LA SALUD

7

A) CONOCE TU CUERPO

- Las partes del cuerpo.
- El plural (repaso).
- Los sentidos.
- El cuerpo por dentro: aparatos, sistemas y órganos.
- Los médicos especialistas.
- Estructura: órgano + **SERVIR** + **PARA** + función.

B) VISITA AL MEDICO

- Verbo **DOLER**.
- Pronombres personales de **O.D.**: **ME, TE, LE, NOS, OS, LES**.
- Discriminación **DOLER/ESTAR/TENER**.
- El pretérito perfecto.
- El participio.
- Verbo **DEBER** + **INFINITIVO**.
- La tarjeta sanitaria.
- Síntomas y enfermedades.
- Consultas y citas previas.
- Recetas y volantes.
- Accidentes domésticos.
- Problemas frecuentes en los ojos.

C) SERVICIOS RELACIONADOS CON LA SALUD

- Servicios y lugares relacionados con la salud.
- El botiquín.
- Los médicos especialistas.
- Tipos de medicamentos.
- El prospecto.
- Documentos relacionados con la salud.
- La medicina en otros países.

D) APRENDE A CUIDARTE

- Refranes y expresiones relacionados con la salud.
- Consejos y creencias relacionados con la salud.
- Salud y estado de ánimo.

Escribe

Lee

Habla

Habla con tu compañero

En grupo

Escucha

Mira el vídeo

Juega

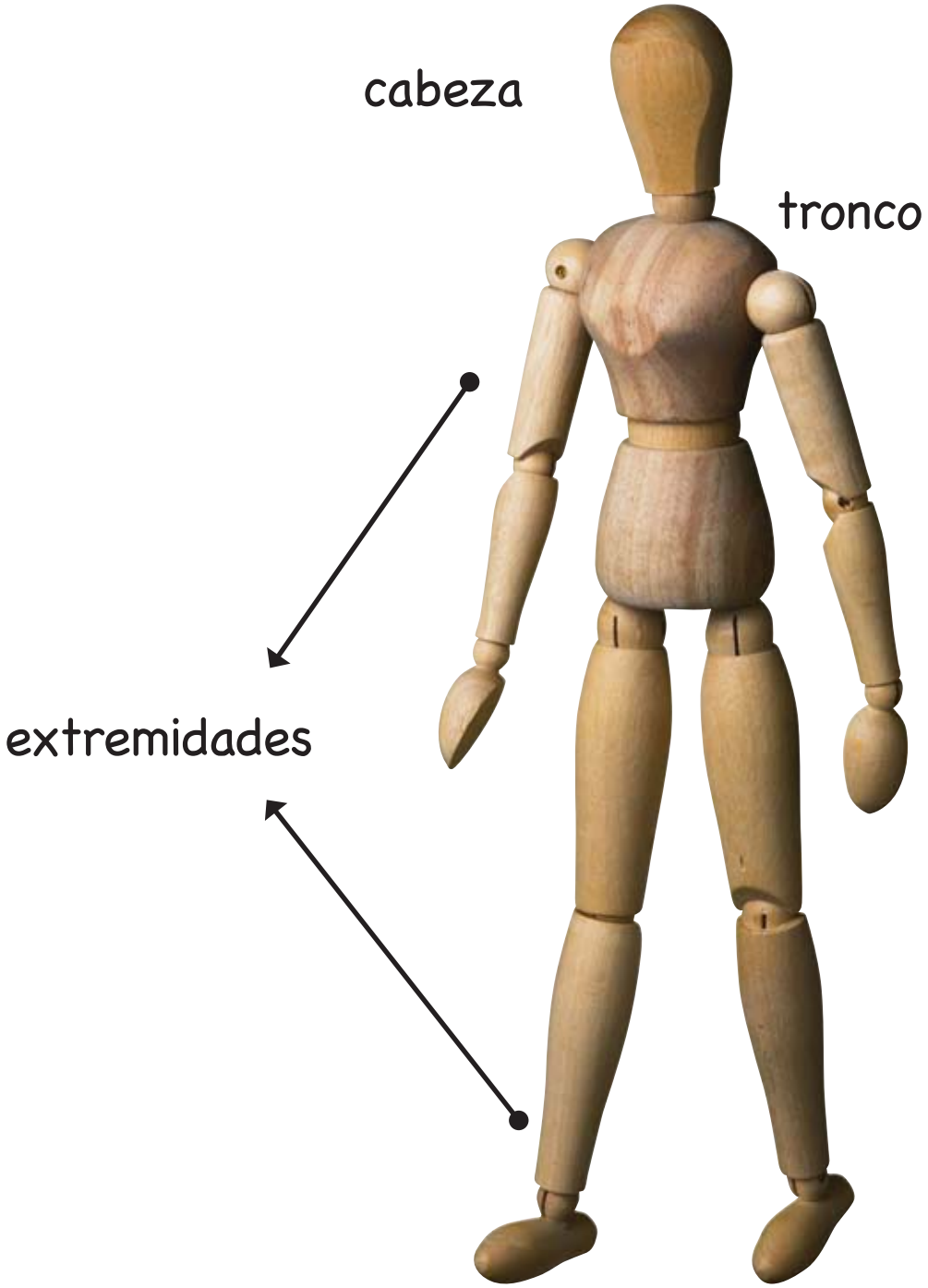
Habla de tu país

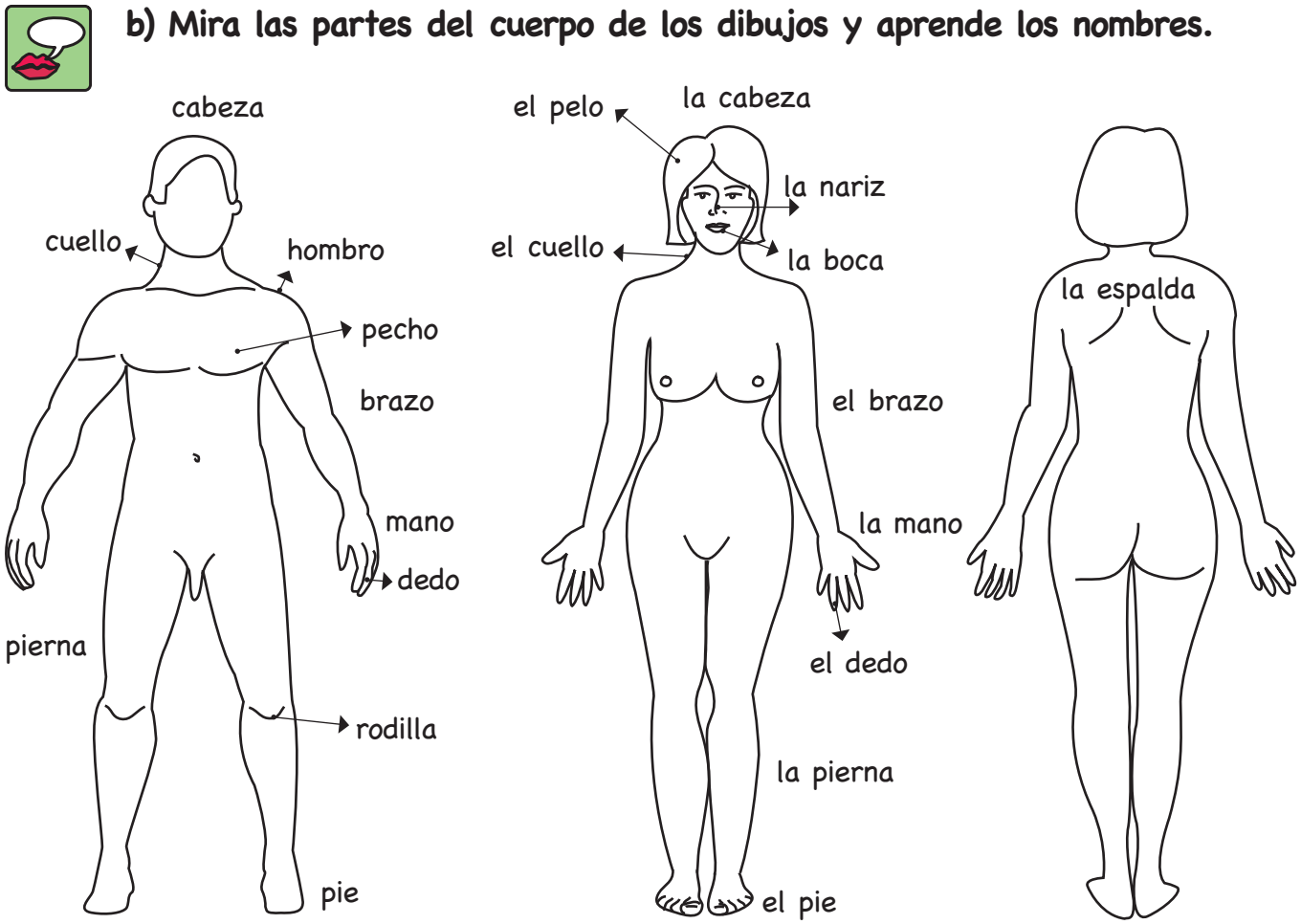
A Conoce tu cuerpo

Primera parte: Partes principales

a) Haz una lluvia de palabras relacionadas con la salud en grupos pequeños y ponerla en común con el resto de la clase.

