

# Qué hacer y no hacer en la comunicación no verbal

## ¿Qué es la comunicación no verbal?

La comunicación no verbal consiste en mostrar pensamientos, sentimientos y el estado de ánimo a través de acciones visuales y físicas, sin utilizar palabras. Incluye gestos, expresiones faciales, movimiento corporal, postura, espacio, contacto visual, tono de voz y contacto. Esto también se conoce como lenguaje corporal.

## ¿Por qué es importante la comunicación no verbal?

La comunicación no verbal es importante porque lo que se dice verbalmente y lo que se comunica a través del lenguaje corporal pueden ser cosas totalmente diferentes. Se está comunicando incluso cuando no es consciente de ello. Cuanta más atención preste a sus gestos y acciones no verbales, mayor será la eficacia con la que se podrá comunicar.

**El 80 %**  
de toda la  
comunicación  
es no verbal

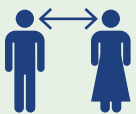
### ✓ HACER



Utilice un lenguaje corporal positivo, como sonreír y mantener un contacto visual apropiado, al ayudar a los residentes.



Utilice gestos como asentir para demostrar que está escuchando cuando un residente le habla.



Respete el espacio personal al hablar con un residente.



Acérquese al residente desde delante.

### ✗ NO HACER



No utilice un lenguaje corporal negativo, como cruzar los brazos, fruncir el ceño o poner los ojos en blanco.



No realice acciones que hagan parecer que está distraído, como revisar el teléfono.



No utilice posturas agresivas, como pararse demasiado cerca o mirar fijamente.



No se acerque desde atrás o desde un lado.

## Recursos adicionales

Para obtener recursos adicionales, visite [www.nursinghomebehavioralhealth.org](http://www.nursinghomebehavioralhealth.org) o simplemente escanee el código QR.

