

A

¡Andá a cagar! | co ty pierdolisz!

¡cuidado! | uwaga!

¡déjate llevar! | daj się ponieść

¡hostia! | cholera, psiakrew!
(dosłownie: „hostia”)

¡mierda! | kurde, cholera!
(dosłownie: „gówno”)

¡nada más lejos de nuestra intención! | nic bardziej mylnego!

¿qué pasa luego? | co dzieje się potem?

disminuir algo | zmniejszyć coś

pegadizo | chwytny

a diario | na co dzień

a la hora de aprender español | w czasie uczenia się języka hiszpańskiego

a largo plazo | na dłuższą metę

a nivel cognitivo | na poziomie poznawczym

a partir de | od

a partir de ahora | od teraz

a pesar de que | po/mimo

a rajatabla | co do joty

a través de algo | poprzez coś

a.C = antes de Cristo | przed Chrystusem, przed naszą erą

abarcarse algo | obejmować coś

abrir el grifo | odkręcać kran

acabar de hacer algo | właśnie coś zrobić

acabar en algo | kończyć się na coś

acercarse a alguien | zbliżać się do kogoś

acertar | odgadnąć

aconsejar algo | doradzać coś

acorde con algo | zgodne z czymś

acostarse en la arena | położyć się na piasku

acudir al servicio médico | udać się do punktu medycznego

adelgazar | schudnąć

además | ponadto

admitir algo | przyznawać coś

adoptar algo | przyjąć coś

afortunadamente | na szczęście

afirmar que | powierzać, że

agitado | poruszony

agradecer algo a alguien | być za coś komuś wdzięcznym

aguantar | wytrzymywać

ahondar algo | pogłębiać coś

ahuyentar espíritus malignos | odpędzać złe duchy

al alcance de todos | w zasięgu wszystkich

al ganar | przy wygranej

al horno sin grasa | w piekarniku bez tłuszczu

al igual que | podobnie jak

al vapor | na parze

alabar algo | wychwalać, sławić coś

alcapurrias | typowe smażone danie zawierające mięso mielone i banany

alejarse de algo | oddalić się od czegoś

alertar de algo | przestrzegać przed czymś

alicaído | obniżony

alocado | zwariowany

alrededor de X | około X

aludir a algo | odnosić się do czegoś

ambas | obydwie

ambos | obydwu

amplio | szeroki

andar con otras mujeres a la vez | być w relacji z różnymi kobietami jednocześnie