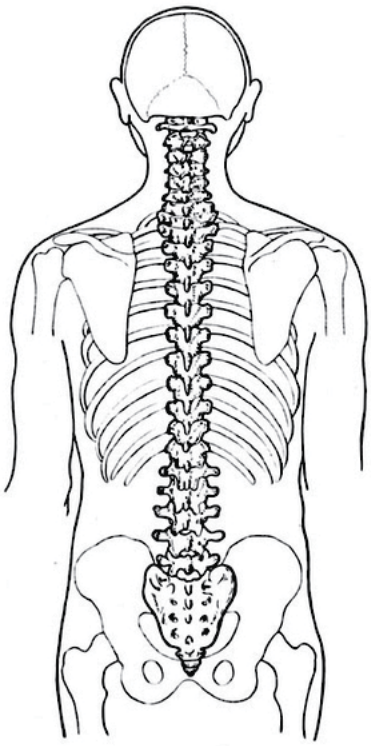
Nuestro cuerpo se compone de tres partes principales que son la **cabeza**, el **tronco** y las **extremidades**. Los brazos son las extremidades superiores y las piernas son las extremidades inferiores.





b) Mira las partes del cuerpo de los dibujos y aprende los nombres.

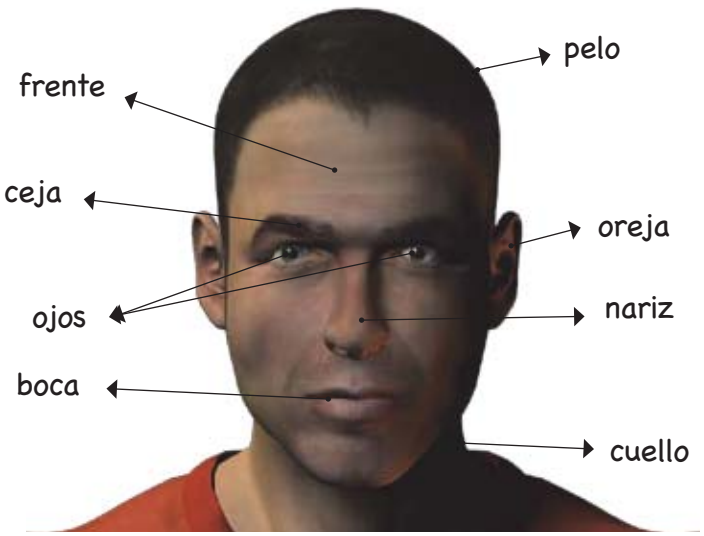
En ellos puedes encontrar las partes más importantes del cuerpo humano.



columna vertebral

La cabeza está sobre la **columna vertebral** y se mueve por los músculos del **cuello**.

La parte delantera de la **cabeza** se llama **cara** y tiene estas partes:



c) Lee y repite los nombres de las partes de la cara.

PALABRAS: PARTES DE LA CARA

frente

ojos

labios

cejas

mejillas

dientes

barbilla / mentón

pelo

pestañas

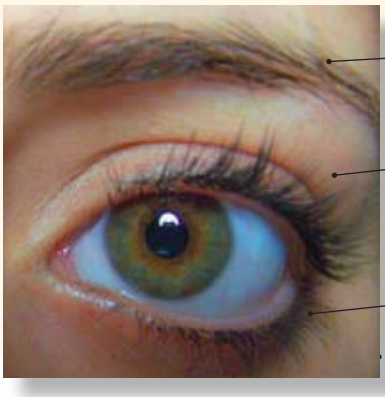
oreja

nariz

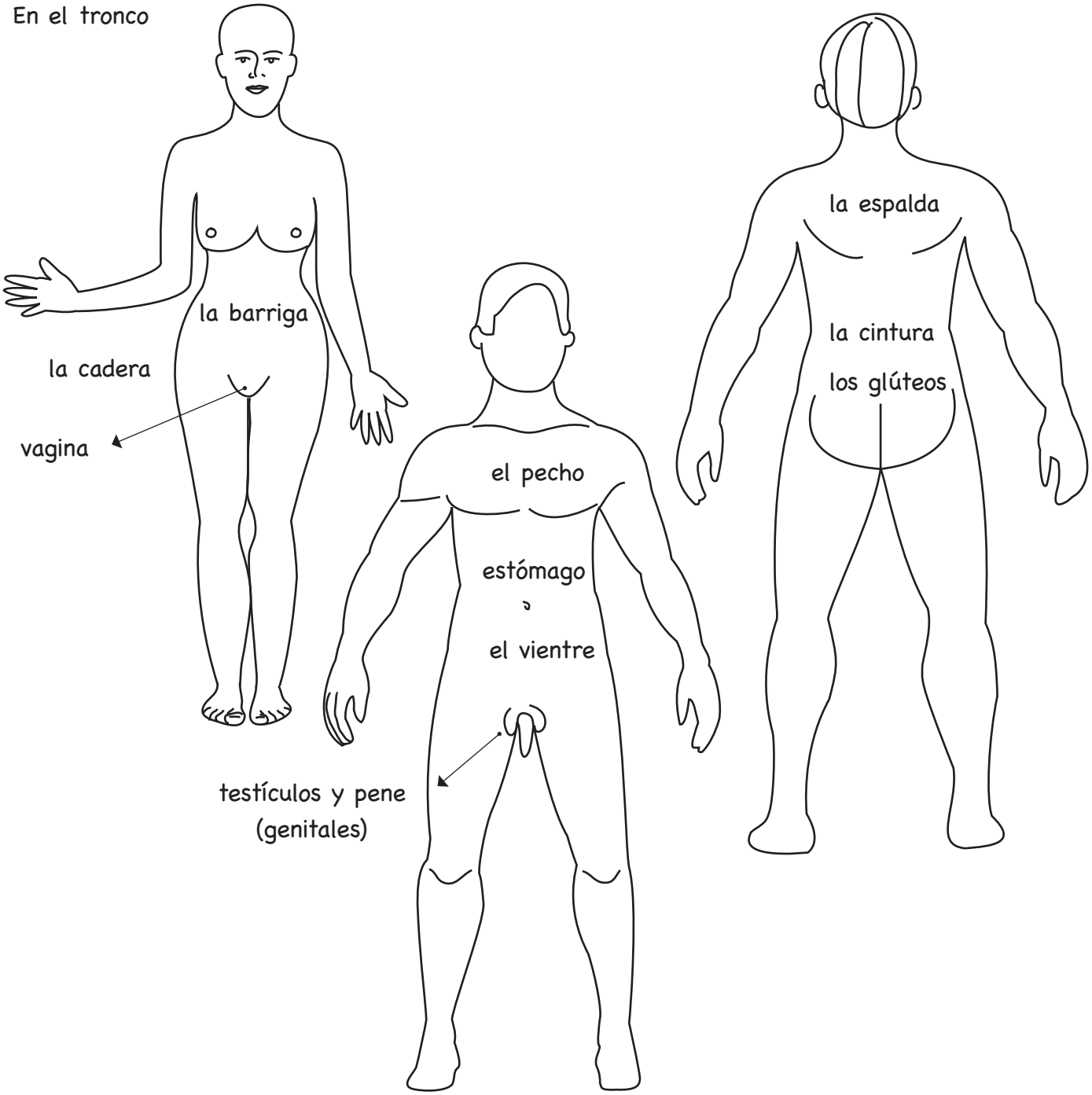
boca

lengua

Las partes que se encargan de proteger los ojos son:



En el tronco



d) Lee y repite los nombres de las partes del cuerpo situadas en las extremidades.

PALABRAS: EN LAS EXTREMIDADES

rodillas

dedos de las manos

dedos de los pies

piernas

codo

hombro

tobillo

brazo

muñeca

talón

pies

uñas

mano

muslos

TEXTO

Los nombres de los cinco dedos son:

- **Pulgar.**
  También conocido como "dedo gordo".
- **Índice**
- **Corazón**
  También conocido como "dedo medio"
- **Anular**
- **Meñique**
  También conocido como "dedo pequeño".

e) Escribe debajo de cada foto el nombre correspondiente: las piernas, el pelo, los ojos, la oreja, los dientes, el brazo, los pies, el cuello, los labios, el cuerpo, los dedos, la mano, la boca, la cara, la nariz.

1. .....

2. .....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

11.....

8. .....

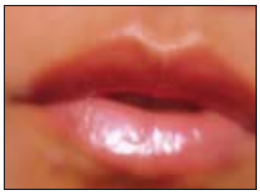
9.....

