

My Lingo Communication Aid Ayuda comunicativa de My Lingo

for New English Speakers
para nuevos hablantes de inglés

Spanish Español



Adult
Literacy
for Life

Lítearthacht
d'Aosaigh
don Saol



kcetb
Kerry Community Education Trust
Cúil Chiarraigh agus Cheathrúch
Ailteann and Centre
Education and Training Board



St. Luke's General Hospital
Cairów - Kilkenny



Tipperary University Hospital
Ospidéal na hOllscoile Thíobraid Árann
Teaching | Understanding | Healing

Introducción

El Proyecto My Lingo es una colaboración entre el CIF, KCETB Adult Literacy for Life, el St. Luke’s General Hospital, el Carlow and Kilkenny Tipperary University Hospital y el Wexford General Hospital.

Este proyecto ha sido financiado por el CIF, el Collaboration and Innovation Fund, Adult Literacy for Life.

El Proyecto My Lingo surge como respuesta a las necesidades de nuestros vecinos que no tienen el inglés como su primera lengua y que puedan necesitar ayuda educativa adicional. Está escrito en inglés sencillo, usando traducciones e iconos que facilitan y fomentan una mejor comunicación. El objetivo es mejorar la comprensión y las conversaciones entre las personas que necesitan ayuda y el personal que intenta ayudarlas en nuestros hospitales.

Esta ayuda es sobre todo visual, contiene frases clave y está resumida para facilitar la comunicación entre los proveedores de atención sanitaria y los usuarios de los servicios.

También nos gustaría reconocer la generosidad del Cork and Kerry ETB con su apoyo a este proyecto, al Kilkenny ETB y al Inclusion and Diversity Group, al St. Luke’s General Hospital Carlow Kilkenny, al Quality Department Tipperary University Hospital y al Quality Department Wexford General Hospital.



Arna chomhchistiú ag an Aontas Eorpach
Co-funded by the European Union

Everyday English

Expresiones habituales en inglés

Days of the week

Días de la semana

Monday	Lunes	Friday	Viernes
Tuesday	Martes	Saturday	Sábado
Wednesday	Miércoles	Sunday	Domingo
Thursday	Jueves		

Months of the year Meses del año

1	January	Enero	7	July	Julio
2	February	Febrero	8	August	Agosto
3	March	Marzo	9	September	Septiembre
4	April	Abril	10	October	Octubre
5	May	Mayo	11	November	Noviembre
6	June	Junio	12	December	Diciembre

Seasons Estaciones

Winter Invierno



Spring Primavera

Autumn Otoño

Summer Verano

Parts/Meals of the day Comidas durante el día



Morning
Mañana

Breakfast
Desayuno



Afternoon
Mediodía

Lunch
Comida



Evening
Tarde

Dinner
Cena



Night
Noche

Snack
Aperitivo

Manners/Polite sayings Expresiones educadas

Please You're Welcome
Por favor De nada

Excuse me
Disculpe

Thank You Sorry
Gracias Perdón

Numbers Números

0	Cero	5	Cinco	10	Diez	15	Quince	20	Veinte	70	Setenta
1	Uno	6	Seis	11	Once	16	Dieciséis	30	Treinta	80	Ochenta
2	Dos	7	Siete	12	Doce	17	Diecisiete	40	Cuarenta	90	Noventa
3	Tres	8	Ocho	13	Trece	18	Dieciocho	50	Cincuenta	100	Cien
4	Cuatro	9	Nueve	14	Catorce	19	Diecinueve	60	Sesenta	1000	Mil

Time La hora

O'Clock... 00:00 AM 12:00 a.m.
La/las... en punto. 12:00 PM 12:00 p.m.

Quarter to...
La las... menos
cuarto.



Quarter past...
La/las... y cuarto.

Half past...
La/la... y media.

Money Dinero

Euros Cents
Euros Céntimos



Community Health Services Servicios sanitarios comunitarios



GP/Family Doctor
Médico de Familia



GP Practice
Medicina de Familia



Public Health Nurse
Enfermera de Salud Pública



Speech and Language therapist
Logopeda



Dentist
Dentista



Dental Practice
Odontología



Dietitian
Dietista



Physiotherapist
Fisioterapeuta



Pharmacist
Farmacéutica



Pharmacy
Farmacia



Occupational therapist
Terapeuta Ocupacional



Health Centre
Centro de Salud



Optometrist
Optometrista



Optician
Óptico



Receptionist
Recepcionista



Reception
Recepción

Talking to a Receptionist Hablar con una recepcionista

- My name is...
Me llamo...
- My date of birth is...
Mi fecha de nacimiento es...
- My country of birth is...
Mi país de nacimiento es...
- My phone number is...
Mi número de teléfono es...
- My address is...
Mi dirección es...
- My occupation is...
Mi profesión es...
- My religion is...
Mi religión es...
- My personal carer is...
Mi cuidadora personal es...
- My personal carer can be contacted at this number...
Pueden llamar a mi cuidadora personal al número...