anexionarse completamente a algo | zostać całkowicie włączonym w coś

anteriormente | wcześniej

antes de que se pongan feos | zanim się zepsują

antojarse algo | mieć na coś ochotę

aparearse | kopulować

aparecer | pojawiać się

aparte de algo | oprócz czegoś

aportar algo | dostarczać czegoś

apostar | stawiać, zakładać się

apreciar algo | doceniać coś

aprobar una ley | uchwalić prawo

aproximadamente | w przybliżeniu

apuntarse a un gimnasio | zapisywać się na siłownię

ascender a X | wzrastać do X

asiduo a algo | często robiący coś

asociado | zrzeszony

atado a algo | związany z czymś

atendido por algo | obsługiwany przez coś

atraer algo | przyciągać coś

aumentar algo | zwiększać coś

aunque | chociaż

B

bajar | obniżyć się, spadać

bajar peso | stracić na wadze

bajo | niski

bañarse | wy/kąpać się

C

cabe destacar | warto zwrócić uwagę na

caer en la tentación | popadać w pokusę

calentarse | zrobić rozgrzewkę

calzarse unas deportivas | ubrać się w sportowe buty

cambiar de idea | zmieniać zdanie

captar alguien | s/chwytać kogoś, ująć kogoś

cardiovascular | krążeniowy

cazador-recolector | zbieracko-łowiecki
celebrar algo | świętować coś
cerca de X | około X
clave | kluczowy
comenzar una lucha | rozpocząć walkę
comer porquerías | jeść świnstwa
compartir algo | współ/dzielić coś, postugiwać się czymś wspólnie
compartir el momento de las comidas | jeść wspólnie posiłki
comprometido | oddany
común | powszechny
con desánimo | ze zniechęceniem
conceder algo a alguien | przyznać coś komuś
confesar algo | wyznać coś
confiar en algo | ufać czemuś
conllevar algo | pociągać coś za sobą
conservar | zachować, mieć
considerable | znaczący, znaczny
considerablemente | znacznie, znacząco
considerar algo como algo | uważać coś za coś/jakieś
consistir en algo | polegać na czymś
construir castillos de arena | budować zamki z piasku
convencer a alguien de hacer algo | przekonać kogoś do z/robienia czegoś
convencerse de que | przekonać się, że
convertir algo en algo | przekształcić, zmienić coś w coś
convertirse en alguien | przekształcić się w kogoś
conviene apuntar que | należy odnotować, że
conviene comentar que | należy dodać, że
corresponder a algo | odpowiadać czemuś

cosechar | zbierać żniwa
crecer | wzrastać
criarse | dorastać
cualquier | jakikolwiek
cúbreme | kryj mnie
cumplir los requisitos | spełniać wymogi

D

d.C = después de Cristo | po Chrystusie, naszej ery
dar (un poco) de sombra | rzucać/dawać (trochę) cienia
dar a alguien una mala noticia | przekazać komuś złą wiadomość
dar caché a alguien | nadawać komuś prestiż
dar rienda suelta a la imaginación | puścić wodze wyobraźni
dar un salto a la fama | zaślinać
de golpe | błyskawicznie
de origen alemán | pochodzenia niemieckiego
de origen Yuruba | pochodzenia Yuruba
de quince años en adelante | w wieku 15 lat i wyżej
debidamente | odpowiednio
debido a algo | z powodu czegoś
defenderse de algo | bronić się przed czymś
definitivamente | zdecydowanie
demostrar a alguien un agradecimiento por algo | okazać komuś wdzięczność za coś
dependiendo de | w zależności od
derivado de algo | pochodzący od czegoś
derribar prejuicios | obalać uprzedzenia
desanimarse | zniechęcać się
desconectar alguien de algo | odłączać kogoś od czegoś

desconocer algo | nie znać czegoś, nie móc czegoś ustalić
desde la antigüedad | od starożytności
desgraciadamente | niestety
despegar | zacząć się
destacar | wyróżniać się, zwracać uwagę
destacar algo | zwrócić uwagę na coś
detener algo | zatrzymać, powstrzymać coś
detenerse | zatrzymywać się
determinado | określony
día a día | z dnia na dzień
dirigir algo | kierować czymś
disfrutar de algo | s/korzystać z czegoś
disimuladamente | dyskretnie
disminuir algo | zmniejszyć coś
distinguir algo | wyróżnić coś
doloroso | obolały
dotado de algo | dotowany przez coś
duradero | trwały

E

echar a alguien | wyrzucać kogoś
echar un vistazo a algo | rzucić na coś okiem
ejercitar algo | poddawać coś ćwiczeniom
el adversario | przeciwnik
el aficionado | fan, zwolennik (czegoś)
el agobio | wyczerpanie, znużenie
el aguacate | awokado
el alma | dusza
el ámbito | środowisko, otoczenie
el anuncio publicitario | reklama
el aporte | wkład, udział
el aprendizaje | uczenie się
el artículo | zaimek