10. .....

12. .....

13. .....

14 .....



15. .....

f) Forma los plurales de las siguientes partes del cuerpo.

Recuerda que para formar el plural se le añade "s" si termina en vocal la palabra y "es" si termina en consonante.

1. La pierna	Las piernas	6. El diente	Los .....
2. El pelo	Los	7. El labio	Los .....
3. El brazo	Los	8. La mano	Las .....
4. La oreja	Las	9. El dedo	Los .....
5. El pie	Los	10. El ojo	Los .....

g) Une el nombre con la parte del cuerpo correspondiente.

El pelo

La cara

La oreja

La nariz

La boca

El pecho

La barbilla

El estómago

El cuello

La cabeza

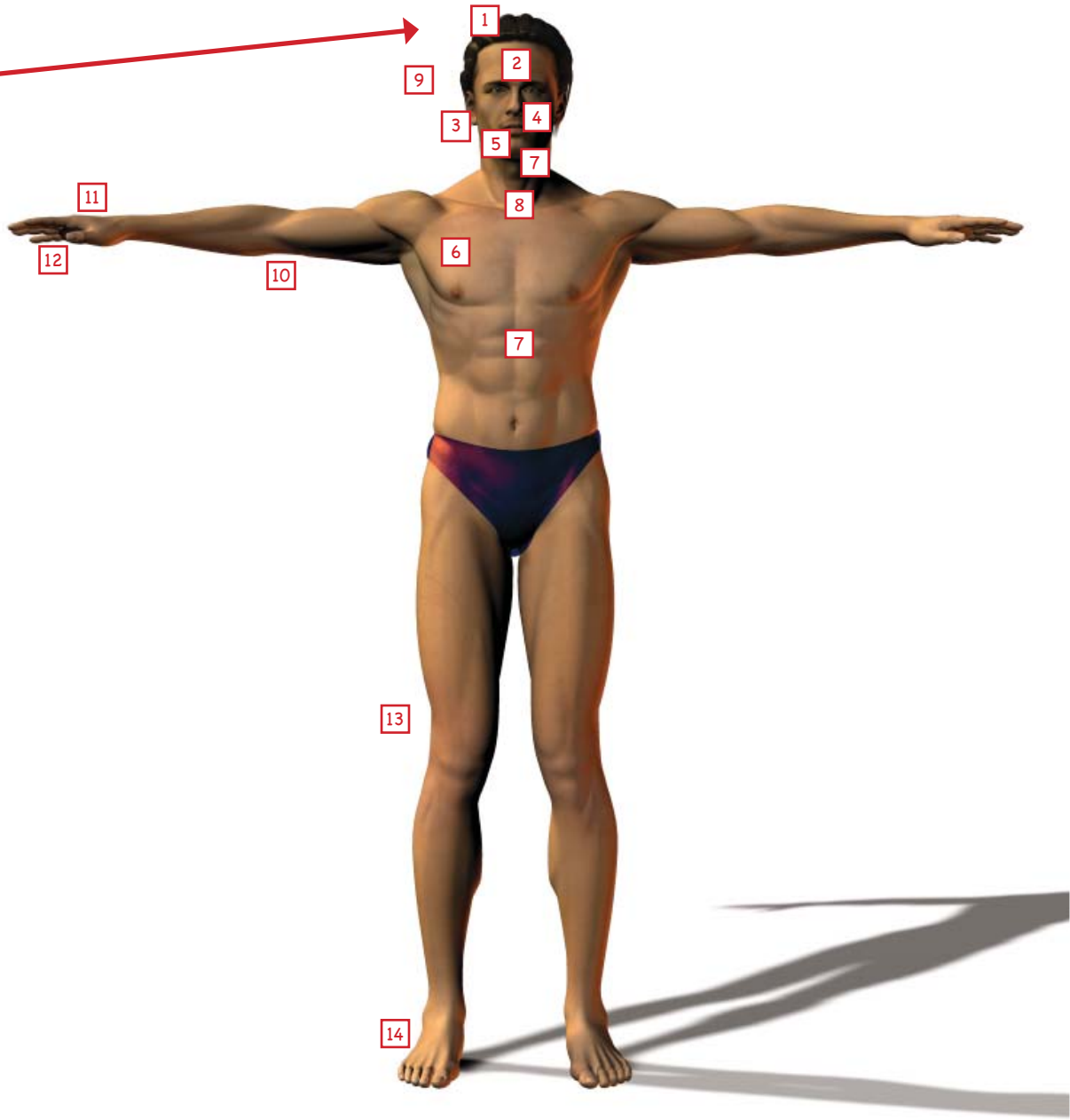
El brazo

La mano

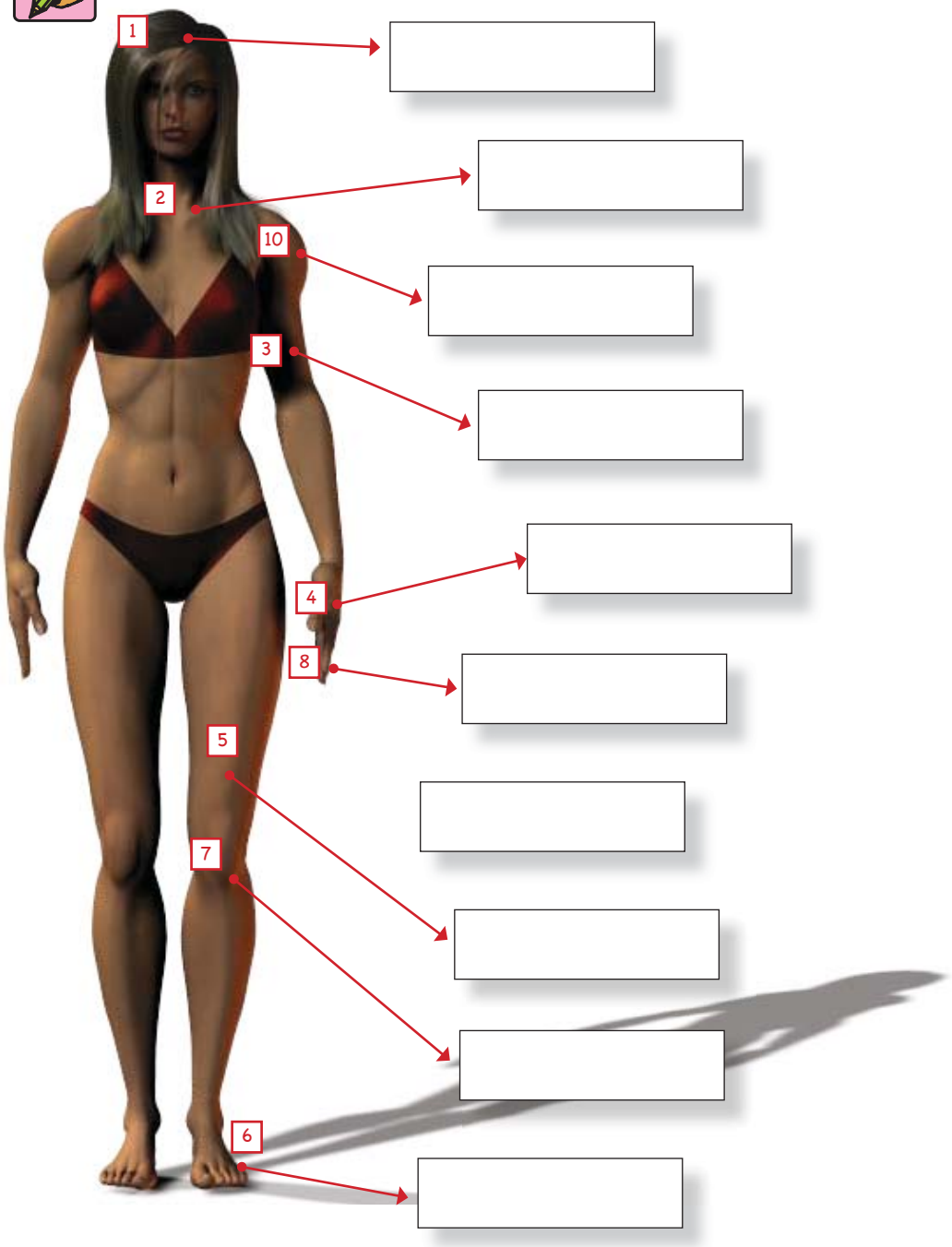
El dedo

La pierna

El pie



h) Escribe los nombres en los huecos según corresponda.



