

5. La Salud

Module 5: La Salud

5.1 Let's Commands (Nosotros)

5.1.1 Formation

5.1.2 Pronoun Placement

5.1.3 Practiquemos

5.2. Singular Informal Commands (Tú)

5.2.1 Formation

5.2.2 Practiquemos

5.3 Singular and Plural Commands (Usted/Ustedes)

5.3.1 Practiquemos

5.3.2 Practiquemos

5.4 Direct Objects and Indirect Object Pronouns

5.5 The Personal a

5.6 Practiquemos

5.1. Let's Commands (Nosotros)

5.1 Let's Commands (*Nosotros*)

The *nosotros* commands or first person commands are used when the speaker suggests an action to be performed by a group of people and himself.

There are two ways to form *nosotros* commands in Spanish: the subjunctive form and the *ir + a + infinitive* form.

Comamos juntos. (*Let's eat together.*)

Vamos donde la abuela. (*Let's go to grandma's.*)

Vamos a ir al cine. (*Let's go to the movies*)

¡**Vamos** a divertirnos! (*Let's have some fun!*)

Tomemos un taxi. (*Let's take a taxi.*)

Descansemos aquí. (*Let's rest here.*)

Leamos el mismo libro. (*Let's read the same book.*)

5.1 Let's Commands (*Nosotros*)

Negative *Nosotros* Commands

For negative *nosotros* commands, there is only one form: the present subjunctive. Simply add a **no**, or other negative word, in front of the verb to make the command negative.

No **peleemos**. (*Let's not fight.*)

No **discutamos**. (*Let's not argue.*)

Nunca **vayamos** allí. (*Let's never go there.*)

5.1.1. Formation

5.1.1 Formation

For –ar and –er stem-changing verbs there is no stem change in the nosotros forms

	Affirmatives	Negatives
pensar	(nosotros) pense mos	(nosotros) no pense mos
perder	(nosotros) perd amos	(nosotros) no perd amos
contar	(nosotros) cont emos	(nosotros)no cont emos
volver	(nosotros) volv amos	(nosotros) no volv amos

5.1.1 Formation

For –ir stem-changing verbs there is a stem change in the nosotros forms

	Affirmatives	Negatives
pedir	(nosotros) pidamos	(nosotros) no pidamos
dormir	(nosotros) durmamos	(nosotros) no durmamos
seguir	(nosotros) sigamos	(nosotros) no sigamos
sentir	(nosotros) sintamos	(nosotros) no sintamos

5.1.1 Formation

-zar, -car, and -gar Verbs	Affirmatives	Negatives
empezar	(nosotros) empec emos	(nosotros) no empec emos
buscar	(nosotros) bus quemos	(nosotros) no bus quemos
jugar	(nosotros) jugu emos	(nosotros) no jugu emos

5.1.1 Formation

Irregular Verbs	Affirmative	Negative
hacer	(nosotros) hagamos	(nosotros) no hagamos
ir	(nosotros) vamos *	(nosotros) no vayamos *
poner	(nosotros) pongamos	(nosotros) no pongamos
salir	(nosotros) salgamos	(nosotros) no salgamos
ser	(nosotros) seamos	(nosotros) no seamos
tener	(nosotros) tengamos	(nosotros) no tengamos
venir	(nosotros) vengamos	(nosotros) no vengamos

5.1.2. Pronoun Placement

5.1.2 Pronoun Placement

When attaching **direct** and **indirect** object pronouns or **reflexive** pronouns to the end of affirmative **nosotros** commands, drop the final -s of the verb before attaching the pronoun and add an orthographic accent to the second to last syllable of the original verb.

Bañemos + nos

Bañémonos

(Let's bathe here.)

