

## 18. CUERPO HUMANO

cabeza, *f.*, asentir, mover, alzar, bajar la cabeza,  
cabizbajo, *adj.*  
pómulo, *m.*, boca, *f.*, paladar, *m.*, mandíbula, *f.*  
diente, *m.* de leche  
muela, *f.*, del juicio  
incisivo, *m.*, colmillo, *m.* / canino, *m.*, molar, *m.* / muela, *f.*  
maxilar, *m.* superior x inferior, encía, *f.*  
esmalte, *m.* del diente, raíz, *f.*  
cuello, *m.*, nuca, *f.*, desnucarse  
\*\* cabeza cuadrada  
\*\* cabeza de turco  
\*\* cabeza de hierro  
\*\* estar mal de la cabeza  
\*\* no caber algo en la cabeza  
\*\* cabeza/ boca abajo x arriba  
\*\* calentar(se)/ hinchar la cabeza  
\*\* darse de cabeza con/ contra algo  
\*\* calentarse la cabeza  
\*\* de cabeza  
\*\* de pies a cabeza  
\*\* subirse una bebida a la cabeza  
\*\* traer a uno de cabeza  
\*\* reír a mandíbula batiente

### Tronco

tronco, *m.*, torso *m.*  
hombro, *m.*, encogerse de hombros  
espalda, *f.*, guardaespaldas, *m., f.*  
tórax, *m.*  
pecho, *m.*, seno, *m.*  
costilla, *f.*  
hacer cosquillas, *pl.f.*  
vientre, *m.* / abdomen, *m.*  
cintura, *f.*, agarrar/ coger por la cintura  
empeine, *m.*  
trasero, *m.*, dar en el trasero, nalga, *f.*  
ano, *m.*  
\*\* (salir/ llevar) a hombros  
\*\* arrimar el hombro  
\*\* cargado de hombros/ espalda  
\*\* echarse al hombro/ a la espalda  
\*\* andar manga por hombro  
\*\* mirar a uno por encima del hombro  
\*\* tener alguien la cabeza sobre los hombros  
\*\* ser para caerse de espaldas  
\*\* atacar por la espalda  
\*\* dar la espalda a alguien  
\*\* allí donde la espalda pierde su honesto nombre  
\*\* guardarse las espaldas  
\*\* a pecho (descubierto)  
\*\* tomar una cosa a pecho  
\*\* echarse algo entre pecho y espalda

