las luces y (*cerrar*) \_\_\_\_\_ las ventanas.



- Para formar el gerundio de algunos verbos irregulares, hay que cambiar la ortografía del mismo, por lo tanto éstos se deben aprender de memoria:

caer: **cayendo**  
creer: **creyendo**  
huir: **huyendo**  
ir: **yendo**  
influir: **influyendo**  
oír: **oyendo**  
traer: **trayendo**  
leer: **leyendo**  
seguir: **siguiendo**

## Gramática y ejercicios

### 10.3 Estar + gerundio

Tu amiga te habla por teléfono y te pregunta lo que están haciendo en tu casa para prepararse para la evacuación debido al incendio forestal. Escriba el verbo en su forma progresiva (estar + gerundio) para completar las oraciones.

1. Mi mamá (preparar) \_\_\_\_\_ unos sándwiches de mantequilla de cacahuete y mermelada para llevar al albergue.
2. Ahora mismo, mi papá (salir) \_\_\_\_\_ con cosas que va a poner en el carro. (él/hacer) \_\_\_\_\_ todo tan rápido porque no tenemos más que dos horas para salir.
3. Rubén, mi hermano mayor, (sacar) \_\_\_\_\_ a nuestros cachorros y Rosario los (poner) \_\_\_\_\_ en una camita que tenemos en el carro.
4. Angie también (cuidar) \_\_\_\_\_ a su gatito para que no le pase nada.
5. A mí me da mucha pena porque las plantas (morirse) \_\_\_\_\_ por el calor, pero no nos las podemos llevar.
6. Todos estamos preocupados pero (hacer) \_\_\_\_\_ todo de manera organizada porque ya nos hemos preparado para situaciones como esta.
7. ¡Ay! El bombero que vino antes (entrar) \_\_\_\_\_ otra vez a nuestra casa. Ahora (hablar) \_\_\_\_\_ con mi papá y le dice que ya nos tenemos que ir.

#### 10.4 El presente progresivo en acción

Complete las oraciones con la forma progresiva para explicar lo que sucede en el hogar de Julia.

1. (hacer) \_\_\_\_\_ mucho calor afuera.
2. Mi papá (limpiar) \_\_\_\_\_ la cocina.
3. Yo (hacer) \_\_\_\_\_ la tarea.
4. Mis hermanos menores (jugar) \_\_\_\_\_ en el jardín.
5. Mi mamá (hablar) \_\_\_\_\_ por teléfono con mi tía.
6. Mi hermana mayor (mirar) \_\_\_\_\_ las noticias.
7. La reportera (informar) \_\_\_\_\_ a la comunidad sobre los temas más relevantes en el aspecto político.
8. Mi perro (comer) \_\_\_\_\_ su comida.

## 10.3 Repaso: El condicional como hipótesis

En español las cláusulas con “si” (if) expresan eventos hipotéticos que no han sucedido y se usan para expresar lo que alguien haría o lo que pasaría bajo ciertas circunstancias. A esto se le llama el condicional como hipótesis.

- ❖ Las oraciones que se forman con el Pretérito Imperfecto del Subjuntivo y el Condicional expresan “hipótesis menos probables” ya que para que se dé la consecuencia (o el resultado) deseado, la condición es irreal, exagerada y/o poco probable:

Si + Pretérito del Subjuntivo → Condicional  
Cláusula subordinada                      cláusula independiente

- Si ganara la lotería → sería millonario.  
**Condición**                      **Consecuencia**
- Si no hubiera tanto tráfico → llegaría temprano todos los días.  
**Condición**                      **Consecuencia**

- ❖ Dentro de las hipótesis menos probables, están las que definitivamente nunca sucederán porque se refieren al pasado, es decir cosas que pudieron haber pasado, pero no pasaron.

Si + Pluscuamperfecto del Subjuntivo → Condicional Perfecto  
Cláusula Subordinada                      Cláusula Independiente

- Si hubiera llegado temprano → habría tenido mejor asiento.  
**Condición**                      **Consecuencia**
- Si te hubieras portado mejor tus hermanos. → habrías podido ir al cine con  
**Consecuencia**                      **Condición**

- ❖ El “si” también puede usarse para expresar hipótesis más probables. En estas oraciones, la cláusula independiente puede ir en más de un tiempo verbal:

- A. Si + Presente del indicativo → Presente simple  
 Cláusula subordinada Cláusula independiente
- Si + entreno para la maratón → puedo ganar el primer puesto.  
**Condición** **Consecuencia**
  - Si + vas seguido de compras → no puedes ahorrar dinero.  
**Condición** **Consecuencia**
- B. Si + Presente del indicativo → Futuro Simple  
 Cláusula subordinada Cláusula independiente
- Si + como sano todos los días → Llegaré a mi peso ideal.  
**Condición** **Consecuencia**
  - Si + presto más atención → entenderé mejor la lectura.  
**Condición** **Consecuencia**
- C. Si + Presente del indicativo → Perifrástico  
 Cláusula subordinada Cláusula independiente
- Si + haces la tarea todos los días → vas a tener mejores calificaciones.  
**Condición** **Consecuencia**
  - Si + Sara llega temprano → vamos a poder ir al cine.  
**Condición** **Consecuencia**
- D. Si + Presente del indicativo → Comando  
 Cláusula subordinada Cláusula independiente
- Si + sales ahora → llévate un abrigo.  
**Condición** **Consecuencia**
  - Si + tienes tiempo → saca a los perros a pasear.  
**Condición** **Consecuencia**

**Note que en todos los casos recién expuestos la cláusula subordinada y la independiente van siempre separadas por una coma. Esto significa que las cláusulas pueden intercambiar posiciones y seguir teniendo el mismo significado.**



## Gramática v ejercicios

### 10.5 Probabilidad

Complete las siguientes oraciones con el verbo conjugado correspondientemente.

#### A. Hipótesis menos probables.

1. Si llegaran a la hora dicha, todos \_\_\_\_\_ (comer) a tiempo.
2. Si leyera el periódico todos los días, \_\_\_\_\_ (estar) al tanto de la noticias.
3. Si ella \_\_\_\_\_ (caminar) hasta la escuela, siempre llegaría tarde.
4. Si no \_\_\_\_\_ (ir) al dentista, tendrías los dientes estropeados.

#### B. Hipótesis que nunca sucederían.

1. Si ellos hubieran sido más cuidadosos, no \_\_\_\_\_ (tener) ese accidente.
2. Si Marta le hubiera soltado la mano a su hermanita, ella se \_\_\_\_\_ (perder).
3. Si Juan \_\_\_\_\_ (jugar) a la lotería, habría ganado.
4. Si Don Enrique se \_\_\_\_\_ (quedar) en su pueblo, todo habría sido diferente.

#### C. Hipótesis más probable. (Clave: conjuga le verbo de acuerdo con el tiempo indicado entre paréntesis.)

1. Si te duermes temprano, te \_\_\_\_\_ (levantar – presente simple) temprano.
2. Si encuentro trabajo este verano, \_\_\_\_\_ (ahorrar – futuro simple) para comprarme un auto.
3. Si les va bien en la entrevista, \_\_\_\_\_ (entrar – perifrástico) a la universidad.
4. Si usted tiene que salir, \_\_\_\_\_ (avisar - mandato) al portero.
5. Si limpias la casa un poco todos los días, no \_\_\_\_\_ (tener – futuro simple) tanto que hacer el fin de semana.
6. Si nosotros (empezar) \_\_\_\_\_ el trabajo ahora, lo terminamos hoy mismo.
7. Si no quieres que te pare la policía, \_\_\_\_\_ (respetar – mandato) las leyes de tránsito.
8. Si llevo el diccionario conmigo, \_\_\_\_\_ (escribir – perifrástico) mejor.

## 10.4 Repaso: El futuro perifrástico

Como vimos en el capítulo 2.2, el futuro perifrástico (también conocido como o “futuro cercano”) es el que se usa con mayor frecuencia en español.

❖ *Ir (conjugado) + a + Verbo en infinitivo*

Modelos: Voy a salir tarde.

Ella va a viajar a Europa.

❖ La siguiente tabla presenta la conjugación del verbo *ir*:

Sujeto	ir
yo	voy
tú	vas
usted	va
él / ella	va
nosotros	vamos
vosotros	vais
ustedes	van
ellos / ellas	van

### 10.6 El futuro perifrástico

Luego de leer el siguiente párrafo, cambie todos los verbos conjugados en el futuro al futuro perifrástico.

Mañana me **levantaré** temprano, **ordenaré** mi cuarto y **sacaré** a caminar a mi perrito. Sé que Fido **estará** muy contento de salir a pasear. Luego, cuando vuelva a casa, **llamaré** a Claudia y Estela. **Tendremos** que estudiar para el examen de biología, y sé que **querrán** venir temprano para aprovechar el día. Las tres somos buenas estudiantes y siempre que nos reunimos a repasar para un examen sabemos que nos **irá** muy bien. Más tarde, **caminaremos** al café del centro para distraernos un rato y disfrutar del clima, que dicen **estará** muy cálido.

### 10.7 El futuro perifrástico en uso

Con uno o dos compañeros, tórnese para contestar las siguientes preguntas usando el perifrástico.

1. ¿Vas a tomar clases el próximo verano?

---

2. ¿Qué vas a hacer luego de terminar tus estudios?

---

3. ¿Vamos a poder ir a practicar español a España?

---

4. ¿Crees que van a encontrar la cura para el ébola?

---

5. ¿Qué país va a ganar el mundial en el 2018?

---

6. ¿Te parece que “Cien años de soledad” va a seguir siendo exitosa en diez años?

---

## 10.5 El futuro de probabilidad

Como se vio brevemente en el capítulo 6.3, el futuro simple se puede usar para expresar *probabilidad o suponer* lo que está pasando ahora. Este concepto es un poco complicado para los angloparlantes ya que hay más de un equivalente en inglés para indicar probabilidad: must, probably, wonder, and others.

❖ El futuro de probabilidad y su uso:

¿Y Juan? **Estará** durmiendo.

And John? He is probably sleeping. / He must be sleeping.

¿**Tendremos** las notas hoy?

I wonder if we'll have the grade today.

Lo dudo, las **darán** la semana que viene.

I doubt it, they'll probably post them next week.

¿**Habrán** llegado a tiempo?

I wonder if they made it on time.

¿**Lloverá** en Madrid en ésta época?

I wonder if it rains in Madrid this time of the year.

### 10.8 El futuro de probabilidad

Use el futuro de probabilidad para deducir lo que podría suceder en las siguientes oraciones.

1. Juan camina lento, tiene muchas arrugas y a veces se olvida de las cosas. (tener)  
\_\_\_\_\_ unos 80 años.
2. Quedé en verme con Carla a las 6:00 pm, pero ya son las 6:45 pm y todavía no llega.  
(Haber) \_\_\_\_\_ mucho tráfico.
3. Los Morán se fueron de vacaciones a Sudáfrica y luego enviarán a los tres niños a estudiar a Europa. (Ganar) \_\_\_\_\_ mucho dinero.

4. Mi sobrino se graduó con las mejores calificaciones. Mi hermana (estar) \_\_\_\_\_ muy orgullosa.
5. Los artistas que cantan en inglés y español seguro (vender) \_\_\_\_\_ muchos discos en el mercado internacional.
6. Dicen que la película que va a estrenar esta semana ya tiene todos los boletos vendidos. (Ser) \_\_\_\_\_ muy exitosa.
7. Quiero ir a Budapest en mis próximas vacaciones. ¿(hacer) \_\_\_\_\_ frío en esta época?
8. ¡Qué raro que Marta todavía no me haya llamado! Seguro (salir) \_\_\_\_\_ tarde del trabajo.
9. Mi gatita no quiere comer. ¿Se (sentir) \_\_\_\_\_ mal?
10. Hoy no hay mucho tráfico. ¿(ser) \_\_\_\_\_ un día festivo?

## En resumen

En este capítulo se exploraron temas como las precauciones a tomar antes desastres naturales y estados de emergencia. También se cubrieron temas de salud que son importante de considerar cuando se viaja. Se cubrieron las funciones comunicativas de **describir eventos que están ocurriendo en el momento actual, hablar de precauciones, de probabilidad y de hipótesis.**

**ER. 1** Use la información de este capítulo y su conocimiento para contestar las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. Usted vive en una región en California propensa a terremotos. Busque en la página del CDC las sugerencias para estar preparado ante estas emergencias. Ve al sitio <http://www.cdc.gov/spanish/> y haga una lista de los preparativos que se sugieren antes, durante y después de un terremoto.

---

---

---

---

---

---

2. Usted va a hacer una presentación a un grupo de niños en la escuela secundaria que van a viajar durante la semana de vacaciones de primavera a un país en América Latina para prestar ayuda como voluntarios. Haga una lista de estas precauciones que tienen que tomar antes, durante y después del viaje. ¿Qué recomendaciones les podría dar a estos niños y a sus padres?

---

---

---

---

---

---

### Metas comunicativas

- Dar recomendaciones

### Temas Centrales

- A. La salud pública
- B. Cómo navegar el sistema de la salud
- C. Las disparidades en la atención de la salud

### Gramática y Ejercicios

- 11.1 El futuro
- 11.2 El condicional
- 11.3 Repaso: Los mandatos

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará temas relacionados con la salud pública, tales como la planificación familiar, la orientación sexual y los problemas que enfrentan los trabajadores agrícolas en cuanto a los servicios médicos. Así mismo, el alumno leerá sobre el sistema de la salud estadounidense y los problemas que surgen al navegar el sistema. Por último, se informará acerca de algunas disparidades en la atención de la salud y cómo esto afecta a los latinos.

Preguntas para considerar:

¿Qué es la salud pública y cómo se relaciona con la planificación familiar, la orientación sexual?

¿Cómo se puede educar a los trabajadores agrícolas acerca de los servicios médicos que están disponibles?  
¿Cómo se pueden mejorar las condiciones de salud de los trabajadores inmigrantes?

¿Cuáles son algunos problemas que pueden surgir al navegar el sistema de la salud estadounidense?

¿Qué son las disparidades en la atención de la salud y cómo afectan a los hispanos? ¿Qué tan importantes son las organizaciones comunitarias, las organizaciones no gubernamentales y los promotores de la salud?

## A. LA SALUD PÚBLICA

 Consulte la gramática 11.1

### La salud pública y la planificación familiar

La salud pública se enfoca en la protección y el mejoramiento de la población en su conjunto, la comunidad y su salud en diversos ámbitos de la vida, como lo son las áreas laborales, recreativas y los establecimientos educativos y de viviendas. La protección y el mejoramiento se llevan a cabo a base de un esfuerzo organizado de una comunidad e incluyen la educación acerca de la medicina preventiva, sanitaria y las ciencias sociales. De igual manera, la salud pública busca, a través de estas medidas, prevenir enfermedades, promover la buena salud y prolongar la vida. El propósito final es proveer condiciones en las cuales el público pueda estar saludable. Los profesionales de la salud pública monitorean y diagnostican las preocupaciones de comunidades enteras y promueven comportamientos y prácticas saludables. Una de las campañas que promueve la salud pública es la planificación familiar. Los expertos de la salud pública señalan que el uso de los anticonceptivos es uno de los avances más significativos del siglo veinte. El Dr. Georges Benjamin, director ejecutivo de la *Asociación americana de salud pública*, afirma que los anticonceptivos son una de las historias de éxito de la salud pública más importantes de esta generación. Así mismo, agrega que no se enfatizan los enormes beneficios de los mismos como un componente clave de la planificación familiar. Los anticonceptivos reducen embarazos no deseados, ayudan a planear el lapso de tiempo de un embarazo a otro y resultan en la buena salud de los bebés. Existen diversos métodos anticonceptivos que una pareja puede escoger. El acceso a los métodos anticonceptivos y de planificación familiar ha incrementado debido a políticas relacionadas a la salud reproductiva. Por ejemplo, algunos seguros médicos han implementado cambios que permiten que se cubran los servicios preventivos.

#### Vocabulario útil

Los anticonceptivos	birth control
Las hormonas	hormones
Las enfermedades de transmisión sexual	sexually transmitted diseases
El parche	birth control patch



### 1. Actividades de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son algunas instituciones públicas o privadas que ofrecen métodos anticonceptivos a bajo costo o gratuitos?

---

---

2. ¿Cree que los métodos anticonceptivos deben ser gratuitos para toda la población?

---

---

3. ¿Cuáles son algunas maneras de promover la salud sexual en la comunidad?