el asegurado | ubezpieczony, osoba ubezpieczona
el asentamiento | osiedlenie się
el atraco | rabunek
el atracán | napad głodu, objadanie się
el aumento | wzrost
el avance médico/científico | postęp medyczny/naukowy
el azúcar | cukier
el azúcar de caña | cukier trzcinowy
el bacalaito | suszony dorsz, pokrojony na plastry smażony w panierce, typowa przekąska
el baloncesto | koszykówka
el balón de oro | złota piłka
el borracho | pijak, ochlapus
el bote con fondo de cristal | tódź z przeszklonym dnem
el cachorro | szczeniak
el calentamiento | rozgrzewka
el caminante | przechodzień
el camino hacia el éxito | droga do sukcesu
el cáncer | rak
el cangrejo buruquena | rodzaj kraba
el canónigo | roszpunka jadalna
el cargamento de oro | ładunek złota
el cartel | plakat
el caso | przypadek
el ciclismo | kolarstwo
el ciudadano | obywatel
el comportamiento sexual | zachowanie związane z seksualnością
el conjunto | zespół
el coño | pizda, cipa (używane jako "przerywnik" tak jak polskie "kurwa")
el consejo | rada
el contagio | zaraźliwość
el crecimiento | wzrost

el crimen juvenil | przestępczość nieletnich
el cuerpo te lo agradece | ciało jest ci wdzięczne
el decir un taco | wy/powiedzenie wulgaryzmu
el deporte | sport
el deporte colectivo | sport grupowy
el desarrollo | rozwój
el descanso | odpoczynek
el desconocimiento | nieznajomość
el dulce de leche | kajmak
el efecto analgésico | efekt analgetyczny, znoszący ból
el efecto rebote | efekt jojo
el embaucador | oszust
el empleado público | funkcjonariusz/pracownik państwowy
el enemigo | wróg
el entorno familiar | otoczenie rodzinne, rodzina, bliscy
el esclavo | niewolnik
el esfuerzo siempre merece la pena | wysiłek zawsze się opłaca
el esguince | skręcenie
el esquí | narty
el estado de ánimo | stan ducha
el estado de tracto digestivo | stan przewodu pokarmowego
el estado miembro | państwo członkowskie
el estiramiento | rozciąganie się
el excesivo nerviosismo | nadmierne zdenerwowanie
el factor de riesgo | czynnik ryzyka
el fallecido | zmarły
el fallecimiento | zgon, śmierć
el género urbano | gatunek miejski
el gilipollas | kretyn
el hábito nutricional | nawyk żywieniowy

el hecho | fakt
el hijo de puta | skurwysyn
el imprevisto | coś nieoczekiwanego
el impuesto | podatek
el incienso | kadzidło
el índice | wskaźnik
el insulto | obraźliwe słowo, obelga, wyzwisko
el interlocutor | rozmówca, interlokutor
el jugador | gracz
el ladrón | złodziej
el lanzamiento | wypuszczenie (na rynek)
el liderazgo | zdolności przywódcze
el logro | osiągnięcie
el lugar de residencia | miejsce zamieszkania
el maricón | pedał
el mejor hablado | napiętniej się wystawiający
el mercado | rynek
el miembro inferior | kończyna dolna
el nacimiento | narodziny
el numerito de la báscula | licznik wagi
el nutriente | składnik odżywczy
el objetivo | cel
el ocio | rozrywka
el ordenador | komputer
el origen | pochodzenie
el paladar | podniebienie
el papel | rola
el pariente | krewny
el pescado | ryby
el poder | moc
el predator | drapieżnik
el premio instantáneo | natychmiastowa nagroda
el proceso de adelgazamiento | proces chudnięcia

el propósito | cel
el putero | dziwkarz
el que canta ora dos veces | ten kto śpiewa, modli się podwójnie
el quirófano | chirurg
el receptor | odbiorca
el recorrido guiado | trasa z przewodnikiem
el reembolso de la misma cantidad que ingresas en tu cuenta | zwrot takiej kwoty jaką zasilasz swoje konto
el regalo | prezent
el romero | rozmaryn
el saber compartir | umiejętność dzielenia się
el salmo | psalm
el sandwichito | kanapeczka
el saque | serwis (np. w siatkówce)
el seguidor | fan
el Seguro Social | ubezpieczenie społeczne
el sentimiento de tristeza | uczucie smutku
el significado | znaczenie
el sillón reclinable | leżak
el sistema sanitario | system zdrowotny
el sobrepeso | nadwaga
el son | dźwięk
el subnormal | przygłup, jełop
el sustantivo | rzeczownik
el taco | przekleństwo, wulgaryzm
el taller | warsztat
el testimonio | świadectwo
el trabajador | pracownik
el usuario | użytkownik
el vegetal | warzywo
el vendedor ambulante | wędrowny sprzedawca
el vocablo | słowo, termin
el votante | głosujący
elegir a un médico | wybierać lekarza

