

Tengo que ir al médico

Breve Guía Didáctica Inicial.

Qué tiempo hace

Hace frío, hace calor, hace un tiempo variable, llueve, la temperatura, la ropa de abrigo, tan pronto hace frío como hace calor, (ser) como en verano.

El tiempo

Cada noche, tan pronto... como..., al día siguiente, ayer, a ratos...a ratos..., por la tarde, esta tarde, en seguida, autorizar una baja médica por cuatro días, extender la baja médica a más días, ausentarse del trabajo unos días, (no ir a trabajar por enfermedad) durante un tiempo.

Expresiones Coloquiales, Frases Hechas, Modismos.

Salir de casa, suponer que..., tener que...(hacer algo); pillar, agarrar, pescar la gripe; pillar un trancazo; estar fatal, no encontrarse bien.

Transportes

El Metro.



Estados físicos y estados de ánimo

Sudar, quedarse helada, no encontrarse bien, encontrarse mal, estar mareada, tener escalofríos, no asustarse, tiritar.

Salud, Cuerpo, Medicina.

Estar tiritando, castañetear los dientes, tiritar, tener escalofríos, tener décimas, tener fiebre, tomar la temperatura, el termómetro, ponerse el termómetro, el termómetro marca la fiebre, no encontrarse bien, estar bastante mal, estar fatal, coger la gripe, pillar la gripe, agarrar la gripe, pescar la gripe, tener un trancazo, tener la nariz tapada, tener tos, estar mareada, el médico de cabecera, el médico de familia, la enfermera, pedir hora, dar hora, ir a la consulta del médico, esperar en la sala de espera, examinar los ojos, los oídos, auscultar el pecho, auscultar la espalda, (tomar) un fármaco, (toma) una medicina, un medicamento, controlar la fiebre, aliviar los síntomas, quedarse en casa, guardar cama, quedarse en la cama, comer ligero, tomar vitamina C, tomar fruta.

* * *

Hace un **tiempo** de lo más **variable**. **Tan pronto hace frío como hace calor. Tan pronto llueve como hace viento.**

Cada noche, intentas saber **qué ropa** será la adecuada para el día siguiente, pero no siempre aciertas.

Ayer por la mañana, se suponía que las temperaturas bajaban. Salí de casa bien **abrigada**, con jersey, chaquetón y bufanda. En la calle **no hacía tanto frío**, pero al entrar en el Metro, **empecé a sudar como si fuera verano.**

Me quité el chaquetón y **noté que la espalda se me quedaba helada.** Así estuve el resto del día : **a ratos, sudando, a ratos, helada.**

Por la tarde, al llegar a casa, **estaba tiritando y tenía décimas de fiebre.**

Llamé a mi médico de cabecera, el Doctor López. Su **enfermera** le explicó al **doctor** cómo me encontraba yo, y **me dio hora** para esta tarde.

Llego a la consulta a las seis en punto. Me recibe la enfermera.

- Hola, señora Sánchez, **¿cómo estamos hoy?**

- **No muy bien**, la verdad



- Bueno, pase a **la sala de espera**. El Doctor la recibirá enseguida.

Pasados unos diez minutos, la enfermera le dice que **ya** puede pasar.

Dr. López: - Hola, Yolanda. Siéntese, por favor. **Vamos a ver, ¿qué ocurre?**

Yolanda : - Pues mire, doctor, la verdad es que **no me encuentro muy bien. Tengo escalofríos, la nariz tapada y, además, estoy un poco mareada.**

Dr. López: - Dígame, Yolanda, **¿se ha tomado la temperatura?**

Yolanda : - Hoy no, pero **ayer** por la tarde, **me puse el termómetro y estaba** a treinta y siete con 2 ó 3 **décimas**.

Dr. López: - Bueno... **unas décimas**. Voy a ponérselo ahora, otra vez, y vemos **si hay fiebre o no**.

El Dr. López **le pone el termómetro**.

Además, el Dr. López **le mira los ojos, le examina los oídos, le toca el cuello, los hombros**. Finalmente, **le ausculta la espalda y el pecho**.

Dr. López: - A ver, Yolanda, **respire profundamente**... Eso es... Así. Otra vez: **tome aire**, más, más,... eso es; **suelte el aire**..., todo,... eso es.

El Doctor López repite esta acción varias veces. Después, **le retira el termómetro** a Yolanda.

