

KIT DESTRAVA

50 frases para quando o seu inglês trava nos Estados Unidos

Você não precisa falar inglês perfeito para conseguir se comunicar.

Leia. Escute. Repita. Use.

Um guia prático para trabalho, telefone, médico, farmácia e vida real nos EUA.

LEIA > ESCUTE > REPITA > USE

ANTES DE COMEÇAR

Quando a cabeça fica em branco, você precisa de uma saída.

Talvez você até soubesse as palavras. Talvez entendesse parte do que a pessoa falou. Mas não conseguiu responder rápido o suficiente. Isso é o travar.

A solução não é decorar milhares de palavras antes de abrir a boca. Comece pelas frases que ajudam você a continuar a conversa mesmo quando não entende tudo.

1	LEIA Entenda o significado.
2	ESCUTE Na versão web, ouça devagar e em velocidade natural.
3	REPITA Fale em voz alta. Sua boca também precisa praticar.
4	USE Imagine uma situação real e responda sem ler.

DEZ MINUTOS SÃO SUFICIENTES.

Escolha uma categoria, pratique duas ou três frases e use uma delas no mesmo dia.

Travei. E agora?

As frases mais importantes do Kit: elas ajudam você a continuar a conversa mesmo sem entender tudo.

01

SALVE ESTA

Sorry, I didn't catch that.**Desculpa, não entendi o que você falou.**

QUANDO USAR Aqui, “catch” não significa pegar com a mão. Significa ouvir ou entender o que foi dito.

DETALHE DE PRONÚNCIA No áudio natural, “didn't” fica curto. Imita a frase inteira sem separar “did” e “not”.

02

SALVE ESTA

Could you say that again?**Pode falar isso de novo?**

QUANDO USAR Salve esta. Ela funciona no trabalho, no telefone, no médico e em quase qualquer conversa.

DETALHE DE PRONÚNCIA No áudio natural, “could” e “you” se conectam. Repita o bloco completo, sem pausa entre as palavras.

03

Could you speak a little slower?**Pode falar um pouco mais devagar?**

DETALHE DE PRONÚNCIA Comece “speak” direto no som de S. Evite colocar um som de I antes da palavra.

04

What do you mean?**O que você quer dizer?**

QUANDO USAR Use quando você ouviu as palavras, mas não entendeu a ideia.

05

What does ____ mean?**O que ____ significa?**

NA VIDA REAL What does “deadline” mean?

O que “deadline” significa?

Travei. E agora?

Continue: ouça na versão web, repita em voz alta e marque a frase quando conseguir falar sem ler.

06 How do you say ____ in English?

Como se diz ____ em inglês?

QUANDO USAR Esta frase permite que você continue aprendendo durante uma conversa real.

07 Let me make sure I understood.

Deixa eu confirmar se entendi.

NA VIDA REAL Let me make sure I understood. You need it by Friday, right?
Deixa eu confirmar se entendi. Você precisa disso até sexta, certo?

08 Can you show me?

Pode me mostrar?

QUANDO USAR Quando a explicação não basta, peça uma demonstração.

09 Can you write it down for me?

Pode escrever isso para mim?

QUANDO USAR Útil para endereços, nomes, instruções, horários e números de telefone.

10 Give me one second.

Me dá um segundo.

QUANDO USAR Você não precisa responder imediatamente. Esta frase compra alguns segundos para pensar.

PRATIQUE POR 1 MINUTO

Sem olhar as frases acima, diga: “Pode falar de novo?”, “Pode falar mais devagar?” e “Deixa eu confirmar se entendi.”

RESPOSTA POSSÍVEL: Could you say that again? Could you speak a little slower? Let me make sure I understood.

No trabalho

Para entender a tarefa, confirmar instruções e mostrar que você está acompanhando o trabalho.

11 What do you need me to do?

O que você precisa que eu faça?

12 What should I do first?

O que eu devo fazer primeiro?

