

EPISODIO 155

Ola de calor

EN ESTE EPISODIO

- Aprenderás qué es una ola de calor y cómo protegerte.
- Practicarás vocabulario sobre temperaturas, hidratación y riesgos.
- Responderás preguntas sobre un pueblo que buscaba desesperadamente sombra.

¡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
Cuando el calor dura varios días	When the heat lasts for several days
Una ola de calor es un periodo de temperaturas excepcionalmente altas que se mantiene durante varios días y afecta a una zona amplia.	A heatwave is a period of exceptionally high temperatures that lasts for several days and affects a large area.
El calor intenso puede provocar deshidratación, agotamiento y golpes de calor. Las personas mayores, los niños pequeños y quienes trabajan al aire libre necesitan especial cuidado.	Extreme heat can cause dehydration, exhaustion, and heatstroke. Older people, young children, and those who work outdoors need special care.
Conviene beber agua con frecuencia, evitar el ejercicio en las horas centrales del día y permanecer en lugares frescos o bien ventilados.	It is advisable to drink water frequently, avoid exercise during the hottest hours of the day, and stay in cool or well-ventilated places.
También es importante usar ropa ligera, protegerse del sol y no dejar nunca a una persona o un animal dentro de un vehículo cerrado.	It is also important to wear light clothing, protect yourself from the sun, and never leave a person or animal inside a closed vehicle.
Una ola de calor no es simplemente un día agradable de verano. La duración y la intensidad convierten el fenómeno en un riesgo para la salud.	A heatwave is not simply a pleasant summer day. Its duration and intensity turn the phenomenon into a health risk.

Practica con los cursos completos

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



[VER CURSOS](#)

PARTE 2

Mini-Historia

Una frase breve, preguntas sencillas y muchas oportunidades para responder en voz alta.

CÓMO PRACTICAR

Primero escucharás una frase con información. Después responderás a preguntas muy sencillas sobre esa información. Intenta contestar en voz alta antes de escuchar la respuesta. No pasa nada si te equivocas: escucha, repite y responde cada vez con más rapidez. Estas técnicas están implementadas al 100% en mis cursos completos en unlimitedspanish.com.

Q&A

PRÁCTICA GUIADA

Preguntas y respuestas

Escucha la información, responde en voz alta y después comprueba la respuesta.

ESPAÑOL	ENGLISH
En Villa Fresquita llegó una ola de calor inesperada.	An unexpected heatwave arrived in the town of Villa Fresquita.
¿Llegó una ola de frío?	Did a cold spell arrive?
No. Llegó una ola de calor.	No. A heatwave arrived.
Durante cinco días, la temperatura superó los cuarenta grados.	For five days, the temperature exceeded forty degrees.
¿Duró solamente una hora?	Did it last for only one hour?
No. Duró cinco días.	No. It lasted for five days.
Los habitantes buscaban sombra y bebían mucha agua.	The residents looked for shade and drank plenty of water.
¿Buscaban nieve?	Were they looking for snow?
No. Buscaban sombra.	No. They were looking for shade.
El alcalde instaló fuentes temporales en la plaza.	The mayor installed temporary fountains in the square.
¿Instaló chimeneas?	Did he install fireplaces?
No. Instaló fuentes con agua fresca.	No. He installed fountains with cool water.
Un vecino intentó freír un huevo sobre el capó de su coche.	One resident tried to fry an egg on the bonnet of his car.
¿Intentó congelar un huevo?	Did he try to freeze an egg?
No. Intentó freírlo con el calor.	No. He tried to fry it using the heat.
El huevo no se cocinó, pero el vecino quemó la espátula.	The egg did not cook, but the resident burnt the spatula.
¿Funcionó perfectamente su experimento?	Did his experiment work perfectly?
No. Fue un experimento bastante inútil.	No. It was a rather useless experiment.

IDEA CLAVE

En una ola de calor, hidratarse y reducir la exposición al sol es más importante que hacer experimentos.

Villa Fresquita sobrevivió al calor gracias al agua, la sombra y un poco de sentido común.

Escucha otra vez y responde con frases breves.

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
ola de calor Periodo de temperaturas excepcionalmente altas. Ejemplo: La región sufrió una ola de calor.	heatwave A period of exceptionally high temperatures. Example: The region experienced a heatwave.
deshidratación Falta excesiva de agua en el organismo. Ejemplo: Beber agua ayuda a evitar la deshidratación.	dehydration An excessive lack of water in the body. Example: Drinking water helps prevent dehydration.
golpe de calor Problema grave causado por una temperatura corporal muy alta. Ejemplo: El golpe de calor requiere atención médica.	heatstroke A serious condition caused by a very high body temperature. Example: Heatstroke requires medical attention.
horas centrales del día Periodo alrededor del mediodía, cuando el sol es más fuerte. Ejemplo: Evita correr en las horas centrales del día.	the hottest hours of the day The period around midday when the sun is strongest. Example: Avoid running during the hottest hours of the day.
capó Parte delantera de un coche que cubre el motor. Ejemplo: El capó estaba muy caliente.	bonnet / hood The front part of a car that covers the engine. Example: The bonnet was very hot.
hidratarse Beber suficiente líquido para mantener el cuerpo con agua. Ejemplo: Recuerda hidratarte durante el verano.	to stay hydrated To drink enough liquid to keep the body supplied with water. Example: Remember to stay hydrated during the summer.

Habla español de manera automática y natural

Practica con horas de contenido guiado en los cursos completos.



EMPIEZA HOY >

¿Te gustó este episodio? Practica estas técnicas con mis cursos completos en unlimitedspanish.com



Óscar

Fundador de Unlimited Spanish Podcast

unlimitedspanish.com