

A

a caballo entre algo y algo | pomiędzy

a fuego lento | na wolnym ogniu

a gran velocidad | z dużą szybkością

a la vez | jednocześnie

a la vuelta | po powrocie

a lo largo de | w ciągu

a los lados | po bokach

a partir de | od

a pesar de | pomimo

a pesar de que | pomimo, że

a pleno sol | w pełnym słońcu

a través de | za pośrednictwem, poprzez

abarroado | przepętiony

acarrear algo | skutkować czymś, prowadzić do czegoś

acercarse a algo | zbliżyć się do czegoś

acosar a alguien | ścigać kogoś, prześladować kogoś

adolescente | nastoletni

agotado | wyczerpany, osłabiony

agradar a alguien | sprawiać komuś przyjemność

agregar algo | dołączać coś

aguantar algo | wytrzymać coś

ahuyentar a alguien de algo | odstraszyć kogoś od czegoś

al gusto | do smaku

al mando de | pod przywództwem

al tragar | przy przełykaniu

alcanzar algo | osiągnąć coś

alojarse | zakwaterować się

ambos/ambas | obydwoje/ obydwie

amurallado | otoczony murami

añadir algo | dodawać coś

anclado | zakotwiczony

anestesiarse a alguien | dać komuś znieczulenie

antiguo | starożytny

apañarse | poradzić sobie

aparecer | pojawić się

aparecerse a alguien | ukazywać się komuś

apartar algo | odłożyć coś

apenas | za ledwie, ledwo

aproximarse | zbliżyć się

asegurarse de que | upewnić się, że

asemejar algo | przypominać coś

asistir a algo | uczestniczyć w czymś

asombroso | zdumiewający

asustar a alguien | przestraszyć kogoś

atravesar una crisis | przechodzić kryzys

atrevido | śmiały

auxiliar | pomocniczy

avanzar | postępować naprzód

B

batir algo | ubijać coś

bordar algo | *pot.* zrobić coś bardzo dobrze

C

caer enfermo | zachorować

caminar | spacerować, chodzić

capaz de | zdolny do

carecer | brakować

casarse | wyjść za mąż, ożenić się

cascado | rozbity

casual | przypadkowy

celebérrimo | przestawny

coger frío | wyziębiać się

coltán | koltan (mieszanka rud tantanu – kolumbitu i tantalitu)

combatir algo | zwalczyć coś

compaginar algo con algo | łączyć coś z czymś

compartir algo con alguien/algo | współ/dzielić coś z kimś/czymś

con creces | z nawiązką

con el objeto | celem

conmemorativo | upamiętniający

conservar algo | zachować coś

contagiarse | zarazić się

contemporáneo | współczesny

contener algo | zawierać coś

contraer matrimonio | zawrzeć związek małżeński

convencer a alguien | przekonać kogoś

convertirse en alguien/algo | przeistoczyć się/zmienić się w kogoś/coś

costumbrista | obyczajowy

crujiente | kruchy, chrupiący

cruzar algo | przechodzić przez coś

cubrir algo | zakryć coś

curar algo | wy/leczyć coś

curarse | wy/leczyć się

D

darle la vuelta a algo | obrócić coś

datar de | sięgać

de forma póstuma | pośmiertnie

de hecho | w rzeczywistości

de primera magnitud | najwyższej jakości

de renombre | sławny, znany

debido a algo | z powodu czegoś

dedicarse a algo | oddawać się czemuś

defecar | wy/próżnić się

dejar que | pozwolić, żeby

dejar reposar algo | odstawić coś

denominado | zwany

denominarse | nazywać się

dental | dentystyczny, stomatologiczny

derivado de | pochodzący od

descabezar algo | pozbawić coś głowy
descansar | odpoczywać
desconocido | nieznan
describir algo | opisać coś
desde su adolescencia | od nastoletnich lat
desde su más tierna infancia | od najmłodszych lat
desmayarse | zemdleć
desmenuzado | pokruszony na kawałeczki
desmerecer algo | uznawać coś za gorsze od innego
desobediente | nieposłuszny
desplazarse | przemieszczać się
destacado | wybitny
destinado | przeznaczony
detenerse | zatrzymywać się
digerir | trawić
disfrutar de algo | s/korzystać z czegoś
divertido | rozrywkowy
dividirse en | dzielić się na