---

---

### Métodos anticonceptivos

Método	Definición
<b>Las píldoras o pastillas anticonceptivas</b>	Las píldoras o pastillas anticonceptivas o anticonceptivos orales son un tipo de medicamento que las mujeres pueden tomar diariamente para prevenir embarazos. Contienen dos hormonas, el estrógeno y el progestágeno, que evitan la liberación de los óvulos por los ovarios. Este método es muy eficaz, con un 99% de efectividad para prevenir embarazos, si se consume adecuadamente. Sin embargo, este método no protege contra las enfermedades de transmisión sexual y se necesita receta médica para conseguir las píldoras.
<b>El anillo anticonceptivo vaginal</b>	Es un pequeño anillo flexible que se coloca dentro de la vagina una vez por mes, por un periodo de tres semanas. Contiene las mismas hormonas que la pastilla o píldora anticonceptiva. Este método es muy eficaz, con un 99% de efectividad para prevenir embarazos. Lamentablemente, este método no protege contra las enfermedades de transmisión sexual y para obtenerlo se necesita receta médica.
<b>El parche anticonceptivo</b>	Es un pequeño parche que se adhiere a la piel

	<p>para prevenir embarazos. Es seguro, conveniente y eficaz, con un 99% de efectividad. Se coloca un parche nuevo una vez por semana por tres semanas consecutivas y en la cuarta semana no se coloca ningún parche. Libra las mismas hormonas que las píldoras y el anillo anticonceptivo. Este método requiere una receta médica y no protege contra las infecciones de transmisión sexual.</p>
<b>El condón masculino</b>	<p>El condón es una fina funda de plástico o látex en forma de pene. Éste se coloca en el pene durante las relaciones sexuales. Es muy efectivo porque previene el embarazo con un 98% y reduce el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual. Sin embargo, se debe aprender a usarlo correctamente para mayor eficacia. A diferencia de otros métodos anticonceptivos el condón se puede conseguir regularmente en supermercados, farmacias e incluso gratis en centros de planificación familiar.</p>
<b>Anticoncepción de emergencia (píldora del día después)</b>	<p>Es un método anticonceptivo que se puede usar hasta cinco días después de haber tenido relaciones sexuales sin protección. Este método se puede usar para prevenir un embarazo no planeado. Es seguro y eficaz, con un 98-99% de efectividad si se toma correctamente. Este método tampoco protege contra las infecciones de transmisión sexual. Generalmente las mujeres pueden comprar la píldora sin receta médica.</p>

**Fuentes:**

<http://www.who.int>

<http://www.who.int/trade/glossary/story076/en/#>

<http://www.apha.org>

<https://www.apha.org/topics-and-issues/reproductive-and-sexual-health>

<http://thinkprogress.org>

<http://thinkprogress.org/health/2015/06/07/3666568/griswold-birth-control/>

## Actividades

### 2. Comprensión y análisis

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Qué es la salud pública?

---

2. ¿Cuál es el propósito de la salud pública?

---

3. ¿Qué se conoce como la planificación familiar?

---

4. ¿Cuál es la relación entre la salud pública y la planificación familiar?

---

5. ¿Cuál es la diferencia entre el condón masculino y el anillo anticonceptivo?

---

6. ¿Cuáles son algunos métodos anticonceptivos? Nombre y explique que es un dispositivo intrauterino de cobre (DIU)?

---

### 3. Opinión

En su opinión, ¿cuál cree que es el método anticonceptivo más fácil, conveniente y efectivo para el control de la natalidad? Explique.

---

---

### 4. Investigación

Como se ha visto existen diversos métodos anticonceptivos. En el siguiente enlace encontrará métodos tradicionales de anticoncepción. Lea la información y escriba una explicación que le daría a un paciente de estos métodos.

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs351/es>

---

---

---

---

## 5. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles cree que son algunos obstáculos que enfrenta la comunidad LGBT en cuanto al cuidado de la salud?

---

---

2. ¿Cómo se puede mejorar o promover el estado de la comunidad LGBT?

---

---

## LA SALUD PÚBLICA Y LA ORIENTACIÓN SEXUAL

### Vocabulario útil

La orientación sexual  
La homosexualidad  
La heterosexualidad  
La bisexualidad  
La transexualidad  
Los deseos sexuales

Sexual orientation  
homosexuality  
heterosexuality  
bisexuality  
transsexuality  
Sexual desires

**Diálogo 11.1** Alfonso y el doctor Toboso hablan acerca de la orientación sexual. (Véase el capítulo 5, diálogos 5.2-5.3)

Alfonso --¡Hola! Dr. Toboso estoy aquí de nuevo y tengo otras preguntas sobre la orientación sexual. El transgénero es ser homosexual ¿verdad?

Dr. Toboso --No necesariamente. Eso tiene que ver con la orientación sexual. La orientación sexual es un término que se usa para describir los deseos sexuales y románticos y la atracción por una persona. Ser heterosexual significa sentir deseo sexual por el género opuesto, homosexual significa sentir deseo sexual por el mismo género y ser bisexual significa sentir atracción por personas de ambos sexos.

Alfonso -- Y, ¿qué significa ser gay o lesbiana?

Dr. Toboso -- Estos dos términos caben dentro de la definición de homosexual. El término “gay” es otra palabra para homosexuales. A las mujeres homosexuales se les denomina lesbianas.

Alfonso --Entonces, ¿Una persona puede decidir su orientación sexual?

Dr. Toboso --No. La orientación sexual es algo que las personas no pueden decidir por sí mismas o lo que alguien más les diga. Se han hecho investigaciones que demuestran que ésta basada en factores biológicos que existen aun antes de nacer. Se empiezan a sentir deseos sexuales en la pubertad y es allí cuando se suele establecer la orientación sexual.

Alfonso --Doctor, fíjese que en mi escuela hay un grupo de muchachos que le hacen “bullying” a otro muchacho que es gay. ¿Por qué hacen eso?

Dr. Toboso --Mira Alfonso, hay muchas personas que ignoran realmente lo que significa ser homosexual. A estas personas se les denomina como homofóbicas. Es decir, que tienen miedo u odio a las personas gays, lesbianas o bisexuales o que parecen serlo. Es muy importante que **les** avises a las autoridades de la escuela porque puede haber consecuencias graves. Por ejemplo, existe la homofobia internalizada es decir, cuando una persona homosexual tiene miedo o siente odio de sí misma y puede conducirla al suicidio. El acoso de estos muchachos puede provocar que el muchacho gay se suicide porque el estrés que causa la homofobia puede presentarse como depresión, aislamiento y paranoia.

Alfonso -- Muchas gracias doctor por toda la información y su tiempo. Mi reporte será bien detallado.

Dr. Toboso --Por nada, Alfonso. Ya sabes que en el centro de planificación familiar estamos siempre disponibles para ayudarte.

## LA SALUD PÚBLICA Y LA ORIENTACIÓN SEXUAL

Otro aspecto de la salud pública es la salud y el bienestar de una persona gay, lesbiana, bisexual y transgénero (LGBT por sus siglas en inglés). Muchos de estos individuos no reciben algunos servicios de salud, ya que se cree que existe un sistema de salud centrado en las personas heterosexuales. Los asuntos que más afectan a este grupo son la discriminación, la estigmatización y los prejuicios. También, las personas gay, lesbianas, bisexuales y transgénero tienen una cobertura de seguro médico limitada. Se ven afectados en otras cuestiones de la salud como en el envejecimiento, la salud mental y el abuso de sustancias. Así mismo, las personas transgénero también se ven afectadas en su cuidado médico, pues en este sistema de salud heterosexual muchas veces las personas se encuentran en situaciones en donde no

pueden conseguir los medicamentos necesarios para sus condiciones específicas, por ejemplo la terapia hormonal. En general, las personas transgénero se enfrentan a asuntos delicados como la violencia, la salud mental, la falta de acceso a servicios específicos a sus necesidades y la salud sexual (enfermedades de transmisión sexual).

## Actividades

### 6. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas según el diálogo.

1. Nombre las tres orientaciones sexuales. Explíquelas.

---

2. ¿Puede una persona decidir su orientación sexual? ¿Por qué?

---

3. ¿Qué es la homofobia y cómo afecta a las personas?

---

4. ¿Cuál es el problema que enfrentan las personas gay, lesbianas, bisexual y transgénero?

---

5. ¿Cuáles son algunos aspectos de salud que afectan a este grupo de individuos?

---

### 7. Investigación y opinión

**A.** De acuerdo con la Asociación estadounidense de psicología no se puede cambiar la orientación sexual. Esta organización asegura que la homosexualidad no es una enfermedad que requiera tratamiento. Muchos homosexuales llevan vidas felices y exitosas. Sin embargo, existen terapias de conversión. Investigue que son las terapias de conversión y dé su opinión sobre estas.

---

---

**B.** La comunidad transgénero se enfrenta a diversos desafíos. Investigue cuáles son algunos de esos desafíos, por ejemplo el uso de sanitarios públicos, la encarcelación y el uso de servicios públicos en general. Identifique dos ejemplos de dichos desafíos y su opinión acerca de estas situaciones.

---

---

#### Nota 11.1

De acuerdo con la Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales, 11 países de Latinoamérica y el Caribe consideran la homosexualidad como un delito. Por ejemplo, en el Caribe las prácticas homosexuales se penalizan en algunos casos con la pena de muerte o con condenas de diez años de cárcel. Aunque los matrimonios homosexuales se están aceptando, la homofobia sigue aumentando. Es evidente que es un tema muy sensible para la comunidad latina.

Fuente: <http://mexico.cnn.com/mundo/2010/05/19/11-paises-de-america-latina-v-caribe-consideran-delito-la-homosexualidad>

### 8. Actividad de pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son algunos riesgos que enfrentan los trabajadores agrícolas?

---

---

2. ¿Tiene algunas ideas de cómo mejorar o promover la salud de los trabajadores agrícolas? Explique.

---

---

### Vocabulario útil

La orientación sexual  
La homosexualidad  
La heterosexualidad  
La bisexualidad  
La transexualidad  
Los deseos sexuales

Sexual orientation  
homosexuality  
heterosexuality  
bisexuality  
transsexuality  
Sexual desires



## LECTURA

### Los trabajadores agrícolas y la salud pública

Los trabajadores agrícolas, personas que plantan, cultivan, cosechan y preparan los cultivos para ser vendidos o almacenados, tienen una mayor incidencia de problemas de salud que otros grupos de trabajadores. En general, la agricultura en los Estados Unidos es un sector fundamental para la economía. Los estados con el mayor número de agrícolas son Oregón, Carolina del Norte, Washington, Texas y California. La labor agrícola representa el tres por ciento (3%) de la fuerza laboral a nivel nacional. Sin embargo, representa el trece por ciento (13%) de todos los accidentes laborales convirtiéndola en una de las ocupaciones más peligrosas. Algunos de los riesgos laborales se relacionan a la exposición a químicos y a nicotina (ej. dermatitis), a condiciones de clima extremas (ej. la insolación) y a problemas de salubridad (ej. infecciones parasitarias).

A pesar de que los trabajadores agrícolas tienen uno de los trabajos más arriesgados, su alcance a los servicios médicos es limitado, pues existen barreras que lo impiden. Por ejemplo, en el estado de Carolina del Norte la organización de *Estudiantes en acción con campesinos* reporta que menos del 20% de los trabajadores recibe atención médica. Se cree que algunos de los impedimentos para recibir servicios de salud son los siguientes: el idioma (ej. el 94% es hispanohablantes), el seguro médico (ej. el 85% carece de seguro médico en todo el país), movilidad frecuente (ej. un tercio de los campesinos se muda dentro y fuera del estado), transporte (ej. el 80% de las familias no tiene transporte), temor (ej. sentimiento anti-inmigrante), indemnización para trabajadores (ej. en Carolina del Norte, la mayoría no puede recibir seguro de indemnización para trabajadores) y, por último, la cultura (ej. las creencias culturales y la percepción del sistema médico estadounidense que impide la búsqueda de ayuda).

En la investigación e informe realizado por La secretaria de salud de México, la universidad de California y la fundación The California Endowment: *Migración, salud y trabajo: datos frente a los mitos* se ofrecen sugerencias para reducir los índices de accidentes y muertes en el trabajo y los altos índices de escasez de cobertura médica en la comunidad latina. El reporte concluye que “Ser inmigrante no debería implicar ningún riesgo a la salud” (32). Existen programas públicos que ofrecen posibilidades de mejorar la salud de los inmigrantes a base del aumento de clínicas comunitarias que proporcionan servicios básicos de salud. Estas clínicas son frecuentadas por personas de bajos recursos pues muchas veces representan la única forma de que los inmigrantes obtengan servicios médicos. También existen programas educativos de salud que ayudan a atraer a inmigrantes mexicanos a estos centros. Se recomienda un mayor apoyo a programas como “promotores de salud” que educan a la comunidad latina acerca de hábitos saludables y conectan las clínicas comunitarias con los trabajadores de bajos recursos.

#### Nota 11.2

En los EE.UU. hay de dos a tres millones de trabajadores agrícolas, de los cuales el ochenta por ciento son hombres mayormente de 31 años de edad o menos. El 75% son de nacionalidad mexicana. Una encuesta del 2005 calculó que el 53% de los trabajadores son indocumentados.



**Fuentes:**

<https://www.saf-unite.org>

<https://saf-unite.org/es/content/datos-sobre-los-trabajadores-agr%C3%ADcolas-en-los-estados-unidos>

<http://healthpolicy.ucla.edu/publications/Documents/PDF/Mexican%20Immigrants%20Lack%20Health%20Services%20in%20the%20U.S.%20spanish.pdf>

[http://healthpolicy.ucla.edu/publications/Documents/PDF/immigration\\_rep\\_oct07\\_esp.pdf](http://healthpolicy.ucla.edu/publications/Documents/PDF/immigration_rep_oct07_esp.pdf)

<https://www.saf-unite.org/es/content/carolina-del-norte-datos-de-la-salud-de-trabajadores-agr%C3%ADcolas>

[http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed\\_protect/@protrav/@safework/documents/publication/wcms\\_117460.pdf](http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_protect/@protrav/@safework/documents/publication/wcms_117460.pdf)

Actividades

**9. Preguntas de comprensión**

Conteste las siguientes preguntas según la lectura.

1. ¿Cuál es la función de un trabajador agrícola?

---

2. ¿Qué porcentaje de la fuerza laboral estadounidense representan los trabajadores agrícolas? ¿Cuáles son los estados con el mayor número de trabajadores agrícolas?

---

3. ¿Cuáles son los riesgos del trabajo agrícola?

---

4. ¿Cuáles son algunas barreras que impiden que un trabajador agrícola reciba servicios médicos?

---

5. Nombre las sugerencias que se encuentran en el informe ***Migración, salud y trabajo: datos frente a los mitos.***

---

---

**10. Investigación**

Investigue cuáles son las organizaciones sin fines de lucro que abogan por la salud de los trabajadores agrícolas. Busque en la red una organización local y mencione qué servicios ofrecen.

---

---

## B. CÓMO NAVEGAR EL SISTEMA DE LA SALUD

 Consulte la gramática 11.2

### Vocabulario útil

Adversas	adverse
Las compañías aseguradoras	insurance companies
Las empresas de suministros médicos	Medical supply companies
Los fabricantes	manufacturers
Los farmacéuticos	pharmaceutical
Los presidiarios	prisoners



### LECTURA

#### El sistema de salud estadounidense

El sistema de salud de los Estados Unidos no tiene un único sistema nacional sino que se compone de los sectores públicos y privados. El sector privado es el proveedor más grande de servicios de salud e incluye hospitales, médicos y dentistas, compañías de seguro médico, hogares para convalecientes, empresas de suministros médicos y fabricantes de los productos farmacéuticos. Alrededor del 70% de la población tiene un seguro de salud privado y regularmente adquirido a través del empleador. El sector público comprende al Departamento de Salud y Servicios Sociales, conocido como el HHS; forma parte del poder ejecutivo del gobierno y se encarga en proteger la salud de los estadounidenses. De igual manera, el HHS proporciona servicios sociales esenciales a aquellos que no pueden proveérselo a sí mismos. El gobierno federal también provee servicios públicos al personal militar y a los excombatientes, a los indios nativos estadounidenses y a los presidiarios de cárceles federales. También existen otros programas públicos de salud, como Medicare, Medicaid y el programa estatal de seguro de salud para niños conocido como SCHIP. El programa Medicare proporciona seguro médico a todos los estadounidenses que son mayores de 65 años de edad. El programa Medicaid es financiado conjuntamente por el gobierno federal y estatal para proveer seguro de salud a las personas de bajos recursos. Es el programa más grande que brinda servicios médicos a los estadounidenses más pobres. El programa SCHIP ofrece servicios médicos a bajo costo o libre de costo a niños menores de 18 años con bajos recursos que no califican para el programa Medicaid.