cabeza

cuello

brazo

mano

pierna

pie

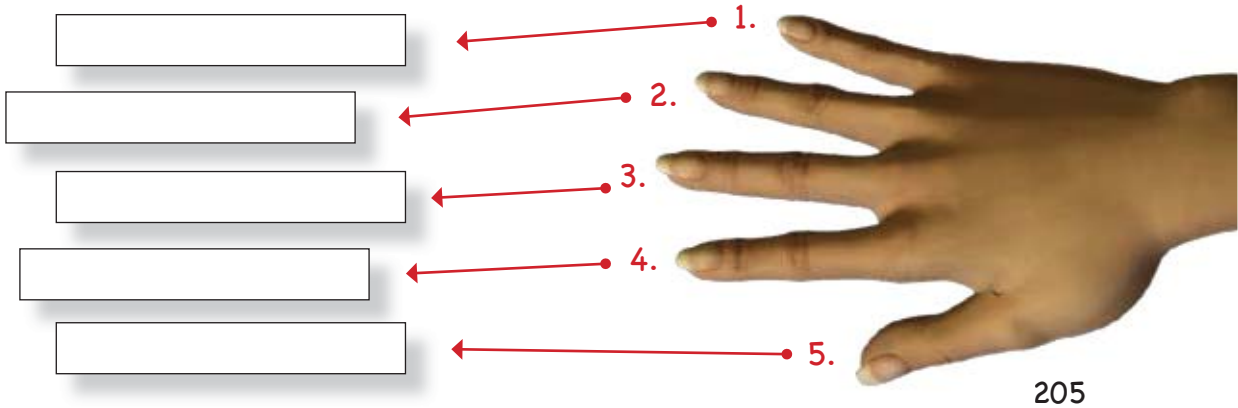
rodilla

dedo

pecho

hombro

i) Escribe el nombre de los cinco dedos de la mano.



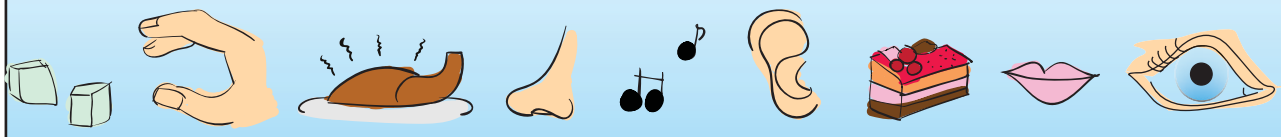
j) Completa las siguientes palabras:

as – a – o – u – s – e – os – es

1. La fr.....nt....
2. El pech.....
3. Los pie.....
4. Las man.....
5. El c.....ello
6. La cabez.....
7. La piern.....
8. El hombr.....
9. Las rodilla...
10. La n.....riz
11. Los braz.....
12. Los dient.....

TEXTO

Los sentidos nos informan de todo lo que pasa a nuestro alrededor. Tenemos cinco sentidos y a cada sentido le corresponde un órgano.



Tenemos **los ojos** para ver, **la nariz** para oler, **la lengua** para distinguir los sabores (dulce como un caramelo, salado como la sal, ácido como el limón y amargo como el café), **el oído** para oír y escuchar y **la piel** para sentir, especialmente **las manos** para tocar.

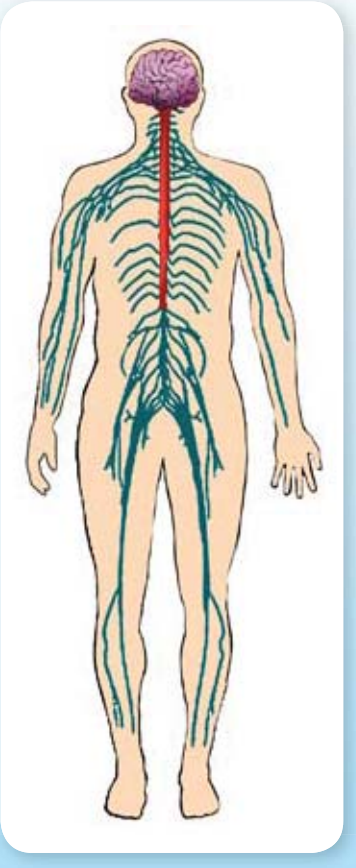
k) Lee el texto anterior y completa las siguientes frases:

- Los ojos son para .....
- Los cinco sentidos son la vista, el oido, el olfato, el gusto y el .....
- La nariz nos sirve para.....
- La lengua es para distinguir.....
- El oído es para .....y.....
- La piel nos sirve para.....
- Las manos son para .....

TEXTO: Segunda parte. Nuestro cuerpo por dentro

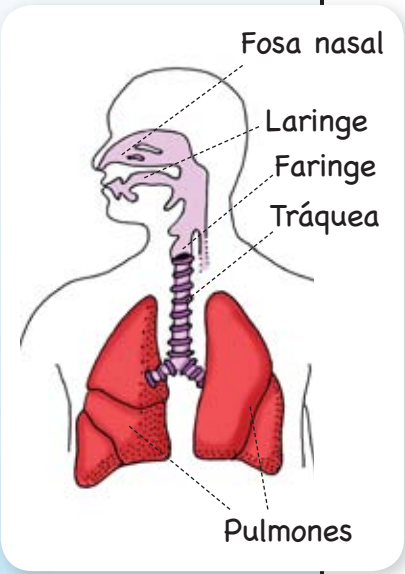
EL SISTEMA NERVIOSO

Regula el funcionamiento de todos los órganos entre si. Gracias a él nuestro cuerpo funciona como una unidad. Sus partes más importantes son: el cerebro, la médula espinal y los nervios que recorren todo nuestro organismo. Si algo falla debemos visitar al neurólogo o al psiquiatra.



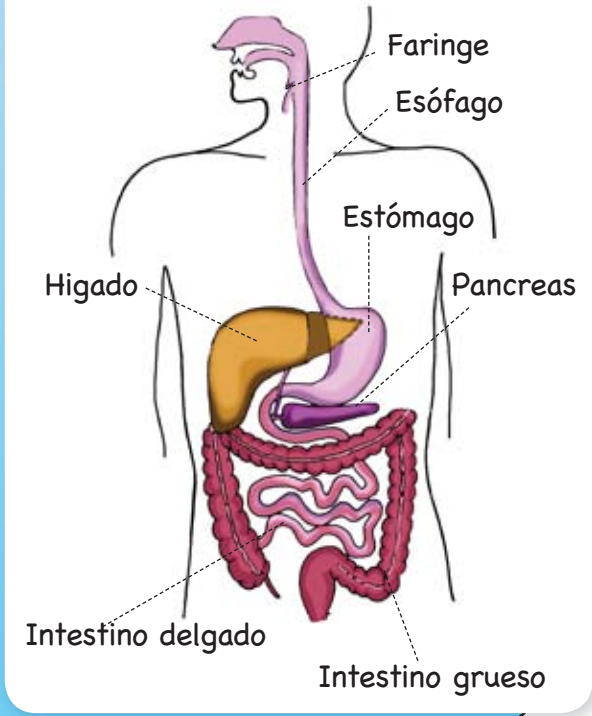
EL SISTEMA RESPIRATORIO

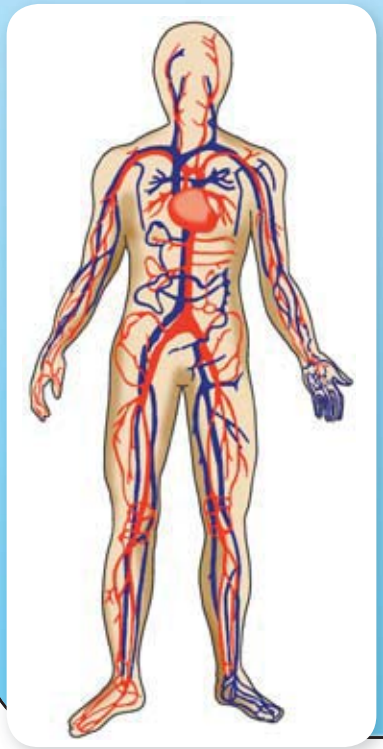
Realizamos la respiración por la nariz, la boca, la faringe, la laringe, la tráquea, los pulmones, los bronquios. Si algo falla podemos visitar al otorrino o a un especialista en medicina interna.



EL APARATO DIGESTIVO

Lo forman la boca, con la saliva y los dientes, el esófago, el estomago, los intestinos, el hígado y el páncreas. Los médicos especialistas son los dentistas, estomatólogos e internistas.





EL APARATO CIRCULATORIO

Esta formado por el corazón, las arterias, las venas, los vasos capilares y la sangre. Cuando hay problemas visitamos al cardiólogo.

EL APARATO LOCOMOTOR

Nos permite realizar movimientos, gracias a él podemos relacionarnos. Se fundamenta en tres elementos: los huesos, los músculos y las articulaciones.
El especialista es el traumatólogo.