Dr. López: - Bueeno, **hay un poquito de fiebre**. Está a **38 con dos décimas**. **Yolanda, tiene una buena gripe encima**.

Yolanda : - **¿Qué tengo que hacer**, doctor?

Dr. López: - Bien, lo primero es **quedarse en casa, un mínimo de tres días**. Quizás más, ya veremos. Le haré la **baja médica** por cuatro días. Si no mejora, se la extenderé a una semana.

Yolanda : - ¿Nada más?



Dr. López: - Hay más cosas. **Tome este fármaco anti-gripe, para aliviar los síntomas. Si la fiebre sube más de 38, tome esta medicina para controlarla.**

Yolanda : - **¿Tengo que guardar cama?**

Dr. López: - **Sólo si** se encuentra bastante mal. Si no, **con no salir de casa**, es suficiente.

Haga una **dieta suave**. Tome naranjas y kiwis, tienen mucha **vitamina C**.

Yolanda : - **¿Cuándo le vengo a ver de nuevo?**

Dr. López: - A ver... hoy es martes... Vuelva el viernes y vemos **si se encuentra mejor y ya no hay fiebre.**

Yolanda : - De acuerdo, Dr. López. Gracias. Hasta el viernes.

* * *

Hoy, nuestro podcast plantea una situación en la que una persona, Yolanda, **necesita visitar al médico porque no se encuentra bien.**

Hemos titulado este episodio : **“Tengo que ir al médico”**, para que podáis repasar y profundizar en el uso de esta expresión que comienza por **“tengo que...”**.

Cuando usamos el verbo **“tener”**, a secas, solemos referirnos a posesión de cosas, cualidades de las personas, etc. como por ejemplo:

- ¿Qué edad **tienes**?

- **Tengo** 30 años

- ¿Ya **tienes** coche nuevo?

- Sí, ya lo **tengo**

- **Tengo** una familia estupenda



- ¿**Tienes** hijos?
- ¿Cuándo **tienes** vacaciones?
- **Tengo** vacaciones en agosto
- **Tengo** el pelo oscuro y los ojos de color miel.
- María **tiene** una depresión importante desde que murió su madre.
- La profesora **tiene** mucha paciencia con los pequeños.

Son usos, entre muchos otros, de “**tener**”, **del verbo tener**, que, muchas veces, se refiere a pertenencias, a cualidades que tenemos, a cosas que poseemos, a personas de nuestra familia, etc.

Sin embargo, cuando a “**tener**” le sumamos “**que**”, formando la expresión “**tengo que**”, el significado cambia totalmente.

“**Tengo que**” significa **necesidad** de hacer algo, a veces; **obligación** de hacer algo, en otras ocasiones; **le sigue un verbo en infinitivo**. “Tengo que” es como decir: “debo hacer esto”, o “estoy obligado a hacer esto”, o “necesito hacer una cosa”.

Por ejemplo:

- Llevo cuatro meses sin trabajo. **Tengo que** encontrar un trabajo como sea (aquí es: “¡**necesito** encontrarlo ya!”)
- Luis tiene cáncer. **Tiene que** recibir quimioterapia cada dos semanas.
- Me he enamorado de Álvaro. **Tengo que** decírselo a Miguel, mi novio.
- Dentro de un mes tengo todos los exámenes finales. **Tengo que** estudiar cada día, y varias horas.



En nuestro diálogo, también encontramos esta expresión, tres veces:

- **Tengo que ir al médico** (tengo fiebre, me encuentro mal, estoy tiritando, me mareo,... por lo tanto, y necesariamente, tengo que ir al médico. Necesito saber qué me pasa y necesito curarme).

- **¿Qué tengo que hacer**, doctor? (El doctor diagnostica una gripe; afirma que hay fiebre... Yolanda pregunta : “¿Qué tengo que hacer, doctor?”; pregunta : qué tengo que hacer para controlar la fiebre, curarme la gripe y encontrarme bien).

- **¿Tengo que guardar cama?** (¿Es necesario que me quede en la cama? , ¿necesito estar en la cama, todo el tiempo? , ¿debo quedarme en la cama?).

