

Serie *Presenta*, número 3

La expresión facial

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

“Cada cual tiene la edad de sus emociones”.

—ANATOLE FRANCE

El rostro es el principal vehículo de la comunicación no verbal, y es también el más complicado. A través de él podemos transmitir primordialmente emociones. La expresión externa de la emoción es esencial para la comunicación, pues facilita o bloquea el flujo de información que reciben los interlocutores.

El estudio formal de la expresión facial se inició en los años 60 del siglo XX; antes no se consideraba un tema de estudio serio por la imposibilidad de medirlo. Actualmente existe una amplia gama de investigaciones, entre ellas, la de Paul Ekman¹, uno de los pioneros, quien diseñó el Facial Action Coding System, que es un sistema anatómico que



mide todos los movimientos faciales observables. Describe 44 unidades de acción y categorías que distinguen posiciones de la cabeza y los ojos.

“La percepción de la expresión facial en un contexto verbal facilita la activación del conocimiento conceptual, a través del cual es interpretada”².

—FERNANDO GORDILLO

La expresión facial potencia la comprensión de contenidos y logra que se acompañen la manifestaciones emocionales y verbales. Durante una presentación no es lo mismo solo escuchar una voz que además observar el rostro de quien la emite. En la **tabla 1**, se presentan las emociones que pueden identificarse a través de la expresión facial y cómo se relacionan con estados de ánimo, rasgos de personalidad y psicopatologías.

En la **tabla 2**, encontrarás sugerencias para identificar tus expresiones faciales y para prepararte a mostrar emociones que comuniquen mejor los contenidos de tu presentación. ●

^aMaestría y Doctorado en Educación Médica. UNAM. Ciudad de México, México.

^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@unam.mx



Tabla 1. Emociones, estados de ánimo, rasgos de personalidad

Emociones	Estado de ánimo	Rasgos de personalidad	Psicopatología
Ira	Irritable	Hostil	Impulsividad crónica
Miedo	Aprehensivo	Tímido	Pánico, ansiedad, fobias
Tristeza	Triste	Melancólico	Depresión
Alegria	Eufórico	Optimista	Manía
Asco	Evasivo	Arrogante	Anorexia

Fuente: Matsumoto³.

Tabla 2. Sugerencias para mejorar la expresión facial durante una presentación

Prepara tu presentación	Haz conciencia de que siempre estás comunicando mediante tu expresión facial
	Identifica qué emociones están asociadas con los contenidos que presentarás
	Identifica qué emociones surgen con relación al contexto donde presentarás y al público al que te dirigirás
	Ensaya tu presentación y videógrábatela para que puedas observar tu rostro
Realimenta	Observa el rostro de la persona que presenta
	Observa si modifica la expresión facial en función de los contenidos presentados
	Identifica las emociones que transmite y la frecuencia con que esto ocurre. Algunas emociones pueden ser: ira, miedo, tristeza, alegría y asco

¿Te gustaría saber más?...

REFERENCIAS

- Ekman P. What the face reveals. Basic and applied studies of spontaneous expression using the Facial Action Coding System (FACS). New York: Oxford University Press; 2005.
- Gordillo León F, et al. Emoción, contexto verbal y percepción de la expresión facial: dime quién eres y te diré cómo te percibo. Ansiedad y estrés, 2013;19(2-3):131-47.
- Matsumoto D, et al. Nonverbal communication: science and applications. California: Sage Publications; 2013. p. 5.