75 English Phrasal Verbs

Verbos con partícula — los verbos de dos o tres palabras que el inglés usa todos los días

525 oraciones de ejemplo — 7 por cada verbo
Raíces, construcción literal y conexiones • Línea de gramática (Tipo) en cada verbo
Traducciones al español incluidas

Hablar es practicar. Elige un verbo, úsalo en una oración en voz alta,
y compárala con los ejemplos.

Noviembre 2026

© 2026 Andrew Dougans · Free for personal learning use — share it freely, just please don't sell it · Gratis para uso personal de aprendizaje — compártelo libremente, solo por favor no lo vendas

Cómo usar este cuaderno

Un **phrasal verb** es un verbo más una o dos partículas (up, down, on, off, out, in, back, over, through…) que cambian el significado: *get* es «obtener», pero *get up* es «levantarse». Cada verbo de este cuaderno viene con **7 ejemplos** que mezclan los formatos — afirmaciones, preguntas, negaciones, distintas personas y tiempos. Di cada uno en voz alta antes de leer el español. Debajo de cada verbo, el cuadro sombreado te da la **raíz** (la imagen o historia que explica por qué el verbo significa lo que significa, con los primos en español cuando ayudan), la construcción **literal** palabra por palabra, y las **conexiones** con otros verbos del libro — así lo fijas entendiéndolo, no memorizándolo.

La línea **Tipo** es la gramática que más necesitas: **separable** significa que el objeto puede ir en medio del verbo — y que el pronombre *siempre* va en medio (*pick it up*, nunca *pick up it*). **Inseparable** significa que el verbo va siempre junto y el objeto después (*look for it*). **Sin objeto** significa que, en el sentido del capítulo, el verbo no lleva objeto directo: la acción recae en el sujeto (*I wake up at six*). Revisa el Tipo antes de practicar cada verbo y la mitad de los errores comunes desaparece.

Un ejercicio para hablar: tapa los ejemplos, lee un verbo y arma una oración tú mismo en inglés. Luego destapa y compara. Un capítulo al día es suficiente — la repetición le gana a la memorización de última hora.

Referencia rápida — todos los phrasal verbs

01	wake up	despertarse
02	get up	levantarse (de la cama)
03	get dressed	vestirse
04	put on	ponerse (ropa)
05	take off	quitarse (ropa)
06	turn on	encender, prender
07	turn off	apagar
08	turn up	subir (el volumen, la calefacción)
09	turn down	bajar (el volumen); rechazar
10	sit down	sentarse
11	stand up	ponerse de pie
12	clean up	limpiar, ordenar (un lugar)
13	look for	buscar
14	set off	partir, salir de viaje
15	get on	subirse a (un autobús, tren, avión)
16	get off	bajarse de (un autobús, tren, avión)
17	get in	llegar; entrar (a un carro)
18	get out	salir; bajarse (de un carro)
19	drop off	dejar (a alguien o algo en un lugar)
20	pick up	recoger (a alguien o algo)
21	check in	registrarse (hotel, aeropuerto)
22	check out	dejar el hotel; revisar (algo)
23	go back	regresar, volver (alejándose)
24	come back	volver, regresar (hacia aquí)
25	move on	seguir adelante; pasar a otra cosa
26	figure out	resolver, entender cómo
27	hand in	entregar (tareas, documentos)
28	put off	posponer
29	work out	resolver; hacer ejercicio
30	write down	anotar, escribir (para no olvidar)
31	look up	buscar (información, una palabra)
32	find out	descubrir, enterarse
33	point out	señalar, hacer notar
34	fill out	llenar (un formulario)
35	sign up	inscribirse, registrarse
36	carry on	seguir, continuar
37	give up	rendirse; dejar (un hábito)
38	back up	respaldar (archivos); apoyar
39	get along with	llevarse bien con
40	catch up	ponerse al día; ponerse al corriente
41	meet up	quedar, verse (con alguien)
42	bring up	mencionar, sacar (un tema)
43	speak up	hablar más fuerte; decir lo que piensas
44	ask out	invitar a salir (en plan de cita)
45	break up	terminar (una relación); separarse
46	make up	reconciliarse; inventar
47	check on	ver cómo está (alguien); revisar
48	look after	cuidar (a alguien)
49	run into	toparse con (alguien) por casualidad

50	grow up	crecer; madurar
51	deal with	lidiar con, encargarse de
52	come up with	ocurrírsele (una idea), inventar
53	run out of	quedarse sin (algo)
54	sort out	resolver, ordenar, arreglar
55	look into	investigar, averiguar
56	go wrong	salir mal
57	fall apart	desmoronarse; venirse abajo
58	put up with	aguantar, tolerar
59	get over	superar, recuperarse de
60	go through	pasar por, atravesar (una experiencia)
61	hold on	esperar; agarrarse
62	throw away	tirar, desechar
63	take care of	cuidar de, encargarse de
64	calm down	calmarse; calmar (a alguien)
65	cheer up	animarse; animar (a alguien)
66	stress out	estresar(se)
67	open up	abrirse (emocionalmente); abrir
68	break down	romperse (una máquina); venirse abajo
69	feel like	tener ganas de; sentirse como
70	look forward to	esperar con ganas, tener ilusión por
71	pass out	desmayarse
72	throw up	vomitar
73	sleep in	dormir hasta tarde
74	stay up	quedarse despierto hasta tarde
75	wind down	relajarse, bajar el ritmo

Capítulo 1

Vida diaria

Daily life

Verbos 1–13

01 · wake up

despertarse

Raíz: Imagina una casa dormida y, de pronto, una luz que se enciende arriba: eso hace up en este verbo, marca el paso de apagado a encendido, de dormido a activo. Wake es una palabra germánica antigua, prima del alemán wachen, vigilar; no viene del latín. Por eso wake up no es «despertar algo», sino el momento exacto en que la persona abre los ojos y entra al día.
Literal: «despertar arriba»
Conecta: Es el primer paso de la mañana; get up (#2) es el segundo: salir de la cama.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. I wake up at six every day. *(Me despierto a las seis todos los días.)*
2. What time did you wake up? *(¿A qué hora te despertaste?)*
3. She wakes up before her alarm. *(Ella se despierta antes de su alarma.)*
4. We woke up late on Sunday. *(Nos despertamos tarde el domingo.)*
5. He doesn't wake up easily in winter. *(Él no se despierta fácil en invierno.)*
6. They will wake up early tomorrow. *(Ellos se despertarán temprano mañana.)*
7. I would wake up earlier if I went to bed sooner. *(Me despertaría más temprano si me acostara antes.)*

02 · get up

levantarse (de la cama)

Raíz: Aquí get no significa «obtener»: es el verbo comodín del inglés para pasar de un estado a otro, como en get tired o get ready. Up pone el cuerpo en vertical. La imagen completa es el cambio de acostado a de pie, igual que cuando una planta se endereza hacia la luz. Get up empieza cuando los pies tocan el suelo, no cuando abres los ojos: por eso va después de wake up (#1).
Literal: «ponerse arriba»
Conecta: Wake up (#1) abre los ojos; get up pone los pies en el suelo. Stand up (#11) es levantarse de una silla.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. I get up right after my alarm. *(Me levanto justo después de mi alarma.)*
2. Get up! We're late! *(¡Levántate! ¡Ya es tarde!)*
3. She got up and made coffee. *(Ella se levantó e hizo café.)*
4. We don't get up early on Saturdays. *(No nos levantamos temprano los sábados.)*
5. He gets up at five to exercise. *(Él se levanta a las cinco para hacer ejercicio.)*
6. They got up quietly so the baby kept sleeping. *(Se levantaron en silencio para que el bebé siguiera durmiendo.)*
7. I would get up earlier if the mornings weren't so cold. *(Me levantaría más temprano si las mañanas no fueran tan frías.)*

03 · get dressed

vestirse

Raíz: Dressed es el participio de dress, vestir, una palabra que llegó al inglés desde el francés antiguo y, más atrás, del latín directus, «puesto en línea, arreglado»: la misma raíz de directo y de aderezo. Get marca el cambio de estado, como en get up (#2): pasas de estar en pijama a estar listo. Por eso get dressed describe todo el proceso de vestirse, no una sola prenda.
Literal: «ponerse vestido / arreglado»
Conecta: Es el paso después de get up (#2); put on (#4) es para una prenda específica.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. I get dressed after breakfast. *(Me visto después del desayuno.)*
2. Hurry up and get dressed! *(¡Apúrate y vístete!)*
3. She got dressed in five minutes. *(Ella se vistió en cinco minutos.)*
4. The kids get dressed by themselves now. *(Los niños ya se visten solos.)*
5. He doesn't get dressed until noon on Sundays. *(Él no se viste hasta el mediodía los domingos.)*
6. We got dressed for the party. *(Nos vestimos para la fiesta.)*
7. Get dressed — the taxi is coming. *(Vístete, que ya viene el taxi.)*

04 · put on

ponerse (ropa)

Raíz: La imagen es física y simple: tomas una prenda y la pones sobre el cuerpo; on es la partícula del contacto y la superficie, como en on the table. Put viene del inglés antiguo y es otro verbo germánico, sin raíz latina. El truco que más cuesta en español es el orden: con pronombre, la prenda va en medio, put it on, nunca al final. Lo contrario exacto es take off (#5).
Literal: «poner encima»
Conecta: Su opuesto es take off (#5); get dressed (#3) es vestirse en general, sin una prenda específica.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: put it on; no se dice: put on it.

1. Put on your jacket — it's cold. *(Ponte tu chamarra, hace frío.)*
2. She put on her glasses to read. *(Ella se puso los lentes para leer.)*
3. I put it on and it fit perfectly. *(Me lo puse y me quedó perfecto.)*
4. He puts on sunscreen every morning. *(Él se pone bloqueador cada mañana.)*
5. We put on our shoes and left. *(Nos pusimos los zapatos y salimos.)*
6. Don't put on that shirt — it's dirty. *(No te pongas esa camisa, está sucia.)*
7. They put on their uniforms at six. *(Ellos se pusieron el uniforme a las seis.)*

05 · take off

quitarse (ropa)

Raíz: Off es la partícula de la separación: algo que estaba pegado o puesto deja de estarlo, como una tapa que se quita. Take aporta la mano que agarra y retira. La escena es la contraria de put on (#4): llegas a casa, te quitas los zapatos, la chamarra, los lentes. Con pronombre también va en medio: take it off. El mismo verbo, con aviones, significa despegar, porque el avión se separa del suelo.
Literal: «quitar fuera»
Conecta: Es el espejo de put on (#4). Con aviones cambia de sentido: despegar.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: take it off; no se dice: take off it.

1. Take off your shoes at the door, please. *(Quítate los zapatos en la puerta, por favor.)*
2. She took off her coat and sat down. *(Ella se quitó el abrigo y se sentó.)*
3. I took it off because it was too tight. *(Me lo quité porque me apretaba mucho.)*
4. He takes off his hat inside the house. *(Él se quita el sombrero dentro de la casa.)*
5. We took off our boots after the hike. *(Nos quitamos las botas después de la caminata.)*
6. Don't take off your jacket yet — it's chilly. *(No te quites la chamarra todavía, hace fresco.)*
7. The plane took off on time. *(El avión despegó a tiempo.)*

06 · turn on

encender, prender

Raíz: Turn es girar, y la imagen viene de las perillas y llaves antiguas: girabas algo y la luz o la máquina pasaba a on, conectada, en marcha. On funciona como «en contacto, activo» en todo el sistema de phrasal verbs. Turn viene del latín tornare, tornear, la misma raíz de torno y de tour en francés: un giro completo. Con pronombre, va en medio: turn it on.
Literal: «girar hacia encendido»
Conecta: Su opuesto es turn off (#7); turn up (#8) y turn down (#9) ajustan el nivel, no el encendido.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: turn it on; no se dice: turn on it.