En nuestra historia, nos enteramos de que Yolanda **ha cogido la gripe**. Es como si fuéramos andando por la calle, vemos pasar el virus de la gripe y...¡Zas! Lo cogemos como a un mosquito. Bueno, no hacemos eso, pero se dice así : **coger la gripe, agarrar la gripe, pillar la gripe: cogerla, agarrarla o pillarla**. Las expresiones “**pillar la gripe**” o “pescar (igual que a un pez...), **pescar una buena gripe**” son expresiones coloquiales muy gráficas que usamos constantemente para describir que **hemos pillado, que hemos cogido esa enfermedad: la gripe**.

Decimos, por ejemplo :

- **He pillado una gripe impresionante**

- ¡Huy! Qué mal te veo... **Has pescado una buena gripe**.

Decimos “**buena**” a la gripe **no** porque sea buena, precisamente, sino porque es enorme, porque es **una gripe importante**.



La expresión coloquial más divertida, en español, para decir que tienes la gripe, para decir “tener la gripe”, es:

- **“tener un trancazo”** (es una palabra de una sonoridad muy fuerte)
- **“pillar un trancazo”**, “pillar un trancazo impresionante”.

La palabra **“trancazo”** se deletrea como **t r a n c a z o**.

Ambas expresiones quieren decir que **has cogido una gripe odiosa y completa : tienes fiebre, moqueo (nariz que gotea constantemente), tienes tos, tienes dolor en todo el cuerpo, ... en fin, ¡un trancazo de miedo!**

Al entrar en el Metro, el transporte subterráneo de la ciudad, Yolanda **empieza a sudar**, empieza a **transpirar, a expulsar líquido, sudor, por todos los poros de su piel**.

Pero, al quitarse ropa, **nota que la espalda se le queda muy fría**, muy fría, ... **helada**. Esta es una **típica reacción del cuerpo** cuando no está bien o cuando, por ejemplo, tienes un resfriado o una gripe : **de pronto, se tiene mucho calor; de pronto, se tiene mucho frío, se queda uno helado**.

Por eso, Yolanda, **tan pronto suda como se queda helada**. Y, además, al llegar a casa, **está tiritando, está temblando de frío y de fiebre**.

Tiritar es temblar. Tanto si tienes **mucho frío**, como si tienes **fiebre**, puedes tiritar: **todo tu cuerpo tiembla, te castañetean los dientes** (chocan los de arriba con los de abajo y suenan como castañuelas). Por eso se dice esta expresión: que los dientes castañetean, de frío o de fiebre.

Yolanda le explica al Dr. López que **se tomó la temperatura** al llegar a casa. No se asustó porque **tenía sólo unas décimas**. El termómetro marcaba 37´2°C. Si el **termómetro marca** alrededor de 37°C, decimos que tiene **“décimas”**, pero no hay que hacer nada especial, ni tomar medicinas, sólo **consultar** al doctor.



Yolanda llama al **médico de cabecera** que, en España, es el **médico de familia**. Este médico asiste habitualmente a una familia o simplemente a una persona que solicita sus servicios. El médico de familia, o de cabecera, previene y **cura las enfermedades** que no necesitan del médico especialista. Si el médico de cabecera lo cree necesario, **te envía, te deriva al especialista**.

El Dr. López **recibe** a Yolanda en su **consulta** y le pregunta:

- **¿Qué ocurre?**

Otras **formas de preguntar** que qué ocurre, serían:

- Bien, Yolanda, **¿qué sucede?**
- Siéntese, Yolanda. **Usted dirá.**
- Vamos a ver, Yolanda, **¿qué pasa?**
- Dígame, Yolanda, **¿cómo se encuentra?**

Estas sólo son algunas de las expresiones que suele usar el doctor, el médico, para preguntarnos **cómo estamos**, para **conocer el estado de nuestra salud**.

Yolanda le dice que **no se encuentra muy bien**. En español, decimos: **“No me encuentro muy bien”** para decir que estamos un poco, o bastante, mal, pero que no estamos graves, no como para ir al hospital.

A la pregunta del médico, podemos decir, pues:

- **No me encuentro muy bien**
- **No estoy del todo bien, doctor**
- **Me encuentro bastante mal** (si estamos muy mal)
- **Estoy fatal**, doctor, me mareo, respiro mal, tengo fiebre,...¡Fatal, doctor!