5.1.3. Practiquemos

5.1.3 Practiquemos



5.1.3 Practiquemos

Alicia está preocupada por los hábitos alimenticios y el estilo de vida de su novio Ricky. Para animarlo a tener una vida saludable, le propone hacer juntos lo siguiente:

No _____ comer) frente a la tele, _____ (sentarse) a

conversar y disfrutar de la comida

_____ (cocinar) más a menudo y no _____ (consumir) tanta comida chatarra

No _____ (saltarse) comidas, _____ (comer) a las horas apropiadas

_____ (montar) la bicicleta más frecuentemente y no _____ (ir) tanto en
coche,

No _____ (gastar) tanto dinero en restaurantes, _____ (ahorremos) para ir
de viaje

_____ (aprender) _____ (practicar) algún deporte nuevo

_____ al gimnasio y no _____ (ir) tanto a las arcadas

5.2. Singular Informal Commands (tú)

5.2 Singular Informal Commands (*tú*)



5.2.1. Formation

5.2.1 Formation

Regular Verbs	Affirmatives	Negatives
caminar	(tú) camina a	(tú) no camine s
leer	(tú) lee e	(tú) no lea s
escribir	(tú) escribe e	(tú) no escriba s

5.2.1 Formation

For –ar and –er stem-changing verbs there is no stem change in the nosotros forms

	Affirmative	Negative
pensar	(tú) piens a	(tú) no piens es
perder	(tú) pierd e	(tú) no pierd as
contar	(tú) cuent a	(tú) no cuent es
volver	(tú) vuelv e	(tú) no vuelv as

5.2.1 Formation

For –ir stem-changing verbs there is a stem change in the nosotros forms

	Affirmative	Negative
pedir	(tú) pide e	(tú) no pid as
dormir	(tú) duerme e	(tú) no duerm as
seguir	(tú) sig ue	(tú) no sig as
sentir	(tú) siénte e	(tú) no sient as

For –ir stem-changing verbs there is a stem change in the nosotros forms

	Affirmative	Negative
pedir	(usted) pid a	(usted) no pid a
dormir	(usted) duerm a	(usted) no duerm a
seguir	(usted) sig a	(usted) no sig a
sentir	(usted) sient a	(usted) no sient a

5.2.1 Formation

For –ir stem-changing verbs there is a stem change in the nosotros forms

	Affirmative	Negative
pedir	(tú) pide e	(tú) no pid as
dormir	(tú) duerme e	(tú) no duerm as
seguir	(tú) sig ue	(tú) no sig as
sentir	(tú) siént ate	(tú) no sient es

5.2.1 Formation

-zar, -car, and -gar Verbs		
	Affirmatives	Negatives
empezar	(tú) empie za	(tú) no empie ces
buscar	(tú) busca	(tú) no bus ques
jugar	(tú) jue ga	(tú) no jue gues

5.2.1 Formation

Irregular Verbs	Affirmative	Negative
hacer	(tú) haz	(tú) no hagas
ir	(tú) ven	(tú) no vayas
poner	(tú) pon	(tú) no pongas
salir	(tú) sal	(tú) no salgas
ser	(tú) sé	(tú) no seas
tener	(tú) ten	(tú) no tengas
venir	(tú) ven	(tú) no vengas

5.2.1 Practiquemos

1. Clara, escucha a tu hermana
2. Diana, no soluciones los problemas de tu hermana, déjala aprender de sus errores
3. Clara, no pierdas tanto tiempo jugando en la computadora
4. Clara, no te olvides de encontrar un trabajo de verano, sino no podrás pagar la renta.
5. Diana: avísame si tu hermana no mejora
6. Diana: por nada en el mundo, hagas la tarea de Clara. Déjala que solucione sus problemas

5.3. Singular and Plural Commands (Usted/ Ustedes)

5.3 Singular and Plural Commands (Usted/ Ustedes)

Regular Verbs	Affirmatives	Negatives
caminar	(ustedes) camine e	(usted) no camine e
leer	(ustedes) lea a	(usted) no lea a
escribir	(ustedes) escriba a	(usted) no escriba a