1. Turn on the light, please. *(Prende la luz, por favor.)*
2. She turned on the TV to watch the news. *(Ella prendió la tele para ver las noticias.)*
3. I turned it on, but nothing happened. *(Lo prendí, pero no pasó nada.)*
4. He turns on the coffee maker first thing. *(Él prende la cafetera antes que nada.)*
5. We turned on the heater last night. *(Prendimos la calefacción anoche.)*
6. Don't turn on your phone during the movie. *(No prendas tu celular durante la película.)*
7. Can you turn on the fan? *(¿Puedes prender el ventilador?)*

07 · turn off

apagar

Raíz: Es el giro contrario de turn on (#6): la perilla se mueve y la máquina queda off, fuera del circuito, sin contacto. Off siempre marca separación o desconexión en inglés, igual que en take off (#5). Piensa en una llave de agua que se cierra: el flujo se corta. Con aparatos, personas y hasta calles se usa la misma lógica de «salirse del camino o del sistema».
Literal: «girar hacia apagado»
Conecta: Es el espejo de turn on (#6). Como phrasal de tránsito, turn off también es «salir de la calle principal».
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: turn it off; no se dice: turn off it.

1. Turn off the TV and come eat. *(Apaga la tele y ven a comer.)*
2. She turned off her phone at the theater. *(Ella apagó su celular en el teatro.)*
3. I turned it off before leaving. *(Lo apagué antes de salir.)*
4. He turns off all the lights at night. *(Él apaga todas las luces en la noche.)*
5. We turned off the alarm and slept in. *(Apagamos la alarma y dormimos hasta tarde.)*
6. Don't forget to turn off the stove. *(No olvides apagar la estufa.)*
7. Turn off at the next street. *(Salte en la siguiente calle.)*

08 · turn up

subir (el volumen, la calefacción)

Raíz: Up aquí no es un lugar: es una escala que sube, como el nivel de un líquido en un vaso. Giras la perilla y el volumen, el calor o la luz suben por esa escala. La imagen sirve para todo el sistema: up muchas veces significa «más, más alto, más fuerte». Turn up tiene además un segundo uso muy común: aparecer o llegar sin avisar, como si algo subiera a la superficie.
Literal: «girar hacia arriba»
Conecta: Su opuesto es turn down (#9). Como «aparecer», turn up se usa sin objeto: «He turned up late».
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: turn it up; no se dice: turn up it.

1. Turn up the music — I love this song! *(¡Súbele a la música, me encanta esta canción!)*
2. She turned up the heat in the car. *(Ella subió la calefacción del carro.)*
3. I turned it up so everyone could hear. *(Le subí para que todos escucharan.)*
4. Can you turn up the volume a little? *(¿Puedes subirle un poco al volumen?)*
5. He turned up late to the meeting. *(Él apareció tarde en la junta.)*
6. My keys turned up in my coat pocket. *(Mis llaves aparecieron en el bolsillo de mi abrigo.)*
7. Don't turn it up too loud — the baby's asleep. *(No le subas tanto, el bebé está dormido.)*

09 · turn down

bajar (el volumen); rechazar

Raíz: Down es la escala que baja: menos volumen, menos calor, menos intensidad, como el nivel de un vaso que se vacía. De esa imagen física sale el segundo sentido, rechazar una oferta: la bajas, la dejas caer, no la aceptas. Es el mismo movimiento mental en los dos casos. Con pronombre va en medio, turn it down, tanto para la música como para una propuesta de trabajo.
Literal: «girar hacia abajo»
Conecta: Es el opuesto de turn up (#8) en volumen, y primo de put off (#28) cuando se pospone algo en vez de rechazarlo.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: turn it down; no se dice: turn down it.

1. Turn down the TV — I'm on the phone. *(Bájale a la tele, estoy en el teléfono.)*
2. She turned down the music at midnight. *(Ella le bajó a la música a medianoche.)*
3. I turned it down a little. *(Le bajé un poco.)*
4. He turned down the job offer. *(Él rechazó la oferta de trabajo.)*
5. They turned down my application. *(Rechazaron mi solicitud.)*
6. Don't turn down the heat yet. *(No le bajes a la calefacción todavía.)*
7. She turned him down politely. *(Ella lo rechazó con educación.)*

10 · sit down

sentarse

Raíz: Down marca el descenso del cuerpo: pasas de estar de pie a quedar más abajo, apoyado. Sit es sentarse y es palabra germánica, prima del alemán sitzen y pariente lejana del latín sedere, que dio sede y sedentario en español: la idea de «estar asentado». Sit down se usa aunque la silla no baje nada, porque el cuerpo sí baja. Es también una invitación amable: «Sit down» equivale a «toma asiento».
Literal: «sentarse abajo»
Conecta: Stand up (#11) es el movimiento contrario; sit alone ya es sentarse, down refuerza el cambio.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Please sit down and relax. *(Por favor, siéntate y relájate.)*
2. She sat down next to her grandmother. *(Ella se sentó junto a su abuela.)*
3. We sat down to eat at seven. *(Nos sentamos a comer a las siete.)*
4. He sits down at his desk at nine. *(Él se sienta en su escritorio a las nueve.)*
5. Sit down — I'll bring you some coffee. *(Siéntate, te traigo un café.)*
6. They sat down in the front row. *(Ellos se sentaron en la primera fila.)*
7. I sat down because my feet hurt. *(Me senté porque me dolían los pies.)*

11 · stand up

ponerse de pie

Raíz: Up pone el cuerpo en su posición más alta y activa, como en get up (#2), pero stand up parte de estar sentado, no de la cama. Stand viene del germánico y es primo lejano del latín stare, estar de pie, la raíz de estar y de estable: curiosamente, stand y estar son parientes antiguos. Stand up también significa defender algo o a alguien, como si te levantaras físicamente por esa causa.
Literal: «pararse arriba»
Conecta: Get up (#2) es salir de la cama; stand up es levantarse de una silla o defender a alguien.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Stand up when the teacher comes in. *(Pónganse de pie cuando entre la maestra.)*
2. She stood up and introduced herself. *(Ella se puso de pie y se presentó.)*
3. We stood up to applaud. *(Nos pusimos de pie para aplaudir.)*
4. He stands up every hour to stretch. *(Él se levanta cada hora para estirarse.)*
5. The kids stood up when the flag passed. *(Los niños se pusieron de pie cuando pasó la bandera.)*
6. Don't stand up yet — the plane is still moving. *(No te levantes todavía, el avión sigue en movimiento.)*
7. You should stand up for your friends. *(Deberías defender a tus amigos.)*

12 · clean up

limpiar, ordenar (un lugar)

Raíz: Up aquí significa «por completo, hasta terminar», un uso que se repite en todo el libro: eat up, terminar de comer; use up, agotar. Clean up no es pasar un trapo rápido: es dejar el lugar limpio del todo, recogido y en orden. Clean es germánico y no tiene raíz latina, pero la lógica de up como «completar» es la llave que abre decenas de phrasal verbs.
Literal: «limpiar hasta arriba / por completo»
Conecta: Ese up de «por completo» vuelve en run out of (#53) al revés: ahí lo que se completa es lo que se acaba.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: clean it up; no se dice: clean up it.

1. We need to clean up the kitchen. *(Tenemos que limpiar la cocina.)*
2. She cleaned up the whole apartment. *(Ella limpió todo el departamento.)*
3. Clean it up before your parents arrive. *(Límpialo antes de que lleguen tus papás.)*
4. The kids cleaned up their room. *(Los niños ordenaron su cuarto.)*
5. He cleans up after every meal. *(Él limpia después de cada comida.)*
6. Let's clean up and go out. *(Vamos a limpiar y salimos.)*
7. They cleaned up the park on Saturday. *(Ellos limpiaron el parque el sábado.)*

13 · look for

buscar

Raíz: For es la partícula de la meta: lo que buscas está delante, como un destino. Look for no es solo mirar: es mirar con un objetivo, recorrer con los ojos hasta encontrar. Look viene del inglés antiguo y for es otra palabra viejísima del germánico. El error clásico del hispanohablante es separar el verbo o cambiar for por otra preposición: la unidad completa es look for, y el objeto va siempre después.
Literal: «mirar en busca de»
Conecta: Find out (#32) es descubrir información; look for es buscar cosas o personas. Look after (#48) es cuidar, no buscar.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: look for it; no se dice: look it for.

1. I'm looking for my keys. *(Estoy buscando mis llaves.)*
2. She looked for her phone everywhere. *(Ella buscó su celular por todas partes.)*
3. We are looking for a bigger house. *(Estamos buscando una casa más grande.)*
4. He looked for the address on the map. *(Él buscó la dirección en el mapa.)*
5. Are you looking for something? *(¿Estás buscando algo?)*
6. They looked for a hotel near the beach. *(Ellos buscaron un hotel cerca de la playa.)*
7. I looked for it all morning. *(Lo busqué toda la mañana.)*

Capítulo 2

Movimiento y viajes

Movement & travel

Verbos 14–25

14 · set off

partir, salir de viaje

Raíz: Off marca el alejamiento del punto de partida, como en take off (#5): algo que estaba aquí empieza a irse. Set es poner o colocar, así que la imagen antigua es poner el pie fuera, en el camino. Set off se usa al inicio de un viaje o de una caminata larga, con un aire de aventura: no es salir a la tienda, es echarse a andar hacia un destino.
Literal: «ponerse en marcha hacia fuera»
Conecta: Es el arranque del viaje; go back (#23) y come back (#24) son el regreso, en dos direcciones distintas.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. We set off at dawn. *(Partimos al amanecer.)*
2. They set off for Puebla early. *(Ellos partieron hacia Puebla temprano.)*
3. What time did you set off? *(¿A qué hora partieron?)*
4. She set off with just a backpack. *(Ella partió solo con una mochila.)*
5. We will set off after breakfast. *(Partiremos después del desayuno.)*
6. He set off on foot. *(Él se fue a pie.)*
7. Let's set off before the traffic gets bad. *(Partamos antes de que se ponga feo el tráfico.)*

15 · get on

subirse a (un autobús, tren, avión)

Raíz: On es la partícula del contacto con una superficie o un medio: on the bus, on the train, on the plane. Por eso en inglés te subes «encima» del autobús aunque vayas dentro: históricamente eran plataformas y vehículos abiertos. Get marca el cambio de estar fuera a estar dentro y en marcha. El objeto va después de todo el verbo: get on the bus, nunca partido.
Literal: «ponerse encima de / en»
Conecta: Su opuesto es get off (#16). Ojo: para un carro pequeño se dice get in (#17), no get on.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: get on it (the bus); no se dice: get it on.

1. We got on the bus at the corner. *(Nos subimos al camión en la esquina.)*
2. She got on the train in Vancouver. *(Ella se subió al tren en Vancouver.)*
3. Get on — the plane is boarding! *(¡Súbete, el avión ya está abordando!)*
4. He got on the wrong bus. *(Él se subió al camión equivocado.)*
5. They get on the ferry every morning. *(Ellos se suben al ferri cada mañana.)*
6. I got on my bike and left. *(Me subí a mi bici y me fui.)*
7. We got on at the last stop. *(Nos subimos en la última parada.)*

16 · get off

bajarse de (un autobús, tren, avión)

Raíz: Off vuelve a ser separación: dejas de estar en contacto con el vehículo, como en take off (#5). Si get on (#15) te pone en marcha dentro del camión, get off te devuelve a la calle. La pregunta clásica del viajero es «Where do I get off?», dónde me bajo. El objeto, cuando aparece, va después: get off the bus, get off at the next stop.
Literal: «salirse de / bajar de»
Conecta: Es el espejo de get on (#15); para bajar de un carro se prefiere get out (#18).
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: get off it (the bus); no se dice: get it off.

