

# Chapter 1: Mi cuerpo y salud (A1)

Cervantes: §1 Identidad (신체 특징), §13 Salud (신체 부위별 명칭 및 기초 건강 상태 표현)

## ■ 1. Opener

학습 목표:

- 머리부터 발끝까지 17개의 신체 부위를 식별하고 스페인어로 이름을 말할 수 있습니다.
- 소유, 나이, 신체적 상태를 표현하기 위한 불규칙 동사 tener(가지다)의 현재 시제 활용을 마스터합니다.
- 스페인의 공공 의료 시스템과 건강한 생활 습관에 대한 문화적 배경을 이해합니다.
- 기본적인 건강 상태를 표현하고 아픔을 전달하는 방법을 배웁니다.

¿Sabías que...? (알고 계셨나요?)

스페인 사람들은 인사를 할 때 양쪽 볼에 키스를 하는 'Dos Besos' 관습이 있습니다. 하지만 처음 보는 사이나 공식적인 자리에서는 악수를 하는 것이 일반적입니다. 신체 접촉에 대한 문화적 차이를 이해하는 것은 스페인어 학습의 첫걸음입니다!

## ■ 2. Vocabulario Esencial: El Cuerpo Humano

신체 부위를 나타내는 필수 어휘입니다. 아래 일러스트의 번호와 매칭하여 학습해보세요. 삽화에 표시된 각 번호(①~⑯)가 아래 어휘 표의 번호와 정확히 대응됩니다.



번호	SPANISH	ENGLISH BRIDGE	KOREAN TIP
1	la cabeza	Cephalic (→ head-related)	'까베사'라고 발음하세요.
2	el pelo	—	머리카락을 뜻합니다.
3	la cara	—	얼굴입니다.
4	el ojo	Ocular <input checked="" type="checkbox"/> (→ eye-related)	'오호'라고 발음하며 항상 성수 일치에 주의하세요.
5	la nariz	Nasal <input checked="" type="checkbox"/>	코입니다. 'ㄹ' 발음 주의.
6	la boca	Vocal (→ mouth-related)	입입니다.

번호	SPANISH	ENGLISH BRIDGE	KOREAN TIP
7	la oreja	Aural (→ ear-related)	귀(겉부분)를 뜻합니다.
8	el cuello	—	목입니다.
9	el hombro	—	어깨입니다.
10	el brazo	Brace (→ support for arm)	팔입니다.
11	la mano	Manual <span style="color: green;">✓</span>	손입니다. <span style="color: orange;">⚠️</span> 여성 명사임에 주의: la mano
12	el dedo	Digit <span style="color: green;">✓</span> (→ finger/toe)	손가락 또는 발가락입니다.
13	el pecho	Pectoral <span style="color: green;">✓</span>	가슴입니다.
14	el estómago	Stomach <span style="color: green;">✓</span>	배, 위장입니다.
15	la pierna	—	다리입니다.
16	la rodilla	—	무릎입니다.
17	el pie	Pedal <span style="color: green;">✓</span> (→ foot-related)	발입니다.

✓ **범례:** ✓ 표시된 단어는 영어와 어원이 같거나 매우 유사한 'Cognates'입니다. ⚠️ 표시는 주의가 필요한 단어입니다.

## ■ 3. Expresiones Útiles

실생활에서 자주 사용하는 유용한 표현들입니다.

### A. 건강 상태 묻고 답하기

- **¿Cómo estás?** (How are you? / 어떻게 지내니?)
- **Estoy bien, gracias.** (I'm well, thanks. / 잘 지내요, 감사합니다.)
- **Me siento mal.** (I feel bad. / 기분이 안 좋아요/몸이 안 좋아요.)
- **Estoy resfriado/a.** (I have a cold. / 감기에 걸렸어요.)
  - 💡 English Bridge: "Resfriado" shares the root with "refrigerate" — both relate to cold!

### B. 신체적 감각 표현 (Tener + 명사)

스페인어에서는 영어의 "I am + adjective" 표현 중 많은 부분이 "Tener + noun" 구조로 바뀝니다. 이것은 영어 학습자가 가장 자주 실수하는 패턴입니다.

패턴	스페인어	영어 직역	영어 자연스러운 번역	한국어
더위	Tengo <b>calor</b> .	I have heat.	I'm hot.	더워요.
추위	Tengo <b>frío</b> .	I have cold.	I'm cold.	추워요.
배고픔	Tengo <b>hambre</b> .	I have hunger.	I'm hungry.	배고파요.
갈증	Tengo <b>sed</b> .	I have thirst.	I'm thirsty.	목말라요.