E

echar algo | dodać, wlać coś
echar un vistazo a algo | rzucić na coś okiem
edificar algo | z/budować coś
el aceite de oliva virgen | olej z pierwszego tłoczenia
el acercamiento | przybliżenie (np. tematu)
el acero | stal
el acontecimiento deportivo | wydarzenie sportowe
el agotamiento masivo | ogólne osłabienie/wyczerpanie
el agua corriente | bieżąca woda
el ajo | czosnek
el almacén | magazyn, zbiór
el almacenamiento | gromadzenie

el analgésico | lek przeciwbólowy
el ancho | szerokość
el aniversario | rocznica
el antiinflamatorio | lek przeciwzapalny
el anuncio publicitario | reklama
el apoyo | wspieranie
el archivo | plik
el arroz | ryż
el asedio | oblężenie
el asesinato | zabójstwo, morderstwo
el asesino | zabójca, morderca
el asunto | sprawa
el azafrán | szafran
el barco | statek
el buque | statek, okręt
el caballero templario | templariusz
el campeonato | mistrzostwo
el campesino | chłop, wieśniak
el cartel informativo | ulotka informacyjna
el caso de emergencia | pilny przypadek
el castro | fort
el catarro | katar
el cazo | rondel
el centenar | setka
el centenario | setna rocznica
el chorizo | rodzaj hiszpańskiej kiełbasy
el colador | sitko
el complemento | dodatek
el compromiso | zobowiązanie
el conde | hrabia
el conejo | królik
el consejo | po/rada
el coste | koszt
el cristiano | chrześcijanin
el cuento | bajka, opowiadanie
el cultivo | uprawa
el derivado | pochodna

el descubrimiento | odkrycie
el descuento | zniżka
el deseo | pragnienie
el destinatario | odbiorca
el diente | ząb
el diminutivo | zdrobienie
el dispositivo | urządzenie
el dolor de cabeza | ból głowy
el dolor de espalda | ból pleców
el dolor de extremidades | ból kończyn
el dolor de garganta | ból gardła
el ébano | heban
el eje | oś
el ejército | wojsko
el embarazo | ciąża
el empaste | plomba, wypełnienie
el enclave | enklawa
el enfrentamiento militar | starcie zbrojne
el esguince | zwichnięcie
el espectro | duch
el este | wschód
el estrecho | cieśnina
el estudiante | student
el éxito | sukces
el expediente | dossier, dokument
el fichero | plik
el fin de semana | weekend
el fondo | dno
el frigo | *pot.* lodówka
el frigorífico | lodówka
el galán | przystojniak, casanova
el galardón | nagroda
el gobierno | rząd
el goteo nasal | ciekący nos
el guionista | scenarzysta
el halago | pochwała
el hecho | fakt
el homínido | człekokształtny
el hueso | kość