elevado | podwyższony
embriagar a alguien | upijać kogoś
empaparse de algo | nasiąknąć czymś
en cuanto a | jeśli chodzi o
en el borde de la pileta | na brzegu basenu/zbiornika
en el camino de vuelta | w drodze powrotnej
en el pasado | w przeszłości
en el peor de los casos | w najgorszym przypadku
en exceso | w nadmiarze
en horario infantil | w godzinach nadawania programów dla dzieci
en la actualidad | obecnie
en la estantería | na półce
en lugar de | zamiast
en mayor o menor medida | w większym lub mniejszym stopniu
en otras palabras | innymi słowy
en primer lugar | po pierwsze
en segundo lugar | po drugie
en tercer lugar | po trzecie
en torno a X | około X
en un estante | na półce
en un rincón | w kącie
en vez de | zamiast
encontrar algo | znaleźć coś, napotkać coś
encontrarse bien | dobrze się czuć
encuestado | ankietowany
endeudado | zadłużony
enfrente de | naprzeciw/ko
englobar en sí mismo/a | zawierać w sobie
enriquecer algo | wzbogacić coś
ensalzar algo | wychwalać coś
entendible | zrozumiałe
entre otras cosas | między innymi
entrometido | ktoś wtykający nos w nie swoje sprawy
equilibrado | zrównoważony

equivaler a algo | być równoznacznym z czymś
equivocarse en algo | po/mylić się w czymś
es decir | to znaczy
escaparse | wysmyknąć się
esfuerzo | wysiłek
esperar cosas de ti mismo | wymagać od siebie samego
espolvorear algo con algo | posypywać coś czymś
estar | być
estar al loro | być na bieżąco
estar de paso | przechodzić (np. obok czegoś)
estar domiciliado | być zameldowanym
estar establecido | być/zostać ustanowionym
estar instaurado | być/zostać ustanowionym
estricto | surowy, ścisły
evitar algo | unikać czegoś
excepto | z wyjątkiem
exigente | wymagający
exitoso | odnoszący sukcesy, efektywny
extenderse | rozprzestrzeniać się
extenso | obszerny
extraordinario | wyjątkowy
extrapolar a algo | przenosić się do czegoś

F

fallar algo a alguien | brakować komuś czegoś
fallecer | umrzeć
faltar | brakować
familiarizado con algo | zaznajomiony z czymś
favorecer algo | sprzyjać czemuś
femenino | żeński
fijarse en algo | skoncentrować się, skupić się na czymś