Talking to a Receptionist Hablar con una recepcionista



- I identify as...
Me identifico como...
- My General Practitioner or GP is called...
Mi médico de cabecera/de familia se llama...
- My GP's practice is in...
Mi médico de cabecera/de familia está en...
- I need to see a healthcare professional urgently, I need medical assistance.
Necesito ver a un médico urgentemente porque necesito atención médica.
- I have a problem with...
Tengo un problema con...
- I have symptoms of...
Tengo síntomas de...
- I have a medical card. The number is...
Tengo tarjeta sanitaria. El número es...
- I have medical insurance. The number is...
Tengo seguro médico. El número de póliza es...

Talking to a Healthcare Professional Hablar con un profesional de la salud

- Have my test results come back?
¿Han llegado los resultados de mis análisis?
- Can I have a new prescription please?
¿Me podría hacer otra receta?
- When I go home, what are the danger signals for my condition that I should be aware of?
Cuando me vaya a casa, ¿cuáles son las señales de alarma relativas a mi enfermedad a las que debería prestar atención?
- I need help to eat my meals...
Necesito ayuda para comer...
- Can you bring more... *bread, water, napkins...* please?
¿Puede traerme más... *pan, agua, servilletas...*, por favor?
- I need help to drink...
Necesito ayuda para beber...
- May I have some... *salt, pepper, ketchup...* please?
¿Podría traerme algo de... *sal, pimienta, ketchup...*, por favor?
- I have a food allergy.
Tengo una alergia alimentaria.

Symptoms Síntomas



Pain
Dolor



Cough
Tos



Sneezing
Estornudos



Infection
Infección



Earache
Dolor de oídos



Bloated
Hinchazón



Indigestion
Heartburn
Indigestión
Ardor de estómago



Headache
Dolor de cabeza



Sore throat
Dolor de garganta



Vomit
Vómitos



Fever
Fiebre



Runny nose
Secreciones
nasales



Diarrhoea
Diarrea

Symptoms Síntomas



Rash
Erupción



Tired
Cansancio



Bruise
Moretón



Swollen
Inflamado



Breathless
Sin aliento



Toothache
Dolor de dientes



Itchy
Picazón



No appetite
Sin apetito



Broken
Roto



Pregnant
Embarazada



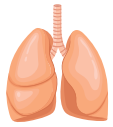
Constipation
Estreñimiento



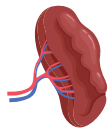
Bleeding
Hemorragia

Body Parts Internal Organs

Partes de cuerpo Órganos internos



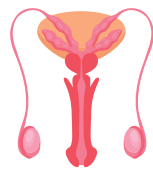
Lungs
Pulmones



Spleen
Bazo



Intestine
Intestino



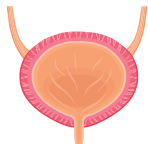
Male reproductive system
Sistema reproductor masculino



