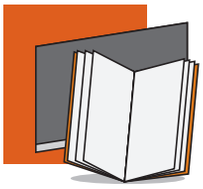
Capítulo
Chapter 1

Analgésicos y antipiréticos
Analgesics and antipyretics



Lección 1 Dolores musculares
Lesson 1 Muscle pain

Verbos / Verbs — **Presente / Present tense**

		Yo	Él, ella, usted	Mandato	Ejemplos
aliviar aliviar(se)	to alleviate to feel better	alivio me alivio	alivia se alivia	Alivie Alíviese	*La medicina **alivia** el dolor.* ***Alíviese** pronto.*
calmar(se)	to relieve	se me calma	se le calma	Cálmese	*La reuma se **me calma** con el analgésico.* ***Cálmese** por favor.*
cambiar	to change	cambio	cambia	Cambie	*¿El dolor **cambia?*** ***Cambie** de medicina.*
caminar	to walk	camino	camina	Camine	*Yo **camino** todos los días.*
causar	to cause	causo	causa	No cause*	*¿Qué **causa** el problema?*
controlar	to control	controlo	controla	Controle	*¿Cómo **controla** el dolor?*
dar	to give	doy	da	Déme	***Déme** la receta, por favor.*
decir	to say	digo le dije†	dice me dijo†	Dígame	***Dígame,** ¿dónde le duele?*
describir	to describe	describo	describe	Describa	***Describa** el dolor.*
doler(se)	to hurt, to be in pain	me duele me duelen me dolió†	le duele le duelen le dolió†	—	*¿**Le duele** el pecho?* ***Me dolió** mucho el brazo.*
dormir(se)	to sleep	me duermo	se duerme	Duérmase	*¿**Duerme** bien en la noche?*
empeorar	to worsen	empeoro	empeora	No empeore*	*¿Qué **empeora?***
estar	to be (location, feeling)	estoy	está	Esté	***Estoy** en la farmacia.* ***Esté** en la clínica a las 8:00 de la mañana.*

continued on p.14

Not for Distribution

Verbos / Verbs — Presente / Present tense

		Yo	Él, ella, usted	Mandato	Ejemplos
gustar	to like	me gusta me gustan	le gusta le gustan	—	*¿**Le gusta** caminar?* ***No me gusta** la medicina.*
haber (hay)	to have there is, there are	—	—	—	*¿**Hay** más inflamación en las mañanas?*
hacer	to do, to make	hago	hace	Haga Hágalo *(Do it)*	*¿Qué **hace** para aliviar el dolor?* ***Haga** ejercicio todos los días.*
mostrar	to show	muestro	muestra	Muestre Muéstreme	***Muéstreme** dónde le duele.*
olvidar	to forget	olvido se me olvida	olvida se le olvida	No se le olvide *(Don't forget)*	*No **se le olvide** tomar la medicina.*
poder	to be able to (can)	puedo	puede	—	*¿**Puede** dormir bien?*
sentir sentir(se)	to feel to feel (oneself)	siento me siento	siente se siente	Sienta Siéntase	*¿Cómo **se siente** hoy?* ***Me siento** mal.*
ser	to be (permanent)	soy	es	Sea	***Soy** la farmacéutica.* ***Sea** persistente, tome la medicina siempre.*
tener*	to have	tengo tuve† tenía†	tiene tuvo† tenía†	Tenga	*¿**Tiene** dolor?* *¡**Tenga** buen día!*
tener que	to have to	tengo que	tiene que	—	***Tiene que** tomar el analgésico.*
tomar	to take	tomo tomé†	toma tomó†	Tome Tómelo *(Take it)*	***Tome** la medicina con comida.* ***Tómelo** (el medicamento) sólo cuando sea necesario.*

*This command is frequently used in the negative. †These verbs are often used in the past tenses, particularly by the patient.