1. We get off at the next stop. *(Nos bajamos en la siguiente parada.)*
2. She got off the train in Puebla. *(Ella se bajó del tren en Puebla.)*
3. Where do I get off for the museum? *(¿Dónde me bajo para el museo?)*
4. He got off the plane feeling dizzy. *(Él se bajó del avión mareado.)*
5. They got off the bus too early. *(Ellos se bajaron del camión demasiado temprano.)*
6. Get off here — the hotel is close. *(Bájate aquí, el hotel está cerca.)*
7. I get off work at six. *(Salgo del trabajo a las seis.)*

17 · get in

llegar; entrar (a un carro)

Raíz: In es el interior: un espacio cerrado que te rodea. Por eso los carros, que son cápsulas pequeñas, van con in y no con on (#15): get in the car. El mismo verbo sirve para llegar a un lugar, porque «entras» a la ciudad o a la casa al final del viaje: «What time did you get in?» pregunta la hora de llegada, no el momento de subirte a nada.
Literal: «ponerse dentro»
Conecta: Get on (#15) es para transporte grande o público; get in es para carros y para «llegar». Su salida es get out (#18).
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. What time did you get in last night? *(¿A qué hora llegaste anoche?)*
2. We got in around midnight. *(Llegamos como a medianoche.)*
3. Get in — it's starting to rain! *(¡Súbete, está empezando a llover!)*
4. She got in the car and closed the door. *(Ella se subió al carro y cerró la puerta.)*
5. The train gets in at eight. *(El tren llega a las ocho.)*
6. He got in late because of traffic. *(Él llegó tarde por el tráfico.)*
7. They will get in on Friday. *(Ellos llegarán el viernes.)*

18 · get out

salir; bajarse (de un carro)

Raíz: Out es la salida al espacio abierto: cruzas un límite y quedas fuera. Get out sirve para bajar del carro, salir de un edificio o escapar de un lugar cerrado; dicho como orden seca, «Get out!», suena a «¡fuera de aquí!», así que el tono importa. La imagen es la contraria de get in (#17): la cápsula se abre y tú quedas del otro lado de la puerta.
Literal: «ponerse fuera»
Conecta: Es la salida de get in (#17). Como orden sola, «Get out!» es fuerte; con please y contexto amable, es normal.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. We got out of the car at the beach. *(Nos bajamos del carro en la playa.)*
2. She got out through the back door. *(Ella salió por la puerta de atrás.)*
3. Get out of the water — it's cold! *(¡Sal del agua, está fría!)*
4. He got out of the taxi at the airport. *(Él se bajó del taxi en el aeropuerto.)*
5. They get out of school at three. *(Ellos salen de la escuela a las tres.)*
6. I couldn't get out of the parking lot. *(No pude salir del estacionamiento.)*
7. Let's get out and walk a bit. *(Salgamos a caminar un rato.)*

19 · drop off

dejar (a alguien o algo en un lugar)

Raíz: Drop es dejar caer: algo que llevas contigo se suelta en un punto del camino y tú sigues. De ahí los dos usos: dejar a una persona en su destino, como un taxi que «suelta» al pasajero, y dejar un paquete o un documento en un lugar. Off refuerza que la cosa queda fuera de tu ruta. Con pronombre, la persona va en medio: drop her off.
Literal: «dejar caer en el camino»
Conecta: Es la mitad del servicio completo: pick up (#20) recoge; drop off deja. Drop off solo también es «quedarse dormido».
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: drop her off; no se dice: drop off her (con pronombre).

1. I'll drop you off at the station. *(Te dejo en la estación.)*
2. She dropped off the kids at school. *(Ella dejó a los niños en la escuela.)*
3. Can you drop me off at the corner? *(¿Me dejas en la esquina?)*
4. He dropped off the package yesterday. *(Él dejó el paquete ayer.)*
5. We dropped her off at the airport. *(La dejamos en el aeropuerto.)*
6. Drop off your forms at the office. *(Deja tus formularios en la oficina.)*
7. They dropped off some food for us. *(Ellos nos dejaron algo de comida.)*

20 · pick up

recoger (a alguien o algo)

Raíz: Pick es escoger y agarrar con la mano, y up levanta la cosa del suelo o del lugar donde espera. La imagen une los dos usos: recoges un paquete del mostrador y recoges a una persona en la esquina; en ambos casos algo pasa de estar esperando a estar contigo. Pick viene del inglés medieval, probablemente del francés antiguo, y up hace el trabajo de «hacia arriba y conmigo».
Literal: «levantar y llevar»
Conecta: Es el complemento de drop off (#19). Pick up también es «aprender sin estudiar»: «I picked up Spanish in Mexico».
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: pick it up; no se dice: pick up it.

1. I'll pick you up at seven. *(Te recojo a las siete.)*
2. She picked up the package at noon. *(Ella recogió el paquete al mediodía.)*
3. Can you pick me up from the airport? *(¿Puedes recogerme en el aeropuerto?)*
4. He picked up his daughter after class. *(Él recogió a su hija después de clase.)*
5. We picked it up on the way home. *(Lo recogimos de camino a casa.)*
6. Pick up your bag and let's go. *(Recoge tu maleta y vámonos.)*
7. They picked up some Spanish in Puebla. *(Ellos aprendieron algo de español en Puebla.)*

21 · check in

registrarse (hotel, aeropuerto)

Raíz: Check es comprobar y registrar, una palabra que viene del ajedrez: check era el aviso al rey, del persa shah, «rey», pasando por el francés antiguo. En el hotel o el aeropuerto, check in es quedar anotado al entrar: tu nombre entra a la lista y tú entras al sistema. In marca ese ingreso. No lleva objeto en este sentido: la persona se registra, no registra algo.
Literal: «anotarse al entrar»
Conecta: Su pareja de salida es check out (#22). En redes y mensajes, check in también es «reportarse»: «Just checking in».
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. We checked in at the hotel at three. *(Nos registramos en el hotel a las tres.)*
2. You can check in online tonight. *(Puedes registrarte en línea esta noche.)*
3. She checked in for her flight early. *(Ella se registró para su vuelo temprano.)*
4. We need to check in before noon. *(Tenemos que registrarnos antes del mediodía.)*
5. He checked in with just his passport. *(Él se registró solo con su pasaporte.)*
6. Did you check in yet? *(¿Ya te registraste?)*
7. They checked in and went straight to the room. *(Ellos se registraron y fueron directo al cuarto.)*

22 · check out

dejar el hotel; revisar (algo)

Raíz: Out cierra el ciclo que check in (#21) abrió: en el hotel, check out es entregar la llave, pagar y quedar fuera de la lista. La misma lógica de «sacar y mirar» da el otro uso cotidiano: check out algo es revisarlo o echarle un vistazo, como quien saca un libro de la biblioteca, que en inglés también se dice check out. El contexto decide cuál de los dos sentidos es.
Literal: «anotarse al salir»
Conecta: Es la salida de check in (#21). «Check it out!» es una invitación alegre: «¡Mira eso!».
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. We have to check out by eleven. *(Tenemos que dejar el hotel antes de las once.)*
2. She checked out and left a tip. *(Ella dejó el cuarto y dejó una propina.)*
3. What time is check-out? *(¿A qué hora es la salida del hotel?)*
4. He checked out late and paid extra. *(Él salió tarde y pagó extra.)*
5. Check out this view! *(¡Mira esta vista!)*
6. They checked out the new café near the clinic. *(Ellos fueron a conocer el café nuevo cerca de la clínica.)*
7. I checked out two books from the library. *(Saqué dos libros de la biblioteca.)*

23 · go back

regresar, volver (alejándose)

Raíz: Back es la dirección contraria al avance: lo que fue, regresa. Inglés separa el regreso en dos verbos según el punto de vista: go back mira el viaje desde donde estás ahora hacia allá, lejos de ti. La imagen es una flecha que se da la vuelta sobre el mismo camino. Back viene del sustantivo «espalda»: volver es, literalmente, moverse hacia lo que quedó a tu espalda.
Literal: «ir de vuelta»
Conecta: Come back (#24) es el mismo regreso visto desde el destino: la flecha viene hacia ti.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. We will go back to Puebla next year. *(Regresaremos a Puebla el próximo año.)*
2. She went back to the hotel for her bag. *(Ella regresó al hotel por su maleta.)*
3. I don't want to go back yet. *(Todavía no quiero regresar.)*
4. He went back to Canada in January. *(Él regresó a Canadá en enero.)*
5. They go back home every Christmas. *(Ellos regresan a casa cada Navidad.)*
6. Go back and check the door. *(Regresa y revisa la puerta.)*
7. We went back the same way we came. *(Regresamos por el mismo camino por el que vinimos.)*

24 · come back

volver, regresar (hacia aquí)

Raíz: Es el regreso con la cámara puesta en el destino: come trae el movimiento hacia quien habla, y back lo marca como retorno. Por eso «Come back!» es una invitación o un ruego, y «I'll be back» suena a promesa. Come es otra palabra germánica antiquísima, prima del alemán kommen. La diferencia con go back (#23) no es el viaje: es desde dónde lo cuentas, y el inglés la marca siempre.
Literal: «venir de vuelta»
Conecta: Go back (#23) aleja; come back acerca. «Come back» también revive éxitos: «a comeback».
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Come back soon! *(¡Vuelve pronto!)*
2. She came back with coffee for everyone. *(Ella volvió con café para todos.)*
3. We will come back next summer. *(Volveremos el próximo verano.)*
4. He came back late last night. *(Él volvió tarde anoche.)*
5. They always come back to this beach. *(Ellos siempre vuelven a esta playa.)*
6. When are you coming back? *(¿Cuándo vuelves?)*
7. I came back because I forgot my phone. *(Volví porque olvidé mi celular.)*

25 · move on

seguir adelante; pasar a otra cosa

Raíz: On, en su uso de continuidad, es la partícula de «seguir»: carry on (#36), go on, keep on. Move on junta las dos ideas: el cuerpo se mueve y la historia continúa. Sirve para cambiar de tema en una junta, de ciudad en la vida y de etapa tras una pérdida. La imagen es la de un viajero que deja una estación y sigue el camino sin quedarse mirando atrás.
Literal: «moverse hacia adelante»
Conecta: Carry on (#36) continúa lo mismo; move on continúa hacia lo siguiente. También es consejo tras una ruptura, como break up (#45).
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Let's move on to the next topic. *(Pasemos al siguiente tema.)*
2. She moved on to a new job. *(Ella pasó a un trabajo nuevo.)*
3. It's time to move on. *(Es hora de seguir adelante.)*
4. We moved on after lunch. *(Seguimos adelante después de comer.)*
5. He found it hard to move on. *(A él le costó seguir adelante.)*
6. They moved on to another city. *(Ellos se mudaron a otra ciudad.)*
7. Move on — there's nothing to see here. *(Circulen, aquí no hay nada que ver.)*

Capítulo 3

Trabajo y estudio

Work & study

Verbos 26–38

26 · figure out

resolver, entender cómo

Raíz: Figure viene del latín figura, la misma raíz de figura y figurar en español, y al principio eran las figuras de las cuentas y los diagramas. Figure out es trabajar un problema hasta que la forma aparece: como armar un rompecabezas y ver por fin la imagen completa. Out marca el resultado que sale a la luz después del esfuerzo, igual que en find out (#32).
Literal: «sacarlo con figuras / cuentas»
Conecta: Es el esfuerzo mental; find out (#32) es el dato que descubres. Work out (#29) es su primo para planes y problemas prácticos.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: figure it out; no se dice: figure out it.

1. I can't figure out this math problem. *(No logro resolver este problema de matemáticas.)*
2. She figured out how the machine works. *(Ella entendió cómo funciona la máquina.)*
3. We figured it out together. *(Lo resolvimos juntos.)*
4. He is figuring out the schedule. *(Él está resolviendo el horario.)*
5. They figured out a cheaper way. *(Ellos encontraron una forma más barata.)*
6. Don't worry — we'll figure it out. *(No te preocupes, lo resolvemos.)*
7. It took me an hour to figure out the map. *(Me tomó una hora entender el mapa.)*

27 · hand in

entregar (tareas, documentos)

Raíz: La imagen es literal: tu mano cruza el mostrador o el escritorio y el papel queda dentro, del lado de la institución. Hand es mano, prima del alemán Hand, e in es ese paso de fuera a dentro del sistema, como en check in (#21). Por eso hand in se usa para tareas, formularios y exámenes: cosas que entregas oficialmente, no un objeto que simplemente pasas a un amigo.
Literal: «dar con la mano hacia dentro»
Conecta: Check in (#21) te registra a ti; hand in registra tu papel. Su opuesto práctico sería hand back, devolver.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: hand it in; no se dice: hand in it.

