

El lenguaje del cuerpo

Guía básica

Apuntes para la asignatura Cultura y Comunicación

Araceli Larrión Gallegos

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES



EL LENGUAJE DEL CUERPO

Guía básica

Apuntes para la asignatura Cultura y Comunicación

LARRIÓN GALLEGOS, Araceli

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Ingeniería

2025, 60 págs.

El lenguaje del cuerpo. Guía básica

Primera edición electrónica de un ejemplar (8 MB) en formato PDF

Publicado en línea: Enero de 2025

D.R. © 2025, UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Avenida Universidad núm. 3000, Col. Universidad Nacional Autónoma
de México, Ciudad Universitaria, Delegación Coyoacán,
México, Ciudad de México, Código Postal 04510.

FACULTAD DE INGENIERÍA

<http://www.ingenieria.unam.mx/>

Esta edición y sus características son propiedad de la Universidad Nacional Autónoma de México. Prohibida la reproducción o transmisión total o parcial por cualquier medio sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Hecho en México.

UNIDAD DE APOYO EDITORIAL

Cuidado de la edición: María Cuairán Ruidíaz

Diseño y formación editorial : Luis Enrique Vite Rangel

Araceli Larrión Gallegos

Es originaria de la Ciudad de México. Se licenció en Arquitectura por la UNAM. Ha impartido clases en la Facultad de Ingeniería en la División de Ciencias Sociales y Humanidades donde ha trabajado por más de 36 años y donde fue consejera técnica titular. Ha publicado *El arte en la Facultad de Ingeniería* (mayo 2022), y *Las Humanidades. Breve antología sobre artículos* (agosto 2022), ambas publicaciones digitales se encuentran en la página de la Facultad de Ingeniería de la UNAM; participó en el cuidado de la edición y en las ilustraciones de: *Teoría del conocimiento: una introducción a la epistemología para ingenieros* de Marco Aurelio Torres Herrera, Facultad de Ingeniería UNAM, Col. Vínculos, 2017. Ha publicado diversos artículos sobre temas culturales para la revista digital *El Nigromante* de la División de Ciencias Sociales y Humanidades. Desde hace años diseña y coordina con la colaboración de otros profesores y alumnos, la ofrenda de muertos de la Facultad de Ingeniería que participa cada año en la Megaofrenda UNAM.



Era un cautivo beso enamorado
de una mano de nieve, que tenía
la apariencia de un lirio desmayado
y el palpitar de un ave en la agonía.
Y sucedió que un día,
aquella mano suave
de palidez de cirio,
de languidez de lirio,
de palpitar de ave,
se acercó tanto a la prisión del beso,
que ya no pudo más el pobre preso
y se escapó; mas, con voluble giro,
huyó la mano hasta el confín lejano,
y el beso que volaba tras la mano,
rompiendo el aire, se volvió suspiro.

Metamorfosis

Luis Gonzaga Urbina

(1864 - 1934)

Escritor mexicano



El único idioma universal es el beso.

Alfred de Musset

Poeta francés (1810 – 1857)



Aprender a ver es el más largo aprendizaje de todas las artes.

Edmond y Jules Goncourt

Novelistas franceses

(1822 - 1896 y 1830 - 1870)



Índice

1. ¿Qué es el lenguaje del cuerpo?	10
2. El saludo	12
La mano de pescado	12
La mano trituradora de nudillos	13
La mano de político	14
La mano cordial	15
3. Posición de los brazos	17
Brazos cruzados	18
Brazos atrás	19
Brazos abiertos	19
Brazos en jarras o en la cintura	20
4. Posición de la cabeza	21
Cargar la cara con la mano	21
Cabeza inclinada	22
Cabeza erguida	22
Cabeza baja	22
5. Posición de las manos	24
Mostrar las dos manos	24
Las manos tapando la boca	25
El dedo índice en la sien	25
Las manos entrelazadas a la altura de la boca	26
Mano rascando la cabeza	26



6. El índice acusatorio o del dictador	27
El índice señalando al oyente o al público.....	27
7. Gestos hostiles	28
Mostrar los dientes al hablar.....	28
Resoplar o exhalar violentamente	29
Señalar con el dedo índice hacia abajo repetidamente al hablar	29
Levantar la mirada y poner los ojos en blanco	30
8. Distancia zonal	31
Personas con una relación muy cercana	31
Personas con una relación de amistad o trabajo.....	32
9. Barreras virtuales	34
Un portafolios a la altura del pecho	34
Una gorra	35
Una taza de café entre usted y su interlocutor	35
10. La mirada	36
Alzar una ceja	36
Desviar la mirada.....	37
Hablar viendo a los ojos a la otra persona.....	37
11. Gestos o señales universales	38
El gesto de <i>Ok</i>	38
La V de la victoria	39
El pulgar hacia arriba	39
El pulgar hacia abajo	40
Agitar la mano saludando	40
El gesto de “cerrar la boca”	41
Levantar el brazo y mostrar la palma con la punta de los dedos hacia arriba y hacia la persona, en señal de alto, o ¡espere!	41
El dedo índice en los labios	42
Las manos juntas en posición de orar o el gesto de súplica: “por favor” ..	42
Taparse los oídos	43
Boca que oculta los labios y comisuras de los labios hacia abajo	43



12. Gestos de coqueteo	44
Una mirada por encima del hombro.....	44
Arreglarse el nudo de la corbata.....	45
Alisarse o esponjarse el pelo.....	45
13. Gestos de impaciencia o nerviosismo	47
Tamborilear los pies o los dedos de las manos	47
14. El rostro	48
El hombre sonriente.....	48
Cejas terminales	49
Cejas equilibradas	49
Cejas precursoras.....	50
El hombre con cara de jugador de póquer	50
Bibliografía	52
Imágenes	53



1 ¿Qué es el lenguaje del cuerpo?



Imagen 2. Actores y actrices de la obra de teatro *Cats*.

La kinesia o quinesia es una palabra que viene del griego *kínesis*, que significa ‘movimiento’. Todo el tiempo sin saberlo o sin ser conscientes de ello, enviamos mensajes a los demás, con nuestros gestos y posturas del cuerpo.

Para hacer una lectura correcta del lenguaje del cuerpo, recordemos que no debe leerse un gesto aislado, sino que debemos de tomar en cuenta el contexto; determinado gesto irá reforzado en caso de estar hablando la persona, por el discurso, el tono de voz y otras posiciones del cuerpo. Por ejemplo, un niño que tenga los brazos y piernas cruzados, sentado en una banca de su escuela en una nublada mañana, puede ser que tenga frío, no que esté en una posición “cerrada”, es decir que no quiera escuchar lo que se le dice.

Allan y Barbara Pease mencionan en su libro *El lenguaje del cuerpo* (2006), que debemos observar la postura, la gesticulación y el rostro.

En la imagen 1 de portada vemos al primer ministro del Reino Unido de Gran Bretaña, Winston Churchill, quien tiene una sonrisa y levanta el brazo derecho haciendo con su mano un gesto universal que simboliza la “V” de la victoria, ¿por qué hizo esto? Tenemos que ubicar la fotografía en su contexto, en ese momento de la historia el Reino Unido de Gran Bretaña estaba involucrado en la Segunda Guerra Mundial y este gesto se entendía como de que el país iría por la victoria.

En otro contexto, un adulto que esté escuchando una conferencia que no sea de su agrado, seguramente cruzará los brazos, las piernas, fruncirá el ceño y tendrá la cabeza baja y seguramente no aplaudirá al conferencista, o si está aburrido su mano cargará la cara, si tiene donde apoyar su brazo.