Regular Verbs	Affirmatives	Negatives
caminar	(ustedes) caminen en	(ustedes) no caminen en
leer	(ustedes) lean an	(ustedes) no lean an
escribir	(ustedes) escriban an	(ustedes) no escriban an

5.3 Singular and Plural Commands (Usted/ Ustedes)

For –ar and –er stem-changing verbs there is no stem change in the nosotros forms

	Affirmative	Negative
contar	(usted) cuente e	(usted) no cuente e
pensar	(usted) piense e	(usted) no piense e
perder	(usted) pierda a	(usted) no pierda a
volver	(usted) vuelva a	(usted) no vuelva a

For –ar and –er stem-changing verbs there is no stem change in the nosotros forms

	Affirmative	Negative
contar	(ustedes) cuent en	(usted) no cuent en
pensar	(ustedes) piens en	(usted) no piens en
perder	(ustedes) pierd an	(usted) no pierd an
volver	(ustedes) vuelv an	(usted) no vuelv an

5.3 Singular and Plural Commands (Usted / Ustedes)

-zar, -car, and -gar Verbs		
	Affirmatives	Negatives
empezar	(usted) empie ce	(usted) no empie ce
buscar	(usted) bus que	(usted) no bus que
jugar	(usted) jue gue	(usted) no jue gue

-zar, -car, and -gar Verbs		
	Affirmatives	Negatives
empezar	(ustedes) empie cen	(ustedes) no empie cen
buscar	(ustedes) bus quen	(ustedes) no bus quen
jugar	(ustedes) jue guen	(ustedes) no jue guen

5.3 Singular and Plural Commands (Usted/ Ustedes)

Irregular Verbs	Affirmative	Negative
hacer	(usted) haga	(usted) no haga
ir	(usted) venga	(usted) no vaya
poner	(usted) ponga	(usted) no ponga
salir	(usted) salga	(usted) no salga
ser	(usted) sea	(usted) no sea
tener	(usted) tenga	(usted) no tenga
venir	(usted) venga	(usted) no venga

5.3 Singular and Plural Commands (Usted/ Ustedes)

Irregular Verbs	Affirmative	Negative
hacer	(ustedes) hagan	(ustedes) no hagan
ir	(ustedes) vengan	(ustedes) no vayan
poner	(ustedes) pongan	(ustedes) no pongan
salir	(ustedes) salgan	(ustedes) no salgan
ser	(ustedes) sean	(ustedes) no sean
tener	(ustedes) tengan	(ustedes) no tengan
venir	(ustedes) vengan	(ustedes) no vengan

5.3.1. Practiquemos

5.3.1 Practiquemos

Please watch the following video where Dr. Escribano, a Spanish medical doctor, goes shopping with two patients, then, write a list of commands:

<https://www.youtube.com/watch?v=DSWnLwvjdB1>

Doctor Antonio Escribano's advice:

Hagan una lista

No **vayan** con hambre

Compren frutas y verdura primero, antes que cualquier comida.

Coman tres frutas al día toda su vida

No **tomen** zumo, sino fruta entera

Consuman fibra

Consuman productos de temporada

Anímense a comprar pescado

5.3.2. Practiquemos

5.3.2 Practiquemos



5.3.2 Practiquemos

Francisco and Alexandra are married for twenty years, but they fight constantly. Their marriage counselor and their family suggested they take a vacation. Imagine you are the owner of a resort on the Caribbean. Imagine that you are the resort manager and use **mandatos formales (ustedes)** to convince them to visit your hotel:

Dear Francisco and Alexandra, gracias por su correo electrónico. Nos encantaría que nos visitaran. Vengan al hotel “El descanso,” aquí en República Dominicana. No traigan sus teléfonos celulares ni sus computadoras para que no se sientan tentados a trabajar.

Olvídense de los problemas de la casa y de la oficina. Traigan muchos trajes de baño para que puedan broncearse. No empaquen ropa formal porque no la van a necesitar.