**Diálogo 11.2** El señor Tomás Rodarte tiene una cita con un cirujano prestigioso para hablar sobre una posible cirugía de espalda. El Sr. Rodarte ha sufrido de dolores de espalda por varios años.

Dr. Ambrosio -- Buenas tardes, Sr. Rodarte. ¿Cómo está?

Sr. Rodarte -- Hola, doctor Ambrosio. Muy bien, gracias.

Dr. Ambrosio -- Ya recibí sus tomografías computarizadas y he descubierto que debemos fusionar de manera permanente dos o más huesos en la columna vertebral para que no haya movimiento entre ellos.

Sr. Rodarte -- ¿Es peligrosa esta cirugía?

Dr. Ambrosio -- Usted estará dormido y no sentirá dolor. Su estadía en el hospital será un periodo largo de tiempo y la rehabilitación tomará mucho tiempo.

Sr. Rodarte -- OK, doctor lo pensaré. Hasta luego.

Nota 11.1

Considere el siguiente caso adaptado del libro *Improving healthcare through advocacy* del doctor Bruce S. Jansson.

**Diálogo 11.3** El señor Rodarte está preocupado y busca una segunda opinión. Consulta al Dr. Pope, otro cirujano prestigioso, que le informará acerca de otra alternativa.

Dr. Pope -- Buenos días, Sr. Rodarte. ¿Cómo está?

Sr. Rodarte -- Buenos días. Estoy un poco alarmado, doctor. Recibí algunas noticias que no me fueron placenteras. El Dr. Ambrosio me dejó sorprendido con el procedimiento quirúrgico que tendrá que hacer para aliviar mi dolor de espalda.

Dr. Pope -- ¿Qué le dijo el Dr. Ambrosio?

- Sr. Rodarte -- Me dijo que tomará bastante tiempo el procedimiento, al igual que la rehabilitación.
- Dr. Pope -- No sé por qué le dijo el Dr. Ambrosio que el procedimiento quirúrgico será largo, si mirando sus tomografías computarizadas se puede ver que este procedimiento puede realizarse en dos áreas específicas. Consecuentemente el tiempo de estadía en el hospital y la rehabilitación serán breves.
- Sr. Rodarte -- No, no me informó de esto.
- Dr. Pope -- ¿Tampoco le informó qué tiene una probabilidad de 5% de no sobrevivir la cirugía y un 15% de quedar paralizado?
- Sr. Rodarte -- No, tampoco me informó. ¿Y por qué me sugirió este procedimiento tan invasivo?
- Dr. Pope -- En mi opinión, el Dr. Ambrosio seguía el liderazgo de su mentor, quien es pionero de este tipo de cirugía. Ha usado este método con otros pacientes que necesitaban un procedimiento menos invasivo y con menos efectos secundarios.
- Sr. Rodarte -- Muchísimas gracias por la información. Hábleme más acerca de esta cirugía.

#### Nota 11.2

“Self – advocacy” conocido en español con los términos auto-apoyo o auto-representación, se refiere a la habilidad de un individuo para comunicar y expresar con eficacia, negociar, o afirmar sus intereses propios, deseos, necesidades y/o derechos. Por ejemplo, cuando buscan una segunda opinión, desafían decisiones adversas de compañías de seguros médicos, solicitan servicios médicos preventivos y toman decisiones informadas y asumen responsabilidad de las consecuencias.

## Actividades

### 11. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura y los diálogos.

1. ¿Cuáles son los componentes del sector público y del sector privado?

---

2. ¿Cuál es el motivo de la visita del Sr. Rodarte y cómo se resolvió?

---

3. ¿Cómo se auto-representó el Sr. Rodarte?

---

### 12. Investigación

**A.** La auto-representación es una habilidad útil para toda la vida que necesita reiterarse con nuevo conocimiento. Investigue algunos consejos útiles para aquellos pacientes que desean auto-representarse. Escriba por lo menos 5 consejos.

---

**B.** De acuerdo con Bruce S. Jansson, algunos problemas del sistema de salud son aliviados por la reforma de salud aprobada por el Congreso y el Presidente Obama en el 2010. Investigue en qué consiste esta reforma y cuáles son los beneficios que brinda a los usuarios del sistema de la salud.

---

---

### 13. Opinión

En su opinión, ¿existen desventajas en cuanto a la auto-representación? ¿Cuáles son algunas? Explique.

---

---

### 14. Actividad de pre-lectura

Conteste la siguiente pregunta.

1. ¿Cuáles cree usted que sean algunos problemas que enfrentan los pacientes al buscar servicios de salud?

---



## LECTURA

### Los siete problemas con los que comúnmente se enfrentan los usuarios del sistema de salud estadounidense, de acuerdo con el Dr. Bruce S. Jansson

Millones de usuarios se enfrentan a siete problemas cuando buscan ayuda de sus proveedores de servicios de salud. Muchos usuarios se enfrentan a uno o más problemas a un tiempo.

<b>Problema # 1</b>	Con frecuencia, los usuarios no pueden financiar el costo del cuidado médico. Esto incluye a millones de estadounidenses sin seguro médico, a personas con un seguro médico insuficiente y a personas a las cuales se les niegan algunos reclamos por parte de su seguro.
<b>Problema # 2</b>	Con frecuencia reciben cuidado médico que no cumple con las normas estándares aceptadas. Por ejemplo, existen usuarios que no reciben el medicamento adecuado para sus condiciones de salud como la depresión, el asma y las enfermedades crónicas en sus etapas iniciales.
<b>Problema # 3</b>	Con frecuencia se enfrentan a violaciones de los derechos éticos. Por ejemplo, no reciben suficiente información adecuada que les permita tomar decisiones informadas acerca de su salud. También existen casos de violaciones de los derechos de confidencialidad.
<b>Problema # 4</b>	Los usuarios regularmente reciben cuidado médico que no es relevante a sus creencias culturales. Esto incluye, la falta de servicios de traducción inadecuados e insuficiente representación de grupos étnicos y raciales en el personal médico.
<b>Problema # 5</b>	Los usuarios no reciben, con frecuencia, cuidados preventivos para algunas condiciones de salud específicas, como por ejemplo afecciones crónicas y aquellas relacionadas con factores ambientales.
<b>Problema # 6</b>	Con frecuencia sufren de niveles excesivos de ansiedad, depresión y otras condiciones mentales que no son tratadas.
<b>Problema # 7</b>	Los proveedores del cuidado fallan en conectarlos con programas y servicios de salud en su comunidad.

**Diálogo 11.4** La asesora de casos Juliana Acevedo ha manejado el caso de Mariana Pulido por años. La señora Acevedo es la abogada de la paciente Pulido y confronta a la enfermera y el doctor sobre la situación de su paciente.

Juliana: -- Gracias por llamarme Lily (enfermera de Mariana). Explíqueme lo que está pasando.

Lily: -- Noté en los expedientes de la señora Pulido que ella indicó que no deseaba diálisis o alguna medida de vida artificial en caso de que su salud empeorará. Sin embargo, lamento informarle que ella está recibiendo diálisis.

Juliana: --¡Qué! ¿Está recibiendo diálisis? Cómo es posible, si hay documentos que estipulan que si su salud deteriora, ella no quería recibir ningún procedimiento artificial. Arreglaré esto lo antes posible.

Lily: -- De acuerdo.

Juliana: -- (Juliana recibe la documentación apropiada de la corte para detener el proceso de diálisis como lo deseaba su cliente. Llega al hospital, le muestra esta documentación a la administración médica y logra que se detenga el proceso. Mientras la enfermera detenía el proceso, entra el Dr. Ruíz-Vega)

Dr. Ruíz-Vega -- (Molesto) ¡Quién ha ordenado la detención de diálisis de mi paciente!

Juliana: --Yo, cumpliendo los deseos de mi cliente. Soy la abogada, asesora del caso de la señora Pulido, y tengo documentos legales que indican que éstos eran los últimos deseos de ella.

Dr. Ruíz-Vega --(Aún molesto) Sí, pero este tratamiento la está manteniendo viva.

Juliana: --(Entregándole los documentos) Sí, pero estos actos van en contra de su voluntad. Ella ha dejado estipulado que quería morir con dignidad.

Dr. Ruíz-Vega -- (Indignado) Pues, no hay nada que pueda hacer, continúe con el proceso de desconectarla de la respiración artificial. (El doctor sale, mientras la Sr. Pulido toma sus últimos respiros)

### Nota 11.3

Nótese que el siguiente caso es adaptado del Vignette 5.4 del libro *Improving healthcare through advocacy* del doctor Bruce S. Jansson

#### Nota 11.4

“Patient- advocate” conocido en español como un defensor del paciente es una persona en la que el paciente confía, que está dispuesto a tomar decisiones en su nombre. Este individuo colabora con los profesionales de la salud para asegurarse que se respeten los derechos del paciente. El defensor de un paciente puede ser un miembro de la familia, un amigo cercano o un profesional. Los hospitales acostumbran proveer servicios de abogacía para el paciente (patient advocacy). Los defensores del paciente son especialmente importantes cuando los usuarios del sistema de salud se enfrentan a los siete problemas referidos en la lectura previa.

### Actividades

#### 15. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura y el diálogo.

1. Vea el caso de Mariana Pulido (Diálogo 11.4). ¿Cuáles de los siete problemas descritos se presentan en este caso?

---

---

2. Describa un caso que represente uno de los siete problemas del sistema de la salud estadounidense. Use su propio conocimiento o la red mundial.

---

---

3. ¿Por qué está molesto el Dr. Ruíz-Vega?

---

---

#### 16. Investigación

**A.** Investigue algunos consejos útiles para aquellos pacientes que desean nombrar a un defensor del paciente. Escriba por lo menos 5 consejos.

---

---

**B.** Describa las funciones y responsabilidades de un defensor del paciente profesional.

---

---



## 17. Opinión

**A.** En su opinión, ¿existen desventajas en cuanto a la abogacía para el paciente? ¿Cuáles son algunas? Explique.

---

---

---

---

---

---

**B.** Vea el siguiente documental *No más bebés* e indique cuáles de los problemas se presentan. En su opinión, ¿fueron violados los derechos de estas mujeres?

<http://www.pbs.org/independentlens/videos/no-mas-bebes/>

---

---

---

---

---

---

## C. LAS DISPARIDADES EN LA ATENCIÓN DE LA SALUD



### Consulte la gramática 11.3

### Las disparidades en los latinos

Las disparidades son las diferencias en la atención de la salud de diferentes grupos de personas. Estos grupos se establecen a base de diferentes factores como sexo o género, raza, orientación sexual, etnicidad, estado inmigratorio, discapacidad, geografía e ingresos. Ciertos grupos de personas tienen tasas más altas de enfermedades y muertes en comparación con otros. Un tercio de los habitantes en los Estados Unidos, de acuerdo con la *Asociación Nacional de Médicos Hispanos*, NHMA por sus siglas en inglés, son minorías étnicas. De estas minorías, el 50% no tiene seguro médico y los más afectados dentro de esta minoría son los latinos. El 31% de latinos no tienen seguro de salud. Por consecuencia, este grupo minoritario no tiene acceso a la salud preventiva y está expuesto a sufrir afecciones crónicas como enfermedades cardíacas y diabetes.

**Diálogo 11.5** La señora Marcial es residente de Santa Ana, California. Ella lleva 3 años asistiendo a *Latino Health Access*, (<http://www.latinohalthaccess.org/>), una organización comunitaria sin fines de lucro. En este sitio hay médicos que ayudan a familias a combatir problemas serios de la salud.

Dr. Campos --Buenos días, Sra. Marcial. ¿Cómo está?

Sra. Marcial --Buenos días, Dr. Campos, muy bien ¿y usted?

Dr. Campos --Excelente. Veo que viene por su chequeo anual.

Sra. Marcial --Sí, doctor, pero antes le tengo algunas preguntas.

Dr. Campos --Si, dígame.

Sra. Marcial --Fíjese, que tengo una vecina que se acaba de mudar a nuestra comunidad. Tiene a su hijo muy malito y me dijo que no lo puede llevar al doctor porque no tiene seguro médico, y no tienen dinero por todo el costo de la mudanza. ¿Qué cree usted que pueda hacer ella?

11.5  
Nótese que 'estar malito' significa estar enfermo.

Dr. Campos --Usted dígale que no se preocupe por no tener seguro médico. Después que le haga su chequeo, hable con Diana (repcionista) para que la ponga en contacto con una promotora.

Sra. Marcial --Perfecto, muchas gracias.

Dr. Campos --Ahora procedamos a su chequeo.

**Diálogo 11.6** La señora Marcial habla con Diana, la recepcionista, para que manden a una promotora a la casa de su vecina.

Diana: -- Todo bien con su chequeo, Sra. Marcial. ¿Le hago otra cita?

Sra. Marcial: --Sí, todo estupendo, como siempre. Por favor me da la información, o me pone en contacto con una promotora de la salud.

Diana: --Sí, con mucho gusto. ¿Cuándo quiere que llegue a su casa?

Sra. Marcial: -- Lo más pronto posible. Es el caso de mi vecina que tiene a su hijo muy enfermo y no tiene seguro médico.

Diana: -- No hay ningún problema. Mañana estará en su casa a las 9 am.

Sra. Marcial: --Gracias.

**Diálogo 11.7** La promotora de la salud (la Sra. Ofelia) llega a la casa de la señora Marcial, donde la está esperando su vecina, la señora Dolores.

Sra. Marcial --Hola, pase adelante.

Sra. Ofelia --Hola, gracias, buenos días, Sra. Marcial, ¿Cómo está?

Sra. Marcial -- Muy bien, gracias. Le presento a mi nueva vecina, la Sra. Dolores.

Sra. Ofelia --Hola, buenos días, Sra. Dolores. ¿Cómo está?

Sra. Dolores --Pues, más o menos. Con esto que tengo a mi hijo enfermo y no lo puedo llevar al doctor por falta de seguro médico, estoy muy afligida.

Sra. Ofelia --No quiero que se aflija, porque existen soluciones para su problema. Primero, le quiero explicar quién soy y lo que hago. ¿Ha escuchado alguna vez el término de promotora?

Sra. Dolores --No, hasta ahora que me lo dijo mi vecina.

- Sra. Ofelia -- Yo soy una promotora y un miembro de esta comunidad. Esto significa que soy voluntaria en la clínica *Latino Health Access* y ayudo a ser un medio de conexión entre individuos de nuestra comunidad y el sistema de la salud. Recibí entrenamiento para informar sobre los servicios de salud y social disponibles en nuestra comunidad.
- Sra. Dolores -- Entonces, ¿qué información me puede dar a mí acerca del problema que tengo?
- Sra. Ofelia -- Pues, tengo una lista de servicios que ofrece la clínica de su vecina, *Latino Health Access*, al igual que información sobre otras organizaciones comunitarias que la pueden ayudar.
- Sra. Dolores -- ¿Y qué son las organizaciones comunitarias?
- Sra. Ofelia -- Son organizaciones sin fines de lucro públicas o privadas que trabajan a nivel local para el mejoramiento de la vida de los residentes de dicha comunidad. Se enfocan en crear igualdad a través de la sociedad, en el cuidado de la salud, el medio ambiente, igualdad de educación, acceso a la tecnología, acceso a espacios de información para personas discapacitadas.
- Sra. Dolores --Esto es mucha información. No sabía que existían estos tipos de programas que ayudaban a personas como yo para poder tener acceso a un médico. Creo que llevaré a mi hijo a la clínica mañana mismo.

Nota 11.6  
Nótese que existen algunas organizaciones no gubernamentales que promueven la salud. Son la *Organización mundial de la salud*, la *Organización panamericana de la salud* y *El fondo de las naciones unidas para la infancia*.

## Actividades

### 18. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas según la lectura y los diálogos.

1. ¿Cuáles son las disparidades en la atención de la salud y cómo afectan a la comunidad hispana?

---

---

2. ¿Cuál es el propósito de la visita de la señora Marcial al *Latino Health Access*?

---

---

3. ¿En qué consiste el trabajo de la promotora Ofelia?

---

---

4. ¿Qué son las organizaciones comunitarias?

---

---

### 19. Investigación

**A.** Investigue cuáles organizaciones no lucrativas existen en su comunidad. Nombre los servicios que ofrecen y explique uno de ellos en detalle.

---

---

---

**B.** Investigue una de las organizaciones gubernamentales. ¿Qué tipo de servicio ofrece dicha organización? ¿A quién brinda esos servicios? y ¿Cómo es financiada esta organización?

