

EPISODIO 049

Marcadores temporales

Evitar el sobreanálisis

EN ESTE EPISODIO

- Aprenderás palabras que organizan una narración en el tiempo.
- Compararás una rutina de aprendizaje antes y después de un cambio.
- Descubrirás por qué analizar demasiado puede bloquearte.

¡Hola! Soy Óscar, y gracias por escuchar este episodio. Desde 2013 ayudo a miles de estudiantes a hablar español con un método natural y efectivo, sin gramática ni ejercicios aburridos. Hablar español es más fácil de lo que parece: solo necesitas el material y las técnicas adecuadas.

Texto y recursos del episodio: unlimitedspanish.com

PARTE 1

Transcripción y traducción

Lee primero en español. Usa la traducción solo cuando necesites confirmar el significado.

ESPAÑOL	ENGLISH
Organizar el tiempo en una historia	Organising time in a story
Los marcadores temporales indican orden, duración o relación entre acciones. «Antes», «después», «mientras», «entonces», «luego» y «al final» organizan una narración.	Time markers indicate order, duration, or relationships between actions. "Antes", "después", "mientras", "entonces", "luego", and "al final" organise a narrative.
«Ya» indica que algo ha ocurrido o ha cambiado: «Ya he terminado». «Todavía» señala que una situación continúa: «Todavía estoy trabajando».	"Ya" indicates that something has happened or changed: "Ya he terminado". "Todavía" shows that a situation continues: "Todavía estoy trabajando".
«Desde» marca el inicio; «hasta» marca el límite final; «durante» indica la extensión temporal: «Estudió desde las seis hasta las siete durante tres meses».	"Desde" marks the beginning; "hasta" marks the end limit; "durante" indicates duration: "Estudió desde las seis hasta las siete durante tres meses".
Utilizar varios marcadores sencillos hace que una historia sea más fácil de seguir y reduce la necesidad de estructuras complejas.	Using several simple time markers makes a story easier to follow and reduces the need for complex structures.
Consejo del episodio: menos sobreanálisis	Episode tip: less overanalysis
El sobreanálisis aparece cuando intentas comprobar cada regla, palabra y posibilidad antes de continuar. El resultado suele ser lentitud y duda.	Overanalysis appears when you try to check every rule, word, and possibility before continuing. The result is usually slowness and doubt.

ESPAÑOL	ENGLISH
Durante la escucha, busca el sentido general. Durante el habla, termina la idea. Reserva el análisis detallado para un momento separado y limitado.	While listening, look for the general meaning. While speaking, finish the idea. Reserve detailed analysis for a separate, limited time.
Una pregunta útil es: «¿Este detalle es necesario para comprender o comunicar ahora?». Si no lo es, puedes seguir adelante.	A useful question is: "Is this detail necessary to understand or communicate right now?". If it is not, you can move on.

Practica con los cursos completos

Escucha varias veces y deja que las estructuras se vuelvan familiares.



[VER CURSOS >](#)

PARTE 2

Punto de Vista

La misma historia cambia de tiempo verbal y perspectiva. Fíjate sobre todo en los verbos y en los pronombres.

CÓMO PRACTICAR

Ahora vamos a practicar con un punto de vista. Escucharás la misma historia en varias versiones. Fíjate sobre todo en los verbos y en los cambios de tiempo. Comparando las versiones, la gramática se vuelve mucho más clara. Estas técnicas están implementadas al 100% en mis cursos completos en unlimitedspanish.com.

01

PRIMERA VERSIÓN

Antes · Rutina dominada por el análisis
La antigua forma de estudiar de Elena.

ESPAÑOL	ENGLISH
Antes, Elena analizaba cada frase durante varios minutos.	Before, Elena analysed every sentence for several minutes.
Primero buscaba todas las palabras en el diccionario.	First, she looked up every word in the dictionary.
Después copiaba cada regla gramatical en un cuaderno.	Afterwards, she copied every grammar rule into a notebook.
Mientras escuchaba, pausaba el audio cada pocos segundos.	While listening, she paused the audio every few seconds.
Todavía no había terminado una lección cuando empezaba otra semana.	She still had not finished one lesson when another week began.
Al final se sentía cansada y hablaba muy poco.	In the end, she felt tired and spoke very little.

02

SEGUNDA VERSIÓN

Ahora · Rutina centrada en el sentido
La nueva forma de estudiar de Elena.

ESPAÑOL	ENGLISH
Ahora, Elena escucha primero la lección completa.	Now, Elena first listens to the complete lesson.
Después vuelve a escuchar las partes más importantes.	Afterwards, she listens again to the most important parts.
Mientras escucha, intenta comprender el sentido general.	While listening, she tries to understand the general meaning.
Ya no busca todas las palabras en el diccionario.	She no longer looks up every word in the dictionary.
Todavía analiza algunas expresiones, pero solo durante unos minutos.	She still analyses some expressions, but only for a few minutes.
Al final termina más lecciones y habla con mayor fluidez.	In the end, she finishes more lessons and speaks more fluently.

IDEA CLAVE

Los marcadores «antes, primero, después, mientras, todavía, ya, al final» muestran claramente el cambio entre dos rutinas.

Elena no dejó de pensar: simplemente dejó de convertir cada frase en una investigación interminable.

Separa los momentos de comunicación de los momentos de análisis y limita estos últimos.

PARTE 3

Vocabulario esencial

Repasa palabras y expresiones importantes del episodio. Lee la explicación y observa cómo se usan en contexto.

LÉXICO

REPASO FINAL

Palabras, expresiones y ejemplos del episodio

ESPAÑOL	ENGLISH
marcador temporal Palabra o expresión que sitúa una acción en el tiempo. Ejemplo: «Después» funciona como marcador temporal.	time marker A word or expression that places an action in time. Example: "Después" functions as a time marker.
mientras Durante el tiempo en que ocurre otra acción. Ejemplo: Escuchaba mientras caminaba.	while During the time in which another action occurs. Example: She listened while she walked.
todavía Indica que una situación continúa. Ejemplo: Todavía no ha terminado.	still / yet Indicates that a situation continues. Example: He has not finished yet.
ya Indica que algo ha ocurrido o ha cambiado. Ejemplo: Ya entiendo la expresión.	already / now Indicates that something has occurred or changed. Example: I understand the expression now.

ESPAÑOL	ENGLISH
sobreactualización Análisis excesivo que dificulta actuar o decidir. Ejemplo: El sobreactualización bloqueaba su conversación.	overanalysis Excessive analysis that makes action or decision difficult. Example: Overanalysis blocked her conversation.
seguir adelante Continuar sin detenerse en un detalle. Ejemplo: No conocía una palabra, pero siguió adelante.	to move on To continue without stopping at a detail. Example: She did not know one word, but she moved on.

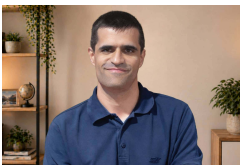
Habla español de manera automática y natural

Practica con horas de contenido guiado en los cursos completos.



EMPIEZA HOY >

¿Te gustó este episodio? Habla español de manera automática y natural con mis cursos completos. Empieza hoy en unlimitedspanish.com



Óscar

Fundador de Unlimited Spanish Podcast

unlimitedspanish.com