1. Please hand in your homework tomorrow. *(Por favor entreguen su tarea mañana.)*
2. She handed in the report on Friday. *(Ella entregó el informe el viernes.)*
3. I handed it in late. *(Lo entregué tarde.)*
4. He hands in his forms at the front desk. *(Él entrega sus formularios en recepción.)*
5. We handed in the applications together. *(Entregamos las solicitudes juntos.)*
6. Don't forget to hand in your exam. *(No olvides entregar tu examen.)*
7. They handed in their notice last week. *(Ellos entregaron su renuncia la semana pasada.)*

28 · put off

posponer

Raíz: Off aleja: tomas la tarea y la pones lejos de ti, fuera del día de hoy, en un futuro borroso. Esa distancia es exactamente la sensación de posponer. Put off tiene además un segundo uso: algo que te quita las ganas, como un olor que «te aleja» de la comida. En los dos casos hay rechazo y distancia; por eso el verbo suena siempre un poco negativo, nunca es un cambio neutro de fecha.
Literal: «poner fuera / lejos»
Conecta: Turn down (#9) rechaza; put off solo retrasa. Su contrario en espíritu es carry on (#36): seguir sin parar.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: put it off; no se dice: put off it.

1. We can't put off the meeting again. *(No podemos posponer la junta otra vez.)*
2. She keeps putting off her homework. *(Ella sigue posponiendo su tarea.)*
3. He put it off until Monday. *(Lo pospuso hasta el lunes.)*
4. Don't put off your dentist appointment. *(No pospongas tu cita con el dentista.)*
5. They put off the trip because of work. *(Ellos pospusieron el viaje por el trabajo.)*
6. I put off calling him for a week. *(Pospuse llamarlo por una semana.)*
7. The smell put me off my lunch. *(El olor me quitó las ganas de comer.)*

29 · work out

resolver; hacer ejercicio

Raíz: Work es trabajo, palabra germánica antigua, y out es el resultado que sale después del esfuerzo, como en figure out (#26). Work out un problema es trabajarlo hasta que la solución sale; work out un plan es dejarlo listo y funcionando. El uso del gimnasio viene de la misma imagen: trabajar el cuerpo hasta sacarle resultados. El contexto separa los sentidos sin problema, y el sustantivo workout es la sesión de ejercicio.
Literal: «trabajarlo hasta que salga»
Conecta: Figure out (#26) entiende; work out deja algo funcionando. Como ejercicio, va sin objeto: «I work out daily».
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: work it out; no se dice: work out it.

1. We need to work out a plan. *(Necesitamos resolver un plan.)*
2. They worked out their differences. *(Ellos resolvieron sus diferencias.)*
3. It will all work out in the end. *(Todo saldrá bien al final.)*
4. She works out at the gym every morning. *(Ella hace ejercicio en el gimnasio cada mañana.)*
5. He worked out the budget last night. *(Él resolvió el presupuesto anoche.)*
6. Let's work it out together. *(Resolvámoslo juntos.)*
7. I work out three times a week. *(Hago ejercicio tres veces por semana.)*

30 · write down

anotar, escribir (para no olvidar)

Raíz: Down es el movimiento de la mano hacia el papel y también la idea de fijar algo: lo que está «abajo», escrito, ya no se mueve ni se olvida. Write viene del inglés antiguo writan, que primero significaba rayar o tallar marcas: escribir era literalmente hacer marcas permanentes. Write down se diferencia de write solo en eso: no es redactar un texto, es capturar un dato antes de que se escape.
Literal: «escribir hacia abajo (en el papel)»
Conecta: Es el hábito compañero de look up (#31): anotas hoy lo que mañana vas a consultar.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: write it down; no se dice: write down it.

1. Write down my phone number. *(Anota mi número de teléfono.)*
2. She wrote down the address. *(Ella anotó la dirección.)*
3. I wrote it down in my notebook. *(Lo anoté en mi libreta.)*
4. He writes down every new word. *(Él anota cada palabra nueva.)*
5. Write down what the doctor says. *(Anota lo que diga el doctor.)*
6. We wrote down the prices to compare. *(Anotamos los precios para comparar.)*
7. Don't just listen — write it down. *(No solo escuches, anótalo.)*

31 · look up

buscar (información, una palabra)

Raíz: La imagen original es un libro de consulta grueso: levantas la vista y buscas en la lista, en el diccionario, en el índice. Up es ese movimiento hacia la fuente que está «arriba», completa y ordenada. Hoy la fuente es el teléfono, pero el verbo quedó. Look up se diferencia de look for (#13) en el objeto: no buscas cosas perdidas, buscas datos que existen y están guardados en alguna parte.
Literal: «mirar hacia arriba (en la lista)»
Conecta: Look for (#13) busca objetos y personas; look up busca datos. Write down (#30) guarda el dato que look up encontró.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: look it up; no se dice: look up it.

1. Look up the word in the dictionary. *(Busca la palabra en el diccionario.)*
2. She looked up the train times. *(Ella buscó los horarios del tren.)*
3. I looked it up online. *(Lo busqué en internet.)*
4. He looks up every word he doesn't know. *(Él busca cada palabra que no conoce.)*
5. We looked up the address before leaving. *(Buscamos la dirección antes de salir.)*
6. Can you look up her number? *(¿Puedes buscar su número?)*
7. They looked up flights to Mexico City. *(Ellos buscaron vuelos a la Ciudad de México.)*

32 · find out

descubrir, enterarse

Raíz: Out es el dato que sale de donde estaba escondido y queda a la vista, como en figure out (#26). Find es encontrar, otra palabra germánica antigua. Find out no es buscar con las manos: es el momento en que la información aparece, por búsqueda o por sorpresa. En el uso normal el verbo va junto y el dato después, o sigue una pregunta completa: find out what happened, entérate de qué pasó.
Literal: «encontrar hacia fuera»
Conecta: Figure out (#26) resuelve pensando; find out descubre el dato. Look up (#31) es el paso activo de buscarlo.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: find out the truth; no se dice: find the truth out (suena forzado).

1. I just found out the news. *(Acabo de enterarme de la noticia.)*
2. She found out the truth yesterday. *(Ella descubrió la verdad ayer.)*
3. We need to find out what happened. *(Necesitamos averiguar qué pasó.)*
4. He found out about the party late. *(Él se enteró de la fiesta tarde.)*
5. How did you find out? *(¿Cómo te enteraste?)*
6. They found out the price by phone. *(Ellos averiguaron el precio por teléfono.)*
7. I'll find out and tell you. *(Lo averiguo y te digo.)*

33 · point out

señalar, hacer notar

Raíz: Point es apuntar con el dedo, y viene del latín punctum, punto, la misma raíz de punto y puntual en español. Point out lleva ese dedo a las ideas: señalas un dato entre todos los demás para que el otro lo vea, como quien apunta a una estrella entre miles. Por eso se usa para errores, detalles y hechos importantes en una conversación o una clase: el dedo es mental, pero la imagen es la misma.
Literal: «apuntar hacia fuera»
Conecta: Bring up (#42) introduce un tema; point out destaca un detalle dentro de lo que ya se habla.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: point it out; no se dice: point out it.

1. She pointed out my mistake politely. *(Ella señaló mi error con educación.)*
2. He pointed out the best route on the map. *(Él señaló la mejor ruta en el mapa.)*
3. The teacher pointed it out twice. *(La maestra lo señaló dos veces.)*
4. I should point out that it's late. *(Debo hacer notar que ya es tarde.)*
5. They pointed out the risks clearly. *(Ellos señalaron los riesgos con claridad.)*
6. Can you point out the differences? *(¿Puedes señalar las diferencias?)*
7. He pointed out a spelling error. *(Él señaló un error de ortografía.)*

34 · fill out

llenar (un formulario)

Raíz: Out aquí reparte: el formulario se llena hacia fuera, casilla por casilla, hasta cubrirlo todo, parecido al up de «por completo» de clean up (#12). Fill es llenar, palabra germánica prima de full, lleno. En Estados Unidos el formulario se fill out; en Inglaterra se escucha más fill in, con la imagen de rellenar huecos. Para el hispanohablante la trampa es decir «fill the form» a secas: el phrasal completo suena natural.
Literal: «llenar hacia fuera / por completo»
Conecta: Hand in (#27) entrega el formulario que fill out llenó: primero se llena, luego se entrega.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: fill it out; no se dice: fill out it.

1. Please fill out this form. *(Por favor llena este formulario.)*
2. She filled out the application online. *(Ella llenó la solicitud en línea.)*
3. I filled it out at the clinic. *(Lo llené en la clínica.)*
4. He fills out the same form every year. *(Él llena el mismo formulario cada año.)*
5. We filled out the forms in pencil. *(Llenamos los formularios a lápiz.)*
6. Fill out every line, please. *(Llena todos los renglones, por favor.)*
7. They filled out a survey after the visit. *(Ellos llenaron una encuesta después de la visita.)*

35 · sign up

inscribirse, registrarse

Raíz: La imagen es una lista en la pared: firmas y tu nombre queda arriba, anotado, dentro del grupo. Sign viene del latín signum, señal, la raíz de signo, firmar viene de firmare, pero sign y signo sí son primos directos. Up marca el registro completo, como en clean up (#12). Cuando sigue el curso o la actividad, entra for: sign up for the class, y for nunca se separa del grupo.
Literal: «firmar hacia arriba (en la lista)»
Conecta: Check in (#21) es registrarse al llegar a un lugar; sign up es inscribirse antes, para participar.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. I signed up for the Spanish course. *(Me inscribí en el curso de español.)*
2. She signed up at the gym. *(Ella se inscribió en el gimnasio.)*
3. Sign up before Friday! *(¡Inscríbete antes del viernes!)*
4. We signed up for the cooking class. *(Nos inscribimos en la clase de cocina.)*
5. He didn't sign up in time. *(Él no se inscribió a tiempo.)*
6. They sign up online every semester. *(Ellos se inscriben en línea cada semestre.)*
7. Did you sign up for the trip? *(¿Te inscribiste para el viaje?)*

36 · carry on

seguir, continuar

Raíz: Carry es cargar, y viene del latín tardío carricare, cargar un carro: la misma raíz de carro, cargar y cargo en español. On es la partícula de la continuidad, la misma de move on (#25): la carga sigue avanzando y tú con ella. Carry on es la frase de los momentos difíciles: pase lo que pase, se continúa. En Inglaterra es tan querida que «Keep calm and carry on» se volvió póster nacional.
Literal: «cargar hacia adelante»
Conecta: Move on (#25) pasa a lo siguiente; carry on sigue con lo mismo. Put off (#28) es su enemigo natural.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Carry on with your work. *(Sigue con tu trabajo.)*
2. She carried on despite the noise. *(Ella siguió a pesar del ruido.)*
3. We carried on after a short break. *(Seguimos después de una pausa corta.)*
4. He carries on like nothing happened. *(Él sigue como si nada hubiera pasado.)*
5. Carry on — you're doing great. *(Sigue así, lo estás haciendo muy bien.)*
6. They carried on talking for hours. *(Ellos siguieron hablando por horas.)*
7. The clinic carried on during the storm. *(La clínica siguió trabajando durante la tormenta.)*

37 · give up

rendirse; dejar (un hábito)

Raíz: La imagen antigua es entregar las armas hacia arriba, en señal de rendición: sueltas lo que sostenías y la lucha termina. De ahí salen los dos usos: rendirse ante un problema y soltar un hábito, como fumar, que también «entregas». Give es dar, palabra germánica, y up cierra el gesto de soltar por completo. Sin objeto, «I give up» es la frase completa de quien ya no puede más.
Literal: «entregar hacia arriba»
Conecta: Es lo contrario de carry on (#36). Como consejo suena duro; «Don't give up» es ánimo, no orden.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: give it up; no se dice: give up it.