---

---

---

### 20. Opinión

En su opinión, ¿qué tan eficaces son los promotores de la salud? ¿Cómo se pueden mejorar los servicios que proveen las organizaciones comunitarias?

---

---

## Vocabulario del tema

### A. LA SALUD PÚBLICA

Los anticonceptivos	birth control	enfocar	to focus
Las hormonas	hormones	mejorar	to improve
El parche	birth control patch	prolongar	to extend
La orientación sexual	sexual orientation	afirmar	to affirm
La homosexualidad	homosexuality		
La heterosexualidad	heterosexuality		
La bisexualidad	bisexuality		
La transexualidad	transsexuality		
Los deseos sexuales	sexual desires		
Los trabajadores agrícolas	agricultural workers		
La salubridad	sanitation		
El temor	fear		
La indemnización	compensation		
La escasez	shortage		
La encuesta	survey		
La estigmatización	stigma		
Los prejuicios	prejudice		
Las enfermedades de transmisión sexual (ETS)	sexually transmitted diseases		

### VERBOS

### B. COMO NAVEGAR EL SISTEMA DE SALUD

Adversas	adverse	componer	to make up
Los fabricantes	manufactures	proporcionar	to provide
Los farmacéuticos	pharmaceutical	desafiar	to challenge
Los presidiarios	prisoners	solicitar	to request
La autorepresentación	self-advocacy	negar	to deny
El autoapoyo	self-advocacy	colaborar	to collaborate
La eficacia	efficacy	acostumbrar	to accustom
El interés propio	self interest		
El defensor del paciente	patient-advocate		
Las compañías aseguradoras	insurance companies		
Las empresas de suministros médicos	the medical supply companies		

### VERBOS

**C. LAS DISPARIDADES EN LA ATENCIÓN DE LA SALUD**

**VERBOS**

<b>Las minorías étnicas</b>	<b>ethnic minorities</b>	<b>combatir</b>	<b>to fight</b>
<b>La salud preventiva</b>	<b>preventive health</b>	<b>mudar</b>	<b>to move</b>
<b>Las disparidades</b>	<b>disparities</b>	<b>esperar</b>	<b>to wait</b>
<b>Los promotores</b>	<b>Health promoter</b>		
<b>La vecina</b>	<b>neighbor</b>		
<b>La aseguranza</b>	<b>medical insurance</b>		
<b>Afligida</b>	<b>distressed</b>		
<b>El voluntario</b>	<b>volunteer</b>		
<b>Las organizaciones no gubernamentales</b>	<b>non-government organizations</b>		
<b>Las organizaciones comunitarias</b>	<b>community based organizatios</b>		
<b>Las organizaciones Lucrativa</b>	<b>profit based organizations</b>		
<b>Las organizaciones sin fines de lucro</b>	<b>non- profit based organizations</b>		

## 11.1 El futuro

El futuro se usa generalmente para referirse a acciones que ocurrirán en el futuro. En gramática 2.2 aprendió sobre el futuro perifrástico que se forma con la estructura **ir + a + infinitivo**. Sin embargo, existen otras formas para expresar acciones futuras. Por ejemplo, en el verano **estudiaré** en Costa Rica.

- ❖ Las formas regulares del futuro: se forman tomando el verbo en infinitivo sin eliminar las terminaciones -ar, -er, -ir y agregando las terminaciones **-é, -ás, -á, -emos, -éis, y -án** que son las mismas para todos los verbos.

Los verbos -ar	Los verbos -er	Los verbos -ir
<b>dar</b>	<b>proveer</b>	<b>concebir</b>
daré	proveeré	concebiré
darás	proveerás	concebirás
dará	proveerá	concebirá
dar <b>emos</b>	proveer <b>emos</b>	concebir <b>emos</b>
dar <b>éis</b>	proveer <b>éis</b>	concebir <b>éis</b>
dar <b>án</b>	proveer <b>án</b>	concebir <b>án</b>

**Ejemplo:** Ana **concebirá** un bebé sano y fuerte.  
Ella también le **dará** de mamar a su hijo/a.

- ❖ Las formas irregulares:

- En los siguientes verbos la vocal **-e** en el infinitivo se elimina y después se agregan las terminaciones del futuro; **-é, -ás, -á, -emos, -éis, y -án**.

<b>Caber</b>	<b>Haber</b>	<b>Poder</b>	<b>Querer</b>	<b>Saber</b>
cabré	habré	podré	querré	sabré
cabrás	habrás	podrás	querrás	sabrás
cabrá	habrá	podrá	querrá	sabrá
cab <b>remos</b>	hab <b>remos</b>	pod <b>remos</b>	querr <b>emos</b>	sab <b>remos</b>
cab <b>éis</b>	hab <b>éis</b>	pod <b>éis</b>	querr <b>éis</b>	sab <b>éis</b>
cab <b>rán</b>	hab <b>rán</b>	pod <b>rán</b>	querr <b>án</b>	sab <b>rán</b>



Poner	Salir	Tener	Valer	Venir
Pondré	Saldré	Tendré	Valdré	Vendré
Pondrás	Saldrás	Tendrás	Valdrás	Vendrás
Pondrá	Saldrá	Tendrá	Valdrá	Vendrá
Pondremos	Saldremos	Tendremos	Valdremos	Vendremos
Pondréis	Saldréis	Tendréis	Valdréis	Vendréis
Pondrán	Saldrán	Tendrán	Valdrán	Vendrán

- otros verbos que tienen irregularidades son los verbos derivados de **poner** → **componer**, **venir** → **prevenir** y **tener** → **detener**.

❖ El presente de indicativo también se puede usar para indicar el futuro próximo.

**Ejemplo:** El doctor le dice a su paciente “Nos **vemos** mañana.”

Mañana **hago** una presentación acerca de la lactancia.

## Gramática y ejercicios

### 11.1 La llegada de un bebé

La familia de Ana está preparando la llegada de su bebé. Complete las oraciones para averiguar lo que puede pasar a la llegada del bebé.

Modelo: descansar el primer día en casa (Ana)

Ana descansará el primer día en casa.

1. apoyar a Ana todos los días (esposo):

---

2. monitorear al bebé todo el tiempo (Ana y esposo):

---

3. tener que ayudar a Ana con el bebé (los abuelos):

---

4. nutrir con la leche materna (Ana):

---

5. necesitar mucho amor y atención (el bebé):

---

6. proveer cuidados necesarios para su bebé (Ana y esposo):

---

7. brindar mucha atención y apoyo a Ana y su esposo (los tíos del bebé)

---

8. venir a visitarlos (los amigos y familiares):

---

9. ser necesario mantener los biberones limpios todo el tiempo (Ana):

---

10. hacer visitas a un pediatra (Ana y esposo y bebé):

---

**11.2 Planes del futuro**

Escriba acerca de los planes que tiene después de graduarse. Después comparta sus planes en un grupo de tres compañeros. Use los verbos que se encuentran en el vocabulario y la gramática 5.4.

---

---

---

---

---

---

## 11.2 El condicional

El condicional es una forma que se usa para expresar lo que se haría en una situación bajo ciertas condiciones. Éstas pueden ser hipotéticas o poco probables. La forma del condicional puede aparecer sola en una oración o en una oración con una cláusula con **si-** explícita (Se verá esto después). Por ejemplo, *en un mundo ideal ningún niño **sufiría** de enfermedades.*

- ❖ Las formas regulares del condicional se forman tomando el verbo en infinitivo sin eliminar las terminaciones -ar, -er, -ir y agregando las terminaciones **-ía, ías, ía, íamos, íais, y -ían** que son las mismas para todos los verbos.

Los verbos -ar	Los verbos -er	Los verbos -ir
<b>dar</b>	<b>proveer</b>	<b>concebir</b>
dar <b>ía</b>	proveer <b>ía</b>	concebir <b>ía</b>
dar <b>ías</b>	proveer <b>ías</b>	concebir <b>ías</b>
dar <b>ía</b>	proveer <b>ía</b>	concebir <b>ía</b>
dar <b>íamos</b>	proveer <b>íamos</b>	concebir <b>íamos</b>
dar <b>íais</b>	proveer <b>íais</b>	concebir <b>íais</b>
dar <b>ían</b>	proveer <b>ían</b>	concebir <b>ían</b>

**Ejemplo:** Con más tiempo, yo **proveería** ayuda médica a comunidades de bajos recursos.

Si yo pudiera, **concebiría** a gemelos para no tener que pasar por el proceso de embarazo otra vez.

❖ Las formas irregulares

- En los siguientes verbos la vocal **-e** en el infinitivo se elimina y después se agregan las terminaciones del condicional; **-ía, ías, ía, íamos, íais, y -ían.**

<b>Caber</b>	<b>Haber</b>	<b>Poder</b>	<b>Querer</b>	<b>Saber</b>
Cabría	Habría	Podría	Querría	Sabría
cabrías	habrías	podrías	Querrías	Sabrías
cabría	habría	podría	Querría	Sabría
Cabríamos	habríamos	Podríamos	Querríamos	Sabríamos
Cabríais	habrías	Podrías	Querrías	Sabrías
Cabrían	habrían	Podrían	Querrían	Sabrían

- En los siguientes verbos la última vocal se elimina y se reemplaza por la consonante **-d-**. Después se agregan las terminaciones del condicional **-ía, ías, ía, íamos, íais, y -ían.**

<b>Poner</b>	<b>Salir</b>	<b>Tener</b>	<b>Valer</b>	<b>Venir</b>
Pondría	Saldría	Tendría	Valdría	Vendría
➤Pondrías	Saldrías	Tendrías	Valdrías	Vendrías
Pondría	Saldría	Tendría	Valdría	Vendría
➤Pondríamos	Saldríamos	Tendríamos	Valdríamos	Vendríamos
Pondríais	Saldríais	Tendríais	Valdríais	Vendríais
➤Pondrían	Saldrían	Tendrían	Valdrían	Vendrían

- Estos siguientes verbos tienen raíces irregulares pero conservan las mismas terminaciones del condicional **-ía, ías, ía, íamos, íais, y -ían.**

<b>Decir</b>	Diría	Dirías	Diría	Diríamos	Diríais	Dirían
<b>Hacer</b>	Haría	Harías	Haría	Haríamos	Haríais	Harían

❖ El condicional se usa:

- Para referirse a acciones o condiciones futuras consideradas desde un punto de vista en el pasado.

**Ejemplo:** Al inicio de su matrimonio Camilo no pensó que **sufriría** de disfunción eréctil.

Pensé que ser obstetra **sería** más difícil.

- Para producir expresiones de probabilidad o conjeturas sobre acciones o condiciones pasadas.
 

**Ejemplo:** ¿Por qué el estado de California decidió legalizar el aborto? Quizás porque se pensó que con esta medida se **ayudaría** a más mujeres.
- Para expresar lo que se haría en ciertas condiciones o situaciones hipotéticas.
 

**Ejemplo:** Con tiempo extra, **haría** muchas actividades fuera de mi empleo. Si yo fuera tú, le **recomendaría** que tomara más ácido fólico.
- Para formar y suavizar el impacto de sugerencias, solicitudes y aseveraciones con cortesía.
 

**Ejemplo:** **Podría** quitarse la ropa, para poder realizar el examen físico. ¿Me **haría** el favor de llenar esta solicitud?

## Gramática y ejercicios

### 11.3 Crear preguntas y respuestas

**A.** Cree preguntas usando la información dada y el pronombre de complemento indirecto cuando sea necesario.

Modelo: qué/ decir a una paciente que tiene endometriosis  
Que **le diría** a una paciente que tiene endometriosis.

1. cuánto apoyo / deber dar el gobierno a las mujeres embarazadas

---

2. qué cambios / sugerir para mejorar la educación sexual

---

3. qué / hacer para dispersar la importancia del examen de Papanicolaou para la detención del cáncer

---

4. qué / tener que hacer un obstetra para hacer sentir a una mujer cómoda durante un examen médico

---

5. cuál / ser el tratamiento para una mujer con cáncer ovárico

---

B. Conteste las preguntas que ha creado usando la información en este capítulo y su propio conocimiento.

- 1. \_\_\_\_\_
- 2. \_\_\_\_\_
- 3. \_\_\_\_\_
- 4. \_\_\_\_\_
- 5. \_\_\_\_\_

**11.4 En un mundo ideal**

En un mundo ideal, ¿cuál sería su profesión ideal? ¿qué haría? ¿cuáles serían sus obligaciones? ¿cómo sería un día normal? Explique en 10 oraciones y no olvide usar el condicional.

Modelo: Mi profesión ideal sería...haría las siguientes actividades...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 11.3 Repaso: Los mandatos formales e informales

Los mandatos siempre van dirigidos al pronombre *usted* o *tú*. Existen dos tipos de mandatos, los formales que usan la forma *usted* y los informales que usan la forma *tú*.

- ❖ Para formar los mandatos formales afirmativos y negativos se usa el presente del subjuntivo.

**Ejemplo: Espere** un momento, mientras consigo la información de la promotora.

La promotora dijo “**Esperen** a que les provea los folletos informativos.

	Verbos en –ar	Verbos en –er	Verbos en -ir
	Esperar	Conocer	Combatir
usted	(no) espere	(no) conozca	(no) combata
ustedes	(no) esperen	(no) conozcan	(no) combatan

- ❖ Para formar los mandatos informales afirmativos se usa la tercera persona del presente de indicativo.

**Ejemplo: ¡Ven y conoce** a los miembros de la organización *Latino Health Access!*

	Verbos en –ar	Verbos en –er	Verbos en -ir
	Esperar	Conocer	Combatir
tú	espera	conoce	combate

- ❖ Para formar los mandatos informales negativos se usa la segunda persona (tú) del subjuntivo.

**Ejemplo: ¡No combatas** los estereotipos, ignóralos!

	Verbos en –ar	Verbos en –er	Verbos en -ir
	Esperar	Conocer	Combatir
tú	no esperes	no conozcas	no combatas

## Gramática y ejercicios

### 11.5 Una promotora

**A.** Una promotora entrena a una futura promotora. Usando los mandatos informales (afirmativos y negativos), dígame qué debe hacer en su primer día de trabajo. Use la información que aprendió en este capítulo y su propio conocimiento para crear 6 oraciones.

**Modelo:** ¡Hola Susana! Primero, al llegar al consultorio **preséntate**. **No olvides** hacerlo.

---

---

---

---

**B.** Re-escriba sus oraciones usando los mandatos formales.

**Modelo:** ¡Hola Susana! Primero, al llegar al consultorio **preséntese**. **No olvide** hacerlo.

---

---

---

---



## En resumen

En este capítulo usted exploró temas relacionados con la salud en la comunidad. Leyó acerca de temas como la salud pública y su correlación con la planificación familiar, la orientación sexual. También leyó sobre el sistema de la salud en los Estados Unidos y cómo navegar el sistema. Se informó sobre las limitaciones en la atención de la salud en los hispanos y el papel de los promotores de salud en la comunidad.

**ER.1** Use la información de este capítulo y su conocimiento para contestar las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. ¿Qué es la salud pública y cómo se relaciona con la planificación familiar, la orientación sexual?

---

---

---

---

2. ¿Cómo se puede educar a los trabajadores agrícolas acerca de los servicios médicos que están disponibles? ¿Cómo se puede mejorar las condiciones de salud de los trabajadores inmigrantes?

---

---

---

---

3. ¿Cuáles son algunos problemas que pueden surgir al navegar el sistema de la salud estadounidense?

---

---

---

---

4. ¿Qué son las disparidades en la atención de la salud y cómo afectan a los hispanos? ¿Qué tan importantes son las organizaciones comunitarias, las organizaciones no gubernamentales y los promotores de la salud? Explique.

---

---

---

---

# Capítulo 12

## Otros temas de salud

### Metas comunicativas

- Dar indicaciones

### Temas Centrales

- A. El sobrepeso y la obesidad**
- B. La sexualidad**
- C. El tabaquismo**
- D. El asma**

### Gramática y Ejercicios

- 12.1 Repaso: El imperativo**
- 12.2 Pronombres de objeto de preposición**
- 12.3 Por y Para**
- 12.4 Preguntas abiertas / cerradas**

### En resumen

En este capítulo el estudiante explorará otros temas de salud importantes para los hispanohablantes como el sobrepeso y el tabaquismo. También se verán temas relacionados a la sexualidad, como el virus del sida (VIH) y el virus del papiloma humano (VPH), así como los cuidados necesarios para prevenir estas enfermedades. El capítulo también explora el tema del asma y los posibles factores ambientales que pueden afectar a las personas con asma.

Este capítulo también presenta la función comunicativa de cómo dar indicaciones y se exploran estrategias para desarrollar la fluidez al hablar.

