

LA COMUNICACIÓN NO VERBAL EN LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE

NON-VERBAL COMMUNICATION IN THE PRACTICE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Autores: Dr. C. Mercedes Roxana Almeida- Macias¹

Dr. C. Ada Iris Infante- Ricardo²

Dr. C. Yamila Cuenca- Arbella³

¹ Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Manta, Ecuador

^{2 y 3} Universidad de Holguín, Cuba

País. Ecuador

RESUMEN

El artículo presenta un análisis teórico sobre la importancia de la comunicación no verbal en la práctica de la Educación Física y el deporte. Con la utilización de métodos teóricos de análisis y síntesis se sistematizan los referentes de este proceso, como base para la valoración de la significación de este tipo de comunicación en la formación de los profesionales del deporte. Los resultados sirven de base para definir las principales formas y métodos a implementar en la práctica pedagógica para contribuir a desarrollar comportamientos comunicativos

eficientes en este profesional. Se enfatiza en las manifestaciones extraverbales como gestos, sonidos, símbolos, tonos, que deben ser parte del lenguaje deportivo y cuya interpretación correcta contribuye al éxito de la actividad deportiva o competición.

Palabras clave. Comunicación no verbal, Educación Física, deporte

ABSTRACT

The article presents an analysis on the importance of the nonverbal communication in the practice of physical education and the sports. With the

utilization of theoretic methods of analysis or the referent ones belonging to this process like base, for the assessment of the significance of this type of communication in the formation of the professionals of sports systematize synthesis themselves. The results of this analysis will serve as base to define the principal forms and methods to implement in the pedagogic practice to contribute to develop telling efficient behaviors in this professional. It is emphasized in the extra-verbal manifestations like facial expressions, sounds, symbols, tones, that must be a part of the sports language and whose correct interpretation contributes to the success of the sports activity or competition.

Key words. Nonverbal communication, Physical Education, sports

INTRODUCCIÓN

Hablar de deporte no solo es sinónimo de salud, es también un instrumento efectivo en la educación de los niños, jóvenes y adultos ya que por medio de él se fomentan valores y habilidades de manera sana y entretenida. Estos valores se evidencian en la comunicación entre los participantes de la comunidad deportiva, lo que permite un mayor tratamiento de

compañerismo entre jugadores y entrenadores para lograr los objetivos. Estos valores también se evidencian en el respeto hacia rivales, jueces y demás actores deportivos. El comportamiento comunicativo varía en función de los roles que desempeñe cada individuo en la actividad en cuestión.

La comunicación como una disciplina básica y como facultad única del ser humano, que lo distingue del resto de seres vivos, constituye objeto de estudio e investigación, provocando el desarrollo del campo científico con los correspondientes procedimientos metodológicos, tanto empíricos como de orden científico sobre el tema. A su vez, permite la comprensión entre los hombres en su actividad conjunta, en todas las esferas y grupos sociales en que participan durante su vida: en el grupo familiar, estudiantil, laboral, recreativo. Los estudios realizados a esta categoría la clasifican en dos grandes tipos: comunicación verbal y no verbal, las cuales en integración afectan directamente el rendimiento y ajuste emocional del sujeto en la actividad que está implicado.

La comunicación verbal aporta conocimientos de entonación y los sonidos son los que dan forma a las palabras y

frases que se expresan. La comunicación no verbal aporta la expresividad de cuerpo, del rostro, de las manos, como elementos básicos a la hora de entender de forma correcta un mensaje para el que se ha utilizado un sistema de comunicación verbal.

La comunicación no verbal se constituye en una herramienta imprescindible en la práctica de la educación física y el deporte. En la mayoría de los deportes se pueden observar gestos, movimientos, signos o expresiones en el rostro y cuerpo que se utilizan para mandar mensajes a los receptores con los que se interactúa. Al igual que la comunicación verbal, la comunicación no verbal, tiene un grado de importancia en la práctica de la educación física y el deporte.