firmar un contrato | podpisać kontrakt

fluidamente | płynnie, biegle

fomentar algo | promować coś

forzar a alguien a hacer algo | zmuszać kogoś do z/robienia czegoś

forzar algo | nadwyręzać coś

forzar a alguien a hacer algo | zmuszać kogoś do z/robienia czegoś

fundar algo | zakładać coś

G

ganar algo | wygrać coś

generar endorfinas | produkować endorfiny

gestionar algo | zarządzać czymś

gordito | grubasek

gozar de algo | cieszyć się czymś

grabar un primer disco | nagrać pierwszą płytę

grave | poważny

grosero | wulgarny

guisado con agua | duszony w wodzie

H

haber | być, mieć miejsce

hacer a alguien un homenaje | oddać komuś hołd

hacer borrón y cuenta nueva en su vida | zacząć od nowa

hacer caminata | spacerować

hacer deporte | uprawiać sport

hacer tilín | podobać się

hacer un descanso | robić przerwę

hay que decir que | trzeba powiedzieć, że

hay que señalar que | należy wskazać, że

hoy en día | obecnie, w dzisiejszych czasach

hubiera traído a mi abuela mejor, que se queja menos | mogłem

przyprować swoją babcię, narzeka mniej

I

ilegal | niezgodny z prawem, nielegalny

impalpable | niewyczuwalny

imprescindible | nieodzowny

imprescindible | niezbędny

incentivar a alguien a hacer algo | motywować kogoś do z/robienia czegoś

incitar a alguien a hacer algo | namawiać, zachęcać kogoś do z/robienia czegoś

incluso | nawet

incluyendo X | włącznie z X

incontable | niezliczony

incrementar algo | zwiększać coś

indecente | nieprzyzwoity

indeseado | niepożądany

indeterminado | nieokreślony

indicar sorpresa | wskazywać na zdumienie

inducir algo | powodować, wywoływać coś

influir en algo | wpływać na coś

inmediato | natychmiastowy

inventar algo | wynaleźć coś

involucrarse | angażować się

ir en aumento | wzrastać

J

joder | pieprzyć (używane jako "przerywnik" tak jak polskie "kurwa")

jugar al vóley-playa | grać w siatkówkę plażową

jugar por dos personas | grać za dwie osoby

junto con algo | razem z czymś

L

la actividad de ocio | czynność związana z rozrywką/rozrywkowa

la adición | uzależnienie

la afición a algo | upodobanie do czegoś

la agilidad mental | błyskotliwość

la alimentación saludable | zdrowe odżywianie

la amplitud | amplituda (tonów w muzyce)

la ansiedad | niepokój

la apuesta | zakład

la ave | ptak

la bachata | rodzaj gatunku muzycznego

la bahía | zatoka

la baja laboral | zwolnienie lekarskie

la boda | ślub

la bollería industrial | pieczywo przemysłowe (przetworzone)

la campaña de concienciación | kampania uświadamiająca

la canela | cynamon

la capacidad reflexiva | zdolność myślenia

la careta de los vejigantes | maska typowej postaci z folkloru Portoryko, podobnej do klauna

la carnicería | rzeźnik

la carrera | bieg

la carrera a pie | bieganie

la carrera de caballos | wyścig konny

la causa de muerte | przyczyna śmierci

la causa externa | przyczyna zewnętrzna

la cerveza | piwo

la ciencia | nauka

la clarividencia | jasnowidztwo

la comida frita | smażone jedzenie

la comida procesada | przetworzona żywność
la comodidad | wygoda
la comunidad | społeczność
la concordancia de género | zgodność rodzaju
la confianza | zaufanie
la corteza cerebral | kora mózgowa
la cuota obligatoria | obowiązkowa suma/kwota
la defunción | zgon
la derrota | porażka
la desaparición | zniknięcie
la diabetes | cukrzyca
la dieta milagro | dieta cud
la docena | tuzin
la droga | narkotyk
la economía de alto ingreso | wysokodochodowa gospodarka
la edad media | średnia wieku
la encuesta | ankieta
la enfermedad | choroba
la enfermedad crónica | chroniczna choroba/przypadłość
la equitación | jazda konna
la escultura | rzeźba
la especie | gatunek
la esperanza de vida | oczekiwana długość życia
la estima | szacunek
la exclusión social | wykluczenie społeczne, odosobnienie
la exhibición | wystawa
la experta en nutrición | ekspertka żywieniowa
la felicidad | szczęście
la fractura de hueso | złamanie kości
la frase hecha | utarty zwrot
la fruta | owoc
la fuente de financiación del gasto sanitario público | źródło finansowania zdrowotnych wydatków publicznych