1. Don't give up now! *(¡No te rindas ahora!)*
2. She gave up smoking last year. *(Ella dejó de fumar el año pasado.)*
3. I give up — this puzzle is impossible. *(Me rindo, este rompecabezas es imposible.)*
4. He gave it up after ten years. *(Lo dejó después de diez años.)*
5. We never gave up on the project. *(Nunca nos rendimos con el proyecto.)*
6. They gave up their seats to the older couple. *(Ellos cedieron sus asientos a la pareja mayor.)*
7. She won't give up easily. *(Ella no se rendirá fácilmente.)*

38 · back up

respaldar (archivos); apoyar

Raíz: Back es la espalda, y la imagen es ponerse detrás de algo para que no caiga: un respaldo. De ahí salen todos los usos: la copia de respaldo sostiene tus archivos si el original cae; la persona que te back up te sostiene en una discusión; y el carro que va «para atrás» también usa back, aunque sin up. En computación, el sustantivo backup se escribe junto y el verbo, separado.
Literal: «apoyar por detrás»
Conecta: Es primo de look after (#48): cuidar por detrás. El carro en reversa es «back up» sin objeto: «Back up slowly».
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: back them up; no se dice: back up them (con pronombre).

1. Back up your photos every month. *(Respalda tus fotos cada mes.)*
2. She backed up the files last night. *(Ella respaldó los archivos anoche.)*
3. I backed them up to the cloud. *(Los respaldé en la nube.)*
4. He always backs up his team. *(Él siempre apoya a su equipo.)*
5. We need to back up the computer today. *(Tenemos que respaldar la computadora hoy.)*
6. Back up a little — you're too close. *(Échate un poco para atrás, estás muy cerca.)*
7. They backed up my version of the story. *(Ellos respaldaron mi versión de la historia.)*

Capítulo 4

Relaciones y conversación

Relationships & conversation

Verbos 39–50

39 · get along with

llevarse bien con

Raíz: Along es la partícula del camino compartido: avanzar a lo largo, lado a lado, como dos personas que caminan en la misma dirección sin estorbarse. Get along with describe exactamente eso en una relación: el trato avanza sin fricción. Es un verbo de tres piezas y funciona como una sola: el objeto va al final, después de with. Su opuesto social es fall out, pelearse y distanciarse, aunque aquí usamos otros verbos para eso.
Literal: «avanzar junto con»
Conecta: Es de tres palabras inseparables. Su contraste útil es look after (#48): cuidar es deber; get along es química.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: get along with her; no se dice: get her along with.

1. I get along with my coworkers. *(Me llevo bien con mis compañeros de trabajo.)*
2. She gets along with everyone. *(Ella se lleva bien con todos.)*
3. Do you get along with your brother? *(¿Te llevas bien con tu hermano?)*
4. They don't get along with the new boss. *(Ellos no se llevan bien con el nuevo jefe.)*
5. We got along with them right away. *(Nos llevamos bien con ellos desde el principio.)*
6. He gets along with kids very well. *(Él se lleva muy bien con los niños.)*
7. My dog gets along with other dogs. *(Mi perra se lleva bien con otros perros.)*

40 · catch up

ponerse al día; ponerse al corriente

Raíz: Catch es atrapar, y la imagen es correr detrás de alguien hasta alcanzarlo: el que iba atrás llega al nivel del grupo. Catch up traslada esa carrera a la información y a las relaciones: te pones al nivel de lo que pasó mientras no estabas. Por eso se usa para el trabajo acumulado, las noticias y los amigos que no ves hace tiempo: «Let's catch up» es «pongámonos al día».
Literal: «alcanzar hacia arriba»
Conecta: Con una persona y la preposición with: «catch up with Ana». Sin with, es el trabajo o la vida lo que se alcanza.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Let's catch up this weekend. *(Pongámonos al día este fin de semana.)*
2. I need to catch up on my emails. *(Necesito ponerme al día con mis correos.)*
3. She caught up with her old friends. *(Ella se puso al corriente con sus viejos amigos.)*
4. We caught up over coffee. *(Nos pusimos al día tomando un café.)*
5. He is catching up after his vacation. *(Él se está poniendo al día después de sus vacaciones.)*
6. Catch up with me when you can. *(Ponte al corriente conmigo cuando puedas.)*
7. They caught up on all the family news. *(Ellos se pusieron al día con todas las noticias de la familia.)*

41 · meet up

quedar, verse (con alguien)

Raíz: Meet es encontrarse, palabra germánica antigua, y up le da el aire de plan completo y social: no es cruzarse por casualidad, es quedar y verse. Meet up casi siempre lleva with y una persona: meet up with friends. La diferencia con meet solo es de tono: meet puede ser formal o la primera vez; meet up suena a plan entre conocidos, café, comida o una salida sin ceremonia.
Literal: «encontrarse hacia arriba / en grupo»
Conecta: Run into (#49) es el encuentro por casualidad; meet up es el encuentro con plan. Catch up (#40) es lo que se hace al verse.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Let's meet up on Saturday. *(Quedemos el sábado.)*
2. We met up with Cielo in Puebla. *(Nos vimos con Cielo en Puebla.)*
3. She meets up with her study group weekly. *(Ella se ve con su grupo de estudio cada semana.)*
4. He met up with an old friend downtown. *(Él se vio con un viejo amigo en el centro.)*
5. They meet up after work on Fridays. *(Ellos se ven después del trabajo los viernes.)*
6. We will meet up at the café at five. *(Nos vemos en el café a las cinco.)*
7. I haven't met up with them in months. *(No me he visto con ellos en meses.)*

42 · bring up

mencionar, sacar (un tema)

Raíz: Up trae algo desde abajo, donde estaba guardado, hasta la superficie de la conversación: así se «sube» un tema. Bring es traer, y la imagen es física: el tema estaba fuera de la mesa y alguien lo pone sobre la mesa. Bring up se usa para temas delicados o pendientes, por eso «Don't bring that up» es «no saques eso». También es criar niños, otro «traer hacia arriba» en la vida.
Literal: «traer hacia arriba»
Conecta: Point out (#33) destaca un detalle; bring up introduce el tema entero. Con niños, bring up es criar.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: bring it up; no se dice: bring up it.

1. Please don't bring up money at dinner. *(Por favor no saques el tema del dinero en la cena.)*
2. She brought up the trip during the call. *(Ella mencionó el viaje durante la llamada.)*
3. He brought it up at the meeting. *(Él lo mencionó en la junta.)*
4. I won't bring up the past again. *(No volveré a sacar el pasado.)*
5. They brought up a good question. *(Ellos plantearon una buena pregunta.)*
6. Who brought up the idea first? *(¿Quién mencionó la idea primero?)*
7. She was brought up by her grandmother. *(Ella fue criada por su abuela.)*

43 · speak up

hablar más fuerte; decir lo que piensas

Raíz: Up sube el volumen y también la valentía: speak up es literalmente hacer que tu voz suba hasta que se escuche. Sirve en dos escenas: la clase donde no se oye al del fondo, y la junta donde alguien debe decir lo que nadie se atreve. En las dos, la voz estaba «abajo» y el verbo la levanta. Speak viene del inglés antiguo y es primo lejano del alemán sprechen.
Literal: «hablar hacia arriba»
Conecta: Es lo contrario de quedarse callado. Call out sería señalar a alguien en público, un gesto distinto y más duro.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Speak up — I can't hear you. *(Habla más fuerte, no te escucho.)*
2. She spoke up at the meeting. *(Ella dijo lo que pensaba en la junta.)*
3. If you need help, speak up. *(Si necesitas ayuda, dilo.)*
4. He never speaks up in class. *(Él nunca participa en clase.)*
5. We should speak up about the schedule. *(Deberíamos decir algo sobre el horario.)*
6. They spoke up for the new patients. *(Ellos hablaron a favor de los pacientes nuevos.)*
7. Speak up, please — the room is big. *(Habla más fuerte, por favor, el salón es grande.)*

44 · ask out

invitar a salir (en plan de cita)

Raíz: Out es el destino: fuera de casa, a la calle, a cenar. Ask out no es invitar a cualquier salida: en el uso común es invitar a alguien a una cita, con interés romántico, y todo el mundo lo entiende así. La escena clásica es juntar valor y hacer la pregunta. Con nombre o pronombre, la persona va en medio: ask her out. Si solo es una salida entre amigos, mejor hang out en conversación, aunque aquí practicamos meet up (#41).
Literal: «pedir hacia fuera»
Conecta: Meet up (#41) es verse sin romance; ask out lleva intención de cita. Break up (#45) es el final de esa historia.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: ask her out; no se dice: ask out her (con pronombre).

1. He finally asked her out. *(Por fin la invitó a salir.)*
2. She asked him out for coffee. *(Ella lo invitó a salir por un café.)*
3. I want to ask her out this week. *(Quiero invitarla a salir esta semana.)*
4. He was too shy to ask her out. *(Él era demasiado tímido para invitarla a salir.)*
5. They asked out their crushes at the dance. *(Ellos invitaron a salir a las personas que les gustaban en el baile.)*
6. Did he ask you out? *(¿Te invitó a salir?)*
7. She asked out a coworker and he said yes. *(Ella invitó a salir a un compañero y él dijo que sí.)*

45 · break up

terminar (una relación); separarse

Raíz: Up, otra vez, es «por completo»: break up no es una grieta, es la cosa rota del todo, en pedazos que ya no se juntan igual. Break viene del inglés antiguo y no tiene raíz latina, pero su imagen es universal. Para parejas, break up es terminar; con with se nombra a la persona: break up with him. También dispersa multitudes y parte cosas grandes en trozos pequeños.
Literal: «romperse en pedazos»
Conecta: Make up (#46) es la reconciliación después de pelear; break up es el final. Ask out (#44) era el principio.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. They broke up last month. *(Ellos terminaron el mes pasado.)*
2. She broke up with her boyfriend. *(Ella terminó con su novio.)*
3. We don't want to break up. *(No queremos terminar.)*
4. He broke up the fight in the hallway. *(Él separó la pelea en el pasillo.)*
5. The crowd broke up after the concert. *(La multitud se dispersó después del concierto.)*
6. Break up the chocolate into pieces. *(Parte el chocolate en pedazos.)*
7. They broke up after five years together. *(Ellos terminaron después de cinco años juntos.)*

46 · make up

reconciliarse; inventar

Raíz: Make up junta la idea de fabricar y la de completar lo que falta: tras una pelea, la pareja «fabrica» de nuevo la paz, repone lo que se rompió. De la misma fábrica sale el otro uso: inventar una historia o una excusa, algo hecho desde cero. Y el maquillaje en inglés es makeup, lo que «completa» la cara. En este capítulo el sentido principal es reconciliarse, casi siempre después de una discusión pequeña.
Literal: «hacer de nuevo / completar»
Conecta: Es el arreglo tras la pelea; break up (#45) es cuando no hay arreglo. Como sustantivo junto, makeup es maquillaje.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. They argued, then made up quickly. *(Discutieron y luego se reconciliaron rápido.)*
2. She made up with her sister. *(Ella se reconcilió con su hermana.)*
3. Let's not fight — let's make up. *(No peleemos, reconciliémonos.)*
4. He made up an excuse for being late. *(Él inventó una excusa por llegar tarde.)*
5. The kids made up after the game. *(Los niños se reconciliaron después del juego.)*
6. We always make up before dinner. *(Siempre nos reconciliamos antes de la cena.)*
7. She made up a story for the children. *(Ella inventó un cuento para los niños.)*

47 · check on

ver cómo está (alguien); revisar

Raíz: On pone tu atención encima de algo, como una mano que se apoya para sentir si todo está bien. Check on una persona es pasar a ver cómo está: el vecino mayor, el niño dormido, el amigo enfermo. Check viene, como en check in (#21), del vocabulario del ajedrez que entró al inglés desde el francés antiguo. El objeto va después de todo el verbo: check on her, nunca en medio.
Literal: «comprobar sobre / acerca de»
Conecta: Check in (#21) es registrarse; check on es cuidar de lejos. Look after (#48) es el cuidado continuo, más largo.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: check on her; no se dice: check her on.