el huevo jajko	el premio nagroda	el/ la cirujano/ -a chirurg
el imprevisto coś nieprzewidzianego/ niespodziewanego	el presidente del Gobierno premier	el/ la dermatólogo/ -a dermatolog
el intestino irritable drażliwe jelito	el privilegio przywilej	el/ la endocrinólogo/ -a endokrynolog
el investigador osoba prowadząca śledztwo	el programa maligno złośliwy program	el/ la gastroenterólogo/ -a gastroenterolog
el invierno zima	el propio X sam X	el/ la geriatra geriatra
el istmo pas łądu, przesmyk	el puerperio okres połogu	el/ la ginecólogo/ -a ginekolog
el jamón szynka	el pulpo ośmiornica	el/ la nefrólogo/ -a nefrolog
el jarabe syrop	el rasgo cecha	el/ la neurólogo/ -a neurolog
el jinete jeździec	el recibo rachunek	el/ la nutricionista dietetyk
el lagrimeo łzawienie	el recipiente pojemnik	el/ la oculista okulista
el largo długość	el reconocimiento dowód uznania	el/ la oncólogo/ -a onkolog
el llano równina	el reducto bastion	el/ la óptico/ -a optyk
el logro osiągnięcie	el reinado królowanie	el/ la pediatra pediatra
el lugar de destino miejsce docelowe	el relato opowiadanie	el/ la psicólogo/ -a psycholog
el malentendido nieporozumienie	el remitente nadawca	el/ la psiquiatra psychiatra
el mercado de trabajo rynek pracy	el repaso przegląd	el/ la traumatólogo/ -a traumatolog
el morisco Morysek	el resfriado przeziębienie	el/ la urólogo/ -a urolog
el móvil telefon komórkowy	el retiro emerytura	el/la dentista stomatolog
el murciano mieszkaniec Murcii	el reto cinematográfico wyzwanie kinematograficzne	el/la periodista dziennikarz/ dziennikarka
el ordenador komputer	el rodaje kręcenie filmu	elevado wzniesiony
el origen pochodzenie	el romano Rzymianin	embujado zaczarowany
el paisaje krajobraz	el rumor plotka	empeorar pogorszyć się
el palco de honor honorowe miejsce	el seguro de viaje ubezpieczenie na podróż	en busca de w poszukiwaniu
el pan rallado bułka tarta	el sicario płatny zabójca	en carne propia na własnej skórze
el papel rola	el subgénero podgatunek	en crudo na surowo
el papel clave kluczowa rola	el templo świątynia	en dados w kostkę
el parto poród	el tinerfeño Teneryfczyk	en el extranjero za granicą
el pasadizo korytarz, alejka	el tobillo kostka u nogi	en pequeños montones w małych ilościach
el pepino ogórek	el torreón wieża obronna	en rebanadas w plastry
el permiso de residencia zezwolenie na pobyt	el tratamiento leczenie	en rodajas w plasterki
el picor de nariz swędzenie nosa	el truco sztuczka	en soledad w samotności
el picor de ojos pieczenie oczu	el usuario użytkownik	en torno a około, wokół
el pimentón dulce słodka papryka	el vaciado oczyszczenie	en vano na próżno
el polen pyłek	el vaso szklanka	encadenado spętany, skuty
el pollo kurczak	el viento wiatr	encantador uroczy, zachwycający
el portalón portal	el voto głos	encargarse de algo zajmować się czymś
	el/ la alergólogo/ -a alergolog	
	el/ la cardiólogo/ -a kardiolog	

encontrarse | znajdować się
enemigo | wróg
enfadar a alguien | złościć kogoś
enfermar | za/chorować
enfermo/a | chory/a
enfriarse | przeziębnić się
enjuagar algo | przepłukać coś
entero | cały
entremezclarse | mieszać się
envenenarse | zatruć się
enyesar | zakładać gips
erigir algo | wznosić coś, wy/
budować coś
es aconsejable | doradza się
es decir | to znaczy
escapar de algo | uciec od czegoś
escaso | nieliczny
escayolar algo | wkładać w gips
escurrir algo | odsączyć coś, odlać
coś
espectacular | widowiskowy
espeso | gęsty
estar a la altura de algo | być na
wysokości czegoś
estar embarazada | być w ciąży
estar mareado | mieć zawroty głowy
estornudar | kichać
estrictamente | ściśle, dokładnie
evitar algo | unikać czegoś
excluido | wykluczony, wyłączony
extenderse hasta | trwać do
extraer sangre | pobrać krew
extraer un diente | wyrwać/
usunąć ząb
extranjero | zagraniczny

F

fabuloso | bajeczny
fiel | wierny, oddany
fijar algo | ustalać coś
fijo | stały

fracturarse algo | złamać sobie coś
freír algo | smażyć coś
fumar | palić

G

galardonado | nagrodzony
gallego | galicyjski
ganar algo | zdobyć coś
glamuroso | stylowy
guardar algo | zachować coś