Las partes del cuerpo / Parts of the body*

la articulación	joint
el brazo	arm
el cuello	neck
el cuerpo	body
los dedos de la mano	fingers
los dedos del pie	toes
la espalda	back
el hueso	bone
la mano	hand
el músculo	muscle
el pie	foot
la pierna	leg

Sustantivos / Nouns

la acidez	heartburn
el analgésico	analgesic
el bienestar	comfort, well-being
el calambre	cramp
la comida	food
el dolor	pain
el enrojecimiento	redness
la escala	rating scale
la incomodidad	discomfort
la inflamación	inflammation
la leche	milk
el malestar	discomfort
la molestia	discomfort
la náusea	nausea
la parte	part

Adjetivos / Adjectives

agudo(a)	sharp
caliente	hot
continuo(a)	continuous
dañino(a)	damaging
frío(a)	cold
fuerte	strong
hinchado(a)	swollen
igual	equal, same
incómodo(a)	uncomfortable
inflamado(a)	inflamed
intenso(a)	intense
leve	slight
ligero(a)	light (not heavy)
mejor	better
molesto(a)	bothersome
mucho(a)	a lot, much
muchísimo(a)	very much
peor	worse
persistente	persistent
sordo(a)	dull (pain)
tolerable	tolerable

Otras expresiones / Other expressions

ahora	now
ahora mismo	right now
ahorita	right now, in a few moments
Alíviese pronto	Get well soon
bien	well
cada	each, every
con	with
después	after, later
en otras palabras	in other words
es decir	that is to say
hacer ejercicio	to exercise
mal	bad
mire	look (to get attention)
muy	very
o	or
o sea	in other words
poco (a)	little
por eso	for that reason
si es necesario	if needed
siempre	always
sin	without
va y viene	comes and goes
y	and

*When one is speaking about a body part in Spanish, the definite article (el, la, los, las) is often used instead of the possessive pronoun (e.g., mi, su).

Not for Distribution

Preguntas[1]

1. ¿Dónde le duele? ¿En qué partes del cuerpo?
2. ¿Desde cuándo tiene el dolor?
3. ¿Qué tan seguido tiene el dolor? ¿Qué tan frecuente siente el dolor?
4. Describa el dolor. ¿Es agudo o sordo? ¿Es como reuma, continuo? ¿Es muy intenso?
5. ¿Qué le empeora el dolor? ¿Qué le mejora el dolor? ¿Qué le calma el dolor?
6. ¿Hay inflamación o enrojecimiento? ¿Tiene dolor en las articulaciones? ¿Tiene calambres?
7. Piense en una escala de cero al diez para describir el dolor.[2]
   El cero representa poco o nada de dolor, es decir es tolerable.
   El diez representa muchísimo dolor, un dolor muy fuerte.
   Ahora, usted describa el dolor.
8. ¿El dolor es igual o cambia? ¿Va y viene?
9. ¿Cuándo es peor el dolor? ¿En las noches? ¿Cuando hace ejercicio?
10. ¿Toma algún medicamento para controlar o aliviar el dolor?

Recomendaciones

1. Esta medicina es ibuprofeno de 200 (dos cientos) mg (miligramos).
2. Esta medicina le va a calmar el dolor.
3. Tome 1 (una) o 2 (dos) pastillas cada 6 (seis) a 8 (ocho) horas, sólo si tiene dolor.
4. Tómela con comida o con leche.

Efectos secundarios (molestias)

Puede causarle acidez, dolor de estómago, o náuseas ligeras.

Las preguntas fundamentales[3]

1. ¿Para qué es esta medicina?
2. ¿Cómo va a usar esta medicina?
3. ¿Cuáles son los efectos secundarios?
4. Quiero confirmar que no olvidé nada. Ahora me puede explicar cómo va a usar esta medicina.