la gran cantidad de dinero | duża ilość pieniędzy
la gran libertad de elección | duża swoboda/wolność wyboru
la grasa | tłuszcz
la habilidad | umiejętność, zdolność
la harina refinada | oczyszczona mąka
la herramienta | narzędzie
la hidratación | nawodnienie
la hormona de la felicidad | hormon szczęścia
la industrialización | uprzemysłowienie
la influencia de algo | wpływ czegoś
la labor | praca
la lengua extranjera | język obcy
la lengua materna | język ojczysty
la lesión del tendón | uraz ścięgna
la ley | prawo
la lindeza | piękność
la línea de ropa | linia odzieżowa
la ludopatía | hazard
la matanza | rzeź
la mayoría | większość
la medicina de Atención Primaria | punkty medyczne pierwszego kontaktu
la mercería | pasmanteria
la mezcla | mieszanka
La música amansa a las fieras | Muzyka łagodzi obyczaje
la natación | pływanie
la neumonía | zapalenie płuc
la norma fija | stała reguła
la obesidad | otyłość
la Organización Mundial de la Salud | Światowa Organizacja Zdrowia
la palabrota | przekleństwo
la pérdida de peso | utrata wagi
la piscina | basen
la prenda | ubranie
la propiedad | własność

la pulsera | bransoletka
la rana coqui | rodzaj żaby
la rapidez | szybkość
la red social | sieć społecznościowa
la renta per cápita | dochód na głowę
la residencia legal | legalny pobyt
la rubia | blondynka
la salud | zdrowie
la sanidad | służba zdrowia
la sencillez | prostota
la significación | znaczenie
la sombrilla | parasol plażowy
la tasa de mortalidad infantil | wskaźnik umieralności wśród dzieci
la tasa de obesidad | wskaźnik otyłości
la toalla | ręcznik
la tuberculosis | gruźlica
la variedad | odmiana; różnorodność
la vehemencia | gwałtowność, pasja
la verdura | warzywo
la vereda | ścieżka
la vida diaria | codzienne życie
la zapatería | sklep obuwniczy
lanzarse a la calle a correr | wyruszać na ulicę, żeby pobić
las conductas delictivas | zachowania przestępcze
las empanadillas | pierożki nadziewane farszem (słodkim lub słonym), smażone na głębokim tłuszczu lub pieczone
las especias | przyprawy
las gafas de sol | okulary przeciwsłoneczne
las hierbas frescas | świeże zioła
las infecciones gastrointestinales | infekcje dróg pokarmowych
las letras | słowa utworu, piosenki
las prestaciones | usługi
levantar el ánimo | podnosić na duchu

levantar pesas | podnosić ciężary

liberar las emociones | wyzwalać emocje

llevadero | znośny, wytrzymał

llevado a cabo | przeprowadzony, zrealizowany

llevar a la tumba prematuramente a alguien | prowadzić kogoś do przedwczesnej śmierci

llevar algo a cabo | doprowadzić coś do końca, z/realizować coś

llevar una dieta saludable | jeść zdrowo

lo primero | po pierwsze

los arreglos musicales | aranżacja muzyczna

los cacahuetes | orzeszki ziemne

los churros | rodzaj słodkiego przysmaku o podłużnym kształcie przypominającym polskie racuchy

los cojones | jaja; (używane podobnie jak polskie „do kurwy nędzy”)

los datos | dane

los factores genéticos | czynniki genetyczne

los genitales | genitalia

los granos enteros | pełne ziarna

los lácteos desnatados con azúcar | odtłuszczone produkty mleczne z cukrem

los ortonoides | ludność będąca drugą falą ludności napływowej na Karaibach

los países de altos ingresos | kraje o wysokich dochodach

los países de ingresos medios o bajos | kraje o średnich lub niskich dochodach

los presupuestos estatales | budżet państwowy

los problemas cardiovasculares | problemy krążeniowe, sercowo-naczyniowe

los taínos | Tainowie, rdzenni mieszkańcy wysp Bahama i Wielkich Antyli

lucir tipo | zachwycać dobrą figurą

lucir un cuerpo esbelto | zachwycać szczupłym ciałem

luminoso | błyszczący, podświetlony

M

magullado | stłuczony

mantener algo | zachowywać coś, utrzymywać coś

mantener un cuerpo sano | zachować zdrowe ciało

más común | najpowszechniejszy

más que la mitad | więcej niż połowa

más refinado | delikatniejszy, subtelniejszy

Más vale prevenir que curar | Lepiej zapobiegać niż leczyć

masculino | męski

mayor | większy

me cago en ti | sram na ciebie

me cago en tu puta madre | sram na twoją matkę

me cago en tus muertos | sram na twoją zmarłą rodzinę

me cago en.... | sram na...