H

hacer frente a algo | zmierzyć się
z czymś
hacer referencia a algo | odnosić
się do czegoś
hacer un análisis de sangre |
wykonać badanie krwi
hacer un chequeo | z/robić
przeгляд, *tu*: ogólne badanie
hacer una aparición | pojawić się
hacer una cura | zrobić opatrunek
hinchado | spuchnięty
huir de alguien | uciekać przed
kimś

I

imprescindible | niezbędny
imprevisible | nieprzewidywalny
imprimir algo | drukować coś
inalámbrico | bezprzewodowy
incluir a alguien en algo | włączyć
kogoś w coś
incluso | (a) nawet
incorporar algo | dodać coś
incrementar | wzrastać
independientemente de algo |
niezależnie od czegoś
indispensable | niezbędny
inevitable | nieuniknione

infectar algo | zarażać coś
instantáneo | natychmiastowy
intacto | nietknięty, nienaruszony
internar, ingresar | być przyjętym
do szpitala
interno | wewnętrzny
introducir algo | wprowadzać coś
invariablemente | niezmiennie
inventar algo | wynaleźć coś
irreparable | nieodwracalny

J

jalonar algo | znaczyć coś,
znakować coś
jugar al baloncesto | grać
w koszykówkę

L

la aceituna | oliwka
la agenda | terminarz
la alcachofa | karczoch
la almena | mur miejski
la aparición | pojawienie się
la arena | piasek
la asa | uchwył
la aseguradora | ubezpieczyciel
la asistencia pública de urgencia |
pomoc w pilnych przypadkach
la aversión a los ruidos y a la luz |
nadwrażliwość na hałasy i światło
la bajeza | podłość, podły czyn
la banda sonora | ścieżka
dźwiękowa
la barbacana | barbakan
la batidora | blender
la búsqueda | szukanie, poszukiwanie
la cacerola | garnek
la calma | spokój
la cantante | piosenkarka
la cantidad | ilość
la capa de abajo | spodnia warstwa

la caries | próchnica
la carne de cerdo | wieprzowina
la cobertura | pokrycie
la Comunidad Autónoma | Wspólnota autonomiczna Hiszpanii
la contribución a algo | wkład w coś
la corriente | prąd
la cucharada | pełna łyżka
la decena | dziesiątka
la dificultad para respirar | trudności z oddychaniem
la dirección | adres
la disfonía | chrypka
La Edad Moderna | nowożytność
la empresaria | bizneswoman
la entrada | wejście
la ermita | samotnia, pustelnia
la escultora | rzeźbiarka
la esquina | narożnik
la estancia | pobyt
la exclusión | coś, co jest wyłączone z listy
la extracción | wyrwanie/ usunięcie/ekstrakcja (zęba)
la extraña | nieznanoma
la faceta | strona
la fama | sława
la fiebre | gorączka
la fiebre alta | wysoka gorączka
la fiebre del heno | katar sienny
la flaqueza | słabość
la flecha | strzała
la fortaleza | twierdza
la frontera | granica
la gamba | krewetka
la ganadora | zwycięzcy
la garganta | gardło
la grabación | nagrywanie, zapis
la guarnición | dodatek do głównego dania (np. warzywa)
la harina | mąka
la hortaliza | zielone warzywo

la huella | ślad
la huerta | ogród warzywny
la industria | przemysł
la infidelidad | niewierność
la influencia | wpływ
la irritación de garganta | podrażnienie gardła
la isla | wyspa
la jornada | dzień, dniówka
la jueza | sędzia
la juventud | młodość
la labor | praca
la manera | sposób
la mantequilla | masło
la mariposa | motyl
la mayoría | większość
la meseta | płaskowyż
la mezcla | mieszanka
la miel | miód
la mudanza | przeprowadzka
la muela | ząb trzonowy
la muñeca | lalka
la novela negra | kryminał, dreszczowiec, thriller
la novela policíaca | powieść detektywistyczna
la novia | dziewczyna, narzeczona
la obra | dzieło
la onomatopeya | onomatopeja, wyraz dźwiękonaśladowczy
la pantalla | ekran
la participación | uczestnictwo, udział
la pastilla para el dolor | tabletki przeciwbólowe
la peña | skała
la pepita | pestka
la pizca | szczypta
la planta | piętro
la pluma | pióro
la posteridad | potomność
la póliza | polisa