Conocer el lenguaje del cuerpo es útil porque nos da pistas para relacionarnos adecuadamente con los demás, nos ayuda a buscar el momento adecuado para hacer una petición a alguna persona o si debemos esperar otro momento, si somos maestros o conferencistas nos daremos cuenta si nuestro público está atento o interesado, o si por el contrario ha perdido el interés o está aburrido o cansado. En la imagen 2 vemos a los actores de la obra de teatro *Cats*, que se presentó en México, donde hicieron un magnífico trabajo estudiando los movimientos y el lenguaje corporal de los gatos.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



2 El saludo

El saludo es nuestra carta de presentación, es una oportunidad para transmitirle a los demás un mensaje de cordialidad, de amistad, de bienvenida o por el contrario puede reflejar una falta de relaciones humanas, timidez o poca cordialidad. Hay muchos tipos de saludo, veremos en esta guía cuatro saludos básicos:

- La mano de pescado
- La mano trituradora de nudillos
- La mano de político
- La mano cordial

La mano de pescado

El saludo conocido como “mano de pescado” se refiere a una mano que no transmite cordialidad, afecto, amistad; es una mano que se queda inmóvil como una piedra, o inerte como un pescado, ya sea porque la persona es tímida o porque tiene pocas relaciones humanas (vea la imagen 3). Este saludo lo encontramos en personas que tienen poca costumbre de estrechar la mano de otra persona, si usted ha saludado de esta forma haga un esfuerzo por cambiar su saludo a uno más amistoso, uno que estreche la mano del otro para decirle: es usted bienvenido.

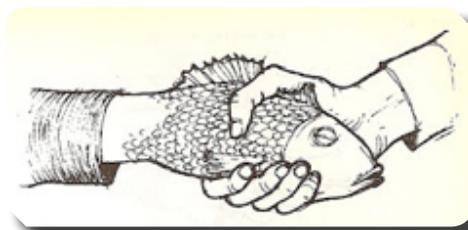


Imagen 3. La mano de pescado



La mano trituradora de nudillos

La mano trituradora de nudillos es aquella que aprieta muy fuerte la mano del otro al grado de que puede hacerle daño sin querer (vea la imagen 4). Es común este saludo en personas efusivas y extrovertidas, pero si usted saluda así debe tener cuidado, pues algunas personas tienen manos sensibles y puede causarles dolor.

Hay algunas personas que viven de sus manos, como por ejemplo un pianista o un músico, un cirujano, un joyero, un artista plástico y prefieren no saludar de mano, hay otras personas que padecen artritis y sus manos son muy frágiles y sensibles al dolor, por ello prefieren no dar la mano al saludar.



Imagen 4. La mano trituradora de nudillos



Imagen 5. La mano trituradora de nudillos. Trump - Macron

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



En la imagen 5 el presidente de Francia Emmanuel Macron (derecha) tritura la mano del presidente de Estados Unidos Donald Trump (izquierda), ¿por qué hizo esto? En la imagen 6 se ve que Donald Trump tiene una cara de disgusto, desvía la mirada pues Macron lo ve directo a los ojos mientras le tritura la mano, Trump frunce la boca y tiene el ceño fruncido, mientras Macron se ve muy contento.

Imagen 6. Los presidentes de Estados Unidos Donald Trump y de Francia Emmanuel Macron



El presidente de Estados Unidos Donald Trump tenía fama de ofrecer a los mandatarios de otros países un saludo en el que les daba un jalón que les hacía perder un poco el equilibrio si no estaban prevenidos. Trump es un hombre robusto que mide 1.90 metros y Emmanuel Macron presidente de Francia es un hombre delgado y mide 1.77 metros, pero el presidente de Francia ya estaba consciente de esta situación y se adelantó a Trump para dejar bien claro que a él no lo sacaría de balance y de dio un saludo “tritador de nudillos”.

La mano de político

En las imágenes 7 y 8, Joe Biden presidente de Estados Unidos, saluda al presidente de Ucrania Volodímir Selenski. El tipo de saludo que se dan es conocido como “mano de político”, en donde uno de ellos abraza la mano del otro, en este caso se justifica porque ya se conocen y refleja que existe cordialidad entre ambos mandatarios (el gobierno de Biden ha apoyado moral y económicamente a Ucrania en la guerra que libra contra Rusia desde 2022). La lectura del saludo



va acompañada de sus expresiones faciales, donde se les ve contentos y sonrientes. Sin embargo, este tipo de saludo no debe darse entre personas que se acaban de conocer, pues no son amigas y pensarán que lo único que se quiere es su voto (en el caso de que fueran candidatos a algún cargo), o que se les va a pedir algo.



Imagen 7. La mano de político



Imagen 8. El presidente de Estados Unidos Joe Biden y el presidente de Ucrania, Volodímír Selenski

La mano cordial

En este tipo de saludo vamos a estrechar la mano del otro de una manera firme y cordial, nuestra mano debe estar en una posición igual que la de la otra persona, lo cual quiere decir que ninguno de los dos tiene el control sobre el otro, el dorso de una mano no debe estar hacia arriba encima de la palma de la mano del otro, sino que se presentan en igualdad de circunstancias, es decir nuestra palma o la del otro no estarán en posición hacia el suelo, sino de lado (vea la imagen 9). En

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



1993, el líder de la OLP Yasser Arafat muy sonriente estrecha la mano del primer ministro israelí Yitzhak Rabin, cuyo rostro refleja cierta reserva, mientras con los brazos abiertos los observa el presidente de Estados Unidos Bill Clinton, mostrando sus palmas extendidas como diciendo: “todo está claro y perfecto”.



Imagen 9. La mano cordial. Arafat - Rabin

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



3 Posición de los brazos

La posición de nuestros brazos revela nuestro estado de ánimo, nuestra disposición a estar o no atentos a lo que sucede en ese momento. Si estamos tensos o aburridos o cansados.

Imagen 10. Los brazos cruzados pero el rostro sonriente reflejan actitud positiva



Imagen 11. Brazos cruzados para proyectar mayor autoridad, pero con un rostro sonriente, reflejan una actitud positiva





Imagen 12. Los brazos cruzados, actitud defensiva

Brazos cruzados

Los brazos cruzados sobre el pecho es un gesto universal, un escudo protector que tenemos cuando sentimos una posible amenaza, o también puede ser una pose que nos hace sentir más cómodos (vea las imágenes 10 y 11). En este caso los otros gestos nos dan las pistas necesarias para leer el cuerpo, la joven está sonriendo, su actitud es positiva y el presidente de Estados Unidos Barack Obama, tiene los brazos cruzados para verse con más autoridad, pero su rostro está sonriente, su actitud es positiva.

Cuando estamos escuchando noticias que nos desagradan, preocupan o con las que no estamos de acuerdo, podemos cruzar los brazos de manera inconsciente, cuando alguna persona está enojada y nos habla de manera agresiva, también cruzaremos los brazos para protegernos (vea la imagen 12). En este caso el rostro de la joven está serio y con la cabeza ligeramente baja. Si somos maestros o conferencistas o jefes de un grupo de empleados, debemos observar estos gestos para saber si nuestro mensaje es recibido de manera positiva por nuestros escuchas y si no es así podremos corregir o detener nuestro discurso.

Allan Pease comenta en su libro que un conferencista experimentado hará algo como darle un libro a la persona cruzada de brazos, que lo obligue a modificar su posición.