패턴	스페인어	영어 직역	영어 자연스러운 번역	한국어
졸림	Tengo <b>sueño</b> .	I have sleep.	I'm sleepy.	졸려요.

## ■ 4. Gramática Esencial: El verbo TENER (가지다)

tener 동사는 스페인어에서 가장 중요한 불규칙 동사 중 하나입니다. 소유(possession)뿐만 아니라 나이, 신체적 상태, 그리고 의무를 표현할 때 필수적으로 사용됩니다.

### 어근/어미 변화 분석 (Stem & Ending Changes)

tener는 영어의 "to have"에 해당하지만, 활용 패턴이 매우 다릅니다.

**Stem change rule (어간 모음 변화): e → ie**

- Stem(어근) ten-이 특정 인칭에서 tien-으로 변합니다.
- 이 변화는 **Boot Verb** 패턴으로, yo와 nosotros/vosotros를 제외한 인칭에서 발생합니다.

**특수 1인칭:** yo → tengo (어근에 -g-가 삽입되는 불규칙)

### 현재 시제 (Presente) 변화표

주어 (SUBJECT)	SER (이다)	ESTAR (있다/상태)	IR (가다)
yo	<b>soy</b>	<b>estoy</b>	<b>voy</b>
tú	<b>eres</b>	<b>estás</b>	<b>vas</b>
él/ella/usted	<b>es</b>	<b>está</b>	<b>va</b>
nosotros/as	<b>somos</b>	<b>estamos</b>	<b>vamos</b>
vosotros/as	<b>sois</b>	<b>estáis</b>	<b>vais</b>
ellos/ellas/ustedes	<b>son</b>	<b>están</b>	<b>van</b>

주어 (SUBJECT)	TENER (가지다)	SABER (알다)	PODER (할 수 있다)
yo	<b>tengo</b>	<b>sé</b>	<b>puedo</b>
tú	<b>tienes</b>	<b>sabes</b>	<b>puedes</b>
él/ella/usted	<b>tiene</b>	<b>sabe</b>	<b>puede</b>
nosotros/as	<b>tenemos</b>	<b>sabemos</b>	<b>podemos</b>
vosotros/as	<b>tenéis</b>	<b>sabéis</b>	<b>podéis</b>
ellos/ellas/ustedes	<b>tienen</b>	<b>saben</b>	<b>pueden</b>

**💡 English Bridge Tip:** Notice that tener is like English "to have" but with stem changes. In English, "have" only changes to "has" for he/she/it. In Spanish, the stem itself transforms: ten- → **tien-** (e→ie) in certain persons. The ending also varies per subject.

## 주요 용법

### 1. 소유 (Possession)

- *Yo tengo un libro.* ("I have a book." / 나는 책을 한 권 가지고 있다.)

### 2. 나이 (Age)

- 스페인어에서는 나이를 "갖는다"라고 표현합니다. 영어의 "I am 20 years old"와 다릅니다.
- *Tengo 20 años.* (Literally: "I have 20 years." → "I am 20 years old.")

### 3. 신체적/생리적 상태 (Physical States)

- *Tengo hambre.* (I have hunger → I am hungry)
- *Tengo sed.* (I have thirst → I am thirsty)
- *Tengo sueño.* (I have sleepiness → I am sleepy)

## C. Participio (과거분사) - Irregulares (미리보기)

비록 이번 장의 핵심은 아니지만, 나중에 배울 '완료' 시제에서 자주 쓰이는 불규칙 과거분사 형태들을 눈에 익혀두면 좋습니다:

- **hacer** (하다) → **hecho**
- **poner** (놓다) → **puesto**
- **escribir** (쓰다) → **escrito**
- **decir** (말하다) → **dicho**
- **volver** (돌아가다) → **vuelto**
- **abrir** (열다) → **abierto**
- **leer** (읽다) → **leído**
- **romper** (깨다) → **rotto**

## D. Verbos Regulares (Revisión)

스페인어 동사의 가장 기본이 되는 규칙 변화 동사들입니다:

- **Hablar** (말하다): Yo **hablo** español.
- **Comer** (먹다): Yo **como** paella.
- **Vivir** (살다): Yo **vivo** en Seúl.

## ■ 5. Cultura Viva: El Sistema de Salud en España



España cuenta con uno de los sistemas de salud pública más eficientes del mundo, conocido como **Seguridad Social**. Este sistema garantiza el acceso universal a la atención médica para todos los ciudadanos y residentes.

