

COMUNICACIÓN

Estilos de vida saludables

NIVEL

Básico (A2)

NÚMERO

ES_A2_2124X

IDIOMA

Español



Objetivos

- Puedo expresar correctamente mi preocupación por algo.
- Puedo hablar sobre salud y estilos de vida saludables.





Habla con tus compañeros y compañeras

Menciona un hábito saludable de tu día a día. ¿Por qué empezaste a hacerlo?



estar preocupado por
algo

preocuparse por algo



Para **mostrar preocupación** podemos usar estas dos expresiones.

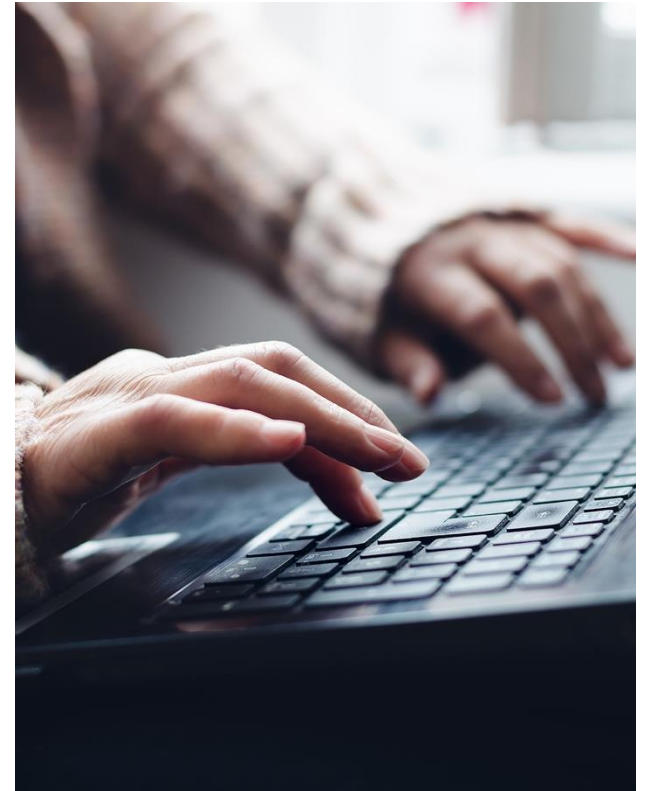
Completa esta frase: Marta
_____ preocupada
_____ su perro. No
quiere comer.



Pregunta a un compañero o compañera

**¿Estás preocupado/a
por algo ahora
mismo?**

¿Por qué?





Expresar preocupación con *preocupar*

1. Lee los ejemplos. 2. **Completa** la tabla.

Me preocupan las personas que fuman mucho.
¿A ti **te preocupa el consumo** de alcohol en los adolescentes?

pronombre de objeto indirecto	verbo en 3.ª persona	sujeto
_____	+ preocupa	+ infinitivo + sustantivo singular

le		
nos	+ _____	+ sustantivo plural
les		
les		



vos te
vosotros/as os



Unas frases

Crea frases y **conjuga** el verbo en negrita.

1 la / de / su / por / preocupado / padre / **estar** salud



Está preocupado por la salud de su padre.

2 por / se / ¿? / qué / **preocupar** / ellos



3 ti / de / **preocupar** / los / a / dolores / te / rodilla



4 Leo / no / **preocuparse** / su / peso / nada / por



5 ¿? / **estar** / por / mental / salud / quién / preocupado / la





Expresar interés con *interesar* e *importar*

1. Lee los ejemplos. 2. Completa la tabla.

Nos interesan los consejos de salud.
¿A ellas les importa llevar una vida saludable?

pronombre de objeto indirecto	verbo en 3.ª persona	sujeto
me	+ _____ / interesa	+ infinitivo + sustantivo singular
te		
le		
_____	+ importan / _____	+ sustantivo plural
les		



vos te
vosotros/as os



Habla con tus compañeros y compañeras

¿Qué es lo que más te importa o interesa sobre salud?



¿Y lo que menos?



Más expresiones

Clasifica las frases.

1

No me importa no hacer deporte.

2

Me da igual comer ultraprocesados.

3

Estoy muy interesado en la dieta macrobiótica.

4

Me intereso por la medicina.

5

No estoy nada interesada en llevar una vida sana.

expresar interés

expresar desinterés



Unas frases

Completa las frases con las palabras de la caja rosa.

1 Me _____ no hacer deporte.

2 Me da _____ estar enfermo.

3 No _____ interesan _____ las dietas saludables.

4 Están muy interesados _____ la medicina alternativa.

5 ¿Os interesáis _____ vuestra dieta?

en

igual

nos

por

nada

importa



Una conversación...

