

Marta Castañer. (2001). El cuerpo: gesto y mensaje no-verbal. [Versión electrónica]. Revista Tándem 3

El cuerpo: gesto y mensaje no-verbal

Marta Castañer

Hemos de partir de la base de que el lenguaje -en un sentido amplio- es una sistematización de códigos ideada y convenida por la necesidad de comunicación del ser humano. Su existencia no sólo está en la mente de las personas. Pero el lenguaje escrito supone algo más que encadenar frases gramaticalmente correctas, es una estructura coherente pero que es necesario tapizar de hilos comunicativos de otro tipo: personales, familiares, sociales, emotivos, etcétera, la materia prima de los cuales se halla en gran medida en las posibilidades que otorga el lenguaje del cuerpo con sus dimensiones cinésicas, proxémicas, cronémicas y de paralenguaje de orden no verbal que destacaremos.

Palabras clave: Educación física, Cuerpo humano, Lenguaje no verbal, Motricidad, Lenguaje corporal

The body: gestures and non-verbal messages

We have to start from the basis that language, in a wide sense, is a systemisation of thought out codes and arises through human beings ¹

communicative need. Its existence is not only in people's minds. However, written language supposes something more than linking grammatically correct sentences. It is a coherent structure but it is necessary to cover with communicative threads of a different sort: personal, family, social and emotive, the prime material of which is found in great measure in the possibilities that offer body language with its kinetic, proxemic and chronemic dimensions and with non-verbal paralanguage that we highlight. En este sentido es oportuna la reflexión de Ferrés (1998) con relación a que: El lenguaje verbal es una abstracción de la experiencia, mientras que la imagen es una representación concreta de las experiencias. Si el libro privilegia el conocer, la imagen privilegia el reconocer. Si el texto oral es especialmente indicado para explicar, lo audiovisual es indicado para asociar (Ferrés, 1998, pp.30).

Pero cuando la referencia que tenemos delante de nuestros ojos son las personas de carne y hueso, se pone a prueba una capacidad de mayor alcance que conjuga la posibilidad de leer con la de ver dicha corporalidad manifiesta. Es decir, que el potencial comunicativo del cuerpo lo podemos leer desde su semiosis y lo podemos ver a raíz de su posturalidad estática y de su dinámica gestualidad. La lectura favorece la posibilidad de distanciarse de los signos mientras que la imagen -la mayoría de las veces generada desde la corporalidad- favorece la implicación emotiva.

Este artículo no pretende dar soluciones o explicar experiencias, intenta, a la vista de la existencia de este vasto factor corporal humano, preguntar a profesionales y docentes de la motricidad: ¿Cómo orientamos, trabajamos o, simplemente, tenemos en cuenta el potencial comunicativo del cuerpo desde la educación física y la ejercitación de la motricidad y del deporte?

El lenguaje del cuerpo y el poder que su imagen nos suscita

Nuestra corporeidad es como una esponja que absorbe no sólo las exigencias, necesidades y mecanismos de cada situación a lo largo de nuestra vida sino también de las huellas táctiles, cinestésicas, auditivas y visuales propias del entorno objetual y sobre todo social.

Asimilamos gestos y sonidos ubicados en espacios y pautados por tiempos; a la vez que los asimilamos acomodamos los que ya conocemos o hemos experimentado a las nuevas situaciones que se nos plantean. Este es un proceso imprescindible para nuestra evolución como seres sociales correspondiente a la idea de la equilibración cognitiva -ya planteada en los años sesenta por Piaget- basada en la armonización de las capacidades para asimilar nuevas experiencias y acomodar las ya conocidas.

Cuando esta equilibración cognitiva se da en el ámbito de la comunicación humana, en la que interviene el lenguaje corporal como una de sus dimensiones

más complejas, nos permite disfrutar de la alfabetización y conocimiento de los signos de comunicación no estrictamente verbales imprescindibles en nuestro quehacer social cotidiano.

De manera similar a las características de la esponja, la armonía y la ductilidad de nuestro cuerpo -entendido aquí desde su plasticidad de movimiento y de composición del gesto expresivo- requiere de una "hidratación" constante que le proviene de la ejercitación de los diferentes niveles de interacción que ofrece cada situación siempre nueva y diferenciada.