Preguntas para considerar:

¿Por qué es importante mantener un peso adecuado desde la infancia?

¿Por qué la obesidad es un problema hoy en día?

¿Cómo se puede abordar el tema de la sexualidad con pacientes que son hispanohablantes?

¿Qué aspectos ambientales pueden desencadenar ataques de asma?

## A. EL SOBREPESO Y LA OBESIDAD



### Consulte la gramática 12.1

#### Metas comunicativas: Dar indicaciones

**Diálogo 12.1** Laura Camacho lleva a su hijo David con su pediatra. David ya tiene 4 años y lo han puesto en una dieta especial porque la vez pasada lo encontraron en el 97 percentil de la tabla de patrón de crecimiento infantil. Ya han pasado dos meses y la doctora Esparza quiere ver si la dieta le ha ayudado a bajar de peso.

Doctora Esparza: Buenos días señora

Camacho. ¡Hola David! ¿Cómo estás?

Señora Camacho: Buenos días, doctora.

David: Hola... (*no hace contacto con los ojos, es muy tímido*).

Señora Camacho: ¡Hijito! ¡**Saluda** bien! Ay disculpe, doctora. En la casa no deja de hablar, y cuando tiene que hacerlo, no lo hace...

Doctora Esparza: No se preocupe. Así son los niños. Bueno, pero antes de revisarlo y pesarlo, **dígame**: ¿Cómo se ha sentido David con los cambios que hicimos en su dieta?

Señora Camacho: Pues, la verdad, batallo mucho para que coma. No le gusta nada de lo que está en la lista que usted nos dio.

Doctora Esparza: Se entiende que David se resista a los cambios porque no está acostumbrado. Pero es importantísimo que usted insista y que **no se dé** por vencida.

Señora Camacho: Pues sí, pero mejor **dígale** usted. A ver si a usted si le hace caso, porque a mí, no. Además, su papá tampoco me apoya. En cuanto David empieza a llorar, le va y le compra sus *chiquen nuggets* (chicken nuggets) con papas fritas y soda.

Doctora Esparza: (*Dirigiéndose a David*) A ver David, necesitas comer muchas frutas y verduras para que te pongas muy fuerte...!como el Capitán América! **Cómete** lo que tu mami te ponga en el plato, ¿está bien? Si no lo haces, tu mami me va a decir y yo me voy a poner muy triste.

#### Vocabulario útil

el crecimiento	growth
acostumbrado/a	to be used to
no se dé por vencido/a	don't give up
para que te pongas fuerte	so that you become strong
tenía esperanza de	I was hoping that
asegúrese	make sure
(no) me apoya	s/he does (not) support me
no me hace caso	s/he ignores my request

David: Sí...yo quiero ser fuerte como el Capitán América...!voy a comer muchas frutas y verduras!

Doctora Esparza: ¡Muy bien! Ahora, **quítate** los zapatos para pesarte. Vamos a ver... pesas 21 kilos. Ahora **párate** aquí para ver cuánto has crecido. ¡Muy bien! has crecido 3 centímetros! ¡Ahora mides .86 metros!

Señora Camacho: ¿Pesó veintiún kilos? Entonces no bajó nada. Yo tenía la esperanza de que hubiera bajado por lo menos unos 2 kilos.

Doctora Esparza: En realidad, no está mal. En dos meses no ha bajado de peso, pero tampoco ha subido. Y eso es bueno; muy bueno. Eso quiere decir que los cambios que ha hecho en su dieta sí están funcionando. Además, hay que tomar en cuenta de que creció 3 centímetros.

Señora Camacho: Sí, es cierto. Tiene razón.

Doctora Esparza: **Asegúrese** de que no pase mucho tiempo mirando la televisión o jugando videojuegos.

Señora Camacho: No, ya no pasa tanto tiempo en la computadora como lo hacía antes y me lo llevo al parque casi todos los días para que juegue y corra.

Doctora Esparza: Pues me da mucho gusto ver que sí ha implementado los cambios que le sugerí. Sobre todo por la salud de David.

Señora Camacho: Sí, a mí también. Y le agradezco de corazón todos sus consejos.

Doctora Esparza: Bueno, entonces **haga** una cita para verlos otra vez en dos meses.

Señora Camacho: Está bien, hasta luego y gracias otra vez. David, dile adiós a la doctora.

David: (David nada más mueve la mano y se esconde detrás de las piernas de su mamá).

Doctora Esparza: Adiós David, y **recuerda: come** muchas zanahorias y brócoli para que te pongas tan fuerte como el Capitán América. Los veo en dos meses.

#### Nota 12.1

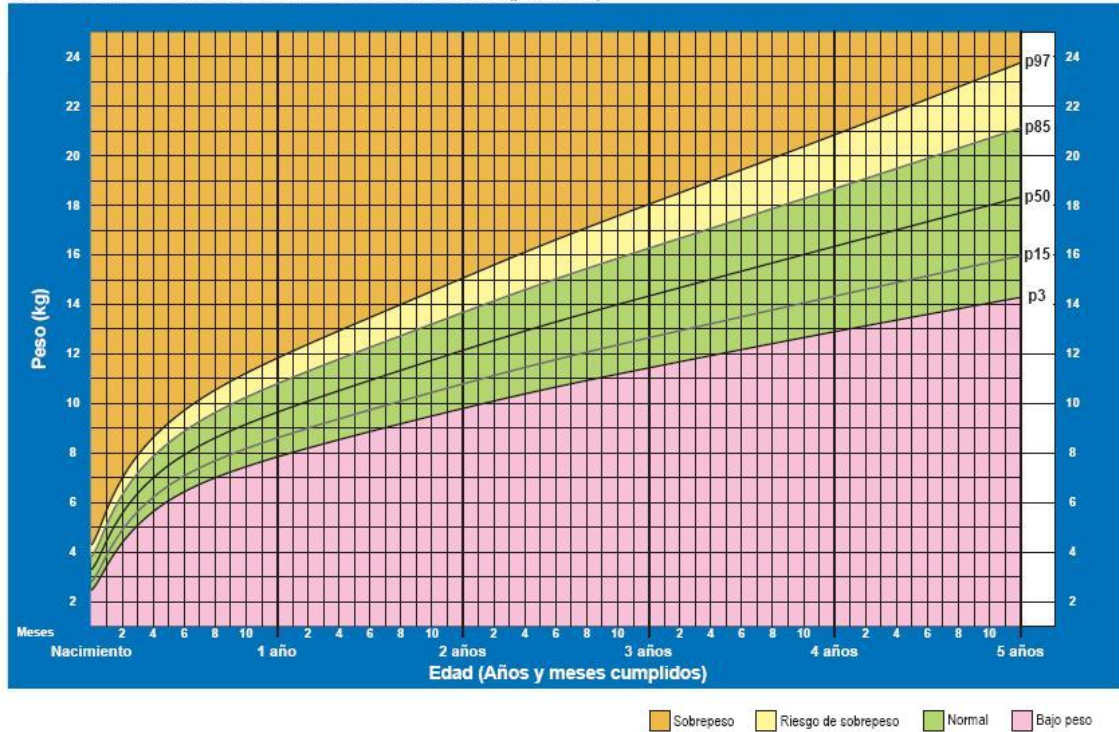
En algunos sectores de la población hispana, los niños no hacen un contacto visual con personas de autoridad en señal de respeto.

## 1. La Organización Mundial de la Salud (OMS)

Compare los datos de peso y edad de David con los de la tabla de la OMS para saber si está con sobrepeso o si se considera obeso. En grupo, discutan la información.

### Peso para la edad - NIÑOS

Patrones de crecimiento infantil de la OMS - Nacimiento a 5 años (percentiles)



Fuente: [http://www.who.int/childgrowth/standards/chts\\_wfa\\_ninos\\_p/es/](http://www.who.int/childgrowth/standards/chts_wfa_ninos_p/es/)  
<http://www.cdc.gov/growthcharts/data/spanishpdf95/co061021.pdf>

## 2. El Índice de masa corporal (IMC).

Use la información de David en el diálogo y la fórmula en la siguiente tabla para calcular el IMC de David de dos meses atrás y el nuevo. Recuerde que este se calcula usando el peso en kilogramos y la estatura en metros.

1. IMC antes de poner a David a dieta (peso: 21kilo/estatura: 83 cm) \_\_\_\_\_
2. IMC después (peso: 21 kilos/estatura: 86 cm) \_\_\_\_\_
3. Actualmente, ¿se considera a David obeso o con sobrepeso? \_\_\_\_\_
4. Hace dos meses, ¿se consideraba a David obeso o con sobrepeso? \_\_\_\_\_
5. En base a sus resultado, ¿considera que los cambios en la dieta y estilo de vida han hecho una diferencia \_\_\_\_\_

La formula es la siguiente: **IMC= Peso (en kilogramos)/ altura<sup>2</sup> (en metros)**

Por ejemplo: Ana es una niña de 12 años que pesa 150 libras y mide 5 pies.  
¿Cuál es el IMC de Ana?

Divida el peso en libras entre 2.2046 para convertir a kilos.

150 libras /2.2046 = 68. 04 kilos

Divida la estatura entre 3.2808 para convertir en metros.

5 pies/ 3.2808 = 1.52 m

Obtenga el cuadrado de la estatura

(1.52 m)<sup>2</sup> = (1.52 X 1.52)= 2.31

**IMC = 68.04/2.31= 29.45**

### 3. Preguntas de comprensión y análisis.

Conteste las siguientes preguntas.

1. En sus propias palabras, explique qué quiere decir la señora Camacho cuando dice que "batalla mucho" para que David coma.

---

---

2. ¿Por qué la doctora piensa que no es tan grave el que David no haya bajado de peso en dos meses?

---

---

3. ¿Qué situación tiene la señora Camacho en casa que la hace sentir que no tiene apoyo para controlar lo que David come?

---

---

4. El diálogo no menciona las sugerencias que la doctora Esparza le dio a la mamá de David para ayudarle a bajar de peso. Haga una lista de sugerencias que usted crea que la doctora le haya dado.

---

---

**4. Dramatización:** Trabaje en grupo para escribir y dramatizar la siguiente situación. Decidan quién va a ser la mamá, el/la pediatra y Carlitos, un niño de 4 años de edad. Llegan al consultorio del pediatra. Al pesar a Carlitos, se confirma que pesa 20 kilos, un kilo más que en la cita anterior hace dos meses, y que mide .82 centímetros, dos más que en la cita anterior. Primero, determinen el IMC de Carlitos para saber si está con sobrepeso. Elaboren el diálogo dependiendo de si el IMC determina que Carlitos está con sobrepeso, obeso o si está bien de peso.

---

---

---

---

### 5. Actividad de Pre-lectura

Conteste las siguientes preguntas y en grupos pequeños compare sus respuestas.

1. ¿Por qué cree que haya tanta obesidad hoy en día?

---

---

2. ¿Cuál cree que sea la causa de la obesidad masiva en los Estados Unidos?

---

---

3. ¿Cuáles son las consecuencias a corto y largo plazo de la obesidad?

---

---

#### Vocabulario útil

el sobrepeso	overweight
la grasa	fat
perjudicial	damaging
el peso	weight
la estatura	hight
igual	equal
la medida	measurement
el grosor	thickness
el riesgo	risk
la defunción	death
discapacitante	disabling



## LECTURA

### **Sobrepeso y obesidad**

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC o BMI por sus siglas en inglés) es un indicador simple de la relación entre el peso y la estatura que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. La definición de la OMS es la siguiente:

Un IMC igual o superior a 25 determina sobrepeso.

Un IMC igual o superior a 30 determina obesidad.

El IMC proporciona la medida más útil del sobrepeso y la obesidad en la población, puesto que es la misma para ambos sexos y para los adultos de todas las edades. Sin embargo, hay que considerar al IMC como una referencia ya que, aun teniendo el mismo IMC, se puede tener más o menos grasa dependiendo de factores como la raza, el sexo, la edad y el nivel de actividad. Por ejemplo, una persona que hace mucho ejercicio, puede tener un IMC alto al tener una mayor masa muscular, no necesariamente una mayor cantidad de grasa corporal.

### **Consecuencias comunes del sobrepeso y la obesidad para la salud**

Un IMC elevado es un factor importante de riesgo de enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares (principalmente cardiopatía y accidente cerebro-vascular), que en 2012 fueron la causa principal de defunción. También, un IMC elevado agrega un alto riesgo para la diabetes, los trastornos del aparato locomotor (en especial la osteoartritis, una enfermedad degenerativa de las articulaciones muy discapacitante) y algunos cánceres (del endometrio, la mama y el colon).

### **La obesidad infantil**

La obesidad infantil se asocia con una mayor probabilidad de obesidad, muerte prematura y discapacidad en la edad adulta. Además de estos riesgos futuros, los niños obesos sufren dificultades respiratorias, mayor riesgo de fracturas e hipertensión y presentan marcadores tempranos de enfermedad cardiovascular, resistencia a la insulina y efectos psicológicos. La obesidad puede también afectar el desarrollo social y emocional de los niños.

**Fuente:** <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>



## 6. Comprensión y análisis

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuál es la definición de obesidad de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS)?

---

---

2. ¿Cuáles son algunos riesgos comunes de la obesidad?

---

---

3. ¿Qué consecuencias tiene la obesidad infantil?

---

---

## 7. Vocabulario en contexto:

Encuentre estas palabras en la lectura que acaba de leer y en base al contexto, ponga un círculo a los posibles sinónimos de la palabra. ¡Ojo! puede haber más de un sinónimo.

- |                       |                |            |           |
|-----------------------|----------------|------------|-----------|
| 1. <b>perjudicial</b> | a. malo        | b. dañino  | c. nocivo |
| 2. <b>grasa</b>       | a. gordura     | b. riesgo  | c. sebo   |
| 3. <b>grosor</b>      | a. corpulencia | b. espesor | c. altura |
| 4. <b>referencia</b>  | a. dato        | b. aviso   | c. vigor  |
| 5. <b>obesidad</b>    | a. huesos      | b. gordura | c. Piel   |

**8. Presentación en la comunidad:** En su trabajo le han pedido que haga una presentación sobre la obesidad infantil a un centro comunitario donde hay muchos padres de familia que hablan español. Trabaje con su grupo para preparar una pequeña presentación en PowerPoint del problema del sobrepeso y obesidad en los niños. Incluyan brevemente las causas y la recomendaciones para luchar en contra de la obesidad infantil, y enfóquese específicamente en el impacto emocional de la obesidad en la infancia y la adolescencia. Pueden usar el link de la OMS para entender el problema:

<http://www.who.int/dietphysicalactivity/es/>

Busquen otra(s) fuente(s) acerca del impacto emocional de la obesidad en niños y adolescentes. Escriba la(s) fuente(s) donde encontró la información.

---

---

---

---

---

## B. LA SEXUALIDAD



### Consulte la gramática 12.2

**Diálogo 12.2** Gloria y su hija Lidia hablan sobre algo que le ocurrió a Lidia en una fiesta.

Lidia – Mami, tengo que hablar **contigo**.

Gloria – Dígame, mi niña, tú sabes que siempre puedes contar **conmigo**; yo siempre estaré aquí **para ti**.

Lidia – Gracias mami, yo lo sé, sólo que a veces es difícil **para mí** porque me da pena contarles ciertas cosas **a ustedes**, sobre todo a papá. Desde que estamos yendo a terapia juntas, creo que me es más fácil hablar **contigo**. ¿Recuerdas al niño ese con el que siempre me veías platicar cuando me ibas a buscar a las escuelas?

Gloria – Sí...

Lidia – Bueno, como que estuvimos de novios unos meses. Una noche, en la fiesta que hizo Laura en su casa cuando sus padres se fueron de viaje, él quiso que tuviéramos relaciones sexuales. Me abrazó con fuerza, me acercó **contra sí** y comenzó a tocarme. Si no hubiera sido porque Laura entró al cuarto donde me había llevado, no sé qué hubiera pasado.

Gloria – ¡Hija! (lo dijo con un tono de amor y compasión, Lidia comenzó a llorar).

Lidia – Mami, luego de eso dejé de hablarme y anda diciendo no sé qué cosas por ahí. Me dio tanto miedo y bronca a la vez. Sentí que mi vida no valía nada, porque **para él** yo no significué nada, sólo me quería para eso.

Gloria – ¿Por eso querías suicidarte hija?

Lidia – Sí, mamá, lo siento mucho.

Gloria – Estoy orgullosa **de ti**, de que hayas tenido la valentía de hablarlo **conmigo**. Yo sé que no hemos tenido muchas conversaciones sobre el tema del sexo, pero creo que ha llegado el momento. Quiero que estés informada para que tomes decisiones inteligentes y que si decides hacer lo que quieras hacer, sepas cuáles son las prevenciones y las consecuencias.