El esqueleto

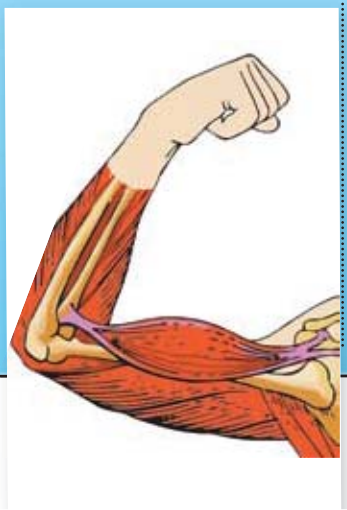
Es el armazón del cuerpo humano y le sirve de sostén.

Las articulaciones

Son las conexiones entre los distintos huesos; permiten los movimientos normales y evitan los anormales.

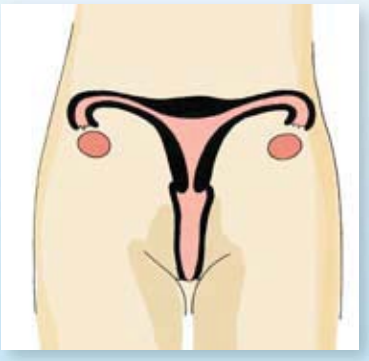
El sistema muscular

Tiene una misión muy concreta: los huesos sólo pueden moverse cuando son impulsados; un grueso tejido en forma de bandas llamado músculo realiza este trabajo.



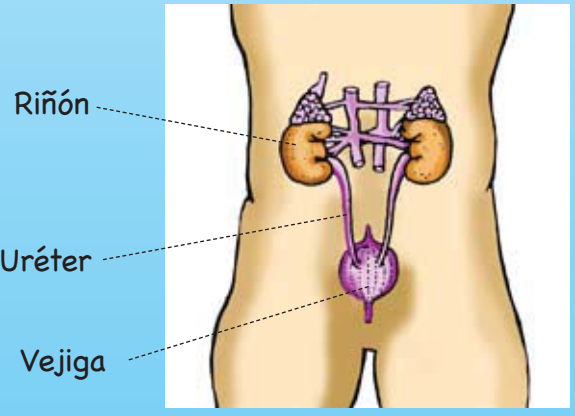
LA REPRODUCCIÓN SEXUAL

Por ella se originan nuevos seres que proceden de dos progenitores: HOMBRE Y MUJER. Las células sexuales del hombre se llaman espermatozoides y las de la mujer óvulos. Los especialistas son el ginecólogo y el urólogo.



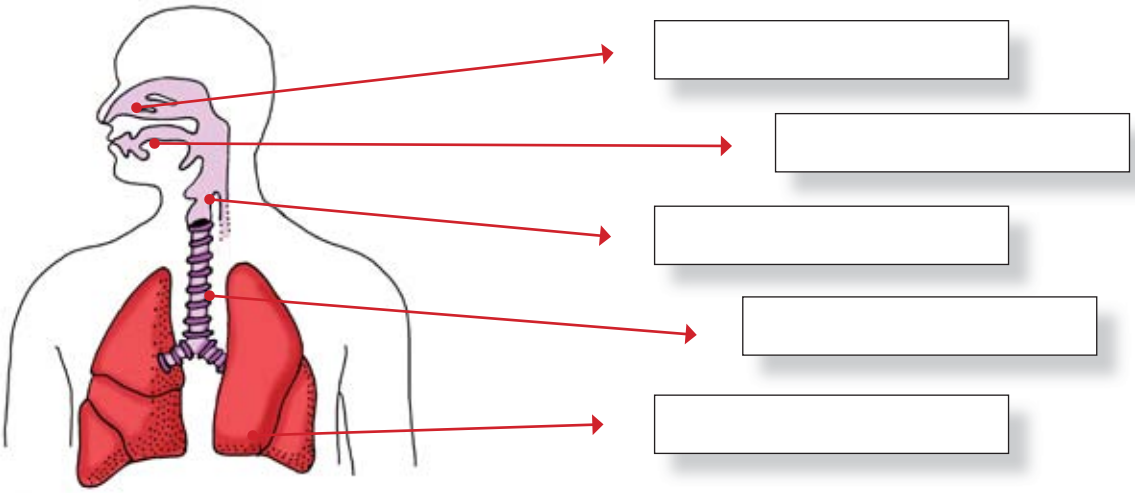
APARATO EXCRETOR

Todo lo que nos sobra lo eliminamos por la respiración, el sudor, por las heces y la orina. Los riñones, la vejiga, y el ano son los órganos más importantes.

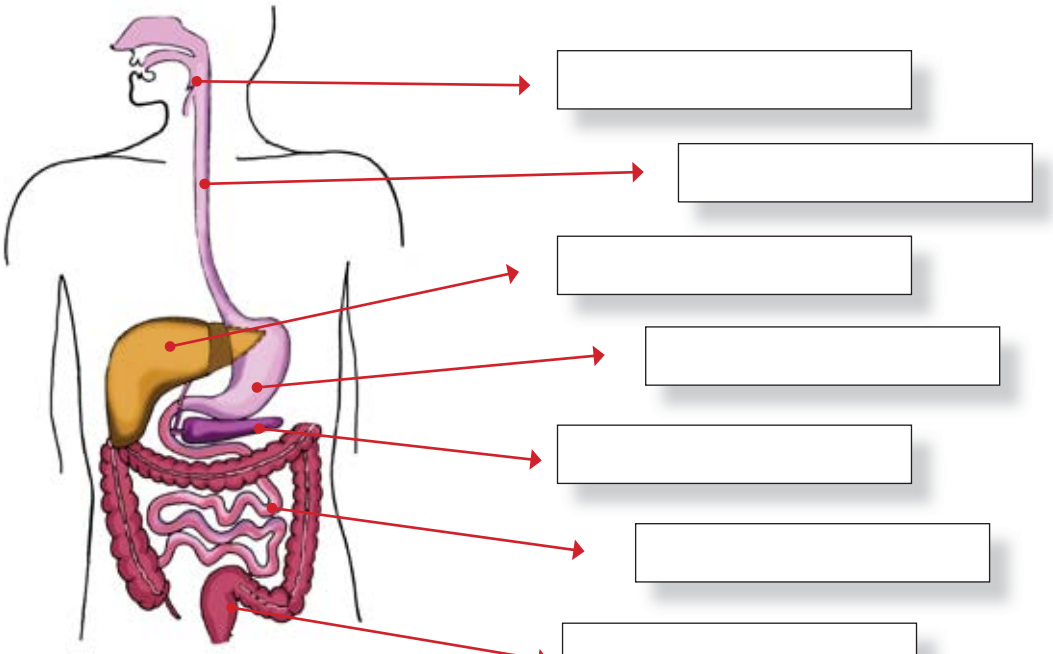


l) Completa los siguientes esquemas:

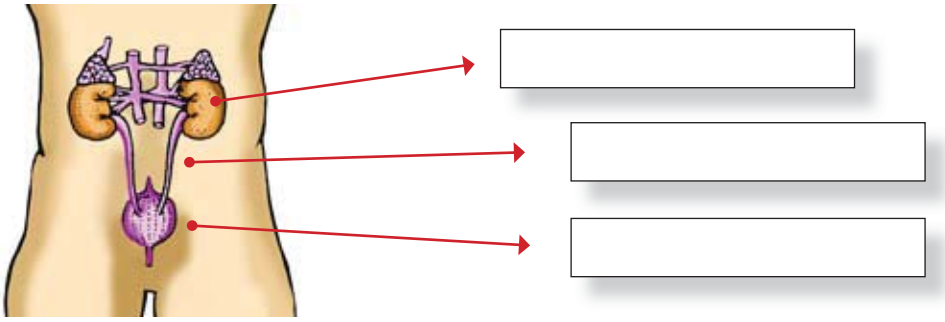
EL SISTEMA RESPIRATORIO



EL APARATO DIGESTIVO



APARATO EXCRETOR



B Síntomas y enfermedades: Visita al médico

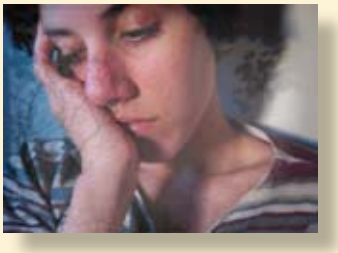
a) Responde a las siguientes preguntas:

- ¿Qué es una tarjeta sanitaria?
- ¿Qué es imprescindible para obtenerla?
- ¿Dónde se puede solicitar?
- ¿Qué documentos se necesitan para obtener la tarjeta?
- ¿Puede un inmigrante irregular obtener la tarjeta sanitaria?
- ¿Qué puedes hacer hasta que te llega la tarjeta de asistencia sanitaria?
- ¿Qué es el SAS?

b) Contesta

¿Qué te pasa?
1. Me duele la .....

¿Qué le pasa?
2. Le duele la .....



¿Qué te pasa?
3. Me duele la.....

¿Qué le pasa?
4. Le duele el .....

¿Qué le pasa?
5. Le duele la .....