Brazos hacia atrás

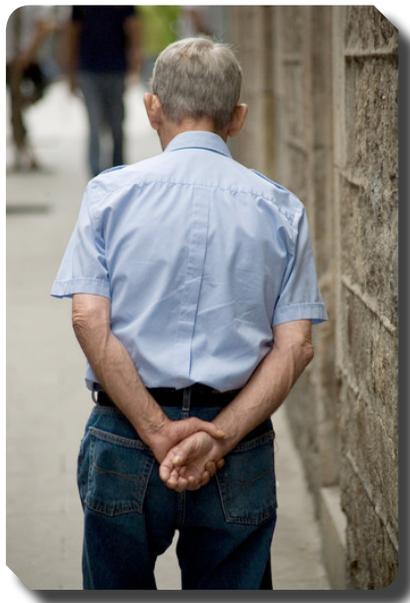


Imagen 13. Brazos hacia atrás

Los brazos hacia atrás, como observamos en la imagen 13, es una posición que adoptan las personas para darse seguridad, se toman de las manos, si la mano está en el brazo, indica que la persona está tensa, entre más arriba esté la mano en el brazo, mayor es la tensión, igual sería si los brazos están delante del cuerpo.

Brazos abiertos

Los brazos completamente abiertos, hacia arriba y el rostro sonriente, indican una actitud positiva. Los brazos abiertos hacia abajo y la expresión seria, indican sorpresa sobre algún acontecimiento, como preguntándonos: ¿Qué sucede aquí?



Imagen 14. Brazos abiertos y cara sonriente

En la imagen 14 hay un niño con los brazos abiertos y la cara sonriente, es evidente que está contento.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Brazos en jarras o en la cintura



Imagen 15. Manos en jarras o en la cintura



Imagen 16. La Mujer Maravilla

Las manos abiertas en la cintura se utilizan en los desfiles de modas para que las modelos luzcan su ropa y algunas personas adoptan esta posición para lucir mejor en una fotografía o ante sus amigos (vea la imagen 15).

La actriz estadounidense Lynda Carter interpretando el personaje de ficción *la Mujer Maravilla* para una serie de televisión que se transmitió de 1975 a 1979 para la cadena ABC de Estados Unidos y que vemos en la imagen 16, quiere proyectar la idea de ser muy poderosa, tiene los brazos en la cintura con los puños cerrados, gesto respaldado con la cabeza erguida y las piernas en compás y firmes en el suelo, parece decir: el que viole la ley, se las verá conmigo; esta posición la adoptan algunos policías para verse más imponentes e infundir respeto.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



4 Posición de la cabeza



Imagen 17. Adolescente cargando la cara o la cabeza con la mano

Cargar la cara con la mano

Cargar la cara o la cabeza con la mano cuando se está en una clase o conferencia o escuchando a otra persona, indica que quien lo hace está muy aburrido o aburrida y que seguramente está escuchando contra su voluntad (vea la imagen 17). Si somos adultos y adoptamos este gesto puede resultar una descortesía para la persona que está hablando, pero si la persona que está hablando nota este gesto deberá cambiar su discurso o acortarlo ya que está aburriendo a la concurrencia, o ya no le están poniendo atención.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14



Cabeza inclinada



Imagen 18. Joven con la cabeza inclinada

Cuando la plática de alguna persona nos interesa, inconscientemente inclinamos la cabeza hacia un lado como para escuchar mejor (vea la imagen 18).

Cabeza erguida



Imagen 19. Joven con la cabeza erguida

Una persona con la cabeza erguida y la vista puesta en su interlocutor nos envía un mensaje: está poniéndonos atención. Un hombre joven está atento a la cámara, con el rostro relajado y una leve sonrisa, recordemos leer todo el lenguaje del cuerpo y el contexto (vea la imagen 19).

Cabeza baja

La cabeza baja da el mensaje de estar preocupado o deprimido, si el cuerpo está encorvado y los brazos cruzados y la mirada en el piso, se corrobora esta lectura (vea la imagen 20).

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14





Imagen 20. Joven con la cabeza baja

Otra razón por la cual una persona baje la cabeza y vea de reojo es porque posiblemente sea tímida. La princesa Diana era de muy joven una persona reservada y tímida, aunque sonriente, lo cual mandaba el mensaje de que no le disgustaba que la fotografieran y de que le agradaba ser el centro de atención, la posición baja de su cabeza era típica de ella; otro gesto que observamos en ella son las manos: una mano sujeta a la otra para darse seguridad (vea la imagen 21).



Imagen 21. Persona tímida

5 Posición de las manos

Mostrar las dos manos

Generalmente cuando estamos diciendo la verdad, mostramos nuestras manos abiertas con las palmas hacia arriba, como diciendo “no escondo nada”, es un gesto instintivo, pero recuerde que hay que leer todo el conjunto de gestos, cabeza, ojos, tono de voz, situación donde se desarrolla la acción.

En la imagen 22 vemos a una joven mujer mostrar las palmas al hablar, con lo cual quiere indicar que su discurso es sincero o que es cierto lo que dice, su rostro está sonriente y relajado. Cuando mostramos las palmas enviamos el mensaje que dice: no escondo nada.



Imagen 22. Joven mujer mostrando las palmas al hablar

Las manos tapando la boca

Las manos se llevan a la boca cuando se dice una mentira, esto es muy obvio cuando se trata de niños pequeños (vea la imagen 23). A medida que crecemos, nuestros gestos son menos evidentes, un adulto que dice una mentira seguramente se frotará la nariz o la cara levemente, disimuladamente.

También tapamos nuestra boca cuando somos testigos de un accidente o algún suceso que nos sorprende, es un gesto instintivo como de contener la sorpresa o la angustia, también cuando alguien dice o hace algo que nos parece que no debió decir o hacer, nos tapamos la boca.



Imagen 23. Niña tapándose la boca

EL dedo índice en la sien

El dedo índice en la sien es un gesto que se adopta cuando la persona que escucha está analizando lo que se dice (vea la imagen 24). Si la persona tapa o toca la boca con los otros dedos al mismo tiempo, indica que su análisis del discurso es crítico.



Imagen 24. El dedo índice en la sien

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Las manos entrelazadas a la altura de la boca

Esta posición de las manos entrelazadas a la altura de la boca demuestra que la persona está tensa o preocupada. En algunas juntas de trabajo es común ver este gesto, pues se tratan asuntos con los que no siempre están de acuerdo los presentes o que son complicados de resolver, a veces las manos tapan la boca, eso demuestra mayor tensión que si estuvieran debajo de la barbilla, también observamos este gesto en las salas de espera de los hospitales, pues la gente está preocupada por su salud o la de algún familiar (vea la imagen 25).



Imagen 25. Manos entrelazadas a la altura de la boca

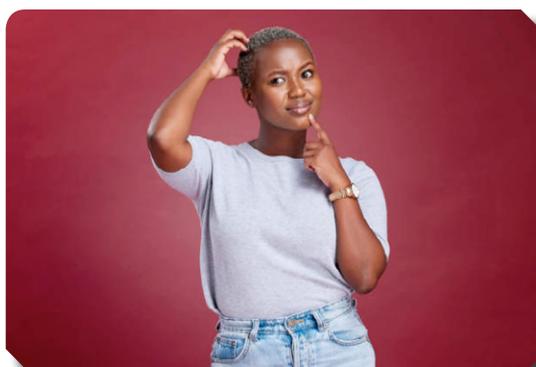


Imagen 26. Mano rascando la cabeza

Mano rascando la cabeza

En la imagen 26 vemos a una joven rascándose la cabeza, pero es un gesto como de decir: no comprendo, en este caso reforzado por su mano izquierda cerca de su boca, como pensando; cuando utilizamos este gesto le damos a entender a la otra persona que algo no nos ha quedado claro.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



6 El índice acusatorio o del dictador

El índice señalando al oyente o al público

El índice acusatorio es un gesto en donde con la mano cerrada se señala al público con el índice, este gesto es muy utilizado entre personas de gran poder como jefes de empresas, políticos o dictadores. Como vemos en la imagen 27, este gesto fue muy utilizado por el presidente de Cuba Fidel Castro, acompañado de un discurso muy vehemente. Algunos profesores también lo utilizan, pero resulta agresivo, es mejor sustituirlo por la mano extendida, resulta más adecuado y menos amenazante.