Female reproductive system
Sistema reproductor femenino



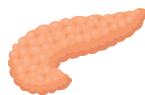
Stomach
Estómago



Bladder
Vejiga



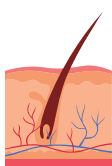
Liver
Hígado



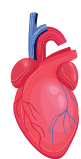
Pancreas
Páncreas



Gallbladder
Vesícula biliar



Skin
Piel



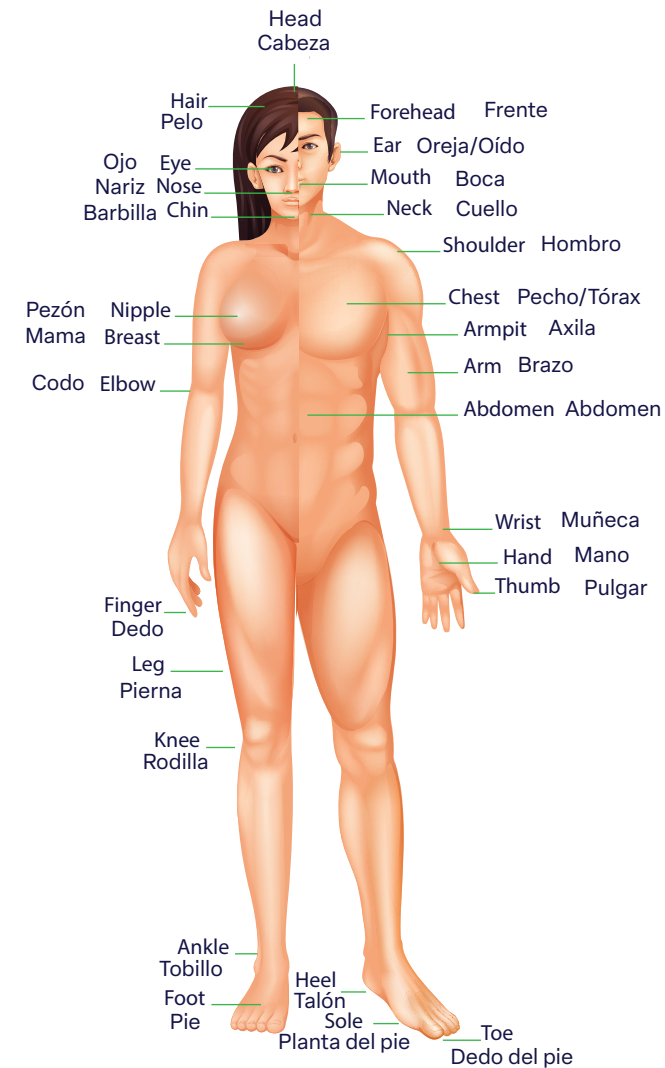
Heart
Corazón



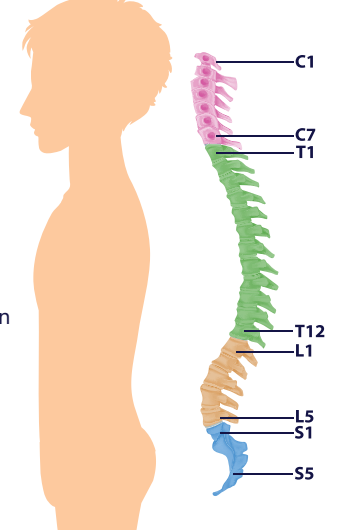
Blood
Sangre

Body Parts External

Partes de cuerpo Órganos externos



Spine Columna vertebral



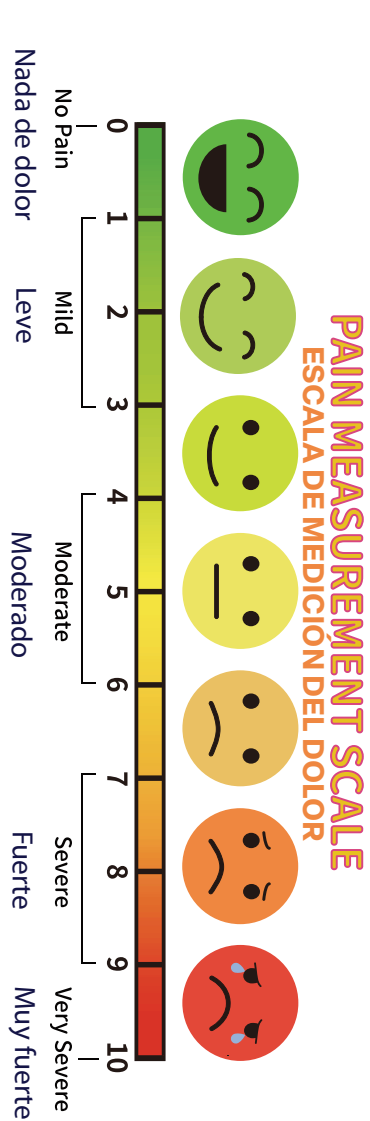
Talking About Pain Hablar del dolor

Health Professional Profesional de la salud	Healthcare User Usuario de atención sanitaria <i>(examples)</i>
Where do you feel pain? ¿Dónde siente usted el dolor?	I feel pain in my... <i>knees, teeth, chest</i> Siento dolor en <i>el/los/la/las...</i> <i>rodillas, dientes, pecho</i>
When do you feel the pain? ¿Cuándo siente usted el dolor?	When I... <i>lie down, do exercise, eat</i> Cuando... <i>me tumbo, hago ejercicio, como</i>
What does the pain feel like? ¿Cómo describiría usted el dolor?	It feels... <i>hot, throbbing, sharp, ache</i> Es un dolor... <i>ardiente, punzante, agudo, intenso</i>
Does the pain move? ¿El dolor cambia de lugar?	The pain... <i>moves own my leg, stays in the same place</i> El dolor... <i>se me va a la pierna, se queda en el mismo lugar</i>