El doctor empieza a ver **qué pasa**. Los **escalofríos** (sensaciones repentinas de frío, por la fiebre), el **mareo**, la **fiebre**, etc. son **señales, son pistas**, en definitiva son los **síntomas** que el doctor interpreta para saber qué le pasa a Yolanda. Pero, para hacerse una idea más exacta, necesita conocer otros factores. Por eso pregunta si Yolanda se ha tomado la temperatura.

Además, el doctor López vuelve a tomarle la **temperatura** en la consulta y puede, así, verificar que sí hay fiebre y ésta provoca el mareo a Yolanda.

Después, el Dr. López le hace a Yolanda **un examen general**. Le examina los **ojos**, los **oídos**, el **cuello...** para ver si tiene los **típicos síntomas de la gripe**. Y así es : **le lloran los ojos, tiene la nariz tapada, le duele todo el cuerpo, tiene los oídos un poco inflamados**.

El doctor la **ausculta** : **escucha sus pulmones, su corazón, su respiración...** para ver cómo están.

Con todos estos datos, el doctor ya puede **hacer un diagnóstico** seguro : Yolanda tiene gripe. Y es una gripe importante, para la cual , el doctor **recomienda la mejor terapia: quedarse en casa** unos días, no salir al exterior.

La gripe y la calle son enemigos. **El doctor autoriza una “baja médica” para justificar su ausencia en el trabajo**.

También **recomienda** a Yolanda que tome una **medicina para controlar y aliviar los síntomas**. ¿Recordáis? Los síntomas son:

- **Los ojos llorosos**
- **La tos**
- **Los oídos inflamados**
- **El dolor de las articulaciones**
- **La nariz tapada**



- El mareo

El doctor también **aconseja controlar la fiebre**, pero sólo si es alta, **si la temperatura sube**.

También le **recomienda una dieta suave: comer poco, ligero, comer frutas ricas en vitamina C (naranjas y kiwis)**.

El doctor cree que si Yolanda sigue sus recomendaciones, **mejorará** en pocos días. Pero, para asegurarse, **vuelve a citar** a Yolanda, **en su consulta**, al cabo de tres días. Podrá, entonces, **evaluar su estado** y comprobar si puede volver a la vida normal.

* * *

Escuchamos otra vez el diálogo entre el Dr. López y Yolanda. Ahora vamos a reproducirlo con un ritmo más cercano al que oíríamos en dos hablantes españoles del país. Vamos allá.

Dr. López: - Hola, Yolanda. Siéntese, por favor. Vamos a ver, ¿qué ocurre?

Yolanda : - Pues mire, doctor, la verdad es que no me encuentro muy bien. Tengo escalofríos, la nariz tapada y además estoy un poco mareada.

Dr. López: - ¿Se ha tomado la temperatura?

Yolanda : - Hoy no, pero ayer por la tarde, me puse el termómetro y estaba a treinta y siete con 2 ó 3 décimas.

Dr. López: - Bueno... unas décimas. Voy a ponérselo ahora, otra vez, y vemos si hay fiebre o no.

...

Dr. López: - A ver, Yolanda, respire profundamente... Eso es... Así. Otra vez: tome aire, más, más,... eso es; suelte el aire..., todo,todo,... eso es.



Dr. López: - Bueno, hay un poquito de fiebre. Está a 38 con dos décimas. Yolanda, tiene una buena gripe encima.

Yolanda : - ¿Qué tengo que hacer, doctor?

Dr. López: - Bien, lo primero es quedarse en casa, un mínimo de dos o tres días. Quizás más, ya veremos. Le haré la baja médica por cuatro días. Si no mejora, se la extenderé a una semana.

Yolanda : - ¿Nada más?

Dr. López: - Hay más cosas. Tome este fármaco anti-gripe, para aliviar los síntomas. Si la fiebre sube más de 38, tome esta medicina para controlarla.

Yolanda : - ¿Tengo que guardar cama?

Dr. López: - Sólo si se encuentra bastante mal. Si no, con no salir de casa, es suficiente.

Y haga una dieta suave. Tome naranjas y kiwis, tienen mucha vitamina C.

Yolanda : - ¿Cuándo le vengo a ver de nuevo, doctor?

Dr. López: - A ver... hoy es martes... Vuelva el viernes y vemos si se encuentra mejor y ya no hay fiebre.

Yolanda : - De acuerdo, Dr. López. Gracias. Hasta el viernes.

* * *

<http://www.spanishpodcast.org>

info@spanishpodcast.org