1. I'll check on the baby in a minute. *(Voy a ver cómo está el bebé en un minuto.)*
2. She checks on her mother every evening. *(Ella llama a su mamá cada tarde para ver cómo está.)*
3. Can you check on the soup? *(¿Puedes revisar la sopa?)*
4. He checked on his neighbor after the storm. *(Él fue a ver cómo estaba su vecino después de la tormenta.)*
5. We check on the dog at noon. *(Revisamos cómo está la perra al mediodía.)*
6. The nurse checked on the patient twice. *(La enfermera revisó al paciente dos veces.)*
7. They checked on the house while we traveled. *(Ellos cuidaron la casa mientras viajábamos.)*

48 · look after

cuidar (a alguien)

Raíz: After es ir detrás: el que cuida va detrás del otro, vigilando que no se caiga, como quien sigue a un niño que aprende a caminar. Look after es ese cuidado constante: niños, abuelos, mascotas, plantas y casas ajenas. Es el verbo de la responsabilidad cariñosa. Va siempre junto y el objeto al final: look after her. En Estados Unidos también se oye take care of (#63), con el mismo corazón.
Literal: «mirar detrás de / estar pendiente de»
Conecta: Check on (#47) es una visita breve; look after es el cuidado seguido. Take care of (#63) es su sinónimo más americano.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: look after her; no se dice: look her after.

1. She looks after her grandchildren on Fridays. *(Ella cuida a sus nietos los viernes.)*
2. Can you look after my dog this weekend? *(¿Puedes cuidar a mi perra este fin de semana?)*
3. He looked after his father for years. *(Él cuidó a su papá por años.)*
4. We look after the plants while they travel. *(Cuidamos las plantas mientras ellos viajan.)*
5. The nurse looks after ten patients. *(La enfermera cuida a diez pacientes.)*
6. They look after each other. *(Ellos se cuidan el uno al otro.)*
7. I looked after her kids all afternoon. *(Cuidé a sus hijos toda la tarde.)*

49 · run into

toparse con (alguien) por casualidad

Raíz: La imagen es un choque suave: vas caminando y «chocas» con una cara conocida que no esperabas. Run into es el encuentro sin plan, en la calle, en el aeropuerto, en otra ciudad. Run es correr, palabra germánica, e into marca el contacto. También sirve para problemas: run into trouble es toparse con dificultades, el mismo choque pero con algo abstracto. El objeto va siempre después del verbo completo.
Literal: «correr hacia dentro de»
Conecta: Meet up (#41) es con plan; run into es el azar. También es «chocar contra» en sentido físico.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: run into her; no se dice: run her into.

1. I ran into an old friend at the airport. *(Me topé con un viejo amigo en el aeropuerto.)*
2. She runs into her teacher everywhere. *(Ella se topa con su maestra en todas partes.)*
3. We ran into Cielo near the market. *(Nos topamos con Cielo cerca del mercado.)*
4. He ran into some problems at work. *(Él se topó con algunos problemas en el trabajo.)*
5. They ran into us in Guanajuato! *(¡Ellos se toparon con nosotros en Guanajuato!)*
6. You never know who you'll run into. *(Nunca sabes con quién te vas a topar.)*
7. I ran into my cousin at the clinic. *(Me topé con mi prima en la clínica.)*

50 · grow up

crecer; madurar

Raíz: Up es la dirección de las plantas y de los niños: hacia arriba, hacia la luz, ganando altura año con año. Grow es palabra germánica, prima de green, verde: crecer es lo que hace lo verde. Grow up cubre todo el proceso, de niño a adulto, y como orden «Grow up!» significa «madura, compórtate», con tono de regaño. La pregunta clásica de la infancia es «What do you want to be when you grow up?».
Literal: «crecer hacia arriba»
Conecta: Su familia: grown-up como sustantivo es «adulto». Get up (#2) también lleva up, pero ese up es de posición, no de años.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. I grew up in a small town. *(Crecí en un pueblo pequeño.)*
2. Kids grow up so fast. *(Los niños crecen muy rápido.)*
3. She grew up in Vancouver. *(Ella creció en Vancouver.)*
4. What do you want to be when you grow up? *(¿Qué quieres ser cuando crezcas?)*
5. He grew up speaking two languages. *(Él creció hablando dos idiomas.)*
6. They grew up together. *(Ellos crecieron juntos.)*
7. Grow up and take responsibility! *(¡Maduro y hazte responsable!)*

Capítulo 5

Problemas y soluciones

Problems & solutions

Verbos 51–63

51 · deal with

lidiar con, encargarse de

Raíz: Deal era repartir, como quien reparte cartas sobre la mesa: cada problema es una carta que te toca y hay que jugarla. Deal viene del inglés antiguo y es primo del alemán Teil, parte. Deal with es tomar tu parte del asunto y resolverla, sin esconderla. Por eso sirve para personas difíciles, crisis y pendientes: todo lo que «te toca» y no se puede ignorar. El objeto va siempre después de with.
Literal: «repartir / tratar con»
Conecta: Es el verbo de los asuntos incómodos; sort out (#54) ordena el caos, deal with lo enfrenta. Take care of (#63) es su versión tranquila.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: deal with it; no se dice: deal it with.

1. I have to deal with a difficult client today. *(Hoy tengo que lidiar con un cliente difícil.)*
2. She deals with problems calmly. *(Ella enfrenta los problemas con calma.)*
3. We dealt with the issue last week. *(Nos encargamos del asunto la semana pasada.)*
4. He doesn't know how to deal with stress. *(Él no sabe cómo lidiar con el estrés.)*
5. They will deal with the paperwork tomorrow. *(Ellos se encargarán del papeleo mañana.)*
6. Let me deal with it. *(Déjame encargarme de eso.)*
7. The clinic deals with insurance every day. *(La clínica lidia con los seguros todos los días.)*

52 · come up with

ocurrírsele (una idea), inventar

Raíz: La imagen es una idea que sube desde el fondo de la mente hasta la superficie, y llega «con» algo en la mano: una solución, un plan, una excusa. Come up with es el momento creativo de producir algo que no existía. Es un verbo de tres piezas inseparable: la idea va al final de todo. Su terreno es el trabajo y los problemas: come up with a plan es la frase que todo jefe quiere escuchar.
Literal: «venir hacia arriba con»
Conecta: Es primo de figure out (#26): figure out resuelve lo que existe; come up with crea lo que faltaba.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: come up with an idea; no se dice: come an idea up with.

1. She came up with a great idea. *(A ella se le ocurrió una gran idea.)*
2. We need to come up with a plan. *(Necesitamos idear un plan.)*
3. He always comes up with excuses. *(A él siempre se le ocurren excusas.)*
4. They came up with a cheaper solution. *(A ellos se les ocurrió una solución más barata.)*
5. Can you come up with a name for the team? *(¿Se te ocurre un nombre para el equipo?)*
6. I couldn't come up with anything better. *(No se me ocurrió nada mejor.)*
7. The students came up with three ideas. *(Los estudiantes propusieron tres ideas.)*

53 · run out of

quedarse sin (algo)

Raíz: Imagina un tanque o una despensa: lo que había dentro «sale corriendo» hasta que no queda nada. Run out of marca el momento exacto del vacío: sin leche, sin gasolina, sin tiempo, sin paciencia. Es un verbo de tres piezas y lo que se acaba va al final. Run es germánico y out hace el vaciado; el sujeto puede ser la persona («We ran out of milk») o la cosa («The milk ran out»).
Literal: «correr fuera de»
Conecta: Es el reverso del up de «por completo» de clean up (#12): aquí lo completo es que ya no queda nada.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: run out of milk; no se dice: run milk out of.

1. We ran out of milk this morning. *(Nos quedamos sin leche esta mañana.)*
2. The car ran out of gas on the highway. *(El carro se quedó sin gasolina en la carretera.)*
3. She is running out of time. *(A ella se le está acabando el tiempo.)*
4. Don't run out of patience with the kids. *(No te quedes sin paciencia con los niños.)*
5. They ran out of money in December. *(Ellos se quedaron sin dinero en diciembre.)*
6. We ran out of coffee at the office! *(¡Nos quedamos sin café en la oficina!)*
7. He ran out of excuses. *(A él se le acabaron las excusas.)*

54 · sort out

resolver, ordenar, arreglar

Raíz: Sort es clasificar, y viene del latín sors, suerte, por el sorteo de papeles: de ahí también sorteo en español. La imagen es una mesa llena de papeles mezclados que alguien separa en montones claros hasta que todo queda en su sitio. Sort out aplica esa imagen a cuartos, cuentas y malentendidos: ordenar hasta que el problema desaparece. En Inglaterra es de las frases más usadas para «yo me encargo».
Literal: «clasificar hacia fuera»
Conecta: Deal with (#51) enfrenta el problema; sort out lo deja ordenado. Fill out (#34) llena papeles; sort out los clasifica.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: sort it out; no se dice: sort out it.

1. We need to sort out this mess. *(Tenemos que arreglar este desorden.)*
2. She sorted out the bills by date. *(Ella ordenó las cuentas por fecha.)*
3. They sorted it out between themselves. *(Ellos lo resolvieron entre ellos.)*
4. He is sorting out his paperwork. *(Él está ordenando su papeleo.)*
5. Let's sort out the schedule first. *(Primero arreglemos el horario.)*
6. The manager sorted out the problem quickly. *(La gerente resolvió el problema rápido.)*
7. I sorted out my closet on Sunday. *(Ordené mi clóset el domingo.)*

55 · look into

investigar, averiguar

Raíz: Into marca la profundidad: no miras el problema por encima, metes la vista dentro, como quien abre una caja para ver qué hay. Look into es el verbo de investigar con seriedad: una queja, un ruido raro, una opción de compra. Lo usan oficinas, policías y cualquier persona que promete revisar algo a fondo. El objeto va después del verbo completo, y el tono es responsable, no curioso.
Literal: «mirar hacia dentro de»
Conecta: Look up (#31) busca un dato rápido; look into abre una investigación. Find out (#32) es lo que se logra al final.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: look into it; no se dice: look it into.