Es evidente que siempre nos hallamos sumergidos en una red social tejida de *culturemas* basados en simbolismos, normativas y reglas de juego que, en su conjunto, estructuran unos espacios y unos tiempos en los que cada cuerpo circula y se sujeta a la realidad con la intensidad de sus gestos, actitudes y miradas.

Dentro de esta red social en la que los simbolismos de cada uno de nuestros cuerpos deambulan continuamente generando modas, mimetismos, permisibilidades y tabúes, existen dos grandes tendencias de constatar dicha presencia corporal.

- Por una parte existe la tendencia de aquéllos que pretenden explicarla desde una perspectiva externa (por ejemplo determinadas teorías filosóficas y algunas ciencias aplicadas).

- Por otra parte aquéllos que más que explicarla, pretenden comprenderla desde una perspectiva, podríamos decir más interna, es decir, a partir de la propia vivencia.

Nuestras acciones corporales, con o sin intención comunicativa, son coextensivas a un universo de símbolos y, a su vez, al microuniverso simbólico propio de la comunidad en la que nos hallamos circunscritos. El lenguaje verbal consensuado en cada una de dichas comunidades se suele servir de locuciones, expresiones tradicionales y analogías poéticas o prosaicas para desvelar el potencial comunicativo del cuerpo:

[...] muchas veces en mi vida, con diversas personas, me he sentido así, de cristal transparente (R. Montero 1996, pp.151)

Desde el momento que constatamos que todo gesto, toda actitud corporal es motivada por nuestra esfera socioafectiva, surge inevitablemente la pregunta de si ¿puede la expresión de nuestro cuerpo pretender ser arbitraria como lo es nuestro lenguaje verbal?

Pretender comparar entre lenguaje verbal y lenguaje corporal es una pretensión bastante peliaguda, puesto que aunque seamos capaces de ver una concordancia e interdependencia entre ellos, su base material y expresiva es en esencia muy diferente.

Si bien me parece infructuoso intentar hallar cualquier tipo de traducción directa de lo verbal a lo no verbal, sí, en cambio es posible trazar:

- Tendencias similares entre ambos, aspecto que no cabe ser desarrollado aquí, y que he elaborado en otros textos centrados en la investigación educativa centrados en la construcción de *sistemas de categorías* para el análisis de la comunicación no verbal (Castañer, 1992; 1996^a, 1996^b; 1999).

- Una conexión con grandes dimensiones de la cultura, a saber: *lenguaje, mito y motricidad* que, de una manera simple, voy a tratar aquí puesto que me parece esencial, no sólo para dotar de más argumentos la riqueza del lenguaje del cuerpo sino para promover una aclaración conceptual que sigue faltando dentro del ámbito de la motricidad y de la disciplina de la educación física y del deporte.

Dicha aclaración entronca, en cierta medida, con la idea del *triángulo lingüístico* aportado por Lévi-Strauss (1987) conformado por *fonemas, palabras y frases*.

Personalmente, siempre me ha parecido que si tomamos el lenguaje verbal como epicentro del potencial comunicativo humano, constatamos que este se construye a imagen y semejanza de un bloque de pisos, donde los ladrillos son los fonemas, cada habitáculo (cocinas, habitaciones, etc.) las palabras y cada piso en sí, las frases.

Lévi-Strauss utilizó la idea de triángulo lingüístico para contrastar las dimensiones de lenguaje, mito y música:

en la música existe el equivalente de los fonemas y el equivalente de las frases, pero falta el equivalente de las palabras. Por otra parte, en el mito existe un equivalente de las palabras y un equivalente de las frases pero no el equivalente de los fonemas. Por tanto en ambos casos falta un nivel (Lévi-Strauss, 1987, pp.75).

Si se intenta dar idea gráfica de ello obtenemos los triángulos lingüísticos con vértices trancos, que muestran el nivel ausente en cada caso (véase gráfico 1).

[gráfico 1](#)

Podemos pues esbozar un paralelismo semejante para la comprensión de la motricidad que articula el lenguaje corporal, que bajo mi punto de vista participaría:

- del cinema, como unidad básica;
- las palabras como habilidades motrices o acciones observables sobre las que inferimos determinados significados (gestos emblemáticos, reguladores, adaptadores, etc.);
- pero el punto trunco se halla en las frases.

Sí que quizás diversos gestos encadenados pueden dar idea de una pequeña frase, pero no tiene el alcance fraseístico que, por ejemplo, posee el lenguaje específicamente elaborado para los sordos. Así el triángulo lingüístico que traza la motricidad queda representado en el gráfico 2.

