

B2.45.1 Las impersonales

Die unpersönlichen Formen



Unpersönliche Sätze haben kein konkretes Subjekt.

1. Con verbos que ya llevan "se" como "acostarse", se usa "la gente" o "uno": en el hospital la gente se acuesta temprano.
2. Con se ve, se dice, se piensa, se supone se usa un verbo en indicativo; con se espera, en subjuntivo.

Estructura	Tiempo	Ejemplo
Se dice	+ indicativo	Se dice que la fibra es importante. (<i>Man sagt, dass Ballaststoffe wichtig sind.</i>)
Se veía	+ indicativo	Se veía que el paciente estaba cansado. (<i>Man sah, dass der Patient müde war.</i>)
Se esperaba	+ subjuntivo	Se esperaba que los nuevos descubrimientos mejoraran la dieta. (<i>Man erwartete, dass die neuen Entdeckungen die Ernährung verbessern würden.</i>)
Era		Era inútil explicárselo. No lo entendían. (<i>Es war sinnlos, es ihnen zu erklären. Sie verstanden es nicht.</i>)

1. Übersetze und wähle die richtige Antwort

1. _____ que una dieta rica en fibra ayuda a regular el índice glucémico.
a. Se dice b. Se diga c. Dice d. Se dicen
2. En la consulta _____ que el paciente no estaba siguiendo la pauta alimentaria.
a. se veía b. se vio c. se viera d. se veían
3. Se esperaba que _____ más proteína en el desayuno para mejorar la saciedad.
a. incorporaron b. incorporen c. incorporaban d. incorporaran
4. _____ inútil discutir las etiquetas nutricionales si nadie las leía en el supermercado.
a. Eran b. Estaba c. Era d. Fue

1. Se dice 2. se veía 3. incorporaran 4. Era

2. Umschreiben Sie die Ausdrücke

1. Marta comparó los productos y, al mismo tiempo, leyó las etiquetas para evitar conservantes.

(*Marta verglich die Produkte und las dabei die Etiketten, um Konservierungsstoffe zu vermeiden.*)

2. Si comes más fruta fresca, tendrás más energía en el trabajo.

(*Wenn du mehr frisches Obst isst, wirst du bei der Arbeit mehr Energie haben.*)

3. El nutricionista explicó la dieta de forma clara para que la entendiéramos todos.

(*Der Ernährungsberater erklärte die Diät klar und sprach dabei so, dass wir sie alle verstanden.*)

4. Por el frío, tengo las manos que tiemblan.

(Wegen der Kälte habe ich zitternde Hände.)

3. Conversad y acordad un menú equilibrado, justificando decisiones mientras comparáis opciones.

Situación

En el supermercado, asesoras a un compañero para crear una pauta alimentaria semanal saludable.

Discutir

- ¿Qué macronutrientes y micronutrientes priorizáis para mantener el equilibrio nutricional?
 - ¿Cómo decidiréis las porciones y el aporte calórico según vuestra rutina laboral? Argumentad brevemente.
-

Palabras y frases útiles

- Comparad la etiqueta nutricional; limitad la grasa saturada y el sodio.
 - Optad por alimentos menos ultraprocesados, incorporando más fibra.
 - Leyendo el índice glucémico, elegiréis carbohidratos adecuados para el trabajo.
-

Usar en conversación

- Verbo principal + gerundio (simultaneidad)
- Gerundio + verbo futuro (anterioridad)
- Tener + objeto + gerundio (resultado visible)