**Vocabulario del Capítulo 6**

**El bienestar**

El bienestar

La droga

El/la drogadicto/a

El masaje

El/la teleadicto/a

Adelgazar

Aliviar el estrés

Aliviar la tensión

Apurarse

Darse prisa

Aumentar de peso

Engordar

Disfrutar (de)

Estar a dieta

(no) fumar

Llevar una vida sana

Sufrir muchas presiones

Tratar de

Activo/a

Débil

En exceso

Flexible

Fuerte

Sedentario/a

Tranquilo/a

**En el gimnasio**

La cinta caminadora

La clase de ejercicios aeróbicos

El/la entrenador(a)

El músculo

Calentarse

Entrenarse

Estar en buena forma

Hacer ejercicio

Hacer ejercicios aeróbicos

Hacer ejercicios de estiramiento

Hacer gimnasia

Levantar pesas

Mantenerse en forma

Sudar

**La nutrición**

La bebida alcohólica

La cafeína (ACENTO!!!!!!!!!!!!!!!!)

La caloría

El colesterol

La grasa

La merienda

El mineral

La nutrición

El/la nutricionista

La proteína

La vitamina

Comer una dieta equilibrada

Consumir alcohol

Descafeinado/a