13 Where does this go?

Onde isso vai?

14 Is this right?

Está certo assim?

15 Do you need this today?

Você precisa disso hoje?

No trabalho

Continue: ouça na versão web, repita em voz alta e marque a frase quando conseguir falar sem ler.

16 What time do you need it by?

Até que horas você precisa disso?

QUANDO USAR O “by” marca o prazo: até que horário algo precisa estar pronto.

17 I'm working on it.

Estou trabalhando nisso.

18 I'm almost done.

Estou quase terminando.

19 I need some help with this.

Preciso de ajuda com isso.

20 SALVE ESTA

Just to make sure, you want me to ____, right?

Só para confirmar: você quer que eu ____, certo?

QUANDO USAR Em vez de fingir que entendeu, repita a tarefa com suas palavras e confirme.

NA VIDA REAL Just to make sure, you want me to ship these today, right?

Só para confirmar: você quer que eu envie estes hoje, certo?

PRATIQUE POR 1 MINUTO

Seu chefe explicou uma tarefa. Você entendeu quase tudo, mas quer confirmar se deve enviar o pedido hoje.

RESPOSTA POSSÍVEL: Just to make sure, you want me to ship this order today, right?

No telefone

Para começar a ligação, ganhar tempo, confirmar informações e encerrar com segurança.

21 Hello, this is Renata.

Olá, aqui é a Renata.

QUANDO USAR No telefone, “this is...” é a forma natural de se apresentar. Troque Renata pelo seu nome.

DETALHE DE PRONÚNCIA No som de “this”, encoste a língua levemente entre os dentes. Não troque o começo por D ou Z.

22 Who's calling, please?

Quem está falando, por favor?

23 What are you calling about?

Sobre o que você está ligando?

24 Could you repeat that?

Pode repetir?

25 Can you hold for a second?

Pode aguardar um segundo?

QUANDO USAR Use quando você precisa que a pessoa espere na linha.

No telefone

Continue: ouça na versão web, repita em voz alta e marque a frase quando conseguir falar sem ler.

26 **Let me check.**
Deixa eu verificar.

27 **Can I call you back?**
Posso te ligar de volta?

28 **Can you send me a text?**
Pode me mandar uma mensagem?

QUANDO USAR Nos EUA, "send me a text" normalmente significa enviar uma mensagem pelo celular.

29 **Can you spell that for me?**
Pode soletrar para mim?

NA VIDA REAL Can you spell your last name for me?
Pode soletrar seu sobrenome para mim?

30 **Thank you for calling.**
Obrigada pela ligação.

QUANDO USAR Uma forma simples e profissional de encerrar a ligação.

PRATIQUE POR 1 MINUTO

**A pessoa ligou por causa de um compromisso, mas falou rápido demais.
Peça para repetir e depois soletrar a informação.**

RESPOSTA POSSÍVEL: Sorry, could you say that again? Can you spell that for me?

No médico / farmácia

Para explicar o básico, perguntar sobre um medicamento e pedir uma explicação mais simples.

AVISO IMPORTANTE Este material ensina comunicação em inglês. Não substitui orientação médica nem serviços de interpretação quando necessários.

31 I haven't been feeling well.

Não tenho me sentido bem.

32 I've had this for ____ days.

Estou com isso há ____ dias.

NA VIDA REAL I've had this cough for three days.
Estou com esta tosse há três dias.

33 It hurts here.

Dói aqui.

QUANDO USAR Aponte para a região enquanto fala.

34 It hurts when I ____.

Dói quando eu ____.

NA VIDA REAL It hurts when I breathe.
Dói quando eu respiro.

35 I'm allergic to ____.

Tenho alergia a ____.

NA VIDA REAL I'm allergic to penicillin.
Tenho alergia a penicilina.

No médico / farmácia

Continue: ouça na versão web, repita em voz alta e marque a frase quando conseguir falar sem ler.