[Gráfico 2](#)

En este sentido, por ejemplo, el mimo, como arte del lenguaje corporal, busca llegar a la frase, en cambio la danza no siempre lo busca o lo logra al igual que diversas disciplinas de la actividad física y del deporte.

Aún así no hay que entender ausencia de significación del lenguaje corporal en sí, la cuestión está en que debido a la gran ductilidad que posee, se circunscribe en diversidad de disciplinas motrices y deportivas con lo cual puede adquirir distintos niveles de significación.

Un acordeón nos sorprende por su gran alcance en relación con su extensibilidad y los registros de sonido. Sus pliegues y sonidos parecen no tener fin, si hacemos análoga esta idea a la del lenguaje corporal, comprobamos que uno de los factores que en mayor medida configuran el telón de fondo sobre el que resalta nuestro discurso cinésico gestual se halla en el balanceo bilateral del cuerpo humano, el cual, en definitiva, supone la base de nuestro fluir gestual continuo. Poseemos dos "vertientes anatómicas" que predeterminan una manera de movernos y de expresarnos corporalmente. Es una expresión de reequilibrio motriz, la raíz de la cual se halla en el balanceo alternado de los pasos inscritos en cada una de las habilidades de desplazamiento; de la alternancia de los brazos al hablar y manipular aquello que tenemos al alcance de nuestras manos.

Los lados y vertientes simétricas de nuestro cuerpo hacen posible este balanceo constante en nuestra expresión corporal es como decíamos anteriormente, una predeterminación, una ley de vida de la cual no nos podemos escapar.

En contraste, la boca es única, no tiene un homónimo y curiosamente solemos dar prioridad a la expresión hablada, que proferimos desde este órgano fonador, por encima de la expresión cinésica y motriz que se desprende desde cualquier polo de nuestro cuerpo con sus variados matices anatómicos.

En cierta manera podríamos llegar a entrever como la capacidad de comunicación que nos facilita el complejo simbolismo del lenguaje corporal nos predispone hacia una entropía gestual armónica.

Este balanceo anatómico que predispone nuestra expresión cinésica corporal nos permite, como decíamos, un equilibrio corporal que paradójicamente se sustenta sobre un desequilibrio continuo, base de lo que podemos entender como *entropía gestual*.

La armonización y comprensión de dicha entropía me parece comparable a la que se desprende de una composición musical o coreográfica, es decir, que desde mi punto de vista, la logramos gracias a la sabia combinación de dos dimensiones:

- La *melodía gestual* generada por el encadenamiento continuado, sucesivo, de posturas y gestos propios de cada segmento anatómico que se implica en cada situación.

- La *armonía gestual* como tal, cuando se conjugan de manera simultánea en el tiempo diversos matices gestuales que en base a ejes simétricos o asimétricos permiten establecer acciones motrices complejas.

De hecho esta realidad es la que me permite trazar el contexto de las investigaciones que centro tanto en el estudio como en la optimización de la dimensión comunicativa no-verbal de los docentes tanto en el ámbito de la motricidad y de la educación física como de otras disciplinas. (Castañer, 1991,1992,1996, 1999; Castañer y Camerino 1998;)

La sintética del discurso gestual envuelve a la analítica del discurso verbal

Dicho contexto de comprensión de la realidad comunicativa en la que nos movemos se entiende a partir de la linealidad y secuencialidad que caracteriza al lenguaje verbal -como hemos comentado, proferido por el único órgano fonador que poseemos- lo cual impide emitir sonidos de manera simultánea, es decir, que no podemos decir a y b al mismo tiempo, por tanto, se puede asimilar el discurso verbal al concepto de melodía.

Por otro lado, toda la dimensión de discurso no estrictamente verbal se caracteriza por la simultaneidad. La estructura diversa y a la vez bilateral de nuestra corporeidad nos permite generar posturas (dinamismo), gestos (dinamismo) y actitudes (significación) corporales de manera simultánea aspecto que incide sobre cuatro grandes dimensiones del ámbito de la comunicación no-verbal, a saber:

- El *paralenguaje* compuesto por el conjunto de elementos sonoros que no tienen un significado verbal consensuado, son elementos como el timbre, entonación, silencio, etc.

