

Serie Presenta, número 5

Gestos, manierismos y muletillas

Adriana Olvera López^{a,b,*}, Yazmín Alejandra Lara
Gutiérrez^{a,b}, Teresa I. Fortoul van der Goes^{a,c},
Melchor Sánchez Mendiola^{a,b}



“Hablar correctamente es una maestría que se adquiere con práctica y dedicación, tan alejada del descuido y la inercia mental, que por mucho interés que se dedique a los detalles de la indumentaria o los modales, cualquiera puede ponerse en evidencia ante el auditorio al acudir a las socorridas muletillas para resolver una encrucijada verbal”.

María Elena Jiménez Arias

Hablar en público implica tener algo que decir y saber cómo decirlo. Existen diversos aspectos que hemos de cuidar para comunicarnos mejor. En esta ocasión revisaremos tres que ejecutamos habitualmente al dar un discurso:

^aProfesora del Programa de Maestría en Educación Médica, en el Programa de Maestría y Doctorado en Ciencias Médicas, Odontológicas y de la Salud, UNAM.

^bCoordinación de Desarrollo Educativo Evaluación e Innovación Curricular. UNAM. Ciudad de México, México.

^cDepartamento de Biología Celular y Tisular Facultad de Medicina. UNAM. Ciudad de México, México.

*Correspondencia: Adriana Olvera López.
Correo electrónico: adriana.olvera@sems.gob.mx

1. **Gestos:** Son primordialmente movimientos corporales que involucran manos, brazos, hombros y cabeza; se emplean para reforzar el discurso hablado y facilitar la transmisión de significados. Ejecutados con excesiva frecuencia o de forma no pertinente conducen a distracción.
2. **Manierismos:** Son un tipo de gestos no intencionados que son propios de cada persona (tics oculares, de manos, de pies, etc.) que pueden causar distracción y en casos extremos repulsión.
3. **Muletillas:** Son interjecciones que repite una persona dentro de su discurso, y son un hábito, por lo que no es fácil percatarse de ellas. Su excesiva presencia es manifestación de pobreza de vocabulario, nerviosismo e inseguridad¹.



Gestos, manierismos y muletillas



Existen dos tipos de gestos: ilustradores y emblemáticos

Los ilustradores se dividen en seis categorías:

- *Batutas*: Son movimientos que enfatizan una palabra o una frase, son casi cronométricos, como una batuta de director de orquesta.
- *Ideografías*: Movimientos que dibujan un pensamiento o una ruta.
- *Movimientos deícticos*: Señalan una persona o lugar, no pueden entenderse sin contexto.
- *Movimientos espaciales*: Ilustran relaciones espaciales, como por ejemplo marcar la distancia entre dos lugares con manos o dedos.
- *Kinetográfico*: Que representan una acción corporal.
- *Pictográficos*: Que dibujan una imagen de su referente.

Los emblemáticos son también conocidos como gestos simbólicos y permiten la comunicación a distancia. Son diferentes entre culturas y se transmiten de generación en generación (sí, no, saludo, gracias, entre otros).

David Matsumoto

Tabla 1. Sugerencias para identificar y disminuir el uso de gestos, manierismos y muletillas

Prepara tu presentación	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica cuáles son tus gestos, manierismos y muletillas, y la frecuencia con que están presentes en tu presentación. Puedes grabarte o solicitar a alguien que te observe cuidadosamente y te realimente. • Observa a oradores expertos. • Amplía tu vocabulario mediante la lectura, y emplea nuevas palabras cada vez que converses y presentes. • Haz pausas, el silencio es útil, reduce la velocidad de tu discurso.
Realimenta	<ul style="list-style-type: none"> • Percibe la espontaneidad de los gestos del expositor. • Identifica la presencia de manierismos, muletillas y palabras mal pronunciadas durante la presentación, y su frecuencia de aparición. • ¿Te han llamado demasiado la atención algunos gestos, manierismos o muletillas? • ¿Cómo espectador esos gestos, manierismos o muletillas te ha impedido concentrarte en los contenidos presentados?

¿Te gustaría saber más?

BIBLIOGRAFÍA

- Jiménez Arias ME. Uso excesivo de muletillas y comodines en las exposiciones científicas orales. MEDISAN. 2015;19(4):541-54.
- Matsumoto D, et al. Nonverbal communication: science and applications. USA: Sage publications; 2013.
- Castrejón L. ¿Cómo desarrollar la competencia de hablar en público en el alumnado universitario? Aula Abierta. 2011;39(3):31-40.