36 I'm taking this medication.
Estou tomando este medicamento.

37 How often should I take this?
Com que frequência devo tomar isso?

38 Are there any side effects?
Tem algum efeito colateral?

39 Could you explain that in a simpler way?
Pode explicar isso de uma forma mais simples?

QUANDO USAR Uma frase importante quando a explicação tem termos técnicos.

40 Do I need to come back?
Preciso voltar?

PRATIQUE POR 1 MINUTO

Na farmácia, confirme quantas vezes deve tomar o remédio e pergunte se há efeitos colaterais.

RESPOSTA POSSÍVEL: How often should I take this? Are there any side effects?

Vida real nos EUA

Para compromissos, retiradas, devoluções, cobranças, pedidos e serviços do dia a dia.

41 I have an appointment.
Eu tenho um horário marcado.

42 I'm here to pick up ____.
Vim buscar ____.

NA VIDA REAL I'm here to pick up my prescription.
Vim buscar meu medicamento.

43 I'd like to return this.
Gostaria de devolver isso.

NA VIDA REAL I'd like to return this. It doesn't fit.
Gostaria de devolver isso. Não serviu.

44 I think I was charged twice.
Acho que fui cobrada duas vezes.

QUANDO USAR Se você preferir linguagem neutra em português: “Acho que cobraram duas vezes”.

45 That's not what I ordered.
Não foi isso que eu pedi.

Vida real nos EUA

Continue: ouça na versão web, repita em voz alta e marque a frase quando conseguir falar sem ler.

46 **How long will it take?**
Quanto tempo vai demorar?

47 **Where can I find ____?**
Onde posso encontrar ____?

NA VIDA REAL Where can I find the cleaning supplies?
Onde posso encontrar os produtos de limpeza?

48 **Do I need an appointment?**
Preciso marcar horário?

49 **Is there anything else I need to bring?**
Preciso trazer mais alguma coisa?

50 **I understand. Thank you.**
Entendi. Obrigada.

QUANDO USAR Use “obrigado” ou “obrigada” conforme você preferir em português. A frase em inglês não muda.

PRATIQUE POR 1 MINUTO

Você recebeu uma cobrança duplicada. Explique o problema e pergunte quanto tempo a correção vai demorar.

RESPOSTA POSSÍVEL: I think I was charged twice. How long will it take to fix it?

DESAFIO FINAL

Você consegue se virar?

Imagine: você está no trabalho. Seu chefe dá uma instrução. Você entendeu cerca de 60%. Em vez de sorrir, dizer “yes” e torcer para ter entendido, siga estes quatro passos:

1 PEÇA PARA REPETIR
Could you say that again?

2 DIMINUA A VELOCIDADE
Could you speak a little slower?

3 CONFIRME
Let me make sure I understood.

4 RESPONDA
Got it. Thank you.

NÃO ENTENDER UMA PARTE NÃO É O FRACASSO.
O que estamos mudando é não saber como se recuperar.

SEU PRÓXIMO PASSO

Agora você tem as frases. Vamos treinar para usá-las sem travar.

Ler “Could you say that again?” é fácil. Lembrar da frase quando um americano fala com você de repente é outra coisa. É isso que vamos praticar dentro do DESTRAVA.

DESTRAVA

7 dias para começar a usar o inglês que você já sabe.

Aulas curtas em vídeo, prática guiada e links selecionados do YouTube para continuar treinando.

DIA 1 Trabalho	DIA 2 Telefone
DIA 3 Médico	DIA 4 Escola
DIA 5 Vida nos EUA	DIA 6 Conversação
DIA 7 Quando algo dá errado	10–20 minutos por dia

PREÇO REGULAR
US\$49.99

PRIMEIRAS 10 COMPRAS
US\$29.99

+ uma semana de ajuda pelo WhatsApp

QUERO DESTRAVAR MEU INGLÊS >

A oferta de US\$29.99 vale para as 10 primeiras compras. Entre na lista pelo Kit web para ser avisada quando abrir.