

Viral English: Doomscrolling — One More Bad Headline

English learning resource · ES

Line-by-line · English + Spanish

46 lines

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

Julia, your toast has been waiting for quite a while.

Julia, tu tostada lleva esperando un buen rato.

I was only going to check one headline.

Solo iba a mirar un titular.

Then there was another worrying story, and another, and somehow twenty minutes disappeared.

Después apareció otra noticia preocupante, y otra, y de algún modo desaparecieron veinte minutos.

Welcome to Viral English, from Your English Toolbox.

Bienvenidos a Viral English, de Your English Toolbox.

I am Martin, here with Julia and some very patient toast.

Soy Martin, estoy con Julia y con una tostada muy paciente.

Our expression today is doomscrolling.

Nuestra expresión de hoy es doomscrolling.

It means repeatedly scrolling through bad or worrying news online, often for longer than you intended.

Significa desplazarse repetidamente por noticias malas o preocupantes en internet, a menudo durante más tiempo del previsto.

So it is not simply reading the news?

¿Así que no es simplemente leer las noticias?

No, and it is not every long session on your phone either.

No, y tampoco es cualquier sesión larga con el móvil.

The negative content and the repeated scrolling are important parts of the meaning.

El contenido negativo y el desplazamiento repetido son partes importantes del significado.

If I spend twenty minutes watching cheerful cooking videos, doomscrolling is not the best description.

Si paso veinte minutos viendo alegres vídeos de cocina, doomscrolling no es la mejor descripción.



Exactly.

Exactamente.

The word became widely discussed during the pandemic, but that does not prove it was invented then.

La palabra dio mucho que hablar durante la pandemia, pero eso no demuestra que se inventara entonces.

The American Dialect Society chose it as its digital word of the year for twenty twenty.

La American Dialect Society la eligió como su palabra digital del año de dos mil veinte.

And a University of California article used it again in April twenty twenty-five.

Y un artículo de la Universidad de California volvió a utilizarla en abril de dos mil veinticinco.

Those are dated examples of real use, not evidence that the term is new this week.

Son ejemplos fechados de uso real, no pruebas de que el término sea nuevo esta semana.

It combines doom, suggesting something terrible, with scrolling through a screen.

Combina doom, que sugiere algo terrible, con la acción de desplazarse por una pantalla.

In everyday conversation, it can be a slightly humorous way to describe your own habit.

En una conversación cotidiana puede ser una forma ligeramente humorística de describir tu propio hábito.

I was doomscrolling instead of eating breakfast.

Estaba haciendo doomscrolling en vez de desayunar.

But it can also describe a serious concern, so do not use it to mock somebody who is upset.

Pero también puede describir una preocupación seria, así que no lo uses para burlarte de alguien que está angustiado.

Our second expression is your feed.

Nuestra segunda expresión es your feed.

Your feed is the stream of posts or updates an app shows you.

Tu feed es el flujo de publicaciones o actualizaciones que te muestra una aplicación.

I keep seeing worrying headlines in my feed.

No paro de ver titulares preocupantes en mi feed.

Here, feed is a noun, not the verb meaning to give someone food.

Aquí, feed es un sustantivo, no el verbo que significa dar de comer.

Although your toast is still hoping for some attention.

Aunque tu tostada sigue esperando algo de atención.

Our third expression is get sucked into.

Nuestra tercera expresión es get sucked into.



It means become deeply involved in something, sometimes without meaning to.

Significa meterse de lleno en algo, a veces sin pretenderlo.

I got sucked into reading the comments and missed my bus.

Me quedé absorbida leyendo los comentarios y perdí el autobús.

After into, use a noun or an ing form, such as reading.

Después de into, usa un sustantivo o una forma en -ing, como reading.

That expression is not always negative.

Esa expresión no siempre es negativa.

You can get sucked into a fascinating story too.

También puedes quedar atrapado en una historia fascinante.

Now, a challenge with two situations.

Ahora, un reto con dos situaciones.

First, I check a train update, learn what I need, and close the app.

Primera: consulto una actualización del tren, obtengo la información que necesito y cierro la aplicación.

Second, I keep moving through alarming headlines long after I have the information I wanted.

Segunda: sigo pasando de un titular alarmante a otro mucho después de haber encontrado la información que buscaba.

Which situation fits doomscrolling better?

¿Qué situación encaja mejor con doomscrolling?

The second, because the repeated negative-news scrolling is the key.

La segunda, porque la clave es seguir desplazándose por noticias negativas.

Now imagine a deliberately provocative post trying to attract angry replies.

Ahora imagina una publicación deliberadamente provocadora que busca respuestas airadas.

Is that automatically the same thing as doomscrolling?

¿Es eso automáticamente lo mismo que doomscrolling?

No, that describes the post's possible intention, not the reader's scrolling habit.

No, eso describe la posible intención de la publicación, no el hábito de lectura de la persona.

Last week's rage bait lesson helps with that distinction.

La lección de la semana pasada sobre rage bait ayuda a entender esa diferencia.

Complete this sentence about an ordinary situation: I got sucked into...

Completa esta frase sobre una situación cotidiana: I got sucked into...



We are practising language, not diagnosing anybody's mental health.

.....
[Estamos practicando el idioma, no diagnosticando la salud mental de nadie.](#)

Find a neutral explanation and examples for all three expressions on our website.

.....
[Encuentra una explicación neutral y ejemplos de las tres expresiones en nuestra web.](#)

The episode link is in the description.

.....
[El enlace del episodio está en la descripción.](#)

Now, shall we return to breakfast?

.....
[¿Volvemos ahora al desayuno?](#)

Yes, before the toast becomes another bad headline!

.....
[¡Sí, antes de que la tostada se convierta en otro mal titular!](#)