¿Qué te pasa?
6. Me duele el .....

c) ¿Qué te pasa? Lee los síntomas o enfermedades planteadas en la lámina núm. 6.

- Me duele .....
- Estoy .....
- Tengo .....

d) Lee el siguiente diálogo por parejas. Encuentra en el diálogo las palabras que estén relacionadas con estos aspectos y subráyalos según se le indica: Parte del cuerpo, síntomas o enfermedad y medicinas.

DIÁLOGOS

+ ¿Qué te duele?
- Me duele la garganta y los oídos.

+ ¿Tienes tos?
- Sí y mucho moco.

+ ¿Has tomado algo?
- Solo aspirina.

+ Quítese la camisa. Voy a reconocerla. Respire hondo
- Ok, doctor

+ Tiene la gripe. Le voy a recetar jarabe para la tos. Antibiótico para la infección de garganta y aspirina para la fiebre.
- Y ¿Cómo me tengo que tomar cada una de esas medicinas?

+ El jarabe, una cucharada pequeña cada 8 horas; la aspirina cada 6 horas siempre que tenga fiebre; y el antibiótico cada 12 horas.
- Bien, doctor

+ Además, debes hacer reposo y tomar zumos.
- Gracias, doctor

+ Aquí tienes la receta. Tienes que ir a la farmacia de guardia para comprar las medicinas. Si no te pasa el dolor debes visitar al otorrino.
- ¿Qué es el otorrino?

+ Es el especialista de garganta y oídos.
- Gracias de nuevo, doctor. Adiós.

+ Adiós

GRAMÁTICA

A veces nuestro cuerpo no se encuentra bien y nos duele alguna cosilla:

Me duele + nombre singular
Me duele la barriga

Me duelen + nombre plural
Me duelen las manos

e) Relaciona

Me duele	El brazo
Me duelen	Los brazos
	El estomago
	La nariz
	Los pies
	La cabeza
	Los pies

VERBOS

VERBO DOLER

(Yo)	me	
(Tú)	te	
(Él/ella)	le	duele
(Nosotros/nosotras)	nos	duelen
(Vosotros/vosotras)	os	
(Ellos/ellas)	les	

A Sahida le duelen las muelas y también le duele la cabeza

f) Relaciona

1. Me duele
2. Le duele
3. Nos duele
4. Te duele
5. Os duele
6. Les duele

a. Tenéis dolor
b. María tiene dolor
c. Tengo dolor
d. Tienes dolor
e. Tenemos dolor
f. Ali y Mohamed tienen dolor

g) ¿Cuáles son las causas mas frecuentes y los problemas de salud en tu país de origen?

h) Completar con las siguientes palabras y leer el siguiente párrafo:

jarabe - recetas - medicinas - aspirinas - antibiótico - gracias - adiós - euros

GHAILAN.- Hola
FARMACÉUTICO.- Buenos días, ¿Qué desea?.

Ghailan.- Necesito que me dé estas ……..
FARMACÉUTICO.- Déme las …….. , por favor.

GHAILAN.- Si, aquí las tiene
FARMACÉUTICO.- Le doy el ……., recuerde que debe tomarlo cada 8 horas y las …….. cada 6 horas, y el ……. cada 12 horas.

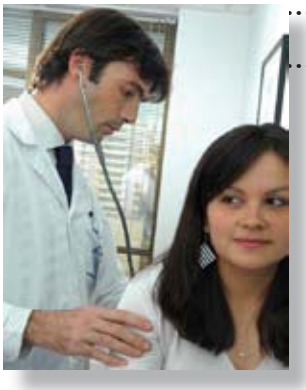
GHAILAN.- Muchas ……., ¿Cuánto vale?
FARMACÉUTICO.- 42…….

GHAILAN.- Aquí tiene su dinero.
FARMACÉUTICO.- Gracias. Adiós.

i) Observa las viñetas. Inventa una conversación en cada una de ellas.

1. ……
……
……
……
……

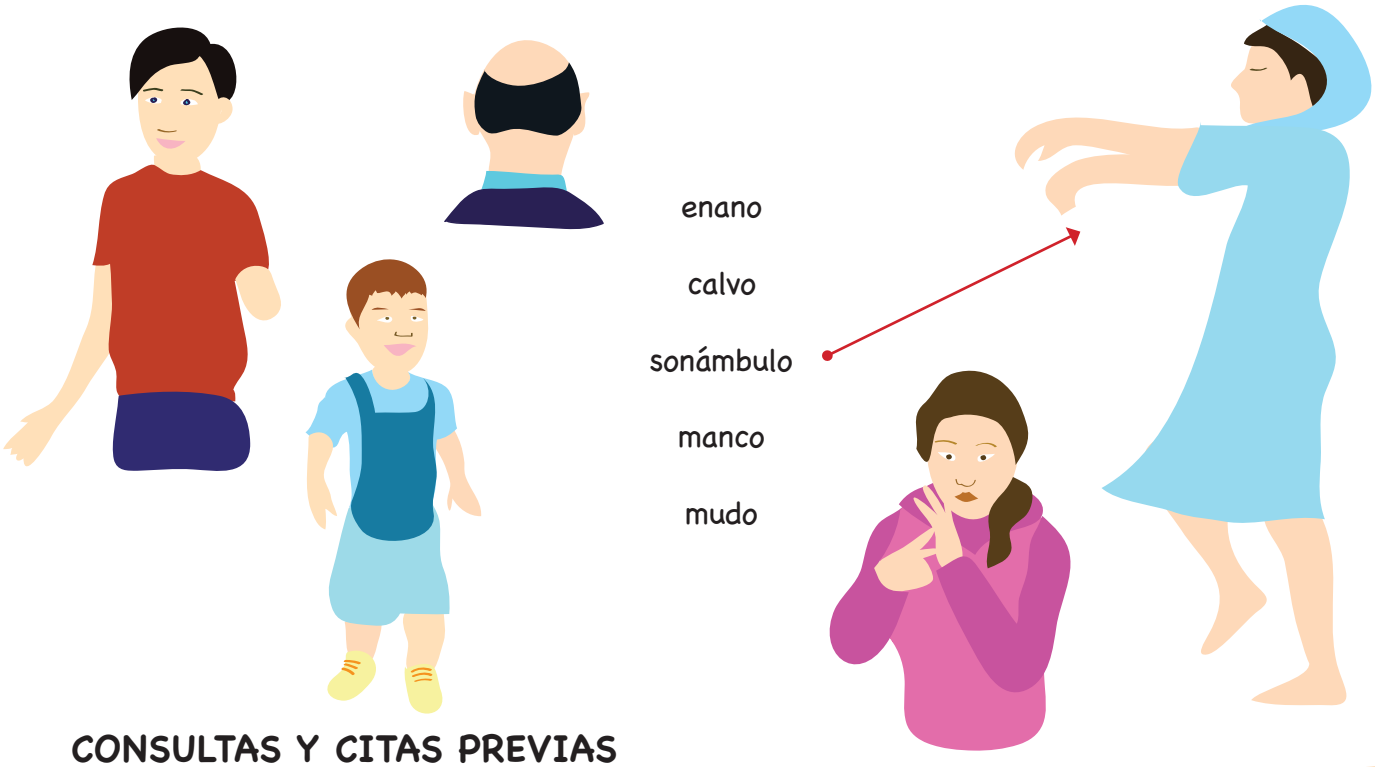
2……
……
……
……
……



3……
……
……
……
……

j) Observa y repite los nombres de algunos defectos o problema físicos. Para ello tendrás que ver la lámina núm. 8.

Posteriormente relaciona los siguientes nombres con sus dibujos o fotografías correspondientes:



CONSULTAS Y CITAS PREVIAS

k) Aviso domiciliario. Urgencias. Lee el diálogo y repite con tu compañero.

MAMADOU.- Buenas tardes, ¿urgencias?
URGENCIAS.- Sí, buenas tardes. ¿En qué puedo ayudarle?

MAMADOU.- Mi hija ha tenido un accidente.
URGENCIAS.- ¿Qué le pasa?

MAMADOU.- Se ha salido de la carretera y no puede moverse. Tiene escalofríos.
URGENCIAS.- ¿Dígame donde se encuentra?

MAMADOU.- En la carretera comarcal num .... a la altura de la Gasolinera.
URGENCIAS.- Un equipo de urgencias llegara enseguida.

MAMADOU.- Gracias. Adiós
URGENCIAS.- Adiós

l) Mira el vídeo y repite el diálogo con tu compañero. Una vez comentado el mismo podemos trabajar las actividades planteadas en al Guía del profesor.

RECETAS Y VOLANTES

m) La madre de Hamid ha ido al Centro de Salud porque le duele mucho la cabeza y tiene tos y un poco de fiebre. El médico le ha dado esta receta:

ENFERMEDAD COMÚN o ACCIDENTE NO LABORAL — Sistema Nacional de Salud

PRESCRIPCIÓN (Consignar el producto. En caso de medicamento: DCI o marca, forma farmacéutica, vía administ., dosis por unidad, n.º de unidades por envase)

D P S N.º envs.