Imagen 27. Fidel Castro con el gesto del índice acusatorio o del dictador

7 Gestos hostiles

Mostrar los dientes al hablar

En la imagen 28, Donald Trump, presidente de los Estados Unidos, muestra los dientes, frunce el ceño y alza los puños cerrados, en un discurso vehemente posiblemente en contra de sus opositores. Hacer este tipo de gestos al hablar resulta bastante hostil para quien escucha, inspira temor y da la impresión de que la persona es de carácter violento, exhibicionista e intolerante.



Imagen 28.
Donald Trump



Resoplar o exhalar violentamente

Resoplar o exhalar violentamente nos indica que esa persona está contrariada por algo. En la imagen 29, el joven resopla y refuerza el gesto de frustración con la mano sobre la frente; cuando observemos estos gestos, es mejor esperar un rato a que la persona se tranquilice para poder hablar con ella.



Imagen 29. Resoplar o exhalar violentamente

Señalar con el dedo índice hacia abajo repetidamente



Imagen 30. Señalar con el dedo índice hacia abajo repetidamente

Señalar con el dedo índice hacia abajo y repetidamente cuando se habla, como para enfatizar lo que se dice, resulta ser un gesto hostil que predispone en contra a la persona o personas que escuchan, envía el mensaje de que la persona que lo utiliza es muy autoritaria y que no está pidiendo algo, sino que lo está ordenando, resulta más adecuado utilizar la mano abierta (vea la imagen 30).

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Levantar la mirada, poner los ojos en blanco



Imagen 31. Levantar la mirada y poner los ojos en blanco

Levantar la mirada y poner los ojos en blanco es un gesto de exasperación, por ejemplo, cuando somos testigos de que alguien está cometiendo una tontería recurrimos a este gesto, pero implica cierta intolerancia hacia esa persona, si se da cuenta de lo que hacemos se puede ofender porque lo estamos tachando de tonto.

Los adolescentes utilizan este gesto con más frecuencia, debido a su juventud son menos tolerantes cuando se les pide que realicen una tarea determinada y eso les causa exasperación, la cual liberan, volteando los ojos hacia arriba (vea la imagen 31).

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



8 La distancia zonal

Personas con una relación muy cercana

Todos necesitamos a nuestro alrededor tener espacio para movernos y sentirnos tranquilos o donde deseamos que nadie entre. Este espacio se llama distancia zonal. En la imagen 32 vemos una pintura de la artista Nahui Olin. Representa a una pareja abrazada, en este caso la cercanía de los dos personajes deja ver que sostienen una relación muy cercana, que son una pareja, ya que no dejaríamos acercarse tanto a una persona que no fuera de toda nuestra confianza y afecto.



Imagen 32. Nahui Olin y Lizardo en la bahía de Acapulco

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Personas con una relación de amistad o trabajo

En la imagen 33, dos jóvenes conversan uno muy cerca del otro, todo indica que su relación es cercana, pues su espacio vital es muy reducido, tal vez de 40 centímetros, la sonrisa de ambos revela que se sienten cómodos, aunque la altura de las manos de la joven forma una barrera virtual que impide al joven avanzar unos centímetros más.



Imagen 33. Dos jóvenes conversando

Si alguna persona invade nuestro espacio vital, acercándose demasiado, entonces nos sentimos amenazados y retrocedemos. Puede ser que alguien invada nuestro espacio vital sin querer ofendernos, tal vez por desconocimiento o porque su espacio vital es más pequeño y necesita acercarse más para hablarnos.

Debemos estar conscientes de estas observaciones para no molestar a las personas; alrededor nuestro podemos necesitar de 40 centímetros a 1 metro o más para sentirnos bien, pero también depende del entorno. Si nos subimos a un vagón del metro en donde venga solo una persona, obviamente no vamos a sentarnos a su lado, porque se asustaría y pensaría que la vamos a agredir, así que tomaremos una distancia mucho mayor, casi de medio vagón por lo menos.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Si estamos en un elevador repleto, nuestro espacio vital se reduce, nos mantendremos callados y viendo al frente hasta llegar a nuestro piso, aunque un familiar o amigo nos acompañe, es mejor no hablar porque añadiremos tensión al ambiente.

En la calle guardaremos nuestra distancia con las demás personas pues, aunque tengamos mucha prisa no nos vamos a colocar como una sombra detrás de la persona que va delante de nosotros para rebasarla, pues la asustaríamos. Es mejor que al caminar nos coloquemos de tal modo que las personas nos puedan ubicar de reojo y cedernos el paso.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



9 Barreras virtuales

Un portafolios a la altura del pecho

Llevar un portafolios a la altura el pecho actúa como un moderno escudo. Puede ser que la persona se sienta insegura al caminar por calles solitarias en la tarde o en la noche, entonces instintivamente hará esto para tratar de protegerse, también cerrarse la chamarra funciona como una barrera virtual o incluso colocarse un cubrebocas (vea la imagen 34).



Imagen 34. Joven mujer abrazando un portafolio



Una gorra

Una gorra puede ser una barrera virtual contra el mundo, muchos jóvenes la usan para darse seguridad, es un escudo protector. En la imagen 35, vemos a un joven con doble gorra, en ocasiones hace calor y vemos a estos jóvenes con la gorra de la sudadera o chamarra puesta, pero no es que tengan frío, sino que están tratando de poner una barrera entre ellos y lo que les preocupa o atemoriza, o manifiestan el deseo de pasar inadvertidos; generalmente la gorra es más popular entre la gente muy joven.

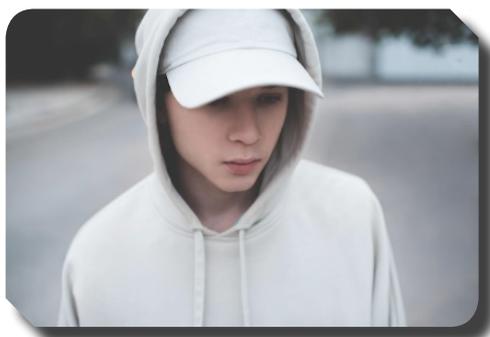


Imagen 35. Joven con doble gorra

Una taza de café entre usted y su interlocutor



Imagen 36. Joven mujer sosteniendo su taza de café

Cuando una persona, generalmente una mujer, quiere poner un poco de distancia entre ella y otra persona, puede utilizar barreras virtuales como son una carpeta o cuaderno o una taza de café sosteniéndolos a la altura del pecho. Esta acción enviará el mensaje hacia el otro, de que ella no desea que se le acerque demasiado (vea la imagen 36).

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



10 La mirada

Alzar una ceja

Alzar una ceja al ver a una persona puede ser un gesto de altivez o escepticismo. En la imagen 37, la actriz mexicana María Félix, famosa por ser una persona de gran temple, observa con su ceja en alto entre analizando y retando a su interlocutor. Alzar las dos cejas es un gesto de sorpresa o estupefacción y tensión nerviosa.



Imagen 37. María Félix alzando una ceja

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Desviar la mirada



Imagen 38. Desviar la mirada

Cuando una persona a la que le hablamos desvía la mirada, o su mirada está ausente, puede ser porque está preocupada por otra cosa y no está poniendo atención a lo que decimos (vea la imagen 38). También cuando una persona está mintiendo, generalmente desviará la mirada y se frotará la nariz.

Hablar viendo a los ojos a la otra persona

Si queremos hacer contacto con la gente, debemos verla a los ojos cuando conversamos, claro que no fijamente, pero sí constantemente, eso transmitirá el mensaje de que estamos interesados en ella y en su plática (vea la imagen 39).