### Vocabulario útil

dar pena	to be embarrassed
el miedo	fear
la bronca	anger
contra sí	against him
orgullosa	to be proud

### 9. Preguntas de comprensión

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué es difícil para Lidia hablar con su madre?

---

---

2. ¿Qué sucedió en la fiesta de su amiga Laura?

---

---

3. ¿Por qué Lidia intentó suicidarse?

---

---

**10. Diálogo para hablar de la sexualidad con los hijos.** Consulte el siguiente enlace para preparar un diálogo con una madre o un padre de familia y su hija (o hijo adolescente) adolescente. En el diálogo usted va a tratar de facilitar la conversación inicial entre ellos acerca del tema del sexo y de la sexualidad.

<https://www.plannedparenthood.org/esp/herramientas-para-padres>

---

---

---

---

---

---

---

---

### 11. Actividad de Pre-Lectura

Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué sabe del virus de papiloma humano? (También conocido como VPH).

---

---

2. ¿Sabe cómo se previene este virus?

---

---



## LECTURA

### EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)

El virus del papiloma humano es una de las infecciones de transmisión sexual más comunes y uno de los motivos de mayor frecuencia de consulta entre los jóvenes de hoy en día. Existen más de 100 tipos de este virus. Aunque algunos causan verrugas en los genitales, la preocupación principal con estas infecciones es la posibilidad de que el virus cause cáncer. El VPH se contagia con el roce de la piel durante la actividad sexual con alguien que tenga este virus, independientemente de que la relación sexual sea vaginal, anal u oral. En las mujeres, el VPH de alto riesgo puede causar cáncer del cuello uterino, de la vulva, de la vagina y del ano.

En muchos casos, la persona infectada puede no presentar síntomas. Aunque haya verrugas en el área genital (en vagina o en el ano), estos tumores pueden ser demasiado pequeños como para verse sin un microscopio. Otras razones por las que las verrugas a menudo pasan desapercibidas es que son generalmente del color de la piel y no causan dolor. Una prueba de Papanicolaou anormal puede ser el primer signo de una posible infección por VPH por lo que se recomienda hacerse esta prueba anual mientras se tenga una vida sexual activa.

Hay diferentes métodos para tratar este virus dependiendo de factores como la gravedad del caso, los efectos secundarios y el costo. Los tratamientos para el VPH incluyen desde medicinas ácidas hasta cremas o terapia con láser. El tratamiento elimina las verrugas visibles y síntomas como la picazón.

La manera más segura de prevenir esta enfermedad es NO TENER relaciones sexuales. En caso que la persona sea sexualmente activa, el riesgo es mayor por lo que es importante saber que el peligro se puede reducir teniendo relaciones sexuales monógamas, es decir, que se tengan relaciones con una sola persona que a su vez tenga relaciones sexuales solamente con esa persona. El uso de condones también puede ayudar, pero no es un cien por ciento seguro ya que solo cubre el pene y no los testículos donde también puede yacer el virus. En el 2006, la Administración de Drogas y Alimentos de los EE. UU. (FDA) aprobó una vacuna que se recomienda para evitar que las jóvenes contraigan cáncer de cuello del útero, de vagina o de vulva y verrugas genitales. En el 2009, la FDA aprobó una vacuna para prevenir las verrugas genitales en los hombres. El uso de ambas vacunas es opcional. La manera más eficaz de prevenir la infección es aplicarse la vacuna antes de tener relaciones sexuales por primera vez. Sin embargo, la vacuna no protege contra todos los tipos de VPH, por lo que es importante que las personas sexualmente activas se hagan controles de rutina como se mencionó anteriormente.

#### Fuentes:

[kidshealth.org](http://kidshealth.org)

[youngwomenshealth.org](http://youngwomenshealth.org)

**12. Preguntas de comprensión.**

Conteste las siguientes preguntas, según la lectura. Compare sus respuestas con un/a compañero/a.

1. Luego de haber leído el artículo sobre el VPH, ¿cómo se contagia este virus?

---

---

2. ¿Cuales son los síntomas?

---

---

3. ¿Qué tratamientos hay para el VPH?

---

---

4. ¿Qué tipos de prevención se sugieren en la lectura para no contraer este virus?

---

---

**13. Para pensar**

1. ¿Cree que las vacunas para prevenir el VPH deberían ser obligatorias en los adolescentes? Explique su respuesta.

---

---

2. ¿A qué edad cree usted que los niños / adolescentes deberían comenzar a tener educación sexual? Justifique su respuesta.

---

---

**14. Investigación.**

Según la lectura, la mejor manera de prevenir el VPH es no teniendo actividad sexual. En caso que la persona decida hacerlo, en EE.UU. se aprobaron vacunas para ambos sexos. Investigue si existen estas vacunas en otros países y si son obligatorias; también, si tienen efectos secundarios, si los padres en esas sociedad están de acuerdo y cuál es el porcentaje (o gravedad) de este virus en los jóvenes de esa área.

---

---

---

---

---



## NOTA CULTURAL

Con casi cinco millones de habitantes, Costa Rica es considerado uno de los países con el mejor sistema de salud en el mundo, ofreciendo servicios de salud, agua y saneamiento. La Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) es la institución pública que administra el Seguro de Salud—conocido también como el Seguro de Maternidad y Enfermedad—y el Seguro de Pensiones o de Invalidez, Vejez y Muerte. LA CCSS también administra el seguro 'no contributivo', el cual se encarga de asegurar a quienes por razones de pobreza o discapacidad no pueden cotizar al sistema.

Los servicios que presta la CCSS están organizados en tres niveles: el primer nivel de atención médica lo constituyen las unidades de atención primaria, conocidas como Equipos Básicos de Atención Integral de Salud (EBAIS). En un EBAIS trabajan un médico, una auxiliar de enfermería y un asistente técnico en atención primaria (A.T.A.P.). El segundo nivel lo forman las clínicas mayores y los hospitales regionales, en los que se dan servicios de urgencias y de consulta externa, así como tratamientos quirúrgicos sencillos y de corto internamiento. En los hospitales regionales se ofrecen servicios en las especialidades básicas de medicina, cirugía, obstetricia y pediatría, así como especialidades requeridas en la región en la que se encuentran. El tercer nivel de servicios incluye servicios de internamiento más prolongado y servicios médico-quirúrgicos que requieran tecnología más compleja. Este nivel de servicios se brinda en los hospitales nacionales (como el Hospital México, el Hospital San Juan de Dios y el Hospital Rafael Angel Calderón Guardia) y en hospitales especializados como el Hospital Nacional de Niños Dr. Caros Saenz Herrera y el Hospital Psiquiátrico Manuel Antonio Chapuí.

Los servicios de salud han tenido varios avances de hospitales, de equipo para el cuidado de la salud y de mejoras en la formación del personal; sin embargo, los costos siguen siendo bajos comparados con los de otros países como EEUU y algunos de Europa.

Aún con un sistema de salud superior al de otros países, siguen ocurriendo casos de enfermedades que necesitan constante atención como el cáncer, la hepatitis, la diarrea, el dengue, el chikungunya y, más recientemente, el virus del Zika. Para mejorar la salud del país se ha dado gran importancia al detectar, verificar y responder a amenazas de enfermedades comunes y para minimizar el riesgo de que las enfermedades se compliquen. Un proyecto importante es el de utilizar nuevos sistemas digitales a nivel local y nacional con el fin de mejorar la calidad de la atención en los servicios de salud en Costa Rica.

### Fuentes:

<http://www.ccss.sa.cr/>

<http://internationalliving.com/countries/costa-rica/health-care/>

<http://www.laprensa libre.cr/Noticias/detalle/49895/468/las-8-enfermedades-mas-comunes-en-costa-rica>

<http://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v53s2/11.pdf>

[http://www.huffingtonpost.com/internationallivingcom/best-countries-for-health-care\\_b\\_4773837.html?slideshow=true-gallery/337208/3](http://www.huffingtonpost.com/internationallivingcom/best-countries-for-health-care_b_4773837.html?slideshow=true-gallery/337208/3)

**15. Preguntas de comprensión.**

Después de leer la lectura, lea las siguientes oraciones y circule si es cierto o falso.

	Cierto	Falso
1. El sistema sanitario de Costa Rica tiene solamente un nivel de servicios. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La Caja Costarricense de Seguro Social administra el Seguro de Salud y el Seguro de Pensiones. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Si una persona necesita una cirugía urgente, puede ir a los EBAIS. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Los servicios de salud en Costa Rica cuestan menos que en los Estados Unidos. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Costa Rica tiene el objetivo de mejorar la calidad de los servicios de salud por medio de nuevos sistemas digitales. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**16. Investigación.** Busque en la red más información sobre las clínicas EBAIS de Costa Rica. ¿Qué otro personal tienen además del médico, de la auxiliar y del ATAP? ¿Qué servicios se prestan en un EBAIS?

---

---

---

---

**17. Discusión en grupo:** Trabajen en grupos pequeños y comparen el sistema de salud de Estados Unidos con el de Costa Rica. ¿Creen que se podría adoptar en los Estados Unidos un sistema de salud como el de Costa Rica? ¿Por qué sí o por qué no?

---

---

---

---

---

## C. EL TABAQUISMO



### Consulte la gramática 12.3

**Diálogo 12.3** Enrique Romero es un hombre de 25 años que fuma desde los 17. Su esposa, Claudia Romero, está embarazada de cuatro meses y es **por** eso que Enrique visita a su médico de cabecera, el doctor Rivas. Quiere informarse de las consecuencias del tabaco y de los métodos **para** dejar el cigarrillo.

Vocabulario útil	
métodos	methods
cigarrillo	cigarette
inhalación	inhalation
contribuye	contribute
reemplazo	replace
chicle	gum

- Enrique: Como le comenté a la enfermera, necesito que me ayude a encontrar una solución **para** dejar de fumar. Es un hábito que no puedo controlar y la verdad, aunque tenga deseos de dejarlo, es como si no quisiera.
- Dr. Rivas: Mire Enrique, no hay ningún método mágico **para** dejar el cigarrillo. Lo importante es que la decisión sea suya y que reconozca el problema. Tal vez si repasamos las consecuencias que el fumar puede tener en su salud, tendrá mayor iniciativa. **Para** empezar, el tabaco es la causa principal del cáncer de pulmón, pero ese no es el único órgano afectado. También, puede provocar cáncer de boca, faringe, laringe, esófago, estómago, páncreas, cérvix, riñones, uretras, vejiga y leucemia mieloide aguda. Es decir, el sistema respiratorio es el más afectado, pero eso no significa que no afecte otras áreas como las que le acabo de mencionar.
- Enrique: Yo sabía que era malo, pero no me imaginé que fuera **para** tanto.
- Dr. Rivas: Sí, y lo peor de todo es que no solo le afecta a usted, sino que tiene graves consecuencias **para** las personas que lo rodean también.
- Enrique: Esa es una de las razones principales **por** las cuales quiero dejar de fumar. Mi esposa está embarazada y no quiero hacerle daño a ella ni al bebé.
- Dr. Rivas: En ese caso, es aún más importante que lo deje. El humo del cigarrillo **para** las mujeres embarazadas y **para** los niños tiene efectos mayores de los que la gente regularmente imagina. Cuando una persona fuma, está contaminando el aire y a las personas que lo respiran—a lo que se le conoce como inhalación pasiva o humo de segunda mano. Lo malo es que las personas que inhalan el humo de segunda mano también pueden desarrollar algún tipo de cáncer y asma, lo que puede ser fatal **para** los niños.
- Enrique: ¡Ay doctor! Ahora sí que me está asustando.



Dr. Rivas: El fumar no es un juego, tiene consecuencias graves para ambos: el fumador y el inhalador pasivo.

Enrique: Ya veo. Entonces, ¿qué me recomienda **para** dejar de fumar? Ya intenté hacerlo de forma natural, pero no puedo.

Dr. Rivas: Mire, hay diferentes métodos. Entre los más comunes se encuentra la terapia de reemplazo de nicotina.

Enrique: Ah sí, como los chicles ¿no?

Dr. Rivas: Exacto. También existe la opción de usar parches en la piel, si es que masticar chicle le resulta incómodo. En caso extremo, también hay medicamentos en el mercado. Pero **por** ahora puede empezar el tratamiento con la goma de mascar.

Enrique: Ok.

Dr. Rivas: En caso que tenga una recaída, no se deje vencer. Empiece de nuevo y bajo ninguna circunstancia fume cerca de su esposa. Como ya se lo dije, es muy dañino **para** ella y **para** el feto.

Enrique: Claro doctor, así lo haré.

Dr. Rivas: Quiero que me venga a ver en un mes **para** conversar sobre los avances que ha tenido. Cuando nos volvamos a ver, consideraremos otras opciones en caso que éste método no sea el adecuado para usted.

Enrique: Perfecto. Muchas gracias doctor.

**18. Preguntas de comprensión:**

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Por qué Enrique quiere dejar de fumar?

---

2. ¿Cuáles son las consecuencias del tabaquismo según el doctor Rivas?

---

3. Leyendo lo que nos enseña el Doctor Rivas, ¿qué entiende por “inhalación pasiva”?

---

4. ¿Por qué el humo del cigarrillo es fatal para los niños?

---

5. ¿Qué métodos están disponibles según el Doctor Rivas?

---

**19. Investigación:**

En el diálogo de arriba, el Doctor Rivas habla sobre tres diferentes métodos para dejar de fumar. En grupos pequeños, investiguen sobre cómo se emplea cada uno y cuál es su eficacia. También comenten sobre algún otro que conozcan, pero que no se haya mencionado en el diálogo.

Terapias de reemplazo de nicotina:

a) Goma de mascar.

---

---

b) Parche transdérmico.

---

---

c) Medicinas de receta.

---

---

d) Otro/s método/s.

---

---

## 20. Actividad de pre-lectura.

Conteste las siguientes preguntas:

1. Dado que el cigarrillo ya no es el ícono de la modernidad como lo fue años atrás, ¿cree que el índice de los adictos a la nicotina ha disminuido? Justifique su respuesta.

---

---

2. ¿Qué normas preventivas implementaría usted para reducir o eliminar el uso del cigarro?

---

---



## LECTURA

### LA PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO

La adicción al cigarrillo sigue siendo un problema persistente entre jóvenes y adultos, perjudicando la salud del fumador y de los que lo rodean (“fumadores de segunda mano”). Según el Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS por sus siglas en inglés), aproximadamente cuatro millones de estudiantes de secundaria fuman. Dado que cerca de un noventa por ciento de los adictos al tabaco comienzan a fumar antes de los veintiséis años, las autoridades le están poniendo mayor énfasis a la prevención temprana del uso de la nicotina. Algunas estrategias que se han impuesto para reducir el número de fumadores—y el número de personas que podrían comenzar con esta adicción—incluyen las siguientes: el aumento de impuestos a productos de la industria tabaquera, las campañas de publicidad gubernamentales en todos los medios masivos de comunicación y la restricción o prohibición completa del uso del cigarrillo en determinados sectores.

En el 2009 se implementó el mayor aumento al impuesto del cigarrillo, de los puros y del tabaco sin humo. El incremento fue de \$1.01 por paquete. Según la página del CDC, hay varios estudios que sugieren que el aumento del precio de un producto disminuye el consumo del mismo por lo que se esperaba que el aumento en el 2009 haya animado a un millón de fumadores a dejar de fumar y haya prevenido que dos millones de jóvenes comenzaran.

#### Vocabulario útil

<b>persistente</b>	<b>persistent</b>
<b>tácticas</b>	<b>tactics</b>
<b>perjudicando</b>	<b>harming</b>
<b>rodean</b>	<b>surround</b>
<b>concientización</b>	<b>awareness</b>

Las campañas de publicidad ayudan a dar a conocer los peligros y consecuencias del tabaco. Es esencial que el mensaje llegue a todos los hogares, principalmente donde hay jóvenes, por lo cual son fundamentales los anuncios por la radio, la televisión, la imprenta y, por supuesto, el internet.

También, hoy en día más y más negocios, restaurantes, empresas, parques, edificios de gobierno, públicos y de entretenimiento han implementado normas que prohíben el consumo del cigarrillo en sus premisas y dentro de cierta distancia del establecimiento. Según un artículo publicado en el “American Journal of Preventive Medicine”, estas restricciones muestran una gran disminución del humo ambiental al hacer que los fumadores reduzcan el consumo.