Not for Distribution

Questions for the patient[1]*

1. Where does it hurt you? In what parts of the body?
2. How long have you had the pain?
3. How often do you have the pain? How frequently do you feel the pain?
4. Describe the pain. Is it sharp or dull? Is it like a dull pain, continuous? Is it intense?
5. What worsens the pain? What improves the pain? What relieves the pain?
6. Is there inflammation or redness? Do you have pain in your joints? Do you have cramps?
7. Think of a scale between (from) zero to ten to describe the pain.[2]
   Zero represents very little or no (nothing of) pain, that is to say it is tolerable.
   Ten represents a lot of pain, a very strong pain.
   Now, describe the pain.
8. Is the pain equal or does it change? Does it come and go?
9. When is the pain worse? At night? When you exercise?
10. Do you take any medication to control or alleviate the pain?

Recommendations

1. This medicine is ibuprofen 200 mg (milligrams).
2. It is going to relieve your pain.
3. Take 1 or 2 pills every 6 to 8 hours, only if you have pain.
4. Take it with food or milk.

Side effects

It can cause heartburn, stomach pain, or light nausea.

Prime questions[3]

1. What is this medication for?
2. How are you going to use this medication?
3. What are the side effects?
4. I want to make sure that I didn't forget anything. Now, can you explain to me how you are going to use this medicine?

Not for Distribution

*Not all of the English translations throughout the book are written in standard English. Rather, they are a close literal translation from Spanish. This more literal translation can be a helpful teaching tool that allows the student to better understand grammatical rules and the arrangement of words (syntax) in the Spanish language.

Diálogos para el audio

FARMACÉUTICA: Buenas tardes. Soy la Dra. Jones, su farmacéutica. ¿Cómo le puedo ayudar?

PACIENTE: *Mucho gusto, doctora. Pues, mire, no me siento bien, me duele todo el cuerpo. Tengo un dolor muy fuerte. No puedo caminar bien por el dolor. ¿Qué puedo tomar? No tengo receta médica.*

FARMACÉUTICA: Entiendo, primero tengo algunas preguntas para usted.

Preguntas[1]

1. ¿Dónde le duele? ¿En qué partes del cuerpo?
   Me duelen las piernas y también la espalda.
2. ¿Desde cuándo tiene dolor?
   Desde hace 2 días.
3. ¿Qué tan seguido tiene el dolor? ¿Qué tan frecuente siente el dolor?
   Siento el dolor más fuerte en las mañanas.
4. Describa el dolor. ¿Es agudo o sordo? ¿Es como reuma, continuo? ¿Es muy intenso?
   Es sordo.
5. ¿Qué le empeora el dolor? ¿Qué le mejora el dolor? ¿Qué le calma el dolor?
   Cuando cambio de posición, siento mucho dolor e incomodidad.
6. ¿Hay inflamación o enrojecimiento? ¿Tiene dolor en las articulaciones? ¿Tiene calambres?
   Hay poquito enrojecimiento. No tengo dolor en las articulaciones ni calambres.
7. Lo siento. Piense en una escala de cero al diez para describir el dolor.[2]
   El cero representa poco o nada de dolor, es decir es tolerable.
   El diez representa muchísimo dolor, un dolor muy fuerte.
   Ahora, usted describa el dolor.
   Mi dolor es del número tres, más o menos.
8. ¿El dolor es igual o cambia? ¿Va y viene?
   Es igual. Es más o menos constante.
9. ¿Cuándo es peor el dolor? ¿En las noches? ¿Cuando hace ejercicio o camina?
   Es peor cuando hago ejercicio por más de 2 horas.
10. ¿Toma algún medicamento para controlar o aliviar el dolor?
    No, ahora, no estoy tomando nada.

Recomendaciones

1. Esta medicina es ibuprofeno de 200 (doscientos) mg.
2. Esta medicina le va a calmar el dolor.
3. Tome 1 o 2 pastillas cada 6 (seis) a 8 (ocho) horas, sólo si tiene dolor.
4. Tómela con comida o con leche.

Efectos secundarios (molestias)

Esta medicina puede causarle acidez, dolor de estómago o náuseas ligeras.