me parece | wydaje mi się

mediante | po/przez

mejorar algo | polepszać coś

merendar | jeść podwieczorek

mientras que | podczas gdy

mimar algo | pieścić coś, dbać o coś

mojado | mokry

mojarse la cabeza | moczyć sobie głowę

montar en bicicleta | jazda na rowerze

N

no dejar de crecer | nie przestawać rosnąć, narastać

no obstante | jednakże

no por casualidad | nieprzypadkowo

no se engorda de un día para otro | nie tyje się z dnia na dzień

no transmisible | niezakaźny

no vinculante | niewiążący

nombrar a alguien | mianować kogoś, wyznaczać kogoś

norteamericano | północnoamerykański

nórdico | nordycki

numeroso | liczny

O

obedecer | być posłusznym

occipital | potyliczny

ocurrir | dziać się, wydarzyć się

ofender a alguien | obrażać kogoś

P

padecer una lesión | doznawać kontuzji, urazu

para sus fines | dla ich celów

parar | przestawać

parece ser que | wygląda na to, że

participar | uczestniczyć

partir de la base de que | wychodzić z założenia, że

pasando de menos de X a Y | przechodząc/wzrastając od mniej niż X do Y

pasar a ser | stać się

pautar | ustalać normy, wyznaczać granice

pedir permiso | prosić o pozwolenie

pedir un favor a alguien | prosić kogoś o przysługę

pegadizo | chwytny

peligroso | niebezpieczny

perder algo | tracić coś, przegrywać

perder fe en algo | utracić wiarę w coś

perjudicial | szkodliwy

permitiendo a alguien hacer algo | pozwalające komuś na z/robienie czegoś

permitir | pozwalać

poblar la Tierra | zaludniać Ziemię

poner a alguien en pie de guerra con algo | wprowadzać kogoś w stan wojny z czymś

poner la salud en riesgo | ryzykować zdrowiem

poniendo su mano en la frente en forma de visera | przykładając rękę ułożoną w formie daszka do czoła