Cada barrio tiene su propio **Centro de Salud**, donde los médicos de cabecera atienden las consultas generales. La medicina preventiva y la cultura de la **Dieta Mediterránea** son pilares fundamentales de la longevidad en España. Además, las **Farmacias** son fácilmente identificables por su cruz verde luminosa y ofrecen asesoramiento profesional constante. Es común que los españoles caminen mucho a diario, lo que contribuye a mantener una buena salud física general.

#### [한국어 번역]

스페인은 **사회 보장(Seguridad Social)** 제도로 알려진 세계에서 가장 효율적인 공공 의료 시스템 중 하나를 보유하고 있습니다. 이 시스템은 모든 시민과 거주자에게 보편적인 의료 서비스를 보장합니다.

동네마다 \*\*보건소(Centro de Salud)\*\*가 있어 주치의가 일반적인 진료를 담당합니다. 예방 의학과 **지중해식 식단** 문화는 스페인 장수의 핵심 요소입니다. 또한, \*\*약국(Farmacias)\*\*은 밝게 빛나는 초록색 십자가 모양으로 쉽게 찾을 수 있으며 상시 전문적인 상담을 제공합니다. 스페인 사람들이 매일 많이 걷는 습관 또한 전반적인 신체 건강을 유지하는 데 기여합니다.

## ■ 6. Práctica

### A. Match the word (알맞은 단어를 연결하세요)

1. Cabeza → ( )
  2. Mano → ( )
  3. Ojo → ( )
  4. Pie → ( )
  5. Nariz → ( )
- a. Eye / b. Foot / c. Hand / d. Head / e. Nose

### B. Fill in the blanks with the correct form of TENER (빈칸에 tener 동사의 알맞은 형태를 쓰세요)

1. Yo \_\_\_\_\_ mucho calor hoy.
2. ¿Tú \_\_\_\_\_ hambre ahora?
3. Nosotros \_\_\_\_\_ tres gatos.
4. Ella \_\_\_\_\_ veinticinco años.
5. Vosotros \_\_\_\_\_ sed.

### C. 번역 연습 (스페인어로 번역하세요)

1. 나는 출려요.  
(.....)
2. 우리들은 목말라요.  
(.....)
3. 너는 차를 가지고 있니?  
(.....)
4. 그들은 배고프지 않아요.  
(.....)
5. 루시아는 19살입니다.  
(.....)

## ■ 7. Lectura

### Mi rutina de salud (나의 건강 루틴)

Hola, me llamo Carlos. Yo cuido mucho mi cuerpo. Todos los días camino por el parque durante treinta minutos. A veces tengo dolor de espalda, pero hago ejercicio para sentirme mejor. Bebo mucha agua porque siempre tengo sed después de correr. Mi hermana Sofía tiene una dieta muy sana; ella come muchas frutas y verduras frescas cada día. Nosotros tenemos suerte de vivir cerca de un Centro de Salud donde nuestro médico de cabecera nos atiende con mucha amabilidad.

#### Preguntas (질문):

1. ¿Qué hace Carlos todos los días? (카를로스는 매일 무엇을 하나요?)
2. ¿Por qué Carlos bebe mucha agua? (카를로스는 왜 물을 많이 마시나요?)
3. ¿Cómo es la dieta de Sofía? (소피아의 식단은 어떤가요?)

#### [한국어 번역]

안녕하세요, 제 이름은 카를로스입니다. 저는 제 몸을 아주 소중히 여깁니다. 매일 공원에서 30분 동안 산책합니다. 가끔 등 통증이 있지만 기분이 나아지기 위해 운동을 합니다. 달리기 후에는 항상 목이 말라서 물을 많이 마십니다. 제 여동생 소피아는 매우 건강한 식단을 가지고 있습니다. 그녀는 매일 신선한 과일과 채소를 많이 먹습니다. 우리는 주치의 선생님이 친절하게 진료해 주시는 보건소 근처에 살아서 운이 좋습니다.

## ■ 8. Diálogo

## En el médico (의사 진찰)

**Situación:** Pedro visita al doctor en un Centro de Salud en Madrid porque no se siente bien. El doctor le hace preguntas básicas sobre sus síntomas físicos para diagnosticar su malestar.