\*\* partirse el pecho por algo o por alguien

### Extremidades

extremidad, *f.* superior x inferior

brazo, *m.*, axila, *f.*, codo, *m.*, antebrazo, *m.*,

muñeca, *f.*, puño, *m.*, mano, *f.*, palma, *f.* x dorso, *m.* de la mano

dedo, *m.*, nudillo, *m.*, falange, *f.*, uña, *f.*

pierna, *f.*, muslo, *m.*, rodilla, *f.*

pantorrilla, *f.*, espinilla, *f.*

tobillo, *m.*

pie, *m.*, planta, *f.*, talón, *m.*, punta, *f.*

callo, *m.*, juanete, *m.*

\*\* hablar por los codos

\*\* empinar/ alzar el codo

\*\* clavar/ desgastarse los codos

\*\* codo con codo

\*\* estar hasta los codos

\*\* codearse con

\*\* creer algo a pies juntillas

\*\* estudiar algo al pie de la letra

\*\* empezar con buen x mal pie

\*\* salir de un sitio con los pies por delante

\*\* andar con pies de plomo

\*\* estar al pie del cañón

\*\* hacer pie en una piscina

\*\* no dar pie con bola

\*\* salir por pies de un sitio

\*\* sacar los pies del plato

\*\* parar los pies a alguien

### Esqueleto

hueso, *m.*, cartílago, *m.*/ternilla, *f.*

articulación, *f.*

cráneo, *m.*, cerviz, *f.*

columna vertebral, *f.*/ espinazo, *m.*

médula, *f.*/ tuétano, *m.*, médula, *f.* espinal

vértebra, *f.*

clavícula, *f.*, esternón, *m.*, omóplato, *m.*

costilla, *f.*

pelvis, *f.*, cadera, *f.*, pubis, *m.*

\*\* calado/ empapado/ mojado hasta los huesos

\*\* estar en los huesos/ esquelético/escuálido

\*\* tener los huesos molidos

\*\* dar con los huesos en tierra

\*\* dar en el hueso

\*\* ir de cráneo/ de cabeza

\*\* hasta los tuétanos

### Músculos

sistema, *m.* motriz

ligamento, *m.*

tendón, *m.*

diafragma, *m.*

dar un tirón/ calambre/ espasmo a alguien

contraer, contracción, *f.*

distender, distensión, *f.*  
convulsión, *f.*  
bíceps, *m.*, tener, mostrar los bíceps  
hueso, *m.*, músculo, *m.* entumecido/ dormido  
poner tenso/ en tensión el músculo  
arteria, *f.*, vena, *f.*  
sangre, *f.*, glóbulo, *m.*, leucocito, *m.*  
nervio, *m.*  
célula, *f.*  
tejido, *m.*  
carne, *f.*, piel, *f.*, \* pellejo, *m.*  
poro, *m.*  
cutis, *m.*, poroso  
cuero, *m.* cabelludo  
\*\* tener buenos bíceps  
\*\* a sangre fría  
\*\* bullir la sangre a alguien  
\*\* de sangre caliente  
\*\* encender/ freír/ quemar la sangre a alguien  
\*\* llevar algo en la sangre  
\*\* tener sangre de horchata  
\*\* de sangre azul  
\*\* chupar la sangre a alguien  
\*\* sudar sangre

### Órganos

órgano, *m.* interno x externo  
\* entrañas, *pl.f.*  
cerebro, *m.*/ \* seso, *m.*  
glándula, *f.*, hormona, *f.*  
tiroides, *m.*  
amígdala, *f.*  
faringe, *f.*, laringe, *f.*/ \* nuez, *f.*/ \* bocado, *m.* de Adán  
tráquea, *f.*, garganta, *f.*  
pulmón, *m.*, bronquio, *m.*  
corazón, *m.*, aorta, *f.*  
circular, circulación, *f.* de sangre  
estómago, *m.*, esófago, *m.*  
páncreas, *m.*  
intestino, *m.* delgado, grueso, ciego, apéndice, *m.*  
riñón, *m.*, doler los riñones  
hígado, *m.*, vejiga, *f.*/ vesícula, *f.* biliar/ bilis, *f.*  
vejiga, *f.* urinaria  
órganos *pl.m.* genitales  
\*\* no tener entrañas  
\*\* sacar las entrañas a alguien  
\*\* secarse el cerebro  
\*\* con el corazón en la mano  
\*\* abrir el corazón a alguien  
\*\* decir algo de corazón

\*\* no caberle a uno el corazón en el pecho

\*\* costar un riñón

\*\* tener el riñón bien cubierto

## **I. Texto.**

La oficina parecía una celda de monjes, y el médico era pequeño y lúgubre, y tenía la mano derecha escayolada por una fractura del pulgar. Cuando apagó la luz, apareció en la pantalla la radiografía iluminada de una espina dorsal que él no reconoció como suya hasta que el médico señaló con un puntero, debajo de la cintura, la unión de dos vértebras.

— Su dolor está aquí — le dijo.

Para él no era tan fácil. Su dolor era improbable y escurridizo, y a veces en el bajo vientre, y a menudo lo sorprendía con una punzada instantánea en la ingle. El médico lo escuchó en suspenso y con el puntero inmóvil en la pantalla.— Por eso nos despistó durante tanto tiempo-, dijo. Pero ahora sabemos que está aquí.- Luego se puso el índice en la sien, y precisó:

— Aunque en estricto rigor, señor presidente, todo dolor está aquí.