Talking About Pain Hablar del dolor

Health Professional Profesional de la salud	Healthcare User Usuario de atención sanitaria <i>(examples)</i>
What helps reduce the pain? ¿Hay algo que le ayude a mitigar el dolor?	It helps when I... <i>rest, take painkillers</i> Me va muy bien... <i>descansar, tomar analgésicos</i>
How long does the pain last? ¿Cuánto suele durar el dolor?	It lasts... <i>seconds, minutes, hours, days</i> Dura... <i>unos segundos, unos minutos, unas horas, unos días</i>
What makes the pain worse? ¿Hay algo que empeore el dolor?	When I... <i>bend over, drive, eat ice cream</i> Empeora cuando... <i>me agacho, conduzco, tomo helado</i>
How bad is the pain? ¿Cuán intenso es el dolor?	It is... <i>mild, moderate, severe</i> Es... <i>leve, moderado, fuerte</i>

Talking About Pain Hablar del dolor



How bad out of 10 is the pain? 1 is no pain, 10 is severe pain.
En una escala sobre 10, ¿cómo de intenso es el dolor?
1 significa nada de dolor, 10 significa un dolor fuerte

Talking About Mental Health Hablar de salud mental

Feelings

“I have been feeling...”

- Sad / Triste
- Lonely / Solo/a
- Tired / Cansado/a
- Irritable / Irritable
- Guilty / Culpable

Sentimientos

“He estado sintiéndome...”

- Depressed / Deprimido/a
- Worthless / Inútil
- Angry / Enfadado/a
- Hungry/Not Hungry / Hambriento/falto(a) de apetito
- Worried / Preocupado/a

Thoughts

“I have thoughts about...”

- The past / el pasado
- Hurting myself / autolesionarme
- Dying / la muerte

Pensamientos

“Tengo pensamientos referentes a...”

- The future / el futuro
- Hurting someone else / hacer daño a otra persona
- Many things / muchas cosas

Talking About Mental Health Hablar de salud mental

Affects

Cosas que afectan

“This is affecting my...”

“Esto está afectando a mi...”



Work
Trabajo



Hobbies
Aficiones



Relationships
Relaciones



Appetite
Apetito



Studies
Estudios



Family
Familia



Sleep
Sueño



Weight
Peso

Other symptoms

Otros síntomas



Nightmares
Pesadillas



Paranoia
Paranoia



Hallucinations-visual
Alucinaciones visuales



Hallucinations-audio
Alucinaciones auditivas



Flashbacks
Recuerdos
recurrentes/flashbacks



Memory
Memoria

Other Useful Phrases Otras frases útiles



I want to speak to a nurse
Quiero hablar con una enfermera



I want to speak to my family member
Quiero hablar con mi pariente



I want the doctor to speak to my family member
Quiero que el médico hable con mi pariente

Tests and Investigations Análisis y pruebas



Blood pressure
Tensión arterial



Urine test
Análisis de orina



Heart rate
Frecuencia cardíaca



Xray
Rayos X



Oxygen levels
Nivel de oxígeno



CT scan
TAC



Breathing rate
Frecuencia respiratoria



MRI scan
Resonancia magnética



Heart tracing
Trazado cardíaco



Ultrasound scan
Ecografía



Blood sugar levels
Nivel de azúcar en sangre



Endoscopy
Endoscopia



Blood tests
Análisis de sangre



Colonoscopy
Colonoscopia

Hospital Departments Áreas Hospitalarias



Emergency
Urgencias



Minor Injuries
Enfermería



Cardiology
Cardiología



Respiratory
Neumología



Gerontology
Gerontología



Rheumatology
Reumatología



ENT (Ears, Nose, Throat)
Otorrinolaringología



Ophthalmology
Oftalmología



Oncology
Oncología



Palliative
Cuidados Paliativos



Haematology
Hematología



Endocrinology
Endocrinología

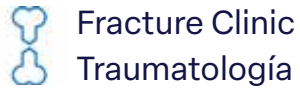


Gynaecology
Ginecología



Antenatal
Medicina Fetal

Hospital Departments Áreas Hospitalarias



Fracture Clinic
Traumatología



Orthopaedics
Ortopedia



Gastroenterology
Gastroenterología



Urology
Urología



Neurology
Neurología



Renal
Nefrología



Dermatology
Dermatología



Paediatrics
Pediatría



Pain Clinic
Unidad del Dolor



ICU (Intensive Care Unit)
UCI (Unidad de Cuidados
Intensivos)