Imagen 39. Hablar viendo constantemente a los ojos de la otra persona

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



11 Gestos o señales universales

La señal de Ok

Juntar el dedo índice con el pulgar y mantener los otros tres dedos arriba, casi en todas partes significa que todo está bien, que estamos de acuerdo, o que alguna situación es positiva. Si por ejemplo estamos disfrutando una comida y alguien nos pregunta si nos gustó, podemos contestarle con este gesto que indica que la comida está muy buena como en la imagen 40.

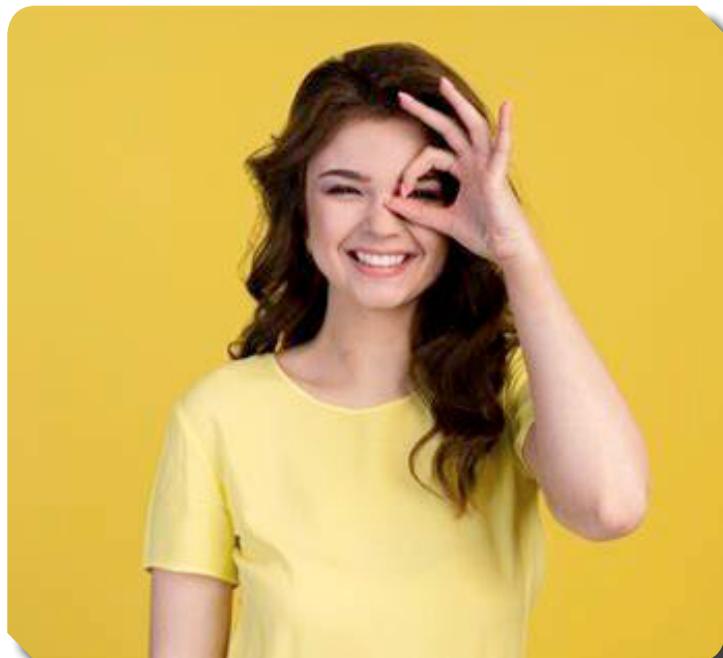


Imagen 40. Joven mujer haciendo la señal de Ok

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



La V de la victoria

La mano cerrada con los dedos índice y medio levantados formando una "V" en muchos países significa victoria, éxito, haber ganado en una situación; en la imagen 41 vemos al primer ministro del Reino Unido de Gran Bretaña, Winston Churchill, levantando su mano derecha haciendo la V de la victoria, que simbolizaba la lucha y la resistencia en contra de la Alemania nazi durante la Segunda Guerra Mundial, este gesto se replicó en bardas y en todos los lugares en los que se pudo pintar. Churchill acompaña este gesto con una ligera sonrisa en su rostro.



Imagen 41. Winston Churchill haciendo la V de la victoria durante la Segunda Guerra Mundial

El pulgar hacia arriba

La mano cerrada con el pulgar hacia arriba, en la mayoría de los países significa algo positivo, algo que nos ha salido bien. Lo hacemos para indicarle a otra persona sin decir palabras que todo está funcionando bien, o que nos gusta lo que vemos (vea la imagen 42).



Imagen 42. Mano cerrada con el pulgar hacia arriba

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



El pulgar hacia abajo

En la antigüedad esta señal seguramente significaba algo muy diferente a lo que significa hoy. Los historiadores tienen diferentes opiniones, pero en la actualidad cerramos el puño y nuestro pulgar señala hacia el piso para indicar que algo salió mal o que algo no nos gusta (vea la imagen 43).



Imagen 43. El pulgar hacia abajo

Agitar la mano para saludar o despedirse

Agitar la mano para saludar o despedirse es un gesto universal, porque lo vemos casi en cualquier parte del mundo (vea la imagen 44). Julius Fast, en su libro *El lenguaje del cuerpo*, menciona que hay algunos pocos lugares donde determinados gestos tienen el significado opuesto al que conocemos en la mayor parte de los países. Los gestos universales que aquí se presentan son utilizados en su mayoría por los países occidentales.



Imagen 44. Agitar la mano para saludar o despedirse

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14





Imagen 45. Gesto de “cerrar la boca”

El gesto de cerrar la boca

El gesto de simular cerrar la boca con un zíper casi en cualquier parte significa “no diré nada” o si alguna persona se dirige a otra le está diciendo: “guarda silencio”, “no digas nada”, o en una plática si nuestro interlocutor se da cuenta de que no nos gusta lo que está diciendo, él hará este gesto un poco en broma como diciéndonos “de acuerdo ya me callo”, como vemos en la imagen 45.

Levantar el brazo y mostrar la palma

Levantar el brazo y mostrar la palma con la punta de los dedos hacia arriba y hacia una persona es señal de alto o deténgase, o de esperar un momento.

Con este gesto no es necesario que se diga una sola palabra para que la persona aludida entienda el significado y dependiendo el contexto, puede significar: ¡espere un momento!, o quédese hasta ahí, no avance (vea la imagen 46).



Imagen 46. Señal de “alto” o “detente” o “espera”

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



El dedo índice en los labios

El dedo índice en los labios significa guardar silencio, o sugerir a la persona que no se hable de algún asunto. Si se está dentro de una biblioteca entenderemos que debemos guardar silencio, si vamos a entrar al cuarto de un paciente en recuperación dentro de un hospital, será lo mismo (vea la imagen 47).



Imagen 47. El dedo índice en los labios

Las manos juntas en posición de orar o el gesto de súplica: "por favor"



Imagen 48. Las manos juntas en posición de orar o el gesto de súplica: "por favor"

Cuando queremos pedirle un favor a una persona y consideramos que no es muy fácil que nos lo conceda, entonces juntamos las manos en posición de orar para suplicarle lo que queremos, en la imagen 48, el gesto va acompañado de una expresión facial de súplica, para que la persona se compadezca de nosotros y acepte ayudarnos. Este gesto es muy utilizado entre la gente muy joven.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Taparse los oídos



Imagen 49. Niña tapándose los oídos

Taparse los oídos es común en los niños y los adolescentes, cuando no quieren escuchar una discusión entre sus padres o parientes, o cuando se les reprende por algo (vea la imagen 49). En las personas mayores estos gestos se van dominando con el tiempo y aunque algo nos disguste no utilizaremos este tipo de gestos, tal vez suspiremos profundamente, traguemos saliva o tamborileemos los dedos de la mano impacientes, pero eso será todo.

Boca que oculta los labios y comisuras de los labios hacia abajo



Imagen 50. El presidente de Estados Unidos Barack Obama en 2013

El presidente de Estados Unidos, Barack Obama, muestra tristeza con sus gestos, por la pena que sufre él y toda la nación por las terribles explosiones en Boston en 2013 que cobraron vidas y dejaron a muchas personas heridas de gravedad.

Cuando oprimimos nuestros labios, damos a entender que algo no debió decirse, y en este caso, que algo no debió suceder. Las comisuras de los labios hacia abajo muestran abatimiento y todo el conjunto se refuerza por la mirada hacia abajo (vea la imagen 50).

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



12 Gestos de coqueteo

Una mirada por encima del hombro

En la imagen 51, la actriz norteamericana Marilyn Monroe observa con los ojos medio entornados y alegres. Podemos interpretar como de coqueteo, claro que estaba interpretando un personaje para alguna película, sonrío y levanta su hombro; este tipo de gestos no los haría una mujer delante de alguna persona que no fuera de su agrado.