la prisma | pryzma, klin ścięty
la protagonista | bohaterka
la RAE = la Real Academia Española | Królewska Akademia Hiszpańska
la receta | przepis, recepta
la red social | sieć społecznościowa
la roca | skała
la ropa | odzież
la sartén | patelnia
la sed | pragnienie
la Sede Pontificia | Stolica Apostolska
la seguridad social pública | państwowe ubezpieczenie społeczne
La Semana Santa | Wielki Tydzień
la sensación de pesadez tras la comida | uczucie ciężkości po posiłku
la sombra | cień
la tacita | filiżaneczka
la tarea | zadanie
la tarjeta | karta
la tempestad | burza
la tensión | napięcie
la tiniebla | mgła
la tiza | kreda
la toponimia | toponimia (dział onomastyki zajmujący się m.in. badaniem nazw miejsc)
la torre defensiva | wieża obronna
la torre del homenaje | donżon (wieża mieszkalna i zarazem obronna)
la tos | kaszel
la trama | wątek
la ubicación | położenie, umiejscowienie
la unidad | jednostka
la valía | wartość
la variante | odmiana
la vega | łąka
la verdura | warzywo
la violencia | przemoc

las andanzas | losy, koleje
las autoridades | władze
las correrías | perypetie
las dotes | umiejętność
las elecciones | wybory
las judías verdes | zielona fasola
las náuseas | mdłości, nudności
las obras | prace (nad czymś)
las peripecias | perypetie
las reacciones alérgicas de la piel | reakcje alergiczne skóry
las revistas del corazón | prasa brukowa
levantar algo | wznosić coś
llegar a un acuerdo con alguien | uzgodnić coś z kimś
los ataques de estornudos/tos | ataki kichania/kaszlu
los cambios en la defecación | zmiany w wypróżnianiu się
los cumpleaños | urodziny
los dolores de cabeza | bóle głowy
los dolores en diferentes zonas del abdomen | bóle w różnych częściach brzucha
los dolores en el abdomen superior | bóle górnej części brzucha
los escalofríos | dreszcze
los gastos | wydatki
los mariscos | owoce morza
los orígenes | pochodzenie
los problemas de concentración | problemy z koncentracją
los ruidos intestinales | „hałasy” jelitowe
los trastornos del sueño | zaburzenia snu
los vómitos | wymioty
luchador | walczący

M

manos a la obra | do pracy
mayor | największy, starszy
medieval | średniowieczny
mejor conservado | najlepiej zachowany
mejorar | polepszyć się
merecer | zasługiwać
meterse en la piel de alguien | *pot.* wejść w czyjąś skórę
mezclar X y Y | mieszać X z Y
mientras que | podczas gdy
molido | mielony

N

no cabría esperar | nie można oczekiwać
no es extraño que | nic dziwnego, że
no obstante | bez wątpienia
nutritivo | odżywczy

O

ocupar algo | zajmować coś
ocurrir | wydarzyć się
operar | operować
oral | ustny
otorgar importancia a algo | przywiązywać wagę do czegoś

P

padecer insomnio | cierpieć na bezsenność
parecer que | wydawać się, że
participar en algo | uczestniczyć w czymś
pasar a ser pasado | stać się przeszłością
pasar hambre | cierpieć głód
pase (v. pasar) | proszę wejść