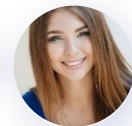
Utiliza las frases aprendidas para expresar interés y preocupación.



Guillermo

¡Hola. María! _____ por papá. Hace tiempo que no está bien.

No lo sabía. ¿Qué le pasa? A mí _____ mi madre. Está en el hospital.



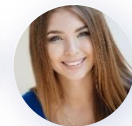
María



Guillermo

A mi padre le duele la espalda. El doctor _____ mucho por él y lo cuida mucho.

Pues el doctor de mi madre no se _____ por ella casi nada. Creo que cambiaremos de doctor y de clínica.



María

se interesa

me preocupa

interesa

estoy preocupado



Tus intereses

Clasifica según tu opinión personal y **justifica** tu respuesta.



1

el deporte

2

seguir una dieta
sana

3

los alimentos
orgánicos

4

la medicina
alternativa

5

tener una vida
sedentaria

6

conocer las
propiedades de lo
que como

7

dormir lo
suficiente

8

no ir al gimnasio

Me da igual...

No me da igual...



Opuestos

1. **Relaciona** los opuestos. 2. **Elige** 3 palabras y **haz una frase** con cada una de ellas.

1 engordar

2 hacer ejercicio

3 ganar peso

a perder peso

b adelgazar

c no hacer nada



Un diálogo...

Imagina un diálogo entre Juan y Marta. Expresa preocupación, interés y desinterés.



Marta

Marta quiere dejar de comer tantos dulces.



Juan

Juan tiene una obsesión con la comida saludable.



Habla con tus compañeros y compañeras

¿Qué acciones o palabras te sugieren las siguientes fotos? Hay varias respuestas posibles.

1



2



3



4



¿Qué te sugiere la imagen 1?

La imagen 1 me sugiere...



Tus rutinas

Clasifica las acciones anteriores en saludables y no saludables según tu opinión personal y añade otros ejemplos. ¿Cuáles haces tú? ¿Te gustaría cambiar algo de lo que haces para tener una vida más saludable?

1

saludable

2

no saludable





¿Qué hábitos tienes?

Habla con tus compañeros y compañeras sobre tus hábitos saludables y no saludables.



Yo creo que...

Pienso que...

- fumar
- estar a dieta
- consumir
- hacer deporte
- salir a correr
- comida basura
- ...



Toma una foto de esta actividad **antes** de entrar en la *breakout room*.



- ¿Puedes hablar sobre salud y estilos de vida saludables?

Fin de la lección

Expresión

no importar ni un pepino

Significado: no importar nada

Ejemplo: *Las dietas no me importan ni un pepino. Creo que nunca son efectivas.*



Práctica adicional



Sobre tu país

Habla con tus compañeros y compañeras.



¿Cómo son los hábitos alimenticios en tu país?

**¿Qué tipo de dieta se sigue?
¿Crees que es saludable o no saludable?**





Frases

Elige un verbo y una palabra de la caja rosa para **formar frases**.

tengo

estoy

me duele/n

soy

fiebre
la espalda
enferma
tos
cansada
la rodilla
celíaco
alergia
muy estresado
la cabeza
resfriada

Ej.

estoy – estresada = *Estoy
estresada porque tengo
mucho trabajo.*



Algunas frases

Relaciona.



1 Tener una vida sedentaria...

2 Estoy preocupado...

3 No me interesan...

4 Fumar y beber alcohol...

5 Me da igual...

6 Para adelgazar...

7 No puedo comer mucho...

a engordar. Me gusta mucho comer.

b significa hacer muy poco ejercicio físico.

c no son hábitos saludables.

d por el alto consumo de alcohol de los adolescentes.

e los deportes de aventura.

f porque estoy a dieta.

g tienes que hacer deporte y seguir una dieta.