Su estilo clínico era tan dramático, que la sentencia final pareció benévola: el presidente tenía que someterse a una operación arriesgada e inevitable. Éste le preguntó cuál era el margen de riesgo, y el viejo doctor lo envolvió en una luz de incertidumbre.

— No podríamos decirlo con certeza — le dijo.

(Gabriel García Márquez, *Doce relatos peregrinos.*)

**1. ¿Dónde se desarrolla la escena? Intenta imaginarte el escenario y descríbelo.**

**2. ¿De qué situación se trata?**

**3. ¿Cuál es la posición de los dos personajes que intervienen en la escena?**

**¿Qué opinas, cómo se sienten, cuáles son sus sensaciones?**

## II. Ejercicios.

### 1. Explica qué expresan las siguientes frases hechas.

- a) darse de cabeza con algo;
- b) tomar una cosa a pecho;
- c) atacar por la espalda;
- d) alzar el codo;
- e) estar mojado hasta los huesos;
- f) no tener entrañas.

### 2. Explica para qué sirven los siguientes órganos, cómo funcionan y a qué sistema pertenecen.

- a) los pulmones;
- b) el estómago;
- c) el corazón;
- d) el riñón;
- e) los intestinos.

### 3. a) Completa el texto con preposiciones donde haga falta.

#### b) Traduce el texto entero.

¡No lo descuide! Al fin y al cabo se trata de su cuerpo.

Tomado . . . . . precaución y una buena protección, el sol resulta, además . . . . . un placer, un excelente cuidado . . . . . el organismo. Aporta . . . . . vitamina D, que es indispensable . . . . . el buen funcionamiento . . . . . la piel, facilita . . . . . la absorción . . . . . el calcio, estimula . . . . . la circulación sanguínea y contribuye . . . . . reducir . . . . . la presión arterial.

El sol puede ser fuerte . . . . . salud y belleza o, . . . . . contrario, enemigo fatal . . . . . la piel y los cabellos. La diferencia está . . . . . saberse . . . . . cuidar. Preparar bien la piel antes de someterla . . . . . rayos . . . . . el sol, protegerla durante . . . . . la exposición y aportarle después . . . . . todos los elementos necesarios para calmarla e hidratarla, constituyen . . . . . los cuidados básicos que debemos . . . . . proporcionarle . . . . . verano.

Éstos, unidos . . . . . una alimentación sana y equilibrada, van . . . . . contribuir . . . . . mantener un cuerpo ágil y una piel fresca y sana.

(Gente)

### 4. Ordena las siguientes palabras que se refieren a partes del cuerpo humano según su localización empezando de arriba. Describe dónde exactamente se encuentra cada una y cuál es su función.

nuca, *f.*; rodilla, *f.*; talón, *m.*;  
muñeca, *f.*; oreja, *f.*; ceja, *f.*; tobillo, *m.*; codo, *m.*; ojo, *m.*

### 5. Relaciona los sustantivos de la parte A con los verbos de la parte B utilizando preposiciones donde haga falta. Forma frases.

A	B
hombros, <i>pl.m.</i> ;	entumecer;
músculo, <i>m.</i>	darse;
espalda, <i>f.</i> ;	sangrar;
cabeza, <i>f.</i> ;	encogerse;
herida, <i>f.</i>	palmear.

### 6. Busca frases hechas para las siguientes situaciones.

- a) tener un precio muy alto;

- b) salir de un sitio muy de prisa;
- c) persona con demasiada elocuencia;
- d) no alterarse por ningún hecho o situación;
- e) persona dura, casi cruel.

7. Tres expresiones en cada agrupación tienen algo en común, ¿qué es y por qué difiere la cuarta?

- a) pantorrilla, f.; pelvis, m.; nalga, f.; antebrazo, m.;
- b) vejiga, f.; arteria, f.; glándula, f.; hígado, m.;
- c) corazón, m.; pulmón, m.; vena, f.; sangre, f.;
- d) talón, m.; uña, f.; nuca, f.; falange, f.