Las preguntas fundamentales[3]

1. ¿Para qué es esta medicina?
   Esta medicina se llama ibuprofeno de 200 mg. Es para aliviar el dolor muscular.
2. ¿Cómo va a usar esta medicina?
   Voy a tomar de 1 o 2 pastillas cada 6 a 8 horas, sólo si tengo dolor. Debo tomar el ibuprofeno con leche o con comida para evitar las molestias del estómago.
3. ¿Cuáles son los efectos secundarios?
   El ibuprofeno puede causarme acidez, dolor de estómago o náuseas ligeras.
4. Quiero confirmar que no olvidé nada. Ahora, usted me puede explicar cómo va a usar esta medicina.
   Sí. Voy a tomar de 1 o 2 pastillas cada 6 a 8 horas con leche o con comida para aliviar el dolor muscular de la espalda o de las piernas. Debo tomar las pastillas solamente si tengo dolor fuerte. La medicina se llama ibuprofeno y no requiere receta médica. Cada pastilla es de 200 mg.

Muy bien. Ojalá que se sienta mejor. Hasta luego.

Gracias. Hasta luego.

Not for Distribution

Audio dialogues

PHARMACIST: Good afternoon. I am Dr. Jones, your pharmacist. How can I help you?

PATIENT: *Nice to meet you, Doctor. Well, you see, I do not feel very well, my body aches all over. The pain hurts a lot. I can't walk well because of the pain. What can I take? I do not have a prescription.*

PHARMACIST: I understand, but first I have a few questions for you.

Questions[1]

1. Where does it hurt? In what parts of the body?
   My legs and also my back hurt.
2. How long have you had the pain?
   For 2 days.
3. How often do you have the pain? How frequently do you feel the pain?
   The pain is worst in the mornings.
4. Describe the pain. Is it sharp or dull? Is it like a dull pain, continuous? Is it intense?
   It's a dull pain.
5. What worsens the pain? What improves the pain? What relieves the pain?
   When I change positions I feel a lot of pain and discomfort.
6. Is there inflammation or redness? Do you have pain in your joints? Do you have cramps?
   There is some redness. I don't have pain in my joints or cramps.
7. I'm sorry. Think of a scale between (from) zero to ten to describe the pain.[2]
   Zero represents (is) very little or no (nothing of) pain, that is to say it is tolerable.
   Ten represents a lot of pain, a very strong pain.
   Now, describe the pain.
   My pain is at number three, more or less.
8. Is the pain equal, or does it change? Does it come and go?
   It's about the same. It's more or less constant.
9. When is the pain worse? At night? When you exercise or walk?
   It is worse when I exercise for more than 2 hours.
10. Do you use some medication to control or alleviate the pain?
    No, I'm not taking anything now.

Recommendations

1. This medicine is ibuprofen 200 mg.
2. It is going to relieve your pain.
3. Take 1 or 2 pills every 6 to 8 hours, only if you have pain.
4. Take it with food or milk.

Side effects

This medicine can cause heartburn, stomach pain, or light nausea.

Prime questions[3]

1. What is this medication for?
   This medication is ibuprofen 200 mg. It is to alleviate muscle pain.
2. How are you going to use this medication?
   I am going to take 1 or 2 pills every 6 to 8 hours only if I have pain. I should take this medicine with food or milk to avoid stomach discomfort.
3. What are the side effects?
   Ibuprofen may cause heartburn, stomach pain, or light nausea.
4. I want to make sure that I didn't forget anything. Now, can you explain to me how you are going to use this medicine?
   Yes. I am going to take 1 or 2 pills every 6 to 8 hours with milk or food to relieve the muscle pain in my (of the) back or legs. I should take the pills only if I have a strong pain. The medicine is called ibuprofen and doesn't require a prescription. Each pill is 200 mg.

Very good. I hope that you feel better. See you later.

Thank you. See you later.

Not for Distribution