1. The manager will look into the problem. *(La gerente investigará el problema.)*
2. She is looking into flights for December. *(Ella está averiguando vuelos para diciembre.)*
3. We looked into the noise last night. *(Investigamos el ruido anoche.)*
4. He looked into buying a new car. *(Él averiguó sobre comprar un carro nuevo.)*
5. Please look into it and call me back. *(Por favor investígalo y me llamas de vuelta.)*
6. They are looking into the complaint. *(Ellos están investigando la queja.)*
7. I will look into the options this week. *(Averiguaré las opciones esta semana.)*

56 · go wrong

salir mal

Raíz: Wrong es lo torcido, lo que no va recto: viene del nórdico antiguo y su imagen es un camino que se desvía. Go wrong es el momento en que el plan se tuerce: la máquina, el viaje, la receta. Casi siempre se pregunta en pasado o en condicional: «What went wrong?», ¿qué salió mal? No lleva objeto: las cosas salen mal solas, y el verbo lo cuenta como un viaje que se desvió.
Literal: «ir por el mal camino»
Conecta: Es el aviso contrario de work out (#29) cuando todo sale bien: «It all worked out».
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Something went wrong with the car. *(Algo salió mal con el carro.)*
2. What went wrong at the meeting? *(¿Qué salió mal en la junta?)*
3. If anything goes wrong, call me. *(Si algo sale mal, llámame.)*
4. Everything went wrong that day. *(Todo salió mal ese día.)*
5. The plan went wrong from the start. *(El plan salió mal desde el principio.)*
6. Don't worry — nothing will go wrong. *(No te preocupes, nada saldrá mal.)*
7. The surgery didn't go wrong, thankfully. *(La operación no salió mal, por suerte.)*

57 · fall apart

desmoronarse; venirse abajo

Raíz: Apart es «en partes, separado», y fall aporta la caída: la cosa no se rompe de un golpe, se va cayendo pedazo a pedazo, como una casa vieja o un plan mal armado. Fall es palabra germánica, prima del alemán fallen. Fall apart sirve para objetos, planes y también personas en un momento de crisis emocional, cuando alguien «se viene abajo». No lleva objeto: todo el peso cae sobre el sujeto.
Literal: «caerse en pedazos»
Conecta: Break up (#45) parte algo de golpe; fall apart lo deshace poco a poco. Para emociones, conecta con break down (#68).
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. The old chair fell apart. *(La silla vieja se desarmó.)*
2. Their plan fell apart at the last minute. *(Su plan se vino abajo en el último minuto.)*
3. She fell apart when she heard the news. *(Ella se vino abajo cuando supo la noticia.)*
4. These shoes are falling apart. *(Estos zapatos se están deshaciendo.)*
5. The team fell apart after the manager left. *(El equipo se desmoronó después de que se fue el gerente.)*
6. Don't let the project fall apart now. *(No dejes que el proyecto se venga abajo ahora.)*
7. The book is so old it's falling apart. *(El libro es tan viejo que se está deshaciendo.)*

58 · put up with

aguantar, tolerar

Raíz: Es de los phrasal verbs menos lógicos y más útiles: tres piezas que juntas significan cargar con algo molesto sin quejarte, como quien sostiene un peso puesto encima. Su origen exacto no está claro; aparece en el siglo XIX con este sentido de tolerar. La clave práctica: es inseparable y el objeto va al final, y casi siempre aparece con can o can't: «I can't put up with this noise».
Literal: «soportar puesto encima con»
Conecta: Deal with (#51) resuelve el problema; put up with solo lo aguanta. Es la frase de la paciencia al límite.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: put up with it; no se dice: put it up with.

1. I can't put up with this noise anymore. *(Ya no aguanto este ruido.)*
2. She puts up with a lot at work. *(Ella aguanta mucho en el trabajo.)*
3. We put up with the cold for a week. *(Aguantamos el frío por una semana.)*
4. He won't put up with bad service. *(Él no tolerará el mal servicio.)*
5. How do you put up with that traffic? *(¿Cómo aguantas ese tráfico?)*
6. They put up with the tiny room for a month. *(Ellos aguantaron el cuarto diminuto por un mes.)*
7. Nobody should put up with that treatment. *(Nadie debería aguantar ese trato.)*

59 · get over

superar, recuperarse de

Raíz: Over es pasar por encima de un obstáculo: una cerca, una colina, una enfermedad. Get over dibuja la recuperación como ese cruce: estabas de un lado, con la gripe o la tristeza encima, y llegas al otro lado. Por eso sirve para enfermedades, rupturas y sustos. Ojo con la trampa: «get it over with» es otra frase, «salir de eso de una vez», casi la contraria en espíritu.
Literal: «pasar por encima de»
Conecta: Es la meta tras break up (#45): primero se termina, luego se supera. Go through (#60) es estar dentro del proceso.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: get over it; no se dice: get it over (eso es otra frase).

1. It took her months to get over the flu. *(Le tomó meses recuperarse de la gripe.)*
2. He finally got over the breakup. *(Él por fin superó la ruptura.)*
3. You will get over it with time. *(Lo superarás con el tiempo.)*
4. She can't get over the news. *(Ella no puede creer la noticia.)*
5. We got over the jet lag in two days. *(Superamos el jet lag en dos días.)*
6. He got over his fear of flying. *(Él superó su miedo a volar.)*
7. They got over the disappointment quickly. *(Ellos superaron la decepción rápido.)*

60 · go through

pasar por, atravesar (una experiencia)

Raíz: Through es el túnel: entras por un lado y sales por el otro, y en el medio está la experiencia completa. Go through se usa para épocas difíciles, trámites largos y procesos enteros: no rodeas el problema, lo atraviesas. Through viene del inglés antiguo y es primo del alemán durch. También es revisar algo paso a paso, como un documento, porque la vista «atraviesa» cada línea hasta el final.
Literal: «ir a través de»
Conecta: Get over (#59) es ya estar del otro lado; go through es el túnel mismo. También es «revisar»: go through the list.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: go through it; no se dice: go it through.

1. She went through a hard year. *(Ella pasó por un año difícil.)*
2. We are going through the paperwork now. *(Estamos revisando el papeleo ahora.)*
3. He went through two surgeries. *(Él pasó por dos operaciones.)*
4. They went through customs quickly. *(Ellos pasaron por aduana rápido.)*
5. I understand what you're going through. *(Entiendo por lo que estás pasando.)*
6. Let's go through the plan one more time. *(Repasemos el plan una vez más.)*
7. The town went through a big change. *(El pueblo pasó por un cambio grande.)*

61 · hold on

esperar; agarrarse

Raíz: On es el contacto que no se suelta: la mano sigue puesta, agarrada. De esa imagen salen los dos usos de hold on: agarrarse físicamente de algo que se mueve, y «agarrarse» en el tiempo, esperar sin colgar ni irse. En el teléfono es la frase universal: «Hold on, please». Hold viene del inglés antiguo healdan, guardar o sostener. Como orden suave es amable; repetido, «hold on, hold on», pide calma.
Literal: «sostenerse en»
Conecta: Es la pausa útil del teléfono y del camión. Su primo paciente es put up with (#58): esperar aguantando.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Hold on a second, please. *(Espera un segundo, por favor.)*
2. She held on to the railing. *(Ella se agarró del barandal.)*
3. Hold on — I have an idea. *(Espera, tengo una idea.)*
4. He held on during the whole ride. *(Él se sostuvo durante todo el trayecto.)*
5. Hold on, I'm coming! *(¡Espera, ya voy!)*
6. They held on until help arrived. *(Ellos aguantaron hasta que llegó la ayuda.)*
7. Can you hold on for one minute? *(¿Puedes esperar un minuto?)*

62 · throw away

tirar, desechar

Raíz: Away es la dirección de lo que se va y no vuelve: throw away es lanzar algo fuera de tu vida, a la basura. Throw viene del inglés antiguo y primero significaba girar o torcer, como el torno del alfarero; el sentido de lanzar vino después. El verbo marca una decisión: lo que se throw away no se guarda «por si acaso». Con pronombre va en medio, como en throw it away.
Literal: «lanzar lejos»
Conecta: Clean up (#12) ordena el lugar; throw away saca lo que sobra. Su opuesto práctico es pick up (#20).
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: throw it away; no se dice: throw away it.

1. Throw away those old papers. *(Tira esos papeles viejos.)*
2. She threw away the spoiled food. *(Ella tiró la comida echada a perder.)*
3. Don't throw it away — I can fix it. *(No lo tires, yo lo puedo arreglar.)*
4. He throws away nothing; he repairs everything. *(Él no tira nada; todo lo repara.)*
5. We threw away three bags of junk. *(Tiramos tres bolsas de basura.)*
6. Throw away the broken chair. *(Tira la silla rota.)*
7. They threw away a good opportunity. *(Ellos desperdiciaron una buena oportunidad.)*

63 · take care of

cuidar de, encargarse de

Raíz: Care es cuidado, una palabra del inglés antiguo que primero significaba preocupación y pena: cuidar es, en el fondo, que algo te importe. Take care of junta ese sentimiento con la acción: te haces cargo. Sirve para niños, casas, cuentas y problemas, y por eso es de los verbos más usados del inglés diario. Es inseparable: el objeto va después de of. La despedida «Take care!» es su forma corta de cariño.
Literal: «tomar el cuidado de»
Conecta: Look after (#48) es casi lo mismo para personas y mascotas; take care of abarca también tareas y problemas, como deal with (#51).
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: take care of her; no se dice: take her care of.

1. She takes care of her parents. *(Ella cuida a sus papás.)*
2. I'll take care of the bill. *(Yo me encargo de la cuenta.)*
3. He took care of the problem right away. *(Él se encargó del problema enseguida.)*
4. We take care of the garden together. *(Cuidamos el jardín juntos.)*
5. Can you take care of the dog this week? *(¿Puedes cuidar a la perra esta semana?)*
6. They take care of each other. *(Ellos se cuidan el uno al otro.)*
7. Take care of yourself on the trip. *(Cuídate en el viaje.)*

Capítulo 6

Mente y emociones

Mind & emotions

Verbos 64–75

64 · calm down

calmarse; calmar (a alguien)

Raíz: Down baja la agitación como baja el volumen en turn down (#9): la emoción está «arriba», acelerada, y el verbo la hace descender. Calm llegó al inglés desde el latín cauma, el calor fuerte del mediodía, pasando por el italiano calma: el momento en que el calor baja y el mar se aquieta. Por eso calm down funciona para uno mismo y para calmar a otro, con el pronombre en medio.
Literal: «bajar hacia la calma»
Conecta: Es el remedio de stress out (#66). «Calm down» dicho seco a alguien enojado puede sonar a orden; con please y tono suave, ayuda.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: calm him down; no se dice: calm down him (con pronombre).

1. Calm down — everything is fine. *(Cálmate, todo está bien.)*
2. She calmed down after a few minutes. *(Ella se calmó después de unos minutos.)*
3. Music helps him calm down. *(La música lo ayuda a calmarse.)*
4. The teacher calmed the kids down. *(La maestra calmó a los niños.)*
5. I need to calm down before the call. *(Necesito calmarme antes de la llamada.)*
6. He calmed her down with a joke. *(Él la calmó con un chiste.)*
7. The wind calmed down at night. *(El viento se calmó en la noche.)*

65 · cheer up

animarse; animar (a alguien)

Raíz: Up levanta, y aquí lo que se levanta es el ánimo, como una cara que se alza. Cheer viene del francés antiguo chiere, cara o expresión, y más atrás del latín tardío cara, rostro, primo de cara en español: el cheer era primero la cara que pones, triste o alegre. Cheer up es cambiar esa cara, la propia o la de otro. Como saludo breve, «Cheer up!» es ánimo puro.
Literal: «levantar el ánimo»
Conecta: Es el compañero de calm down (#64): uno baja la tormenta, el otro levanta el sol. Open up (#67) viene después, cuando ya hay calma.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: cheer her up; no se dice: cheer up her (con pronombre).

1. Cheer up! Tomorrow will be better. *(¡Anímate! Mañana será mejor.)*
2. She cheered up when she saw her friends. *(Ella se animó cuando vio a sus amigos.)*
3. We brought flowers to cheer her up. *(Trajimos flores para animarla.)*
4. He cheers up the whole office. *(Él anima a toda la oficina.)*
5. The good news cheered him up. *(La buena noticia lo animó.)*
6. Cheer up — it's almost Friday. *(Anímate, ya casi es viernes.)*
7. They cheered up after lunch together. *(Ellos se animaron después de comer juntos.)*

66 · stress out

estresar(se)

Raíz: Stress es presión, del latín strictus, apretado, la misma familia de estrecho y estricto: algo que aprieta. Out marca el resultado que se sale de lo normal: la persona queda fuera de su centro. Stress out casi siempre tiene causa y víctima: «This traffic stresses me out», el tráfico es la causa y yo, la víctima, voy en medio. Sin causa nombrada, la persona simplemente «is stressed out», agotada por la presión.
Literal: «sacar el estrés / quedar fuera de sí»
Conecta: Calm down (#64) es la salida; deal with (#51) es enfrentar la causa en vez de solo sufrirla.
Tipo: Tipo: separable — el pronombre va en medio: stress me out; no se dice: stress out me (con pronombre).