8. Traduce.

Operace slepého střeva; nechat vytrhnout dítěti mandle; obejmout kolem pasu; tepna zásobující játra krví; stát na špičkách; levá podpažní jamka; krevní oběh; zažívací trakt; horní a dolní končetiny; vykročit levou nohou; pravidelné stahy srdečního svalu; cítit silnou bolest v oblasti krční páteře; mít citlivou pokožku; pořídit si hydratační krém na pleť; mít na předloktí drobnou ránu; zatnout ruce v pěst; hřbet dlaně; pohybové ústrojí; vazy a šlachy; tenké střevo; zvětšená štítná žláza; měkké patro; dolní čelist; přikývnout; řezáky a stoličky.

9. Lectura.

# DOLOR DE ESPALDA

## LA ENFERMEDAD DEL SIGLO

### Una revisión a fondo

Muchos se quejan de tener dolor de espalda, pero pocos saben cuál es el origen del mismo. Es necesario, para ello, conocer en profundidad tu anatomía.

**L**a columna vertebral, pilar de sujeción del cuerpo y mecanismo articulado, está formada por tres curvaturas. Arriba, se encuentra la del cuello o lordosis cervical; en el centro, la que forma la espalda o cifosis dorsal; y abajo, el hueco de los riñones o lordosis lumbar. El conjunto está formado por 24 vértebras: 7 cervicales, que permiten girar la cabeza; 12 dorsales, sobre las cuales se articulan las costillas; y 5 lumbares a las que se añaden 5 vértebras soldadas entre sí, que forman el hueso sacro; finaliza con 4 o 6 vértebras (según los individuos) igualmente soldadas: constituyen

el coxis, resto de la cola que nuestros antepasados debieron poseer hace años.

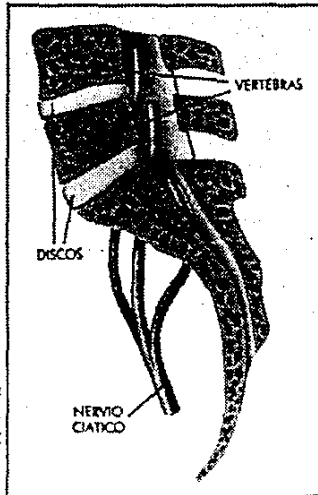
**Zonas más sensibles**

Su buen funcionamiento se asegura principalmente por:

- Los discos. Formados por un núcleo central gelatinoso, y por un anillo periférico fibroso y elástico, sirven de amortiguadores entre dos vértebras. Tienen tendencia a deteriorarse por el uso y debilitarse. Esto puede provocar una fisura del anillo y dejar escapar una parte del núcleo.
- Las articulaciones posteriores. Las vértebras están unidas entre sí por dos apófisis (o salientes de los huesos), situadas por detrás. Estas articulaciones pueden su-

**Estas veinticuatro vértebras forman la columna.**

frir torceduras en caso de rotaciones incontroladas. Se ven también aquejados de artrosis (desgaste y degeneración del hueso) a partir de los cuarenta años. La ramificación nerviosa de la vértebra afectada irradia entonces el dolor hasta zonas a ve-



**El pinzamiento del nervio produce dolor en la pierna.**

ces muy alejadas de la lesión inicial. Un dolor en la nalga puede tener su origen en una vértebra lumbar.

● Los ligamentos y los músculos. Abdominales y dorsales *sujetan* la columna vertebral al cuerpo. Le proporcionan solidez y flexibilidad. Cualquier modificación en la estructura de la columna, en su equilibrio, repercute sobre los ligamentos y músculos paravertebrales que entonces pueden tensarse demasiado o resultar pinzados. Estos músculos que posibilitan la movilidad de la columna, reaccionan al dolor contrayéndose para inmovilizar y proteger la región dolorida. Esto puede conducir a una crisis aguda (como en el lumbago) o a una crisis crónica. Estas contracciones musculares terminan produciendo la mayoría de las veces dolor.