

## B2.45.1 Las impersonales

De onpersoonlijke vormen



Onpersoonlijke zinnen hebben geen concreet onderwerp.

1. Met werkwoorden die al "se" hebben, zoals "acostarse", gebruik je "la gente" of "uno": en el hospital la gente se acuesta temprano.
2. Met se ve, se dice, se piensa, se supone gebruik je een werkwoord in de indicativo; met se espera, in de subjuntivo.

Estructura	Tiempo	Ejemplo
Se dice	+ indicativo	<b>Se dice</b> que la fibra es importante. ( <i>Men zegt dat vezels belangrijk zijn.</i> )
Se veía	+ indicativo	<b>Se veía</b> que el paciente estaba cansado. ( <i>Je kon zien dat de patiënt moe was.</i> )
Se esperaba	+ subjuntivo	<b>Se esperaba</b> que los nuevos descubrimientos mejoraran la dieta. ( <i>Men verwachtte dat de nieuwe ontdekkingen het dieet zouden verbeteren.</i> )
Era		<b>Era</b> inútil explicárselo. No lo entendían. ( <i>Het was nutteloos om het uit te leggen. Ze begrepen het niet.</i> )

### 1. Vertaal en kies het juiste antwoord

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. Herschrijf de zinnen

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

(*Marta vergeleek de producten terwijl ze de etiketten las om conserveermiddelen te vermijden.*)

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

(*Door meer verse vrucht te eten, zul je op het werk meer energie hebben.*)

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

(*De diëtist legde het dieet duidelijk uit, pretend zodat we het allemaal zouden begrijpen.*)

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

---

*(Door de kou heb ik trillende handen.)*

### **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)