1. This traffic stresses me out. *(Este tráfico me estresa.)*
2. She gets stressed out before exams. *(Ella se estresa antes de los exámenes.)*
3. Don't stress out about the small stuff. *(No te estreses por las cosas pequeñas.)*
4. Work is stressing him out this month. *(El trabajo lo está estresando este mes.)*
5. We were stressed out during the move. *(Estábamos estresados durante la mudanza.)*
6. Deadlines stress everyone out. *(Las fechas límite estresan a todos.)*
7. He stressed out over the bill. *(Él se estresó por la cuenta.)*

67 · open up

abrirse (emocionalmente); abrir

Raíz: Up completa la apertura, como en clean up (#12): no es entreabrir, es abrir del todo. Open up traslada esa imagen a las personas: alguien cerrado se abre y cuenta lo que de verdad siente. Open es palabra germánica antigua y su familia es transparente. El verbo también abre negocios y caminos, pero en conversación casi siempre habla del corazón: cuesta, toma tiempo y requiere confianza, igual que abrir una puerta pesada.
Literal: «abrirse hacia arriba / por completo»
Conecta: Es lo contrario de shut down emocional. Cheer up (#65) anima; open up confía y cuenta.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. She finally opened up about her childhood. *(Ella por fin se abrió sobre su infancia.)*
2. It takes time to open up to new people. *(Toma tiempo abrirse con gente nueva.)*
3. He opened up during the long drive. *(Él se abrió durante el viaje largo.)*
4. Talking helps me open up. *(Hablar me ayuda a abrirme.)*
5. They opened up their home to us. *(Ellos nos abrieron las puertas de su casa.)*
6. The new road opens up the coast. *(El camino nuevo abre el acceso a la costa.)*
7. She opened up a small café in Puebla. *(Ella abrió un café pequeño en Puebla.)*

68 · break down

romperse (una máquina); venirse abajo

Raíz: Down es el desplome: lo que funcionaba cae a su nivel más bajo y deja de funcionar. Break down sirve para carros y máquinas que se descomponen, para pláticas que se estancan y para personas que ya no aguantan y lloran: en los tres casos un sistema deja de sostenerse. No lleva objeto en estos sentidos. Como sustantivo, un breakdown es la avería o la crisis, escrito en una palabra.
Literal: «romperse hacia abajo»
Conecta: Fall apart (#57) se deshace poco a poco; break down se detiene o se desploma. Get over (#59) es la recuperación posterior.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. Our car broke down near the airport. *(Nuestro carro se descompuso cerca del aeropuerto.)*
2. The machine breaks down every winter. *(La máquina se descompone cada invierno.)*
3. She broke down and cried. *(Ella se vino abajo y lloró.)*
4. The talks broke down after two days. *(Las negociaciones se estancaron después de dos días.)*
5. He broke down when he heard the news. *(Él se vino abajo cuando supo la noticia.)*
6. If the bus breaks down, call the office. *(Si el camión se descompone, llama a la oficina.)*
7. They broke down the door to get in. *(Ellos derribaron la puerta para entrar.)*

69 · feel like

tener ganas de; sentirse como

Raíz: Like aquí no es gustar: es «como», la comparación. Feel like junta la sensación con su retrato: feel like sleeping es sentirte «como para dormir», con ganas de eso; feel like a kid es sentirte como un niño. Feel viene del inglés antiguo felan, tocar o palpar: las emociones se «tocan» por dentro. La regla de oro: después de feel like, el verbo va en -ing, nunca en infinitivo con to.
Literal: «sentir como»
Conecta: Es primo de look forward to (#70), que también esconde una trampa: después de to va -ing, no el verbo base.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: feel like sleeping / feel like a kid; no se dice: feel sleeping like.

1. I feel like sleeping in today. *(Hoy tengo ganas de dormir hasta tarde.)*
2. She feels like a new person after the trip. *(Ella se siente como una persona nueva después del viaje.)*
3. We feel like eating tacos tonight. *(Tenemos ganas de comer tacos esta noche.)*
4. He doesn't feel like going out. *(Él no tiene ganas de salir.)*
5. It feels like rain. *(Parece que va a llover.)*
6. They felt like dancing at the party. *(Ellos tenían ganas de bailar en la fiesta.)*
7. Do you feel like a coffee? *(¿Se te antoja un café?)*

70 · look forward to

esperar con ganas, tener ilusión por

Raíz: La imagen es mirar hacia adelante en el camino, hacia algo bueno que viene: una visita, unas vacaciones, una carta. Forward es hacia el frente, y el to final es parte fija del verbo, no un infinitivo. Ahí está la trampa más famosa del inglés intermedio: después de ese to el verbo va en -ing, «look forward to seeing you», porque ese to es preposición, como en «I am used to it».
Literal: «mirar hacia adelante hacia»
Conecta: Feel like (#69) es ganas de ahora; look forward to es ilusión por lo que viene. En correos formales es la frase de cierre perfecta.
Tipo: Tipo: inseparable — el objeto va después de todo el verbo: look forward to seeing you; no se dice: look forward to see you.

1. I look forward to seeing you in Puebla. *(Espero con muchas ganas verte en Puebla.)*
2. We look forward to the holidays. *(Esperamos con ilusión las fiestas.)*
3. She looks forward to her weekends. *(Ella espera con ganas sus fines de semana.)*
4. He looked forward to retirement. *(Él esperaba con ilusión su jubilación.)*
5. They look forward to hearing from you. *(Ellos esperan con gusto tu respuesta.)*
6. I am looking forward to the trip. *(Estoy esperando el viaje con muchas ganas.)*
7. We look forward to working with you. *(Esperamos con gusto trabajar contigo.)*

71 · pass out

desmayarse

Raíz: Out es salir, y aquí lo que sale es la conciencia: la persona «se va» por segundos y cae. Pass es pasar, del latín passus, paso, primo directo de paso y pasar en español. Pass out es el desmayo completo, distinto de sentirse mareado: hay pérdida breve de conciencia. El mismo verbo, en graduaciones, reparte diplomas en Inglaterra, pero en Norteamérica el sentido diario es desmayarse, y el contexto lo deja claro.
Literal: «pasar hacia fuera (de la conciencia)»
Conecta: Es más fuerte que sentirse mal: si alguien pass out, hay que ayudar y revisar. Conecta con check on (#47) después del susto.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. She passed out from the heat. *(Ella se desmayó por el calor.)*
2. He almost passed out at the clinic. *(Él casi se desmaya en la clínica.)*
3. If you feel dizzy, sit down before you pass out. *(Si te sientes mareado, siéntate antes de desmayarte.)*
4. The runner passed out at the finish line. *(El corredor se desmayó en la meta.)*
5. People sometimes pass out at the sight of blood. *(Algunas personas se desmayan al ver sangre.)*
6. She passed out and woke up on the floor. *(Ella se desmayó y despertó en el suelo.)*
7. He had passed out twice that summer. *(Él se había desmayado dos veces ese verano.)*

72 · throw up

vomitar

Raíz: Up es la dirección que nadie quiere: el estómago manda todo hacia arriba y hacia fuera. Throw, como en throw away (#62), es lanzar; aquí el cuerpo «lanza» lo que no pudo quedarse. Es la frase común y directa, menos formal que vomit pero la que usa todo el mundo, incluidos los papás con niños enfermos. En este sentido va sin objeto: la persona throw up, y punto, sin detalles.
Literal: «lanzar hacia arriba»
Conecta: Es la frase práctica para clínicas y viajes; throw away (#62) lanza objetos, throw up es el cuerpo. Pass out (#71) es el otro susto físico del capítulo.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. The baby threw up on my shirt. *(El bebé vomitó en mi camisa.)*
2. She felt like she was going to throw up. *(Ella sentía que iba a vomitar.)*
3. He threw up after the boat ride. *(Él vomitó después del paseo en lancha.)*
4. If you need to throw up, here's a bag. *(Si necesitas vomitar, aquí tienes una bolsa.)*
5. The dog threw up on the rug. *(La perra vomitó en el tapete.)*
6. Kids throw up easily on long drives. *(Los niños vomitan fácil en los viajes largos.)*
7. She threw up twice that night. *(Ella vomitó dos veces esa noche.)*

73 · sleep in

dormir hasta tarde

Raíz: In es el interior tibio de la cama y de la casa: sleep in es quedarse dentro, durmiendo, más allá de la hora normal. No es dormir una siesta ni dormir en un lugar extraño: es el lujo de no poner alarma. Sleep es palabra germánica, prima del alemán schlafen. El contraste útil es con sleep over, quedarse a dormir en casa de otro: in es tu cama y tu hora; over es la casa ajena.
Literal: «dormir dentro»
Conecta: Es el premio tras stay up (#74): una noche te desvelas, la siguiente duermes hasta tarde. Wake up (#1) ese día llega sin prisa.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. On Sundays, we sleep in. *(Los domingos dormimos hasta tarde.)*
2. She slept in until ten. *(Ella durmió hasta las diez.)*
3. I love to sleep in on my days off. *(Me encanta dormir hasta tarde en mis días libres.)*
4. He slept in and missed breakfast. *(Él durmió hasta tarde y se perdió el desayuno.)*
5. They never sleep in — the kids wake them. *(Ellos nunca duermen hasta tarde: los niños los despiertan.)*
6. Let's sleep in tomorrow. *(Durmamos hasta tarde mañana.)*
7. Sleeping in feels great after a long week. *(Dormir hasta tarde se siente muy bien después de una semana larga.)*

74 · stay up

quedarse despierto hasta tarde

Raíz: Up es estar despierto y activo, como en wake up (#1): el cuerpo que no baja a la cama se mantiene «arriba». Stay es quedarse, del latín stare por vía del francés antiguo, primo de estar: quedarse en un estado. Stay up es desvelarse a propósito o por accidente: la película, la plática, el trabajo. Casi siempre lleva la hora o la causa: stay up late, stay up talking, stay up studying.
Literal: «quedarse arriba»
Conecta: Sleep in (#73) es su mañana siguiente. Turn up (#8) también usa up como nivel: aquí el nivel es tu energía.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. We stayed up until midnight talking. *(Nos quedamos despiertos hasta medianoche platicando.)*
2. She stays up late studying. *(Ella se desvela estudiando.)*
3. Don't stay up too late tonight. *(No te desveles mucho esta noche.)*
4. He stayed up to watch the game. *(Él se quedó despierto para ver el partido.)*
5. The kids stayed up on New Year's Eve. *(Los niños se quedaron despiertos en Año Nuevo.)*
6. I stayed up finishing the report. *(Me desvelé terminando el informe.)*
7. They stayed up all night at the airport. *(Ellos pasaron la noche despiertos en el aeropuerto.)*

75 · wind down

relajarse, bajar el ritmo

Raíz: Wind aquí es dar cuerda, como a un reloj antiguo o a un juguete: enrollar un resorte que guarda energía. Wind down es el proceso contrario: el resorte se suelta poco a poco y la máquina baja su ritmo hasta parar suave. Wind es palabra germánica y su pronunciación cambia según el sentido, pero la imagen del resorte que se afloja es perfecta para el final del día: té, lectura, nada de pantallas.
Literal: «desenrollarse / perder cuerda»
Conecta: Es el cierre elegante del día, primo tranquilo de calm down (#64): calm down apaga una emoción fuerte; wind down baja todo el sistema.
Tipo: Tipo: sin objeto — en este sentido no lleva objeto directo; la acción recae en el sujeto.

1. I wind down with a book every night. *(Me relajo con un libro cada noche.)*
2. She winds down after work with a walk. *(Ella baja el ritmo después del trabajo con una caminata.)*
3. We wound down after the long trip. *(Nos relajamos después del viaje largo.)*
4. He needs an hour to wind down. *(Él necesita una hora para relajarse.)*
5. Tea helps me wind down. *(El té me ayuda a bajar el ritmo.)*
6. They wind down together on the porch. *(Ellos se relajan juntos en el porche.)*
7. The party wound down around eleven. *(La fiesta se fue apagando como a las once.)*