Imagen 51. Marilyn Monroe lanza una mirada de coqueteo por encima del hombro

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Arreglarse el nudo de la corbata

Un gesto de coqueteo en los hombres es ajustarse el nudo de la corbata cuando ven a una mujer que los impresiona, lo cual quiere decir que desean estar presentables cuando pase junto a ellos. Actualmente pocos jóvenes usan corbata, en muchos trabajos ya no la exigen, pero este gesto se sustituye al arreglar el cuello de la camisa (vea la imagen 52).



Imagen 52. Hombre arreglándose el nudo de la corbata

Alisarse o esponjarse el pelo

Tanto hombres como mujeres suelen alisarse el pelo o pasar sus dedos entre él para esponjarlo o enroscar un mechón. Es una señal de coqueteo, sobre todo en la juventud el pelo es un foco de atracción tanto en hombres como en mujeres y hacer este gesto es inconsciente pero el objetivo es que su pelo se vea más abundante (vea las imágenes 53 y 54).

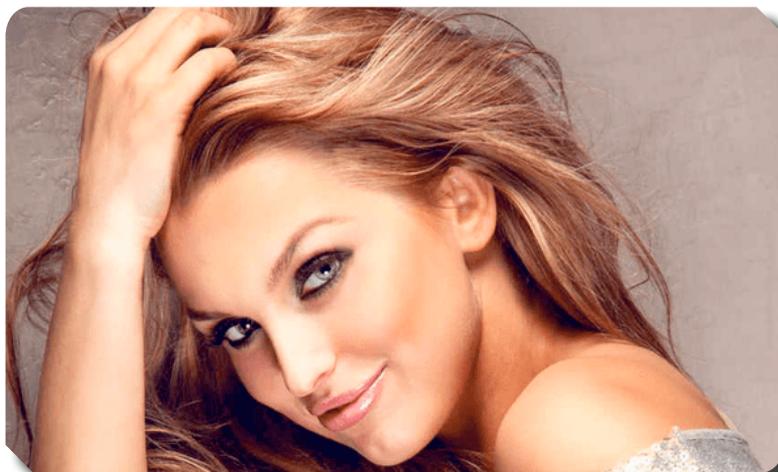


Imagen 53. Mujer coqueteando con su pelo

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Imagen 54. Hombre coqueteando con su pelo



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



13 Gestos de impaciencia o nerviosismo

Tamborilear los pies o los dedos de las manos

Tamborilear los dedos de una mano sobre una superficie haciendo ruido, pretende demostrar que estamos impacientes o nerviosos, lo mismo se hace con el pie o los pies. Si estamos frente a una persona que está tardando en atendernos, tamborilear los dedos ejercerá presión sobre ella y tal vez la ponga nerviosa, lo cual no siempre nos beneficiará aparte de que es un gesto de mala educación y si estamos solos en una sala de espera, con este gesto pretendemos liberar nuestra tensión, aunque sin mucho éxito (vea la imagen 55).



Imagen 55. Mano tamborileando los dedos



14 El rostro

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Imagen 56. Hombre sonriente en la playa

El hombre sonriente

El hombre de la imagen 56 sonríe con todo el rostro, no solo con la boca, sino también con los ojos, se puede pensar que es una sonrisa espontánea y sincera. En una sonrisa forzada solo se mueve la boca o se muestran los dientes mientras el resto del rostro permanece impassible. La lectura del rostro es toda una ciencia que no se podría tratar aquí, pero nos referiremos un poco a lo que ha descubierto una experta en la lectura del rostro como es Rose Rosetree (*Leer el rostro*, 2006). Ella menciona que se debe leer los rasgos faciales con toda atención, no la expresión alegre o enojada. Generalmente tenemos el prejuicio de pensar que



por ejemplo todos los asiáticos se parecen por tener ojos rasgados, que todas las personas de un determinado grupo étnico son casi iguales, pero al observar con detenimiento a cada individuo nos percatamos de que tienen rasgos muy diferentes y un carácter especial cada quién.

Podemos saber algo de una persona por la forma de sus cejas:

Cejas terminales

El escritor mexicano Octavio Paz tenía unas cejas que, según los estudios de Rosetree, se podrían clasificar como “cejas terminales”; es decir, que son más abundantes en la parte exterior que en la interior y ¿qué nos dice este tipo de cejas de la persona que las posee? Según Rosetree son personas que se ocupan de los detalles de las cosas, son muy perfeccionistas; aunque piensan mucho, a veces demasiado, antes de emprender una nueva tarea, hasta que no están seguros de cómo la llevarán a cabo y una vez hecho esto no se detienen hasta terminarla y lo hacen muy bien. Puede ser complicado convivir con alguien así. La espesura de las cejas también es importante, una persona con cejas terminales, pero poco tupidas en el exterior es probable que no concluya exitosamente sus proyectos (vea la imagen 57).



Imagen 57.
Octavio Paz

Cejas equilibradas



Imagen 58. Cejas equilibradas (o rectas)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Las cejas equilibradas son igual de tupidas a lo largo de toda la ceja y casi parejas, es decir no se afinan en la parte exterior; las personas con este tipo de cejas son aquellas que reciben una idea, la desarrollan y resuelven todos los detalles de ella. Para estas personas no hay ningún problema para llevar a cabo una tarea, pero a causa de que son muy eficientes, pueden caer en la intolerancia con aquellos que no son tan diestros para hacer lo mismo (vea la imagen 58).

Cejas precursoras



Imagen 59. Cejas precursoras

Las cejas precursoras son más abundantes al principio y se van afinando al final, en la parte exterior; las personas que tienen este tipo de cejas, son creativas y constantemente empiezan nuevos proyectos, generan muchas ideas, pero una vez puesta en marcha una idea, saltarán a la siguiente (vea la imagen 59). Rose Rosetree habla de sutilezas, como por ejemplo a qué distancia del principio de la ceja se va adelgazando esta, ¿a la mitad?, ¿a la tercera parte? Y en eso varía la interpretación del lector de rostros.

El hombre con cara de jugador de póquer

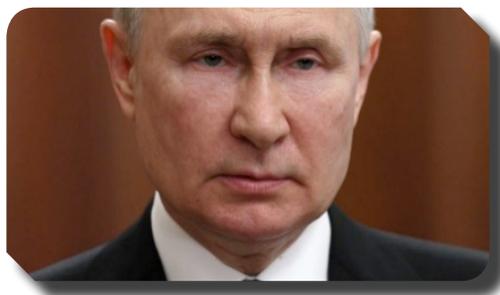


Imagen 60. Vladimir Putin

En la imagen 60, vemos al presidente de Rusia, Vladimir Putin, quien normalmente muestra un rostro poco expresivo. Este gesto es común en personas que tratan de controlar su mundo y por eso no dejan ver sus emociones, las controlan

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



muy bien, de ahí que se conozca este tipo de rostro como la cara del jugador de póquer, ya que un buen jugador de cartas, no dejará que su rostro refleje entusiasmo frente a los otros jugadores cuando le toque un buen juego.



Imagen 61. Película *El contador*, con el actor Ben Affleck

Otra razón por la que alguna persona tuviera cara de jugador de póquer, sería como en la película *El contador* con el actor Ben Affleck, en donde un sujeto tiene una variante del autismo lo que le impide manifestar sus emociones, le cuesta mirar a los ojos, expresar una sonrisa y da la impresión de que no es empático, lo cual no es necesariamente cierto.

En la imagen 62, el actor Alan Rickman interpreta a el profesor Severus Snape, en la saga *Harry Potter*. El personaje es muy severo, nada le hace gracia y siempre está con el gesto serio y el ceño fruncido, sería lo que conocemos como un hombre intolerante, en este caso el personaje de la novela de ficción, en apariencia no empatiza con los alumnos.



Imagen 62. El hombre serio e intolerante. Alan Rickman interpretó el papel del estricto profesor Snape en la saga *Harry Potter*

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Bibliografía:

REBEL, Günter. *El lenguaje corporal*, EDAF, Madrid, 2000.