Prepárense a disfrutar de la comida más deliciosa del mundo y no se preocupen de dar propinas porque todo está incluido en el precio del paquete. Si les interesa, vuélvanme a escribir y les ayudo con los detalles. No duden en buscarme si tienen más preguntas.

Atentamente,

Pepe Villalba

Manager

caribeando@eldescanso.net

5.3.2 Practiquemos

Let's make a list of some of the advice given by Pepe Villalba, the hotel manager:

- Vengan al hotel “El descanso”
- No traigan sus teléfonos
- Olvídense de sus problemas
- Pónganse ropa cómoda
- No empaquen ropa formal
- Disfruten de la comida deliciosa
- No se preocupen de las propinas
- No duden en buscarme si tienen más preguntas.

5.4. Direct Objects and Indirect Object Pronouns

5.4 Direct Objects and Indirect Object Pronouns

Direct Object Pronouns			
yo	me	nosotros	nos
tú	te	vosotros	os
él/ella/usted	lo/la	Ellos/ellas/usted	los/las

Indirect Object Pronouns			
yo	me	nosotros	nos
tú	te	vosotros	os
él/ella/usted	le	Ellos/ellas/usted	le

5.4.1. Direct Objects and Indirect Object Pronouns

5.4.1 Direct Objects and Indirect Object Pronouns

There are three main grammatical objects

Reflexive: When the object of the sentence is the same as the subject.

Direct object: a noun phrase denoting a person or thing that is the recipient of the action of a transitive verb, for example

Indirect Object: a noun phrase referring to someone or something that is affected by the action of a transitive verb (typically as a recipient), but is not the primary object

5.4.2. Direct Objects and Indirect Object Pronouns

5.4.2 Direct Objects and Indirect Object Pronouns



5.4.2 Direct Objects and Indirect Object Pronouns

M: Víctor, eres el colmo, ¿pagaste las cuentas del gimnasio este mes?

V: No, no **las** pague, pues tu adicción a comprarte zapatos nos ha dejado en la quiebra. Y, tú, ¿llamaste médico para saber tus resultados?

M: No, no **lo** llamé. Me dio miedo. Oye, ¿has dejado ya los cigarros, como me lo prometiste?

V: No, no **los** he dejado ni los voy a dejar nunca porque me calman

M: Sabes, debemos arreglar nuestros problemas

V: Creo que tienes razón, debemos solucionar**los**, Busquemos un buen profesional.

M: Sí, **busquemoslo**

5.5 The Personal a

5.5 The personal a

V: No, no las pague, pues tu
adicción a comprarte zapatos
nos ha dejado en la quiebra.

Y, tú, ¿llamaste al médico para
saber tus resultados?

5.5.1 La a Personal

5.5.1 La a personal

La “a” personal

Se la pone antes de un objeto directo que se refiere a una persona o animal

Marialicia no trataba a Víctor con respeto

Antes de alguien, nadie, todo, alguno o ninguno cuando se refieren a personas o animales

¿Ha venido alguno de tus hermanos? Sí, veo a algunos/ No, no veo a ninguno

5.6. Practiquemos

5.6. Practiquemos

1. ¿Vas a ver _____ el médico estar tarde, Marialicia?
2. Necesito buscar _____ los modos de dejar de fumar, dice Víctor
3. Tengo que consultar _____ los expertos en adicciones
4. Me gustaría visitar _____ el Caribe de vacaciones
5. Me gustaría visitar _____ nuestros amigos de Puerto Rico
6. La entrenadora felicita _____ Marialicia por ir al gimnasio
7. frecuentemente.
8. Todos tenemos en gran estima _____ la orientadora que nos ayuda
9. Ah, ya veo _____ el entrenador; está al fondo del parque
10. ¿Dices que tienes _____ dos buenas amigas? ¿Solo dos?
11. Víctor vas a llevar _____ Marialicia a cenar para el aniversario