- La *cinesia* centrada en el estudio de posturas (estatismo), gestos (dinamismo) y actitudes (significación) corporales.

- La *proxemia* que estudia el uso del espacio social en el que interactuamos, entre el que cabe distinguir entre espacio íntimo, personal, social y público.

- La *cronémica* que estudia el uso del tiempo social en el que interactuamos, combinando las posibilidades de simultaneidad y de secuencialidad.

La comprensión de dicho contexto no puede entenderse a modo de dimensiones aisladas sino de una manera conexa, integrada y sistémica que la suelo representar a partir del gráfico 3.

[Gráfico 3](#)

En general no se suele tener en cuenta esta idea de integración de las diversas dimensiones comunicativas que poseemos, nos obstinamos en parcelar los saberes, los ámbitos y las disciplinas en cajones independientes con lo cual seguimos dando la espalda al gesto

La expresión humana es primeramente expresión con todo el cuerpo: el hombre no empezó a escribir utilizando las letras de un alfabeto, no empezó a leer con textos hechos para ser recorridos sólo con la vista, no inició la explicación haciendo servir sólo sus labios (Fromont,1981, pp. 62).

Las diferentes maneras de expresar que poseemos los seres humanos no han de considerarse como fenómenos particulares, aislados los unos de los otros, sino que debemos entenderlos bajo una forma integrada y sistémica de dinámica de funcionamiento ya que es francamente imposible hablar sin producir ningún gesto, movimiento de ojos, sin ocupar un espacio o adoptar una determinada postura o un determinado tono muscular.

Los diferentes lenguajes, con su potencial expresivo, utilizan y, a su vez, generan un sistema de signos peculiar; podríamos decir que incluso se sirven de una semiótica propia y específica que les dota la esencia de los productos que generan (plásticos, literarios, arquitectónicos, motrices, etc.).

La civilización occidental entiende el cuerpo sometido al texto, es el relevo visible del verbo. El cuerpo emerge como fuente comunicadora entre los agujeros del discurso, es decir que acostumbramos a "verlo" justo en los momentos de silencio verbal cuando, en realidad, siempre está presente. Le hemos reservado un estatus inferior al del habla verbal aun a pesar de estar siempre en escena.

Presencia, rol y escena

A medida que vamos desarrollando nuestro rol dentro de la sociedad que nos envuelve, aumentan el número de acciones rutinarias en todos los niveles de la expresión de nuestro cuerpo. Es precisamente en los comportamientos de tipo no-verbal -que escapan más a la consciencia del individuo- que podemos constatar con mayor facilidad la tendencia a hacer rutinarias las propias acciones.

En este sentido resulta de bastante interés la línea de investigación promovida por Goffman en la década de los setenta, consistente en observar y en describir los comportamientos habituales que día a día ponemos en juego los seres humanos. Con esta finalidad, Goffman, parte de la premisa de tratar nuestro comportamiento social basándose en los conceptos de *presencia de rol* y de *escena* con el fin de hacer una reflexión de nuestras rutinas de manera análoga a como sucede en el ámbito teatral, de ahí su magnífica obra que lleva como título *la puesta en escena de la vida cotidiana*.

Indefectiblemente, cada individuo, cada uno de nosotros, evidenciamos, incluso "a flor de piel", que somos sistemas simbólicos. Pero más que serlo en exclusiva para nosotros mismos, lo somos en sentido social y público. De ahí que en dicho sistema simbólico se impliquen el estilo comunicativo propio, el social y el profesional.

Nacemos y aprendemos de la gestualidad propia a nuestra especie y de las imágenes que, enmarcadas por el espacio y el tiempo, se nos ofrecen de manera continuada. Existe lo que podríamos decir un sentido de flujo constante interactivo y comunicativo, en nosotros mismos y en nuestro entorno: *panta rei* (no nos podemos detener) dijo Heráclito.

Más arriba decíamos que un acordeón nos sorprende por su gran alcance en relación con su extensibilidad y los registros de sonido. Sus pliegues y sonidos parecen no tener fin, también ésta es la impresión que nos ofrece el concepto de flujo comunicativo cuya existencia es posible gracias a la elaboración de los lenguajes como sistemas complejos consensuados de entre los cuales podemos resaltar el lenguaje corporal.