Paracetamol 500 mg

Duración tratamiento: 7 días

Posología: 1 unidades/toma cada 8 horas

PACIENTE (Nombre, Apellidos, Año de nacimiento, N.º de identificación): Sahida Safdar

MÉDICO (Datos de identificación): Salem Usman

Fecha prescripción: 05/05/2009

DIAGNÓSTICO (Si procede): Resfriado común

Firma del MÉDICO

INSTRUCCIONES AL PACIENTE: Descansar y tomar líquidos en abundancia

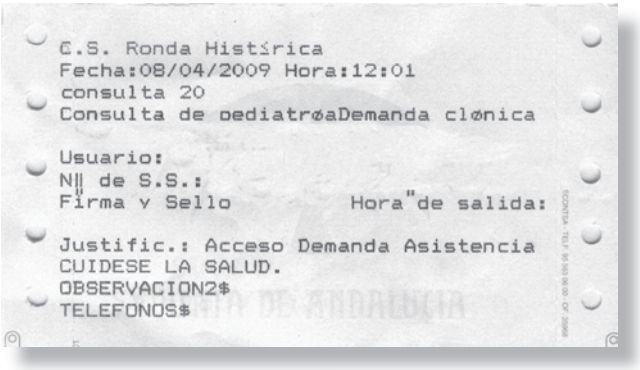
INSTRUCCIONES DEL FARMACÉUTICO (Si procede)

RECETA ORDINARIA / ACTIVOS

Lee la receta y contesta las preguntas:

1. ¿Cómo se llama la madre de Hamid? .....
2. ¿Qué le pasa?.....
3. ¿Cómo se llama su médico? .....
4. ¿Qué medicina le ha mandado el médico? .....
5. ¿Cuántos días tiene que tomar la medicina? .....
6. ¿Cuántas pastillas debe tomar al día? .....
7. Además de las pastillas, ¿qué debe hacer Sahida? .....

n) Comenta el siguiente volante que te ha dado el médico para el especialista.



C.S. Ronda Histórica
Fecha:08/04/2009 Hora:12:01
consulta 20
Consulta de pediatríaDemanda clínica

Usuario:
Nº de S.S.:
Firma y Sello Hora de salida:

Justific.: Acceso Demanda Asistencia
CUIDESE LA SALUD.
OBSERVACION2$
TELEFONOS$

ACCIDENTES DOMÉSTICOS

ñ) ¿Qué hacer en caso de accidente? Lee el siguiente texto y relaciona los accidentes domésticos más frecuentes y lo que debes de hacer.

1. Hemorragias o heridas	a. No muevas al accidentado si no es absolutamente necesario.
2. Quemaduras de primer grado	b. Provócale el vómito y dale bastante líquido.
3. Contusiones, esguinces y fracturas	c. Aplica presión sobre la herida con un vendaje estéril o un trapo limpio.
4. Ahogamientos y atragantamientos	d. Refresca la quemadura con agua a una temperatura de entre 10 y 20 grados centígrados.
5. Envenenamientos / intoxicaciones	e. Coloca a la víctima de pie o sentada. Sitúate de pie y por detrás, abrazándola a nivel de la cintura. Repite presiones intensas hasta que el objeto causante del problema sea expulsado por la boca.

o) ¿Qué haces cuando estás enfermo?. ¿Qué haces para no enfermar? ¿Que remedios caseros utilizas?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

p) Escribe remedios caseros de tu país.

.....

.....

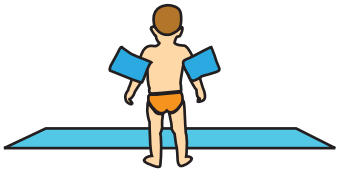
.....

.....

.....

.....

q) Fíjate en los dibujos y completa la tabla.

Situación	¿Qué puede ocurrir?	¿Cuál es el remedio?	¿Dónde podemos ir?
			

VERBOS

EL PRETÉRITO PERFECTO

PRESENTE VERBO HABER + PARTICIPIO

Yo	he	
Tú	has	
Él/ella	ha	estudiado
Nosotros/nosotras	hemos	bebido
Vosotros/vosotras	habéis	salido
Ellos/ellas	han	

Adrián se ha caído de la bicicleta

Para expresar lo que nos ha pasado usamos el pretérito perfecto. El pretérito perfecto se forma con el presente del verbo haber y el participio.

r) Completa las frases con el verbo haber:

1. (Yo) me ..... cortado con un cuchillo.
2. Hamid se ..... caído por las escaleras.
3. Ili y Fabian ..... tenido un accidente.
4. Tahira se ..... quemado planchando la ropa.
5. ¿Cómo te ..... herido en la cara, Peter?
6. Me ..... cortado con la cuchilla de afeitar.
7. ¿Cuándo ..... estado (vosotros) en el médico?
8. (Nosotros) ..... ido esta tarde
9. Mi hermana se ..... pillado los dedos con la puerta.
10. Los niños se ..... golpeado con el balón

s) Lee las frases del ejercicio anterior y escribe el participio de cada verbo:

1. Cortar -> .....
2. Estar -> .....
3. Quemar -> .....
4. Pillar -> .....
5. Golpear -> .....
6. Caer -> .....
7. Tener -> .....
8. Herir -> .....
9. Ir -> .....

VERBOS

PARTICIPIOS IRREGULARES

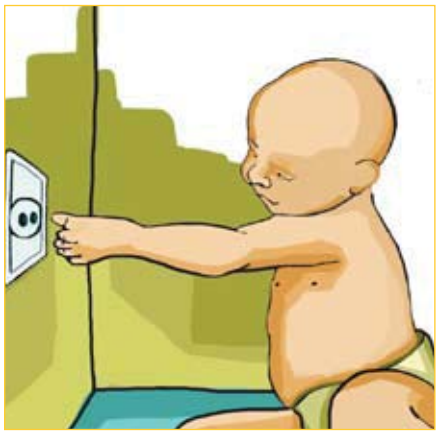
HACER ..... HECHO
CUBRIR ..... CUBIERTO
VER ..... VISTO
ABRIR ..... ABIERTO
MORIR ..... MUERTO

EL PARTICIPIO		
AR	ER	IR
cortado	caído	herido
quemado	tenido	ido
estado	bebido	salido

t) Mira las viñetas y sustituye el verbo, colocándolo en pretérito perfecto.

Este hombre se ..... planchando (quemar)

Este niño se ..... los dedos con el aceite (quemar)



Esta niña ..... los dedos en un enchufe (meter)

Esta mujer ..... las camas (hacer)

El abuelo se..... la mano con la puerta del coche (pillar)

Este niño se..... con las tijeras (cortar)

u) Escribe un texto relacionado con cada una de estas situaciones.

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....

VERBOS

VERBO HABER + INFINITIVO

Yo	debo	tomar
Tú	debes	ir
Él/ella	debe	comer
Nosotros/nosotras	debemos	beber
Vosotros/vosotras	debéis	caminar
Ellos/ellas	deben	hacer

Nadia está embarazada, debe ir al médico

v) Completa las frases con el verbo deber:

1. Estoy resfriada, ... tomar zumo de naranja.
2. Juan y Edita tienen la gripe, ... tomar las medicinas que les ha recetado el médico.
3. Estás cansado, Ri-Guang, ... trabajar menos.
4. Mamadou se ha cortado en la cocina, ... ponerse una tirita.
5. Hemos tenido un accidente, ... llamar al médico.
6. Tenéis un poco de fiebre, ... tomar una aspirina.

x) Relaciona los siguientes cuadros:

1. María esta de parto
2. Ali tiene una pierna rota
3. A Fatu le duele la cabeza
4. Carla esta resfriada
5. Miguel tiene una herida en el pie

a. Puede tomar una pastilla
b. Debe tomar líquidos calientes
c. Debe ponerse una tirita.
d. Debe ir al hospital
e. Debe ponerse una escayola

y) Escucha y completa. Hamid y Valerica son compañeros de clase en el Centro de Educación Permanente de Algeciras y se han encontrado en la consulta del médico. Escucha el diálogo y escribe los datos que faltan en esta tabla:

NOMBRE	¿Qué le pasa?	¿Qué enfermedad tiene?	¿Qué debe hacer?
HAMID			
VALERICA			

z) Práctica con tu compañero/a.