Desde hace cincuenta años que la lucha contra el tabaco está en pie. Fue Luther Terry, el director general de Salud Pública, quién anunció por primera vez que fumar provoca cáncer, problemas cardíacos y hasta la muerte. Aunque todavía queda un largo camino por recorrer en esta batalla, sin dudas los avances logrados en la concientización, prevención y reducción del tabaco han ayudado notoriamente a prolongar y salvar vidas, **no solo la del fumador sino también la de los fumadores de segunda mano.**

**Fuentes:**

- <http://www.surgeongeneral.gov/library/reports/preventing-youth-tobacco-use/hoja-informativa.html>
- [http://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/tobacco\\_industry/tax\\_increase/index.htm](http://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/tobacco_industry/tax_increase/index.htm)
- <http://www.thecommunityguide.org/tobacco/tobac-AJPM-recs.pdf>
- [http://sociedad.elpais.com/sociedad/2014/01/10/actualidad/1389384020\\_930780.html](http://sociedad.elpais.com/sociedad/2014/01/10/actualidad/1389384020_930780.html)

**21. Preguntas de comprensión.**

Conteste las siguientes preguntas según la información de la lectura.

1. ¿Quiénes son los “fumadores de segunda mano”?

---

---

2. ¿Por qué las autoridades están poniendo más énfasis en la prevención temprana de la nicotina?

---

---

3. ¿Cuáles son las tácticas mencionadas para la prevención y reducción del tabaquismo?

---

---

4. ¿Cuál es (o cuáles son) el beneficio de prohibir el consumo del cigarrillo en lugares públicos?

---

---

## 22. Justificación.

Usted es un partidario de ayudar a quienes quieran dejar el cigarrillo. A continuación se listan cinco pasos para dejar de fumar. Con dos o tres oraciones justifique cada paso.

Paso 1: Haga pública su decisión de dejar de fumar.

---

---

Paso 2: Busque apoyo emocional y de profesionales.

---

---

Paso 3: Manténgase ocupado.

---

---

Paso 4: Evite la tentación.

---

---

Paso 5: Piense de manera positiva y no olvide su meta.

---

---

## A. EL ASMA



### Consulte la gramática 12.4

#### Vocabulario útil

tos	cough
alarmados	worried
silbido	whistle

**Diálogo 12.4** Claudia Romero dio a luz a un niño, Julián. El pequeño ya tiene dos años y últimamente presenta una tos persistente. Su madre lo lleva a ver a un alergista para determinar la causa de esa tos.

Dr. Mendoza ¿Julián tiene tos? (1)

Claudia Sí, doctor, Julián tiene tos. Nos tiene alarmados.

Dr. Mendoza Le voy a hacer unas preguntas antes de examinarlo. ¿Está bien? (2)

Claudia Sí, está bien.

Dr. Mendoza ¿Cuándo comenzó con la tos Julián? (3)

Claudia Julián comenzó con la tos hace aproximadamente dos semanas.

Dr. Mendoza ¿Es una tos consistente? (4)

Claudia Sí, es una tos consistente. Cuando empieza, no para.

Dr. Mendoza ¿Cómo es la rutina de su tos? (5)

Claudia Generalmente, la rutina de su tos es así: la tos le comienza temprano en la mañana y se le va durante el día. Frecuentemente, le vuelve a dar a la noche cuando lo acuesto para dormir.

Dr. Mendoza Y cuando Julián tose, ¿se le escucha sibilancia? (6)

Claudia Perdón doctor, pero ¿qué es sibilancia? (7)

Dr. Mendoza Sibilancia es como un silbido que se produce al respirar, sobre todo al exhalar aire.

Claudia Ah... Sí, le he escuchado hacer un ruido peculiar cuando tiene tos y respira.

### 23. Preguntas de comprensión.

Conteste las siguientes preguntas de acuerdo al diálogo. Compare sus respuestas con un compañero/a de clase.

1. ¿Por qué razón Claudia lleva a su hijo a un alergista?

---

---

2. ¿Por qué cree usted que el alergista quiere hacerle unas preguntas a Claudia antes de examinar a Julián?

---

---

3. ¿A qué se refiere con “el sonido sibilante”?

---

---

**Diálogo 12.5** El doctor Mendoza indaga acerca de alérgenos ambientales que pudieran contribuir a los síntomas que presenta Julián.

Dr. Mendoza: ¿Tienen mascotas? (8)

Claudia: Sí, tenemos mascotas.

Dr. Mendoza: ¿Qué clase de mascotas son? (9)

Claudia: Nuestras mascotas son un gato y un perrito.

Dr. Mendoza: ¿Las mascotas están dentro de su casa? (10)

Claudia: Bueno, el gato es más callejero, pero el perro sí está dentro de la casa.

Dr. Mendoza: ¿Qué clase de contacto tiene Julián con ellos? (11)

Claudia: A Julián le gusta jugar más bien con el perrito. También le gusta hacerlo con el gato, pero el gato le tiene miedo y se le escapa.

Dr. Mendoza: Suele suceder. Ahora, hableme del aire en su casa. ¿Hay algún fumador? (12)

Claudia: Pues, mi esposo fuma esporádicamente. Cuando nos enteramos de que yo estaba embarazada dejó de hacerlo; pero luego, con las presiones del trabajo y de un nuevo integrante en la familia, comenzó a fumar otra vez.

#### Vocabulario útil

mascotas	pets
callejero	wanderer
se le escapa	gets away

Dr. Mendoza: ¿Qué tan frecuentemente fuma? (13)

Claudia: No estoy segura, pero es más que nada cuando está en el trabajo.

Dr. Mendoza: ¿Fuma dentro de la casa? (14)

Claudia: No, no fuma dentro de la casa. Cuando está en casa fumará solo dos o tres cigarrillos por día, pero lo hace afuera.

Dr. Mendoza: Bien. Ahora que tengo la respuesta a todas éstas preguntas, permítame examinar al niño.

**24. Investigación.** Trabajen en grupos. Consulten el enlace siguiente para hacer una evaluación clínica de un niño que parece padecer de asma. Preparen un diálogo basándose especialmente en los antecedentes médico, la exploración física y las pruebas de función respiratoria y la de alérgenos. Pueden incluir cualquier otra información que crean útil para preparar el diálogo. [http://www.atsdr.cdc.gov/es/csem/asma/asma\\_evaluacion.html](http://www.atsdr.cdc.gov/es/csem/asma/asma_evaluacion.html).

---

---

---

---

---

---

**25. Dramatización.** Trabaje en grupo para escribir y dramatizar la siguiente situación. Decidan quién va a ser la mamá, el/la pediatra y Norilú, una niña de 3 años de edad. Llegan al consultorio del pediatra. Norilú presenta los siguientes síntomas: dificultad al respirar, presión en el pecho y una tos persistente, sobre todo en la mañana temprano o en la noche. Elaboren el diálogo para preguntar acerca del ambiente en el que viven: si tienen mascotas, si hay fumadores en el hogar, si viven cerca de alguna fábrica.

---

---

---

---

---

---



## 26. Vocabulario dentro de contexto:

Complete el párrafo de abajo usando el vocabulario dentro de la caja. ¡Ojo! Las respuestas no se repiten.

enfermedades perjudicial elevado	muerte grasa estatura	obesidad infantil peso	obesidad sobrepeso
--	-----------------------------	---------------------------	-----------------------

La OMS define el sobrepeso y la \_\_\_\_\_ como una acumulación anormal o excesiva de \_\_\_\_\_ que puede ser \_\_\_\_\_ para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el \_\_\_\_\_ y la \_\_\_\_\_ que se utiliza frecuentemente para identificar el \_\_\_\_\_ y la obesidad en los adultos y niños.

Un IMC \_\_\_\_\_ es un importante factor de riesgo de \_\_\_\_\_ como la diabetes.

La \_\_\_\_\_ se asocia con la obesidad en la edad adulta y en la \_\_\_\_\_ prematura de infantes.

## 27. Definiciones

Indique si las siguientes definiciones son ciertas o falsas. Modifique las definiciones falsas para que sean ciertas. Trabaje con un compañero.

	Cierto	Falso
1. La insuficiencia ponderal se refiere a estar por debajo del peso que se considera saludable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. El peso es la medida de una persona desde los pies hasta la cabeza.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. El crecimiento es el aumento de tamaño o desarrollo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. La obesidad infantil es un problema de salud ocasionado por el exceso de grasa corporal en el cuerpo de los niños.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. El IMC significa Índice de musculo corporal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 28. Cierto o falso

Indique si las oraciones son ciertas o falsas dependiendo del significado de la palabra y del diálogo 12. 2. Si son falsas, escriba la palabra que la haría cierta.

	Cierto	Falso
1. Las <b>verrugas</b> son consecuencias de poseer el virus de VPH. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Cuando una persona está asustada, es porque siente <b>bronca</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Es común que los adolescentes sientan que <b>no valen nada</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. El VPH es una enfermedad de transmisión <b>eficaz</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Lidia siente <b>tristeza</b> de hablar con su padre. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. La mamá de Lidia le dijo que siempre que tenga un problema puede <b>sentir miedo</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Los síntomas del VPH no siempre son <b>notorios</b> . _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Una medicina <b>eficaz</b> es aquella que funciona bien. _____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 29. Llenar espacios en blanco.

Use las palabras de banco para llenar los espacios en el párrafo siguiente.

yacer    agravarse    prevenciones    consecuencias    valentía    picazón genitales
---

El virus del VPH causa verrugas en los \_\_\_\_\_. Es una enfermedad de transmisión sexual que puede \_\_\_\_\_ al punto de convertirse en cáncer. Es por eso que las \_\_\_\_\_ de dicha enfermedad son muy peligrosas. Muchos jóvenes que padecen de los síntomas iniciales, como la \_\_\_\_\_, no tienen la \_\_\_\_\_ de consultarlo con

sus padres, mucho menos con un especialista. Sin embargo, es muy importante que lo hagan antes de tener que \_\_\_\_\_ en la cama de un hospital por no tomar las \_\_\_\_\_ necesarias.

### 30. Conexiones.

Con una línea, conecte la palabra con la descripción correspondiente.

inhalación
métodos
contribuye
cigarrillo
reemplazo
chicle

1. goma de mascar.
2. rollo de tabaco finamente cortado envuelto en papel fino.
3. sustitución de una cosa por otra.
4. ayudar voluntariamente para lograr algún fin.
5. introducción del aire exterior a los pulmones.
6. modo estructurado y ordenado de obtener un resultado.

### 31. Llene los espacios en blanco.

Complete las siguientes oraciones con la palabra adecuada. Utilice las palabras del vocabulario de la actividad anterior.

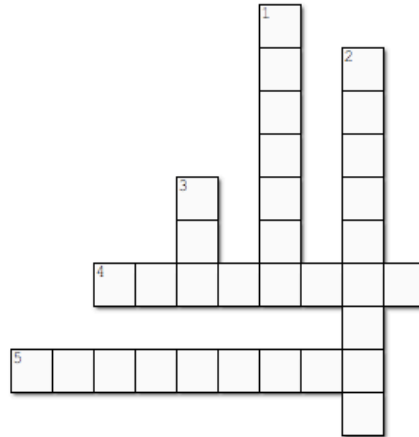
1. El \_\_\_\_\_ causa problemas respiratorios.
2. Masticar \_\_\_\_\_ por mucho tiempo puede causar dolor de boca.
3. Se necesita un \_\_\_\_\_ de pase de autobús cada año escolar.
4. Hacer ejercicio ayuda con la respiración incluyendo el proceso de \_\_\_\_\_ y exhalación.

5. Hoy en día, la tecnología \_\_\_\_\_ bastante a las empresas de negocios.
6. Hay muchos \_\_\_\_\_ diferentes para mantenerse saludable.

### 32. Crucigrama.

Aquí tiene un crucigrama para practicar el vocabulario del tema D. Complete el crucigrama con las palabras en el cuadro.

Complete el crucigrama con las palabras en el cuadro



Created with TheTeachersCorner.net [Crossword Maker](http://www.theteacherscorner.net)

callejero   mascotas   alarmados   tos   silbido

#### **Horizontal**

4. animal doméstico de compañía
5. de la calle o relativo a ella

#### **Vertical**

1. sonido agudo que resulta de hacer pasar con fuerza el aire por la boca
2. sensación de ansiedad debido a la conciencia de algún peligro
3. expulsar aire de los pulmones de repente

### 33. Descifrar

Descifre las palabras y circule la opción que más se relacione temáticamente a la palabra descifrada.

1. ost \_\_\_\_\_  
a. carraspeo   b. ansiedad   c. estornudar   d. aire
2. ctosmsaa \_\_\_\_\_  
a. bravío   b. hogareño   c. salvaje   d. bosque
3. laocjlere \_\_\_\_\_  
a. estable   b. hogar   c. cotidiano   d. vago
4. radomalsa \_\_\_\_\_  
a. calmados   b. intranquilos   c. serenos   d. estable
5. isldobi \_\_\_\_\_  
a. canto   b. grito   c. mudo   d. chiflido

## Vocabulario del tema

### A. EL SOBREPESO Y OBESIDAD

### VERBOS

el crecimiento	growth	acostumbrado a	to be used to
el sobrepeso	overweight	agradecer	to be thankful
la grasa	fat	agradezco	I am thankful
perjudicial	damaging	apoyar	to support
el peso	weight	asegurarse	to make sure
la estatura	height	perjudicar	to damage /to hurt
igual	equal	darse por vencido/a	to give up
la medida	measurement	no se dé por vencida	do not give up
el grosor	thickness	dejar	to leave/ to stop
el riesgo	risk	no deja	does not stop
la defunción	death	esconderse	to hide
incapacitante	disabling	hacer caso	to follow a request
los cambios	changes	no me hace caso	to ignore my request
importantísimo	extremely important	se esconde	s/he hides
la esperanza	hope	saludar	to greet someone
de corazón	wholeheartedly	batallar	to struggle/to battle
los consejos	suggestions/advice	aconsejar	to give advice
las piernas	legs	proporcionar	to make available/to offer
idóneo/a	ideal	definir	to define/give a definition
la estatura	height	asociar	to associate
la insuficiencia ponderal	underweight	pasar tiempo	to pass/spend time
		ponerse fuerte	to become strong
		tener esperanzas de	to hope than

### COGNADOS

indicar  
 superior  
 determinar  
 obeso/a  
 corresponder  
 los trastornos  
 locomotor  
 el instrumento

## Vocabulario del tema

### B. LA SEXUALIDAD

la pena	embarrassment
el miedo	fear
la bronca	anger
“no valía nada”	“I wasn’t worth anything”
la verruga	wart
el rose	touch
desapercibidos/as	unnoticed
eficaz	effective
ácidas	sour
picazón	itchiness
eficaz	effective
orgullosa/o	proud
valentía	courage

### VERBOS

significar	to mean something
yacer	to lie
contraer	to acquire
contar con...	count on...
agravarse	to get worse

### COGNADOS

las enfermedades de  
transmisión sexual  
notorios/as  
la actividad sexual  
los síntomas  
los genitales  
notorios  
la compasión  
la prevención  
las consecuencias

## Vocabulario del tema

### C. EL TABAQUISMO

el chicle  
perjudicando

gum  
harming

### VERBOS

perjudicar	to harm
rodear	to surround
incrementar	to increase
reducir	to reduce

### COGNADOS

los métodos  
el cigarrillo  
contribuye  
el reemplazo  
persistente  
la restricción  
notoriamente  
prolongar  
las tácticas  
la inhibición  
la prohibición



## Vocabulario del tema

### D. EL ASMA

tos  
alarmados  
mascotas  
callejero  
silbido

cough  
worried  
pets  
wanderer  
whistle

## 12.1 Repaso del Imperativo

Recuerde que en el capítulo 3, en la sección de gramática 3.4, se presentaron las formas formales e informales del **imperativo** (un modo que se usa para dar órdenes o sugerencias cuando se habla directamente con una persona).

La siguiente tabla es similar a la del capítulo 3 y presenta un resumen de las formas del imperativo, aunque ahora se usa el verbo regular **inscribir**. Las formas en rojo son las formas del imperativo que son similares al presente del subjuntivo, mientras que las que están en azul (las formas afirmativas de **tú** y de **vosotros**) no son parecidas al subjuntivo.

Sujeto	Imperativo afirmativo	Imperativo negativo
(tú)	inscribe (Presente del indicativo)	no inscribas (no +Presente del subjuntivo)
(usted)	inscriba (Presente del subjuntivo)	no inscriba ( no + Presente del subjuntivo)
(vosotros)	inscribid (Infinitivo -r +d)	no inscribáis (no + Presente del subjuntivo)
(ustedes)	inscriban (Presente del subjuntivo)	no inscriban (no + Presente del subjuntivo)

Algunos puntos para recordar con respecto a los imperativos son los siguientes:

- ❖ Los imperativos afirmativos.
  - Los imperativos en la forma **usted** usan la forma usted/ustedes del presente del subjuntivo.
  - Los imperativos afirmativos en la forma **tú** usan la forma él/ella del presente del indicativo.
- ❖ Los imperativos negativos
  - Los imperativos negativos en la forma **tú** usan la forma tú del presente del subjuntivo.