por el otro (lado) | z drugiej strony

por enfermedades infecciosas | z powodu chorób zakaźnych

por lo tanto | z tego powodu, dlatego

por otro lado | z drugiej strony

por último | na koniec

por un lado | z jednej strony

posteriormente | później, następnie

prestar algo de alguien | pożyczać coś od kogoś

prevalecer | przeważać

prevenir algo | zapobiegać czemuś

prevenir lesiones | zapobiegać urazom

proclamar algo | głosić coś

prometer algo a alguien | obiecywać coś komuś

promulgar algo | uchwalić coś

propio | własny

propio de alguien | właściwy komuś

proveer algo | dostarczać czegoś

provenir | pochodzić

provocar algo | powodować coś

puesto en altar | wystawiony na ołtarzu

puesto que | jako, że/zważywszy na to, że

Q

que te jodan | pieprz się

quedarse en la cancha | zostać na boisku

quedarse estancado | utknąć w miejscu

quemar | parzyć

quitar algo | usuwać coś

quizás | być może

R

radicar en algo | tkwić w czymś, polegać na czymś

recaer en el Gobierno | przypadać w udziale rządowi

rechazar algo | odrzucać coś, odmawiać

recordar a alguien | przypominać kogoś

reducir la tensión | z/redukować napięcie

referirse a algo | odnosić się do czegoś

refrescarse | odświeżać się, chłodzić, relaksować

refugiar a alguien de algo | chronić kogoś przed czymś

regañar a alguien | udzielić komuś reprimendy

reírse | śmiać się

rematar algo | odbijać coś

rentable | opłacalny

renunciar a algo | zrezygnować z czegoś

repassar algo | zrobić przegląd czegoś

reprobable | naganny

reprochable | godny potępienia

resentirse | być czymś (negatywnie) dotkniętym

resolver algo | rozwiązać coś, znaleźć rozwiązanie

respectivamente | odpowiednio

respiratorio | oddechowy

restringir algo | ograniczać coś

revelar algo a alguien | ujawniać coś komuś

revivir el pasado | przeżyć ponownie przeszłość

rezar a alguien | modlić się do kogoś

riquísimo | przepyszny

rodearse de algo | otoczyć się czymś

S

sacio | sycący

sacudir algo | potrząsać czymś

salado | słony

salpicar a alguien con agua | ochlapywać, spryskiwać kogoś wodą

saltar a la fama | stać się sławnym

salvo | z wyjątkiem

se trata de | chodzi o

secarse al sol | wyschnąć na słońcu

segregar más endorfinas | wydzielać więcej endorfin

ser | być

ser aplicado a algo | zostać zastosowanym w stosunku do czegoś

ser atraído por algo | być czymś przyciągniętym

ser descubierto por alguien | zostać przez kogoś odkrytym

ser duro de pelar | być twardym orzechem do zgryzienia

ser renombrado | zostać przechrzczonym

ser sofocado | zostać zduszonym

ser un pelota | być wazelinierzem

ser uña y carne | być nierozłącznym

sin ánimo de lucro | non-profit

sin duda | bez wątplenia

sin embargo | jednak/że

sin lugar a dudas | bez wątplenia

sin parar | bezustannie

sin prisa | bez pośpiechu

sino | ale

sobrevivir | przetrwać, przeżyć

soltar tacos | używać przekleństw, wulgaryzmów

sonreírse | uśmiechać się

soso | pozbawiony smaku
sostenible | trwałe, długofalowe
suced | następować, dziać się
sufrir el efecto rebote | cierpieć z powodu efektu jojo
superar algo | przezwyciężyć coś
suponer un gran problema | stanowić duży problem
sustancialmente | znacząco, istotnie
sustituir a algo | zastąpić czymś

T

tallado en madera | rzeźbiony w drewnie
tampoco | również nie
temible | budzący lęk
temido | budzący obawy
temporal | okresowy, czasowy
tender | mieć tendencję do czegoś
tener algo en cuenta | brać coś pod uwagę
tener buen aspecto | dobrze wyglądać
tener cobertura sanitaria | mieć opiekę zdrowotną
tener gracia | mieć urok
tener un atracón de comida | mieć napad głodu
tener un conocimiento previo de inglés | znać już wcześniej język angielski
tener un cuerpo sano y atlético está de moda | jest modnym mieć zdrowe i muskularne ciało
tirar de algo | używać, korzystać z czegoś
tomado de | zaczerpnięty z
tomar el fracaso como una oportunidad de aprender | traktować porażkę jako okazję do nauki
tomar el sol | opalać się
tonto | głupi, głupek
toparse con algo | zderzać się z czymś

toparse con alguien | wpadać na kogoś
traer algo | przynosić coś
tras | po
trasmisible | zakaźny
traspasar fronteras | przekroczyć granice
trastornar a alguien | wstrząsnąć, wyciągnąć ze strefy komfortu
tratar las dolencias | leczyć dolegliwości
triplicarse | potroić się

U

unir a alguien | łączyć, jednoczyć kogoś
uno de cada lado | po jednym z każdej strony

V

variar | różnić się
vencer | zwyciężać, wygrać
vender más de X | sprzedać więcej niż X
venir algo a alguien al dedillo | idealnie pasować do sytuacji
venirle algo a alguien de maravilla | fantastycznie komuś odpowiadać
vete a la mierda | idź do diabła
vete a tomar por culo | pieprz się
volver a algo | wrócić do czegoś
votar | głosować

Y

yo me cambio de lado | ja zmienię stronę