Abocados a escribir y a escriturarnos

A lo largo de los tiempos, la acumulación de situaciones interactivas va configurando modelos de reconocimiento de las herramientas signícas que usamos, pero así como la escritura permite permanecer el pasado e inscribirnos de una manera más sólida en nuestra memoria, el gesto corporal es efímero y no ofrecer la posibilidad de adherirse a algo tangible sino en imágenes y visualizaciones en nuestra mente.

Desde que nacemos entramos a desarrollar algún papel amateur dentro del film continuo de la vida formado por una sucesión de clichés repletos de posturas corporales que, al conectarse devienen gestos con mayor o menor carga actitudinal y significativa, he ahí la dinámica de la comunicación no-verbal.

Con el paso del tiempo es "irremediable" dejar de ser amateurs y pasar a protagonizar, en función de aquello que nos toca vivir, nuestro papel mediante el gesto y la palabra, pero desde la infancia, el proceso de escolarización se orienta a que concentremos toda la musculatura en la habilidad de mantener la presión de la mano sobre el lápiz y deslizarlo sobre el papel. El alcance expresivo del cuerpo y sus vivencias pasa por el "embudo" de una mano que los traduce, mediante una gestualidad microautomatizada, a una graffa concreta y estandarizada de cada civilización.

Ha sido, sin duda, la posibilidad de perpetuar e imprimir simbologías consensuadas -desde las tabletas cuneiformes, pasando por ideogramas, fonogramas, logogramas, jeroglíficos con soporte material y origen diverso a la virtualidad actual- la evidencia de que la escritura ha sido la invención humana quizás más poderosa que ha definido el inicio del estado civilizador.

Con relación a ello podemos llegar a considerar que somos seres gestualmente encadenados al grafismo y, curiosamente, a medida que se destilan los años, si se deja empequeñecer el potencial expresivo de nuestra corporalidad se tiende a paliarlo con prefabricados estilísticos, estéticos, etcétera, involucionando así la espontaneidad y el bagaje de las habilidades comunicativas de nuestro cuerpo. Los docentes y profesionales de la motricidad tenemos mucho que hacer en este sentido.

Bibliografía

CASTAÑER, M.; CAMERINO, O. (1991): La educación física en la enseñanza primaria. Barcelona. Inde, 1996

CASTAÑER, M. (1992): La comunicació no verbal de l'educador físic. Construcció d'un sistema de categories d'observació i anàlisi del comportament cinèsic. Tesis doctoral publicada.

CASTAÑER, M. (1996a): Pedagogia del gest i missatge no-verbal. Reflexions per optimitzar el discurs docent. Accésit al premi d'assaig Joan Profitós, 1994. Col·lecció Argent Viu. Lleida. Pagès editors.

CASTAÑER, M. (1996b): "La metodología observacional aplicada al análisis de la comunicación no-verbal del discurso docente" en F. Del VILLAR: La investigación en la enseñanza de la educación física. Universidad de Extremadura, pp. 27-53.

CASTAÑER, M. (1999): "Elaboración de un sistema de categorías para la observación de la comunicación cinésica no verbal de los docentes" en M.T ANGUERA: Observación en deporte y conducta cinésico-motriz: aplicaciones. Edicions Universitat de Barcelona, n. 2, pp. 71-105.

CASTAÑER, M.; CAMERINO, O. (1998): La comunicació no-verbal: una eina per a optimitzar el discurs dels docents. Barcelona. Ediuoc, Universitat Oberta de Catalunya.

CASTAÑER, M. (1999): El potencial creativo de la danza y la expresión corporal. Universidad de Santiago de Compostela.

FERRÉS, J. (1996): Televisión y educación. Barcelona. Paidós.

FROMONT, M.F. (1981): El mimetismo en el niño. Barcelona. Herder.

GOFFMAN, E. (1973): La mise en scène de la vie quotidienne. 1. La présentation de soi. París. Les Editions de Minuit.

LÉVI-STRAUSS, C. (1987): Mito y significado. Madrid. Alianza editorial.

MONTERO, R. (1996): Amantes y enemigos. Madrid. Alfaguara.

POYATOS, F. (1994): La comunicación no-verbal I. Cultura, lenguaje y conversación. Biblioteca Española de Lingüística y Filología. Madrid. Istmo.

Dirección de contacto

Marta Castañer

INREFC-Lleida-UdL. Partida de la Caparrella s/n. 25192 Lleida. Tel.: 973 272 022.

