

• GUÍA PRÁCTICA

Kit de emergencia: qué decir cuando te quedas en blanco.

Las frases salvavidas para ganar tiempo, salir del apuro y recuperar el control cuando tu mente se queda en blanco a mitad de una conversación en inglés. Guárdalas. Un día te salvarán.

Quedarse en blanco no es falta de inglés. Es pánico.

Te ha pasado: entiendes la pregunta, sabes la respuesta, y de golpe tu mente se vacía. No sale ni una palabra. No es que hayas "olvidado" el inglés — es que la presión bloqueó la vía de producir bajo estrés. Le pasa hasta a gente con inglés avanzado.

La solución tiene dos partes. La primera, para el momento: tener frases automáticas que te den tiempo y te saquen del apuro sin que se note el pánico. La segunda, de fondo: entrenar la producción para que el bloqueo deje de ocurrir.

Esta guía te da la primera parte: 40 frases salvavidas, agrupadas por tipo de apuro. Apréndelas hasta que salgan solas — porque en el momento del bloqueo, no vas a poder pensarlas.

Cómo usar esta guía: memoriza primero las de "ganar tiempo" y "cuando no encuentras la palabra". Son las que más vas a usar y las que más te salvan.

01 Para ganar tiempo

"That's a good question. Let me think for a second."

Buena pregunta. Déjame pensar un segundo.

La reina de las frases salvavidas. Perfectamente profesional, te da 3 segundos de oro.

"Let me put my thoughts together."

Déjame ordenar mis ideas.

"How can I put this..."

Cómo puedo decir esto...

"Give me a moment to think about that."

Dame un momento para pensarlo.

"That's an interesting point."

Ese es un punto interesante.

Ganas tiempo mientras tu cerebro busca la respuesta. Suena reflexivo, no perdido.

02 Cuando no encuentras la palabra

"What's the word..."

Cuál es la palabra...

"It's like... how do I say this..."

Es como... cómo digo esto...

"I can't think of the exact word, but it's similar to..."

No encuentro la palabra exacta, pero es parecida a...

Truco de oro: describe la palabra en vez de rendirte. Comunicas igual.

"You know what I mean?"

¿Sabes a qué me refiero?

"Let me rephrase that."

Déjame reformular eso.

"The point I'm trying to make is..."

El punto que trato de hacer es...

03 Cuando no entendiste

"Sorry, I didn't catch that."

Perdón, no capté eso.

"Could you say that in another way?"

¿Podrías decirlo de otra forma?

Mejor que pedir que repitan igual: pides otra versión, más fácil de entender.

"When you say [X], do you mean...?"

Cuando dices [X], ¿quieres decir...?

"I want to make sure I understand."

Quiero asegurarme de entender.

"Sorry, could you slow down a little?"

Perdón, ¿podrías ir un poco más despacio?

04 Cuando cometiste un error

"Sorry, let me correct that."

Perdón, déjame corregir eso.

"What I meant to say was..."

Lo que quise decir era...

Todos se equivocan hablando. Corregirte con naturalidad demuestra dominio, no debilidad.

"Let me start over."

Déjame empezar de nuevo.

"Actually, scratch that."

De hecho, olvida eso.

"I misspoke — I meant..."

Me expresé mal, quise decir...

05 Cuando no sabes la respuesta

"That's a great question — I'll need to check."

Excelente pregunta, necesito revisarlo.

"I'm not sure off the top of my head."

No estoy seguro así de memoria.

"Off the top of my head" = así de improviso. Muy natural para no comprometerte.

"Let me get back to you on that."

Déjame responderte eso después.

"I don't want to give you the wrong information."

No quiero darte información equivocada.

"That's outside my area, but I can find out."

Eso está fuera de mi área, pero puedo averiguarlo.

06 Para recuperar el control

"Anyway, as I was saying..."

En fin, como decía...

Perfecta para retomar el hilo después de perderte o de una interrupción.

"Where was I?"

¿Dónde estaba (qué decía)?

"Let me get back to the main point."

Déjame volver al punto principal.

"To sum up what I said..."

Para resumir lo que dije...

"Does that answer your question?"

¿Eso responde tu pregunta?

Cierra con seguridad y devuelve el control de la conversación a tu favor.

Estas frases te salvan. Pero no curan el problema.

Un kit de emergencia es justo eso: para emergencias. Estas frases te sacan del apuro en el momento, y deberías aprenderlas. Pero seamos honestos — vivir de frases salvavidas es agotador, y no es lo mismo que hablar con soltura.

El bloqueo mental que hace que te quedes en blanco tiene una sola cura de verdad: entrenar la producción hasta que hablar en inglés deje de exigir tanto esfuerzo. Cuando producir te sale natural, el pánico desaparece — y ya no necesitas el kit.

Eso es lo que hace Encognis: te pone a producir inglés en situaciones reales, una y otra vez, con corrección al instante, hasta que quedarte en blanco deje de pasarte.

Deja de depender de frases de emergencia.

En una llamada de diagnóstico corta, escuchamos tu inglés real y te decimos exactamente qué te está frenando.

[Agenda tu diagnóstico →](#)

Sin costo. Y si no eres el perfil, te lo decimos.