FAST, Julius. *El lenguaje del cuerpo*. Kairós, Barcelona, 1999.

ROSETREE, Rose. *Leer el rostro*. Ed. Sirio, Málaga, 2006.

PEASE, Allan y Barbara. *El lenguaje del cuerpo*. Amat editorial, Barcelona, 2006.

Real Academia Española. <https://dle.rae.es/kinesia?m=form>
Consulta del 26 de enero de 2023.

Frases célebres de todos los tiempos. Compilador Arturo Ortega Blake. Trillas, México, 2008. pp. 207, 449, 537, 557, 625, 887.

Poemas del alma. <https://www.poemas-del-alma.com/luis-gonzaga-urbina.htm>

Fotos/ Las mejores imágenes de la vida de Bill Clinton. Sol Amaya. CNN, 15 de octubre de 2021. <https://cnnespanol.cnn.com/gallery/fotos-las-mejores-imagenes-de-la-vida-de-bill-clinton/>

DAMOUR, Lisa. *¿Qué significa que tu hija adolescente te voltee los ojos?* The New York Times, Cultura, 23 de febrero 2016. <https://www.nytimes.com/es/2016/02/23/espanol/cultura/que-significa-que-tu-hija-adolescente-te-voltee-los-ojos.html>

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



Imágenes:

Escudo de la Facultad de Ingeniería. https://www.ingenieria.unam.mx/nuestra_facultad/imagen_institucional.php

Escudo de la Universidad Nacional Autónoma de México. <https://es.m.wikipedia.org/wiki/Archivo:Escudo-UNAM-escalable.svg>

Tulipanes, Lisa Audit. <https://www.pinterest.com.mx/pin/435090013991836103/>

1. *Ocho curiosidades sobre Winston Churchill*. Guiomar Huguet Pamé, 8 de julio 219, imagen de Churchill haciendo la V de la victoria, durante la Segunda Guerra Mundial. https://historia.nationalgeographic.com.es/a/8-curiosidades-sobre-winston-churchill_13561. Consulta del 15 de mayo de 2022.

2. Obra de teatro *Cats*. <https://www.show.news/tv/Cats-el-musical-termina-temporada-y-festeja-400-representaciones-20191222-0035.html>

3. La mano de pescado. *El lenguaje del cuerpo*. Allan y Barbara Pease. Amat editorial, 2006, Barcelona.

4. La mano trituradora de nudillos. *El lenguaje del cuerpo*. Allan y Barbara Pease. Amat editorial, 2006, Barcelona, España.

5. La mano trituradora de nudillos. Macron estrecha la mano de Trump con tanta fuerza que deja marcado su pulgar. <https://es-us.noticias.yahoo.com/guerra-gestual-macron-estrecha-la-mano-de-trump-con-tanta-fuerza-que-deja-marcado-su-pulgar-174300891.html?guccoun>

6. El presidente de Estados Unidos Donald Trump y el presidente de Francia Emmanuel Macron. Tamara Kohen, 7 de junio 2019. <https://es-us.noticias.yahoo.com/guerra-gestual-macron-estrecha-la-mano-de-trump-con-tanta-fuerza-que-deja-marcado-su-pulgar-174300891.html?guccoun>.

7. La mano de político. *El lenguaje del cuerpo*. Allan y Barbara Pease. Amat editorial, 2006, Barcelona.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



8. La mano de político. Joe Biden arribó a Ucrania y dará 500 millones de dólares en ayuda adicional.
<https://borderperiodismo.com/2023/02/20/joe-biden-arribo-a-ucrania-y-dara-500-millones-de-dolares-en-ayuda-adicional/>
9. La mano cordial. 13 de septiembre de 1993. El presidente estadounidense Bill Clinton parado entre el líder de la OLP, Yasser Arafat mientras estrecha la mano del primer ministro israelí Yitzhak Rabin. (FOTO: FILES/J. David AKE/AFP a través de Getty images). <https://cnnespanol.cnn.com/gallery/fotos-las-mejores-imagenes-de-la-vida-de-bill-clinton/>
10. Los brazos cruzados. (Actitud positiva). ¿Cruzar los brazos es una grosería? *Lo que revela tu lenguaje corporal*. Alyssa Jung, 13 de noviembre de 2021. <https://selecciones.com.mx/cruzar-los-brazos-es-una-groseria-8-secretos-que-revela-tu-lenguaje-corporal/>
11. Barack Obama. https://es.wikipedia.org/wiki/Barack_Obama
12. 9 significados psicológicos de los brazos cruzados. (Actitud defensiva). <https://www.mundopsicologos.com/articulos/9-significados-psicologicos-de-los-brazos-cruzados>. 6 de julio 2021.
13. Un viejo hombre caminando por una *backstreet* con las manos entrelazadas por detrás de su espalda. Barcelona. <https://www.alamy.es/foto-un-viejo-hombre-caminando-por-una-backstreet-con-las-manos-entrelazadas-por-detras-de-su-espalda-barcelona-espana-27248177>
14. Niño con los brazos abiertos. https://www.freepik.es/foto-gratis/nino-brazos-abiertos_12976624.htm
15. Mujer con las manos abiertas en la cintura. https://www.freepik.es/foto-gratis/mujer-joven-cogidos-mano-cintura-camiseta-falda-aspecto-alegre-visita-frontal_10678364.htm

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



16. La Mujer Maravilla. Manos en la cintura con puños cerrados. Lynda carter, la Mujer Milla (1975). [https://www.alamy.es/imagenes/lynda-carter%2C-la-mujer-maravilla-\(1975\).html?sortBy=relevant](https://www.alamy.es/imagenes/lynda-carter%2C-la-mujer-maravilla-(1975).html?sortBy=relevant)
17. Adolescente aburrida, carga la cara con su mano. <https://www.pxfuel.com/es/free-photo-jlzzm>
18. Joven hombre con la cabeza inclinada. <https://listas.uachatec.xyz/los-100-hombres-mas-guapos-de-corea-del-sur/>
19. Joven con cabeza erguida. <https://www.gettyimages.com.mx/fotos/hombre-seguro-de-si-mismo> 29 de agosto de 2023.
20. Joven mujer con la cabeza baja. <https://www.cenythospital.com/noticias/depresion-tipos-clasificacion-causas/>
21. Persona tímida. La princesa Diana. ¿La Princesa Diana se crió en un hogar privilegiado? ¿Su familia estaba considerada como aristócrata de clase alta? Chris Molinos Hennerley. Quora. <https://es.quora.com/La-Princesa-Diana-se-cri%C3%B3-en-un-hogar-privilegiado-Su-familia-estaba-considerada-como-arist%C3%B3crata-de-clase-alta>
22. Joven mujer mostrando las palmas al hablar. <https://www.istockphoto.com/es/fotos/chica-joven-mostrando-algo-en-la-palma>
23. Niña tapándose la boca. <http://www.everythingforana.com/2014/02/a-letter-to-my-daughter-on-her-three.html>
24. El índice en la sien. Los gestos y su significado, 14 de noviembre 2014. <https://www.infobae.com/2014/11/14/1608890-los-gestos-y-su-significado/>
25. Cómo ayudar a una persona mayor que está triste. Paty Playa, 7 de marzo de 2028. <https://macronews.mx/desarrollo-humano/como-ayudar-a-una-persona-mayor-que-esta-triste/>