pasear | spacerować, chodzić
pedir cita con alguien | umówić się na wizytę u kogoś
pedir consejo a alguien | prosić kogoś o radę
pedir una consulta médica | prosić o konsultację medyczną
pelado | obrany
pelar algo | obierać coś
peligroso | niebezpieczny
peor | najgorszy
perceptible | dostrzegalny, zauważalny
permanentemente | na stałe
permitir hacer algo | pozwalać coś zrobić, zezwalać na z/robienie czegoś
pese a todo | mimo wszystko
picar | swędzieć (Me pica la piel. Swędzi mnie skóra).
pintoresco | malowniczy
pirenaico | pirenejski
poderoso | potężny
polifacético | wszechstronny
poner algo a remojo | namoczyć coś
poner un goteo | podłączyć kroplówkę
poner una inyección | za/stosować zastrzyk
ponerse enfermo | zachorować
por añadidura | dodatkowo
por las inmediaciones | w okolicach
por necesidad | z konieczności
por otra parte | z drugiej strony
posterior | późniejszy
preciarse | cenić się, szanować się
presumir de algo | szczyścić się czymś
previo | uprzedni
privilegiado | uprzywilejowany
profundo | głęboki
pronunciar algo | wypowiadać coś
propio | własny
provenir de algo | pochodzić od czegoś

provocar algo | powodować coś
provocar que | powodować, że
puesto que | zważywszy, że; jako, że
pulsar algo | naciskać coś

Q

que se mejore | życzyć polepszenia
quedar fuera de algo | zostać wykluczonym z czegoś, zostać pominiętym
quemarse | spalić się

R

rallado | starty
rascarse | drapać się
recetar | wypisywać receptę
recetarle algo a alguien | wypisywać komuś receptę
reclamar el reembolso | zwrócić się o zwrot
reconocido | znany
recorrer algo | przemierzać coś
rectangular | prostokątny
recuperar algo | odzyskać coś
refrescar algo | odświeżyć coś
refugiarse | schronić się
relativo | względny
rellenar un cuestionario médico | wypełnić formularz zdrowotny
remontarse a X | sięgać X
remover algo | mieszać coś
retroceder | cofać się
retrotraerse | cofnąć się (w czasie)
roquero | skalny
roto | złamany

S

saciar el apetito | zaspakajać apetyt
saltar a la fama | zasłynąć
saltear algo | podsmażać coś

sangrar | krwawić
sanitario | zdrowotny
sano | zdrowy
sazonar algo | przyprawiać coś
se trata de | chodzi o
señalar algo | wskazać coś
sentarle (algo) bien/mal a alguien | wpływać (o czymś) dobrze/źle na kogoś
sentirse aliviado | czuć ulgę
sentirse mal | źle się czuć
septuagésimo | siedemdziesiąte
ser arrebatado | zostać odebrany
ser asesinado | zostać zamordowanym
ser expulsado | zostać wyrzuconym
sin permiso | bez zezwolenia
sobradamente | w nadmiarze
sobrar | być w nadmiarze
solicitar algo | złożyć o coś wniosek
someramente | powierzchownie
sorprender | zaskakiwać
subrayado | podkreślony
suceder | wydarzyć się
sudar | pocić się
suficiente | wystarczający
sumir | pograżyć
superar algo | przewyżżyć coś
supuestamente | w założeniu
surgir | pojawić się
sustituir algo | zastępować coś

T

tampoco | również nie
tener algo en cuenta | brać coś pod uwagę
tener catarro | mieć katar
tener cuidado | być ostrożnym, uważać
tener dolor | czuć ból
tener escalofríos | mieć dreszcze

tener falta de peso | mieć niedowagę
tener fiebre | mieć gorączkę
tener la regla | mieć okres/miesiączkę
tener náuseas | mieć mdłości/nudności
tener sobrepeso | mieć nadwagę
tener un dolor agudo/punzante/quemante | czuć ból ostry/rwący, kłujący/palący
tener una inflamación | mieć stan zapalny
tener vómitos | wymiotować
torcerse algo | skrócić sobie coś
torcido | skrzywiony
toser | kaszleć
traer algo | przywozić coś
trashumante | wędrowny
traspasar algo | przekraczać coś
trasplantar | przeszczepiać, przeprowadzać transplantację
tratar de | próbować
tratarse de algo | chodzić o coś
travieso | psotny
triturar algo | mielić, kruszyć coś
troceado | w kawałkach

U

un antes y un después | przed i po

V

vendar algo | bandażować coś
venirle algo bien a alguien | pasować coś komuś
verter | wlać
votar | głosować