

**La clínica del doctor Ramírez**

Guillermo no se siente bien y va al médico. Completa la conversación con las palabras que faltan.



MÉDICO: ¿Qué tienes, Guillermo? ¿Qué te duele?

GUILLERMO: No estoy seguro. Me siento mal. Creo que tengo fiebre.

MÉDICO: Voy a tomarte la temperatura.

GUILLERMO: ¿Tengo fiebre, doctor?

MÉDICO: Sí. Tienes una fiebre de 39 (1.) \_\_\_\_\_.

GUILLERMO: No sé, doctor. No oigo bien. Me duelen (2.) \_\_\_\_\_.

MÉDICO: ¿Y la garganta y el pecho también? Oigo que tienes una (3.) \_\_\_\_\_ muy fuerte.

GUILLERMO: También me molesta la nariz. Yo (4.) \_\_\_\_\_ mucho. ¿Puede ser una alergia? ¿Estoy resfriado?

MÉDICO: Creo que tienes (5.) \_\_\_\_\_. Te voy a recetar un (6.) \_\_\_\_\_. Tómalo con la comida. No lo tomes con el estómago vacío. Y si te duele la cabeza, toma unas (7.) \_\_\_\_\_.

GUILLERMO: ¿Puedo comer, doctor?

MÉDICO: Claro, Guillermo, pero evita la (8.) \_\_\_\_\_, como las papas fritas y las hamburguesas. Debes seguir una (9.) \_\_\_\_\_ equilibrada, como siempre.

## Consejos para los atletas

El entrenador les explica a los atletas lo que deben hacer para mantenerse en forma. Completa el párrafo.

Bueno, mis queridos atletas, les voy a dar algunos consejos para que se mantengan

(1.) \_\_\_ a \_\_\_ \_\_\_ d \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_. Tener buenos (2.) \_\_\_ á \_\_\_ \_\_\_ t \_\_\_ \_\_\_

\_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ m \_\_\_ \_\_\_ t \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ es muy importante. Deben

comer muchas frutas y verduras. Por ejemplo, las espinacas contienen un alto

(3.) \_\_\_ \_\_\_ v \_\_\_ l de (4.) \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ r r \_\_\_. La leche tiene (5.) \_\_\_ \_\_\_ l c \_\_\_ \_\_\_,

que ayuda a poner los huesos fuertes. Pero tengan cuidado con los

(6.) \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ b \_\_\_ h \_\_\_ \_\_\_ r \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_. Éstos dan (7.) \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ r g \_\_\_ \_\_\_,

pero no se deben comer demasiados. Los huevos tienen muchas

(8.) \_\_\_ r \_\_\_ t \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_, pero tampoco hay que comer demasiados.

Recuerden no saltarse comidas, pero también deben evitar comer mucho en las

(9.) \_\_\_ \_\_\_ r \_\_\_ \_\_\_ n \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_. Coman cuando tengan hambre,

pero cuando se sientan (10.) \_\_\_ \_\_\_ e n \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_, dejen de comer. Es muy importante

también (11.) t \_\_\_ \_\_\_ \_\_\_ r mucha agua siempre y, sobre todo, cuando

hace mucho calor.