**상황:** 페드로는 몸이 좋지 않아 마드리드의 보건소(Centro de Salud)에서 의사 선생님을 만납니다. 의사 선생님은 그의 상태를 진단하기 위해 신체적 증상에 대한 기본적인 질문을 합니다.

ES ESPAÑOL	KR 한국어
<b>Doctor:</b> Buenos días, Pedro. ¿Cómo estás hoy?	<b>의사:</b> 좋은 아침입니다, 페드로. 오늘 어떠신가요?
<b>Pedro:</b> Buenos días, doctor. Me siento un poco mal.	<b>페드로:</b> 좋은 아침입니다, 선생님. 몸이 좀 안 좋아요.
<b>Doctor:</b> ¿Qué tienes? ¿Te duele la cabeza?	<b>의사:</b> 어디가 아픈가요? 머리가 아픈가요?
<b>Pedro:</b> Sí, me duele mucho la cabeza y tengo calor.	<b>페드로:</b> 네, 머리가 아주 많이 아프고 열이 나요.
<b>Doctor:</b> Entiendo. ¿Tienes tos o dolor de garganta?	<b>의사:</b> 알겠습니다. 기침이나 목 통증이 있나요?
<b>Pedro:</b> No tengo tos, pero tengo mucho sueño.	<b>페드로:</b> 기침은 없는데, 잠이 너무 많이 와요.
<b>Doctor:</b> Vamos a ver. ¿Tienes dolor de estómago también?	<b>의사:</b> 어디 불시다. 배도 아프세요?
<b>Pedro:</b> No, solo me duele la cabeza y los ojos.	<b>페드로:</b> 아니요, 머리와 눈만 아파요.
<b>Doctor:</b> Tienes un resfriado. Necesitas beber mucha agua y descansar.	<b>의사:</b> 감기에 걸리셨네요. 물을 많이 마시고 쉬어야 합니다.
<b>Pedro:</b> Muchas gracias, doctor. Hasta luego.	<b>페드로:</b> 정말 감사합니다, 선생님. 안녕히 계세요.
<b>Doctor:</b> Hasta luego, Pedro. ¡Cuidate!	<b>의사:</b> 안녕히 가세요, 페드로. 몸조리 잘하세요!

## ■ 9. Repaso

이번 장에서 배운 핵심 내용을 확인해보세요.

- [ ] 머리, 눈, 코, 입, 손, 발 등 **17개 신체 부위** 명칭을 외웠나요?
- [ ] tener 동사의 불규칙 변화(**tengo, tienes, tiene, tenemos, tenéis, tienen**)를 정확히 쓸 수 있나요?
- [ ] 어간 모음 변화(**e→ie**) Boot Verb 패턴을 이해하셨나요?
- [ ] '배고프다', '목마르다', '덥다' 등 신체적 상태를 **tener + 명사** 구문으로 표현할 수 있나요?
- [ ] '매우 배고프다' = *Tengo mucha hambre* (*muy*가 아닌 *mucho/a* 사용)를 기억하시나요?
- [ ] 스페인의 공공 의료 시스템인 '**Seguridad Social**'의 특징을 이해하셨나요?
- [ ] 보건소(**Centro de Salud**)와 약국(**Farmacia**)의 역할을 알고 계신가요?

## ■ 10. Cierre

축하합니다! 🎉 첫 번째장을 성공적으로 마쳤습니다!

우리 몸의 소중함을 알고 이를 스페인어로 표현하는 것은 매우 기초적이면서도 중요한 과정입니다. 특히 **tener** 동사는 스페인어에서 가장 빈번하게 등장하는 핵심 동사로, 소유부터 나이, 신체 상태까지 정말 다양한 상황에서 사용됩니다. 지금 배운 **어간 모음 변화(e→ie)** 패턴은 querer,

*preferir* 등 앞으로 만나게 될 수많은 동사에도 동일하게 적용되니, 입에 착 붙을 때까지 반복 연습해보세요.

다음 장에서는 우리의 **성격과 감정**에 대해 이야기해보겠습니다. ¡Ánimo! (힘내세요!)

---

## ■ 11. Soluciones

---

### 6. Práctica - A. Match the word

1. 1-d, 2-c, 3-a, 4-b, 5-e

### 6. Práctica - B. Fill in the blanks

1. tengo, 7. tienes, 8. tenemos, 9. tiene, 10. tenéis

### 6. Práctica - C. 번역 연습

1. Tengo sueño., 12. Tenemos sed., 13. ¿Tienes (un) coche?, 14. No tienen hambre., 15. Lucía tiene 19 años.