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



26. Mano rascando la cabeza. <https://www.istockphoto.com/es/search/2/imagefilm?phrase=rascarse+la+cabeza>.
27. Fidel Castro. (Fidel Castro ante la ONU, 1979.) Qué - cuándo - cómo. <http://what-when-how.com/conspiracy-theories-in-american-history/castro-fidel/>. Consulta del 15 de mayo de 2022.
28. Trump furioso ataca a Biden, a medios y a congresistas. 3 de octubre 2019. <https://www.quepasa.com.ve/internacionales/trump-furioso-ataca-biden-medios-congresistas/>
29. Resoplar o exhalar violentamente. https://www.freepik.es/foto-gratis/hombre-resoplando-mano-frente_1021717.htm
30. Señalar con el dedo índice hacia abajo repetidamente. https://es.123rf.com/photo_11425532_foto-de-la-mano-del-hombre-con-el-dedo-%C3%ADndice-apuntando-hacia-abajo.html
31. Levantar la mirada, poner los ojos en blanco. Getty Images. ¿Qué significa que tu hija adolescente te voltee los ojos? Lisa Damour, 23 de febrero 2016. <https://www.nytimes.com/es/2016/02/23/espanol/cultura/que-significa-que-tu-hija-adolescente-te-voltee-los-ojos.html>
32. Nahui Olin y Lizardo, (Nahui y Lizardo en la bahía de Acapulco) óleo sobre cartón 130 x 90 cm, Museo de Arte Moderno, INBA. <http://www.munal.mx/es/exposicion/nahui-olin> Nahui Olin/
33. Dos jóvenes conversando. <https://www.univision.com/estilo-de-vida/parejas/10-formas-efectivas-de-coquetear-segun-la-ciencia>
34. Joven mujer abrazando un portafolios. https://www.freepik.es/fotos-premium/mujer-abrazando-archivador_1056205.htm
35. Joven con gorra. https://www.freepik.es/fotos-premium/joven-adolescente-usa-sudadera-capucha-beige -moda-gorra-ejercita_21166207.htm

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



36. Mujer joven alegre con una taza de café sentada en el café sonriendo al aire libre
https://www.freepik.es/fotos-premium/mujer-joven-alegre-taza-cafe-sentado-cafe-sonriendo-al-aire-libre_21585717.htm
37. María Félix alzando una ceja. VIDEO | María Félix reveló a las mujeres el secreto para disfrutar su edad y no negarla. Mario Almaguer. El Heraldo de México, 16 de septiembre de 2022. <https://heraldodemexico.com.mx/espectaculos/2022/9/16/video-maria-felix-revelo-las-mujeres-el-secreto-para-disfrutar-su-edad-no-negar-la-440503.html>
38. Desviar la mirada. Top 10 razones por las que las personas tímidas son más atractivas. https://www.recursosdeautoayuda.com/razones-por-las-que-las-personas-timidassonmasatractivas/#google_vignette
39. Hablar viendo a los ojos a la otra persona. Lo que decimos a través de la mirada contado por la ciencia. *El Confidencial*. 2014. https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-04-20/lo-que-decimos-a-traves-de-la-mirada_115647/
40. Mujer mostrando el signo de Ok. Freepik. https://www.freepik.es/foto-gratis/mujer-mostrando-signo-ok_14957781.htm
41. Churchill con la V de la victoria. <https://historiahoy.com.ar/los-dedos-v-un-simbolo-que-tuvo-muchos-significados-n3605>
42. Mano cerrada con el pulgar arriba.
https://stock.adobe.com/mx/images/id/311876312?get_facets
43. Mano cerrada con el pulgar abajo.
https://stock.adobe.com/mx/images/id/311876312?get_facets
44. Agitar la mano para saludar o despedirse.
<https://www.shutterstock.com/es/search/waving-cruise-ship>
45. Gesto de “cerrar la boca”. Análisis no verbal.com
<https://www.analisisnoverbal.com/el-poder-del-silencio-comunicacion-no-verbal/>

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



46. Señal de “alto” o “detente” o “espera”.
https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-como-aprobar-asignatura-pendiente-entender-lenguaje-no-verbal-adolescentes-201902260210_noticia.html
47. El dedo índice en los labios. 3 situaciones en las que debes guardar silencio.
<https://elpulsolaboral.com.mx/recursos-humanos/10582/3-situaciones-en-las-que-debes-guardar-silencio>
48. Las manos en posición de orar o el gesto de súplica: “por favor”.
<https://www.istockphoto.com/es/foto/la-ni%C3%B1a-suplicando-con-las-manos-juntas-gm1139917088-304850730>
49. Niña tapándose los oídos. <https://www.istockphoto.com/es/search/2/image-film?phrase=hombre+mujer+gritar+en+la+oreja>
50. El presidente de Estados Unidos Barack Obama en 2013. Boca que oculta los labios y comisuras de los labios hacia abajo. Atentados en Boston: la ciudad llora su “pequeño 11 de septiembre”, *La Vanguardia*, Redacción, 17 de abril de 2013.
<https://www.lavanguardia.com/internacional/20130417/54371278907/atentados-boston-pequeno-11-septiembre.html>
51. Marilyn Monroe lanza una mirada de coqueteo por encima del hombro. Blonde: por qué Marilyn Monroe es el ícono más incomprendido del mundo. Anna Bogutskaya BBC Culture. 15 de octubre de 2022. BBC Culture * <https://www.bbc.com/mundo/vert-cul-63216673>
52. Hombre arreglándose el nudo de la corbata. Cómo hacer un nudo de corbata.
<https://www.hogarmania.com/belleza/moda/calzado-complementos/hacer-nudo-corbata-pasos-7017.html>
53. Mujer coqueteando con su pelo.
<https://wapa.pe/moda-y-belleza/1544017-mujeres-mueven-cabello-coqueteo-mujeres-belleza-cabello>

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14



54. Hombre coqueteando con su pelo.
<https://www.istockphoto.com/es/fotos/pelo-grueso-hombre>
55. Mano tamborileando los dedos.
<https://www.istockphoto.com/es/search/2/film?phrase=impaciencia>
56. Hombre sonriente en la playa. <https://www.gettyimages.com.mx/fotos/hombre-seguro-de-si-mismo>
57. Octavio Paz. Octavio Paz, el primer y único mexicano en recibir el Nobel de literatura. Índigo Staff.
<https://www.reporteindigo.com/piensa/octavio-paz-el-primer-y-unico-mexicano-en-recibir-el-nobel-de-literatura/>
58. Cejas equilibradas o rectas.
<https://www.druni.es/blog/como-conseguir-cejas-rectas-perfectas/>
59. Cejas precursoras.
<https://yourandfashion.blogspot.com/2013/04/las-mujeres-suelen-otorgar-bastante.html> . Abril de 2013.
60. El hombre con cara de jugador de pócker. Rusia: ¿qué hará Putin ahora? (y otras preguntas que deja el levantamiento del grupo Wagner) BBC News Mundo, 25 de junio 2023.
<https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-66010697>
61. ¿De qué trata 'El Contador' con Ben Affleck? | Sinopsis. Yandre Galindo. 25 de octubre 2016.
<https://cinemedios.com/trailers/de-que-trata-el-contador-con-ben-affleck-sinopsis/>
62. Muere Alan Rickman el actor que interpretó a Snape en *Harry Potter*. EFE, 14 de enero de 2016.
<https://www.noticiasdenavarra.com/cultura/2016/01/14/muere-alan-rickman-actor-interpreto-2809566.html>

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14





EL LENGUAJE DEL CUERPO

Guía básica

Apuntes para la asignatura Cultura y Comunicación

se publicó digitalmente en el repositorio de la Facultad de Ingeniería en enero de 2025. Primera edición electrónica de un ejemplar (8 MB) en formato PDF.

El cuidado de la edición y diseño estuvieron a cargo de la Unidad de Apoyo Editorial de la Facultad de Ingeniería. La familia tipográfica utilizada fue Barlow para títulos y textos con sus respectivas variantes.