Me duelen las muelas	Me he torcido el tobillo
He bebido un poco de lejía	No duermo bien
Estoy estreñido	Me he quemado los pies
Me he dado un golpe en el brazo	Tengo diarrea
Me mareo en el coche	Me ha picado una avispa
Me duele mucho la espalda	Tengo fiebre

Para dar consejos puedes utilizar expresiones del tipo:

- Para las quemaduras una pomada muy eficaz es el aceite de cajeput.
- Yo pienso que debes de ir al médico.

aa) Clasifica las siguientes palabras o conceptos:

PARTES DEL CUERPO	ENFERMEDADES	SÍNTOMAS	PRUEBAS	REMEDIOS

la nariz – tengo gripe - sangra – inclinar la cabeza hacia delante – me duele el pecho – tengo tos – abango – análisis de sangre - estoy nerviosa – aceite de oliva - me como las uñas – debes tomar acacia – colesterol –

ab) Práctica con tu compañero el siguiente vocabulario.

- ¿Estás tomando ahora algún medicamento? ¿Cuál?
- ¿Es usted alérgico a algún medicamento? ¿A cuál?
- ¿Has sido diagnosticado recientemente de alguna enfermedad?
- Es usted diabético, hipertenso...?
- Dígame donde le duele.
- ¿Ha tenido otras veces el mismo dolor?
- ¿Cuánto tiempo hace que le duele? ¿El dolor ha aparecido de pronto?
- Desde hace horas / días / semanas
- ¿Tienes fiebre / vómitos / diarrea....?

PROBLEMAS FRECUENTES EN LOS OJOS

ac) Une con flechas la siguiente actividad.

1. Astigmatismo	a) No ve bien de lejos pero ve con claridad los objetos cercanos.
2. Hipermetropía	b) Es la perdida de vista útil
3. Cataratas	c) Es difícil ver objetos cercanos con claridad
4. Ceguera	d) Provoca que la imagen se vea borrosa
5. Miopía	e) Los ojos se ven cruzados
6. Daltonismo	f) Los ojos se enrojecen y lagrimean. En ocasiones segregan pus
7. Estrabismo	g) Impide que se vea con claridad las imágenes.
8. Conjuntivitis	h) Confunde algunos colores

ad) Imagina que estás en una óptica. Practica con tu compañero utilizando frases como estas.

- ¿Puede comprobarme la vista?
- Tiene los ojos cansados
- ¿Tiene la receta del oculista?
- Sí, aquí la tiene
- No tengo la receta del oculista.
- Quiero comprar unas gafas
- ¿Puede arreglarme las gafas? Tengo rota la patilla
- Necesito un cristal nuevo. ¿Cuándo estarán listos?

C Servicios relacionados con la salud

C.1 Servicios

a) Lee y repite los nombres de estos servicios o lugares relacionados con la salud.

PALABRAS: SERVICIOS RELACIONADOS

ambulancia

ambulatorio

centro de salud

clínica

farmacia

hospital

herbolario

parafarmacía

sala de curas/enfermería

servicio de atención al cliente

urgencias

Por lo general, en los servicios antes mencionados nos podemos encontrar un botiquín.

b) Relacionar el nombre con la imágenes.

Herbolario

Clínica

Centro de salud

Parafarmacía

Ambulatorio

c) Completa estas frases con lo que corresponda.

ambulatorio - hospital - farmacia - parafarmacía -ambulancia - salud -

1. Ayer llamé a una .....
2. Mañana tengo que ir al .....
3. ¿Dónde esta la .....?
4. La ..... esta aquí.
5. Mi prima tiene que ir al Centro de .....
6. El .....es muy nuevo.

d) Responde a las siguientes preguntas: (lámina num. 13)

- ¿Cuál es el contenido básico?
- ¿Qué NO tiene que haber en un botiquín?
- Explícanos los tipos de botiquín.
- ¿Cuál es el mantenimiento de un botiquín?

e) Habla con tu compañero. Contesta las preguntas que te hace tu compañero sobre los servicios sanitarios que hay en tu pueblo.

- ¿Dónde esta el ambulatorio?
- ¿Puede llevarme al hospital?
- ¿Dónde esta la parafarmacia?
- ¿Puede llevarme al Centro de Salud?
- ¿Puede llamar a una ambulancia?

C.2 Médicos

f) Lee y repite los nombres de algunas especialidades médicas.

PALABRAS: ALGUNAS ESPECIALIDADES MÉDICAS

cardiólogo

dermatólogo

ginecólogo

odontólogo

otorrino

pediatra

psiquiatra

traumatólogo

urólogo

g) Completa las siguientes frases:

1. El médico de los niños es .....
2 El médico de los ojos es .....
3. El médico de la nariz y de la garganta es .....
4. El médico de los golpes y fracturas es .....
5. El médico del corazón es .....
6. El médico de la mujer es .....
7. El médico de la piel es .....

h) Lee y repite los nombres de algunas medicinas utilizadas normalmente.

PALABRAS: MEDICINAS

cápsulas

pastillas/comprimidos

gotas

inyecciones

jarabe

pomada

supositorio

i) Completa las siguientes frases:

gotas - jarabe - cápsulas - pastillas - inyección - pómada - supositorio

- Mi hermano está resfriado. El pediatra le da un .....
- A mi madre le duele la cabeza. El médico le receta unas .....
- Le duele el oído. El otorrino le mando unas .....
- Mi esposa tiene gripe. El médico le puso una ..... y .....
- Juan tiene granos. El dermatólogo le mando una .....
- Mi amiga tiene fiebre. La enfermera le pone un .....

j) Une con flechas.

Médico	¿Qué cura?	¿Con qué?
dermatólogo	oídos	gotas
traumatólogo	fracturas	pomada
dentista	dientes	gafas
oculista	piel	pastilla
pediatra	ojos	jarabe
otorrino	los niños	escayola

k) Por grupos podemos hacer una tabla para mostrar las medicinas que más frecuentemente utilizamos en nuestras casas. Ejemplo: calmantes, antidiarreicos, jarabes, etc.

l) Busca en casa un medicamento, mira el prospecto y contesta las preguntas:

1. ¿Cómo se llama el medicamento?
   .....
2. Indicaciones (para qué sirve)
   .....
3. Posología (dosis y cada cuántas horas debemos tomarlo)
   .....
4. Efectos secundarios (qué puede pasar por tomarlo, aparte de curarnos la enfermedad para la cual lo tomamos)
   .....
5. Composición (qué lleva)
   .....

m) ¿Qué hacen para curar las enfermedades en tu país?

n) Dependiendo del problema que tipo de medicina utilizas.

Problema	Medicina	¿Qué hace?
Tiene mucha tos	Jarabe	Quitar la tos

ñ) Escribe y comenta cualquier medicina alternativa utilizada por vosotros en tu familia.

Problema	Remedio/tratamiento
Dolor de espalda	Acupuntura

o) Responde a las siguientes preguntas dependiendo de tu país de origen:

- ¿Quién paga las medicinas que se toman en tu país?
- Hay precios diferentes dependiendo de grupos diferentes de personas o de edad: niños, adolescentes, ancianos, adultos, pensionistas….
- ¿Cuánto le cuesta de media a tu familia?

p) Rellena el formulario de afiliación a la seguridad social. (lámina num 14)

q) Rellena un formulario de reclamación. (lámina num 15)

D Aprende a cuidarte

Los secretos de una vida saludable.

a) Comenta el siguiente refrán: "Más vale prevenir que curar".

b) Lee los textos siguientes y coméntalos con las demás personas de la clase:

TEXTO

- Las personas optimistas llevan estilos de vida más saludables que las pesimistas.
- Las personas felices tienen mejor salud que las que viven con estrés o tienen conductas pesimistas.
- La felicidad y las emociones positivas se asocian con respuestas biológicas que protegen la salud del individuo.
- Los cambios no deseados que tenemos que hacer en nuestras vidas producen estados de ánimo negativos, pero algunos estados de ánimo depresivos son producidos por fallos químicos en el cerebro.
- Todos nos sentimos tristes o deprimidos a veces, pero los estados más difíciles de controlar necesitan la ayuda de un profesional: PSIQUIATRA, PSICÓLOGO o NEURÓLOGA.
- Tener buenas relaciones con la familia, en el trabajo, con los amigos es bueno para el estado de ánimo.

c) ¿Conoces algún refrán en tu idioma que se refiera a la salud?. Coméntalo en la clase.

.....
.....
.....

d) ¿Cómo crees que te debes cuidar? Escribe lo que haces cada día para tener una buena salud. Escribe también lo que hacen tus compañeros.

Alimentación	Ejercicio físico	Salud mental
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

e) Comenta las creencias más frecuentes en vuestra comunidad acerca de cómo mantenerse sano.

.....
.....
.....

f) Escribe algún consejo para seguir una alimentación sana.

.....
.....
.....
.....
.....

g) Escribe algunos malos hábitos que tenemos relacionados con la salud.

.....
.....
.....
.....
.....

h) "Dicen que la cara es el espejo del alma". Relaciona las fotos con la expresión que corresponda.

a. Está enfadado

b. Está triste

c. Está preocupado

d. Está de mal humor

e. Está cansada

f. Está feliz

g. Está loco

h. Está asustada

i. Está contenta