



## VOCES

### Capítulo 7 - Panamá

#### Verbos relacionados

llevar una vida sana  
estar en forma  
hacer ejercicio  
levantar pesas  
ser vegetariano  
fatigarse  
engordarse  
adelgazarse  
ponerse a dieta  
estar a dieta  
bajar de peso  
subir de peso  
cansarse  
estirarse  
relajarse/descansar  
sudar  
entrenarse  
merendar (e → ie)  
proveer  
reducir  
contener (e → ie)  
cambiar de dieta  
tener una dieta equilibrada  
aumentar  
agregar/añadir  
consumir  
ser adicto a

#### Las comparaciones

más que  
menos que  
más de  
menos de  
tan + *adj* + como  
tanto como  
tanto/a/os/as + *noun* + como  
mejor  
peor  
mayor  
menor

#### La dieta y la nutrición

los granos  
las verduras  
las frutas  
los productos lácteos  
las carnes y los frijoles  
los aceites  
la actividad física  
las calorías  
la proteína  
la grasa  
el colesterol  
el peso  
las etiquetas  
la rutina  
la fibra  
la cantidad  
el sabor  
la merienda  
el sodio  
la dieta  
saludable  
la energía  
el descanso  
la comida basura  
los aditivos  
los alimentos procesados  
la vitamina  
el valor nutritivo  
los hábitos  
los carbohidratos  
la comida rápida  
por ciento  
el calcio  
la presión sanguínea  
la máquina vendedora  
el vicio