Sobre ti

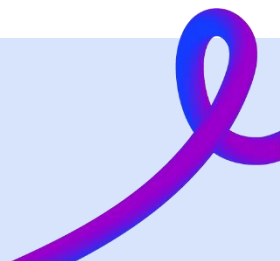
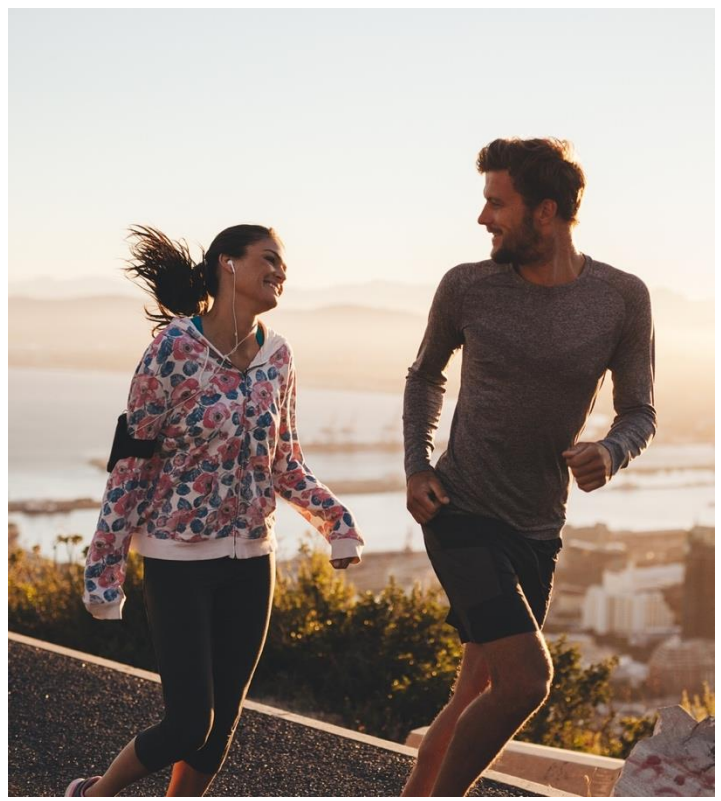


Completa las siguientes frases con información personal relacionada con la salud, el deporte o los hábitos saludables. **Explica** por qué te importan o no esas cosas.

1 Me da(n) igual...

2 Me preocupa(n)...

3 Me importa(n)...





Escribimos

Tienes 10 minutos para escribir en el chat.

¿Piensas que tu estilo de vida es saludable? ¿Por qué? ¿Por qué no?
¿Hay algo que te gustaría cambiar?







Soluciones

P. 4: está, por

P. 6: me, te, preocupan

P. 7: 2. ¿Por qué se preocupan ellos?; 3. A ti te preocupan los dolores de rodilla; 4. Leo no se preocupa nada por su peso; 5. ¿Quién está preocupado por la salud mental?

P. 8: nos, les, importa, interesan

P. 10: expresar interés: 3, 4; expresar desinterés: 1, 2, 5

P. 11: 1. importa, 2. igual; 3. me, nada; 4. en; 5. por

P. 12: Estoy preocupado, me preocupa, se interesa, interesa

P. 14: 1b, 2c, 3a

P. 16: Foto 1: comida basura, mala alimentación, comer demasiado, etc.; Foto 2: hacer deporte/ejercicio, ir al gimnasio, etc.; Foto 3: comer sano, estar a dieta, comer verduras, etc.; Foto 4: beber/tomar/consumir alcohol/cerveza

P. 24: 1b, 2d, 3e, 4c, 5a, 6g, 7f



Resumen

Expresar preocupación e interés:

- Para mostrar **preocupación** podemos usar la frase ***estar preocupado/a*** o el verbo ***preocuparse por***. Por ejemplo: *Estoy preocupada por el medio ambiente. Me preocupa el medio ambiente.*
- Para mostrar **interés** podemos usar los verbos ***importar*** o ***interesar***. Por ejemplo: *Me importan los animales salvajes. Me interesan los animales salvajes.*

Expresiones de preocupación o interés:

- *(No) me importa...*
- *(No) me da igual...*
- *(No) me intereso por...*
- *(No) estoy nada interesada/o en...*

Estilos de vida:

- **Saludable:** hacer ejercicio; salir a correr; hacer deporte; ir al gimnasio
- **No saludable:** no hacer nada; comer comida basura; fumar



Vocabulario

estar preocupado, estar preocupada

preocuparse por

importar

interesar

interesarse por

estar interesado, estar interesada

me da igual

fumar

el consumo

consumir

hacer ejercicio

hacer deporte

correr

ir al gimnasio

adelgazar

engordar

perder peso

seguir una dieta

estar a dieta

no hacer nada



Deja tu opinión

A2.2

¿Te gusta El español en el mundo? Nos gustaría saber tu opinión. ¡Ayúdanos a mejorarlo con tus comentarios!

Enjoying the new Global Spanish features? We'd love to hear your thoughts. Help us make them even better with your valuable feedback!

Click [here](#) to access the survey.



Esta encuesta está pensada únicamente para estudiantes.