- Las formas negativas de imperativos en la forma **tú** de verbos irregulares son las mismas de la forma **tú** del presente del subjuntivo.
  - En los imperativos negativos, los pronombres van antes del verbo y después de la palabra **no**.
- ❖ En las tablas a continuación se repasa el uso del imperativo con verbos regulares sin pronombre y con pronombres.

Imperativos de verbos regulares		
	Usted	Tú
<b>hablar</b>	hable no hable	habla no hables
<b>revisar</b>	revise no revise	revisa no revises
<b>comer</b>	coma no coma	come no comas
<b>beber</b>	beba no beba	bebe no bebas
<b>escribir</b>	escribe no escriba	escribe no escribas

Imperativos de verbos regulares con pronombres		
	Usted	Tú
hablar	háble <b>le</b> no <b>le</b> hable	hábl <b>ale</b> no <b>le</b> hables
revisar	revíse <b>lo</b> no <b>lo</b> revise	revís <b>alo</b> no <b>lo</b> revises
comer	cóm <b>ala</b> no <b>la</b> coma	cóm <b>ela</b> no <b>la</b> comas
beber	béba <b>lo</b> no <b>lo</b> beba	béb <b>elo</b> no <b>lo</b> bebas
escribir	escríb <b>elo</b> no <b>lo</b> escriba	escríb <b>elo</b> no <b>lo</b> escribas

- ❖ En las tablas a continuación se ve el uso del imperativo con verbos irregulares con pronombres.

Imperativos de verbos irregulares con pronombres		
	Usted	Tú
decir	dígale no le diga	dile no le digas
salir	sálgase no se salga	salte no te salgas
hacer	Hágalo no lo haga	Hazlo no lo hagas
ir	váyase no se vaya	vete no te vayas
tener	téngalo no lo tenga	tenlo no lo tengas
poner	póngase no se ponga	ponte no te pongas
venir	no se venga	vente no te vengas

## Gramática y ejercicios

### 12.1 Llenar los espacios.

Los hijos de la familia Lozano están con sobrepeso y usted les va a sugerir ideas a los padres para ayudarles a perder peso.

**1** (Fomentar) \_\_\_\_\_ hábitos alimenticios saludables. Por ejemplo, **2** (ofrecer) \_\_\_\_\_ a sus hijos una variedad de verduras y frutas. También **3** (Incluir) \_\_\_\_\_ leche y productos lácteos pero no **4** (servir) \_\_\_\_\_ (a sus hijos) productos altos en grasas. **5** (dar) \_\_\_\_\_ porciones de tamaño razonable y **6** (limitar) \_\_\_\_\_ (a ellos) el uso de bebidas con azúcar. Por último, **7** (animar) \_\_\_\_\_ a sus hijos a jugar deportes.

## 12.2 Mandatos.

A continuación se citan brevemente las pautas para la crianza de niños sin violencia. Cambie la información sugerencias usando el imperativo.

**Ejemplo:** *Pensar* antes de hablar: **Piense** antes de hablar.

- *Parar*, calmarse y pensar \_\_\_\_\_(1), \_\_\_\_\_(2) y \_\_\_\_\_(3).
- *Decirle* a su hijo lo que debería de hacer. \_\_\_\_\_(4) a su hijo (a) lo que debería de hacer.
- *Abrazar* a su hijo(a). \_\_\_\_\_(5) a su hijo(a).
- *(usted y su pareja) Decirle* a sus hijos(as) que los (las) ama. \_\_\_\_\_(6) que los (las) aman.
- *Reforzar* las conductas positivas. \_\_\_\_\_(7) las conductas positivas.
- *Permitir* que asuman las consecuencias. \_\_\_\_\_(8) que asuman las consecuencias.
- *Dialogar* con sus hijos. \_\_\_\_\_(9) con sus hijos.
- *Quitar* a los hijos algo que les guste. \_\_\_\_\_(10) algo que les guste.

**Fuente:** [www.unicef.org/paraguay/spanish/Libro-2-15nov10\\_baja.pdf](http://www.unicef.org/paraguay/spanish/Libro-2-15nov10_baja.pdf)

## 12.3 Oraciones.

Vea el siguiente video (0:31): <https://youtu.be/yDyXUBer7CU> Luego, escriba los mandatos que usan en el video para ayudar con la campaña de vacunas. Escriba oraciones completas.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_

## 12.2 Pronombres de objeto de preposición

<u>Sujeto</u>	<u>Objeto de preposición</u>
yo	mí
tú	ti
usted	usted
él /ella	él /ella
nosotros	nosotros
vosotros	vosotros
ellos / ellas	ellos / ellas
reflexivo (singular y plural)	sí

**IMPORTANTE:** la mayoría de los *pronombres de objeto de preposición* son iguales que los *pronombres de sujeto*, excepto los pronombres **mí** y **ti**.

❖ Como su nombre lo indica, los pronombres de objeto de preposición se usan después de preposiciones.

➤ En el español actual las preposiciones son las siguientes: a, ante, bajo, con, contra, de, desde, durante, en, entre, hacia, hasta, mediante, para, por, pro, según, sin, sobre, tras y vía.

➤ Las preposiciones introducen a un sustantivo (o grupo nominal) o a un pronombre, que son las palabras subrayadas en los siguientes ejemplos.

**Ejemplos:**

Estoy en esta ciudad **desde** el año pasado.

Voy a ir a Monterrey **durante** mis vacaciones.

Vieron **a** Angeles en la tienda.

Esta es una organización **pro** lactancia.

Vamos a hablarnos **vía** Skype.

➤ Los **pronombres de objeto de preposición** se usan con la mayoría de las preposiciones.

**Ejemplos:**

El libro es para **mí**.

Vino por **ti**.

Los chocolates son para **ustedes**.  
Confía en **nosotros**.  
A **ti**, no te veo casi nunca.  
Se presentó ante **ellos** de la manera más humilde.  
Ese libro es de **ustedes**.  
Caminó hacia **ti** con dignidad y respeto.

❖ **Excepciones.** Las siguientes son algunas excepciones para el uso de los pronombres con objetos de preposición.

- Con las preposiciones “entre” y “según” se usan los pronombres del sujeto **yo** y **tú**.

**Ejemplos:**

Es un asunto **entre tú y yo**.  
**Según tú**, hoy hace frío.

- Con las preposiciones “como”, “excepto” y “menos” se usan los pronombres de sujeto **yo** y **tú**, a menos que estas preposiciones vayan seguidas de otra preposición.

**Ejemplos:**

Tu hermano baila **como tú**.  
**A mí** me interesa el arte **como a ti**.

Todos llegaron tarde **excepto tú**.  
Les explicaron **a todos excepto a mí**.

- La preposición **con + mí, ti, si = conmigo, contigo, consigo**

**Ejemplos:**

Ven **conmigo**.  
Voy a ir **contigo**.  
Está hablando **consigo** mismo.

- Note que **consigo** tiene el significado reflexivo de **with himself**. Compare esa oración con la siguiente:

Está hablando **con él**.

#### 12.4 Identificación.

Encuentre los diez pronombres de objeto de preposición en el diálogo 12.2, póngalos en la línea e indique si son de primera, segunda o tercera persona del plural o singular. Escriba una oración diferente con cada uno de ellos.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

**Nota:** En la frase "Sentí que mi vida no valía nada, porque **para él** yo no significué nada, sólo me quería para eso", ¿qué tipo de pronombre es la palabra **eso**?

#### 12.5 Escoger.

Escoja el pronombre correcto de las opciones que están en paréntesis.

- a) La enfermera te va a tomar la presión a (tú, te, ti).
- b) No es lo mismo sin (lo, él, le).
- c) La doctora me escribió una receta para (mí, yo, me, -migo).
- d) La trabajadora social va a trabajar con (los, ustedes, les).
- e) Santiago tiene que recordar llevar siempre su inhalador con (-sigo, él, lo) mismo.
- f) La doctora necesita explicarnos a (nos, nosotros) cómo ayudar a nuestro hijo.
- g) Esas flores son de (yo, mí, me) para (tú, te, ti).
- h) La pediatra siempre tiene paciencia con (las, ellas, les).
- i) Solamente quiere ir al laboratorio con (tú, -tigo, te).



### 12.3 Por y para

En español hay dos palabras que equivalen a la preposición “for”: por y para. Sus usos, sin embargo, no son intercambiables y cada uno tiene un significado diferente.

❖ **Por** se usa para expresar:

- Duración de tiempo (during)  
El profesor habló **por** más de dos horas.    The professor spoke **for** over two hours.
- Parte del día (in, at)  
Llegará **por** la mañana.    He'll arrive in the morning.
- Lugar (around, through, along, past)  
Julio vive **por** aquí.    Julio lives around here.
- Causa/motivo (on account of, because of, due to)  
No se siente bien **por** su dolor de cabeza.    He doesn't feel well, because of his headache.
- Intercambio (in exchange for)  
Te cambio dólares **por** oro.    I'll exchange dollars for gold.
- Medios (means, by, over)  
Van a viajar **por** tren.    They'll travel by train.  
Hablaron **por** teléfono.    They spoke over the phone.

❖ **Para** se usa para expresar:

- Un punto en el tiempo  
La tarea tiene que estar lista **para** el lunes.    Homework has to be finished by Monday.
- Destino  
Hoy no vamos **para** Andalucía.    We leave for Andalucía today.
- Dirección  
Vamos **para** el concierto.    We are going to the concert.

- Destinatario o persona destinada  
Éste regalo es **para** Juan.      This gift is for Juan.
  
- Propósito/meta  
Voy a estudiar mucho para **pasar** el examen. I will study a lot to pass the exam.

### 12.6 Llenar el espacio.

Complete las siguientes oraciones con **por** o **para** según corresponda.

- a. Quiero viajar \_\_\_\_\_ toda América.
- b. Ella estudiaba \_\_\_\_\_ poder entrar en la universidad.
- c. Él me llamó \_\_\_\_\_ invitarme a su casa.
- d. Queremos darte las gracias \_\_\_\_\_ invitarnos a tu casa.
- e. Este libro fue escrito \_\_\_\_\_ unos estudiantes.
- f. Hay mucha gente que vive \_\_\_\_\_ trabajar y no trabaja \_\_\_\_\_ vivir.
- g. Ella fue a Madrid \_\_\_\_\_ la enfermedad de su abuelo.
- h. Tengo que tomar la medicina cuatro veces \_\_\_\_\_ día.
- i. Compré los libros \_\_\_\_\_ la clase de inglés.
- j. Esta camisa me sirve \_\_\_\_\_ todos los eventos importantes.
- k. Lávense las manos porque ya estamos \_\_\_\_\_ comer.
- l. Me envió las notas \_\_\_\_\_ correo electrónico.
- m. Llegaron \_\_\_\_\_ la noche.
- n. Andrés vive \_\_\_\_\_ la zona norte.
- ñ. Necesito direcciones \_\_\_\_\_ llegar a la universidad.
- o. Me dijeron que \_\_\_\_\_ aquí el camino era más corto.

### 12.4 Preguntas abiertas y cerradas

En español al igual que en el inglés, existen dos tipos de pregunta: las abiertas y las cerradas. Aunque hay varias maneras de contestar las preguntas abiertas y cerradas, aquí se va a dar solamente una manera de contestar de manera completa las preguntas abiertas y una para contestar las preguntas cerradas como guía. El propósito de sugerir contestar con oraciones completas, a pesar de que no es necesario en el habla, es el de dar oportunidades de practicar el formular un discurso oral más largo.

❖ Las **preguntas cerradas** son las que solicitan una afirmación o una negación a la pregunta; es decir, se contestan con **sí** o **no**. Sin embargo, es posible dar respuestas completas.

- Una manera sencilla de responder a las preguntas cerradas con respuestas completas es seguir el mismo orden de palabras que se ve en la pregunta, después de la partícula afirmativa **sí** o de la negativa **no**, como se ve en los ejemplos.

Ejemplos:

-- ¿Tienes hambre?

-- No, no tengo hambre.

-- ¿Quieres salir?

-- Sí, quiero salir.

-- ¿Me puedes pasar los apuntes?

-- Sí, te puedo pasar los apuntes.

❖ Las **preguntas abiertas** son las que no restringen la respuesta a un **sí** o a un **no**. Estas preguntas se identifican por el uso de las palabras interrogativas **cómo**, **cuándo**, **dónde**, **por qué**, **cuántos**, etc.

- Hay varias maneras de contestar las preguntas abiertas. El método que se sugiere aquí es el siguiente:
- 1. Primero, dividir la pregunta en segmentos lógicos (marcados aquí con diagonales).
  2. Después, formular la respuesta, siguiendo el orden de los segmentos que se ve en la pregunta pero a la inversa hasta llegar a

la pregunta. En los ejemplos se ha subrayado el último elemento en la pregunta, que es el mismo con el que se comienza la respuesta.

Ejemplos:

- ¿Dónde / está / la oficina del doctor Pedraza?  
-- La oficina del doctor Pedraza / está / en el segundo piso.
  
- ¿Cuántos años / tienes?  
-- Tengo / 25 años.
  
- ¿Quién / es / el alergista?  
-- El alergista / es / el doctor Santiago Ramos.
  
- ¿Qué hiciste / ayer?  
-- Ayer / descansé todo el día.
  
- ¿Por qué / no quisieron comer (ustedes)?  
- No quisimos comer / porque estábamos muy cansados.

❖ Es importante recordar que van a encontrar otros tipos de preguntas. Esta sección solamente es una guía.

### 12.7 Identificación.

En el diálogo 12.4 de la sección del asma (D), hay varias preguntas. Identifique las catorce preguntas que se han señalado como abierta o cerrada.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_
12. \_\_\_\_\_
13. \_\_\_\_\_
14. \_\_\_\_\_

### 12.8 Respuestas completas.

Usted es el médico de cabecera de la señora Martínez quien tiene una cita hoy porque no se siente bien. Usted le hace las siguientes preguntas y anota sus respuestas completas. Preste atención a las diagonales que marcan los segmentos lógicos en las preguntas abiertas y la información en paréntesis para contestar la pregunta.

1. ¿Cuándo / fue la última vez que visitó a su alergista? (hace un mes)

\_\_\_\_\_

2. ¿Ha sentido que tiene dificultad para respirar? (no)

\_\_\_\_\_

3. ¿Cuáles / son / los síntomas que tiene? (fiebre y mucha tos)

\_\_\_\_\_

4. ¿Dónde / está / la farmacia donde compra sus medicamentos? (en la calle Arden)

\_\_\_\_\_

5. ¿Quién / la va a llevar al hospital? (mi esposo)

\_\_\_\_\_

### 12.9 Diálogo.

Claudia lleva a su hijo Julián a una cita de seguimiento con el alergista. Cree un diálogo breve de las preguntas que usted como profesional le haría al paciente. Recuerde que está tratando con un niño y no todas las preguntas tienen que ser estrictamente médicas. Emplee una combinación de preguntas abiertas y cerradas para que el diálogo no sea monótono.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## En resumen

En este capítulo se exploró otros temas de salud como el sobrepeso, el tabaquismo y el asma, así como temas relacionados al sexo y la sexualidad. Se cubrió también la función comunicativa de **dar indicaciones**.

**ER.1** Use la información de este capítulo y su conocimiento para contestar las siguientes preguntas en forma de ensayo.

1. Usted va a dar un seminario de las consecuencias de la salud del tabaquismo. Haga una lista de estas consecuencias tanto para el fumador como para los **fumadores de segunda mano**. Hay muchas personas que fuman desde la adolescencia, pero se les hace difícil poder dejar el hábito. ¿Qué sugerencias le podría dar a estas personas?

---

---

---

---

---

2. Según la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos (EPA por las siglas en inglés), hay cerca de 23 millones de personas en los Estados Unidos que padecen de asma. El asma es una enfermedad que puede ser controlada si se entiende cuáles son los factores ambientales que pueden desencadenar un ataque. Consulte el siguiente enlace <https://espanol.epa.gov/cai/acerca-del-asma> y haga un reporte acerca de los factores ambientales que pueden producir asma y pasos para prevenir un ataque por medio del control de calidad del aire interior. En su respuesta incluya lo que es **Indoor airPlus**.

---

---

---

---

---

---