Surgical Theatre
Quirófano/Cirugía



GUM (Genitourinary Medicine)
Medicina Genitourinaria



Labour/Delivery Unit
Obstetricia/Sala de
Partos



Postnatal
Medicina Posnatal

Treatments and Talking to a Pharmacist Tratamientos y hablar con un farmacéutico



Prescription
Receta



Dressing
Apósito



Inhalers
Inhaladores



Vaccine
Vacuna



Injection
Inyección



Suppository
Supositorio



Plaster
Tirita/Curita



Painkillers
Analgésicos



Antibiotics
Antibióticos



Cream
Crema



Tablets
Pastillas



Supplements
Suplementos



Antidepressants
Antidepresivos



Eye Drops
Gotas oculares



Vitamins
Vitaminas



Bandage
Vendaje

Treatments and Talking to a Pharmacist Tratamientos y hablar con un farmacéutico



Can I collect my prescription?
¿Puedo recoger lo que tengo recetado?

When will my prescription be ready for collection?
¿Cuándo podré recoger lo que tengo recetado?

How do I take this medicine?
¿Cómo me tomo esta medicina?

What are the side effects?
¿Qué efectos secundarios tiene?

Where are the instructions?
¿Dónde están las instrucciones?

How long will this medicine last?
¿Cuánto dura el efecto de este medicamento?

How many months did my Doctor prescribe?
¿Cuántos meses me lo ha recetado el médico?

How many months do I have left of my prescription?
¿Cuántos meses me quedan de la receta?

Can I buy this without a prescription?
¿Puedo comprar esto sin receta?

Can you check my blood pressure and weight?
¿Puede tomarme la tensión y pesarme?

Can I book an appointment for the flu vaccine?
¿Puedo pedir cita para la vacuna de la gripe?

Talking to the Gardaí Hablar con la Garda Types of Crime Tipos de delitos



Theft/Stealing
Robo/Hurto



Domestic abuse
Violencia doméstica/
de género



Criminal damage
Vandalismo



Speeding
Exceder el límite de
velocidad



Abduction
Secuestro



Murder
Asesinato/Homicidio



Dangerous driving
Conducción temeraria



Burglary
Robo con violencia/Atraco



Hate crime
Delito de odio



Child abuse
Maltrato infantil



Fraud
Fraude/Estafa



Physical assault
Ataque físico



Cybercrime / Online Fraud
Ciberdelito / Estafa/Fraude
en línea



Drug Dealing
Tráfico de drogas



Sexual assault
Abuso/Violencia sexual

Talking to the Gardaí Hablar con la Garda

Types of Crime Tipos de delitos



I need some.... *help, information.....* please
Necesito algo de... *ayuda, información...,* por favor.

I am in danger. My location/eircode is...
Estoy en peligro. Mi ubicación/código postal es...

I want to.... *pay a traffic fine, make a complaint, report a crime*
Quiero... *pagar una multa de tráfico, presentar una reclamación, denunciar un delito.*

My.....*child is missing, passport is lost, things were stolen*
Mi(s)... *hijo está desaparecido, pasaporte se ha perdido, cosas han sido robadas.*

I had an accident with my car.
He tenido un accidente de tráfico.

I have a problem with my neighbours.
Tengo un problema con mis vecinos.

I was attacked.
Me han atacado.

I don't feel safe.
No me siento seguro/a.

Notes

Notas

We wish to thankfully acknowledge “My Communication Aid” which was developed through the collaboration of Cork Kerry Refugee Resettlement Initiative Cork Kerry Community Healthcare/HSE Social Inclusion - Cobh Family Resource Centre, Cobh, County Cork in the development and content layout of the “My Lingo” translation booklet.

MCA-ENGLISH-SPANISH-008



SCAN ME



Modern Printers 056 7721739