Rodrigo Sandoval, coordinador de deportes de la Universidad de los Andes, en el diario *El tiempo*, plantea que el deporte es una herramienta para la formación, desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas de una persona y para el manejo adecuado de sí mismo en su entorno, permitiendo la interacción de los aspectos sociales, emocionales y físicos del bienestar humano. En el mismo artículo, José Alfonso Martín, decano de la

facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia, considera que si bien los procesos educativos se pueden ver beneficiados por el deporte, estos resultados dependen del compromiso de cada persona y del entorno donde se desenvuelven. Ambas opiniones justifican la importancia del desarrollo de comportamientos comunicativos verbales y no verbales que se correspondan con el objetivo supremo de la educación física y el deporte: la formación de una personalidad sana.

En el artículo se realiza un análisis acerca de la importancia que tiene la comunicación no verbal como complemento imprescindible de la comunicación verbal, para lograr una comunicación efectiva en la práctica de la Educación Física y el Deporte y como aspecto necesario a considerar hacia la transformación de comportamientos comunicativos que aportan a la formación física del ser, a lo anímico y emocional del individuo, pero sobre todo al éxito en la competición o entrenamiento deportivo.

Comunicación, aspectos teóricos

La palabra comunicación proviene etimológicamente del latín *comunicare* que

significa hacer común, compartir sentimientos, pensamientos, ideas, creencias con otros sujetos. Es un proceso esencial de toda actividad humana, que se basa en la calidad de los sistemas interactivos en el que el sujeto se desempeña. (González, 1995)

Tal es así, que la comunicación es la transferencia y comprensión de un significado; se manifiesta siempre que alguien envíe un mensaje, otro lo reciba y de alguna manera demuestre que lo ha recibido, independientemente del código que se utilice: palabras, gestos, grafismos, movimientos.

En la comunicación, intervienen diversos elementos que pueden facilitar o dificultar el proceso: emisor, el que emite un mensaje; receptor, el que recibe el mensaje; mensaje, contenido de la información que se envía; canal, medio por el que se envía el mensaje; código, signos y reglas empleadas para enviar el mensaje y contexto, situación en la que se produce la comunicación.

En tal sentido, Ojalvo et al. (1999) refiere:

Las palabras son tan solo el comienzo, tienen su hermosura y el grado de fascinación que puedan

causar, pero se han sobrestimado en exceso pues no representan la totalidad del mensaje, por tanto, no hay comunicación verbal si no está acompañada de la comunicación no verbal. (p.15)

A su vez, Ramírez (2008) refiere que la comunicación es un proceso donde los emisores y receptores, con mensajes verbales o no y por medio de canales, buscan una comprensión compartida para lograr objetivos y para ello utilizan la codificación, la decodificación y la retroalimentación en un entorno dado.

La comunicación eficaz se produce cuando el receptor interpreta el mensaje en el sentido que pretende el emisor. Esta favorece o facilita la interacción del hombre con otros hombres y con el medio que lo rodea. De esta forma poseer habilidades, actitudes y capacidades comunicativas y desarrollarlas, constituye un importante factor de adaptación social, toda vez que contribuye al perfeccionamiento de la vida de relación del hombre, a dar calidad a las diferentes actividades que realiza en su vida y a facilitarle las relaciones sociales en el contexto en que vive.

Teniendo en cuenta lo expresado con anterioridad se puede concretar que las

formas de comunicación humana pueden agruparse en dos grandes categorías: la comunicación verbal y la comunicación no verbal. La comunicación verbal se refiere a las palabras que se utilizan y a las inflexiones de la voz. La comunicación no verbal hace referencia a un gran número de canales, entre los que se podrían citar como los más importantes el contacto visual, los gestos faciales, los movimientos de brazos y manos, la postura y la distancia corporal.

La comunicación no verbal: principales subsistemas

La comunicación no verbal es el proceso de emitir y recibir mensajes que acompañan, modifican o reemplazan el habla, sin llegar a ser un sistema comunicativo autónomo, con el objetivo de comprender el gran número de actos y eventos que esta entraña. Es imposible que el sistema comunicativo verbal esté separado del no verbal, pues cuando existe una interrelación se activan todos los sentidos y cada uno de ellos expresa desde sus capacidades lo que quieren transmitir. No es propiamente parte de lo que se dice mediante las palabras, sino que define el marco en el cual se

interpretan dichas palabras. (Axtell, 1993; Davis, 1998; Cestero, 2006).

Para comunicarse eficazmente, los mensajes verbales y no verbales deben coincidir entre sí. Muchas dificultades en la comunicación se producen cuando las palabras se contradicen con la conducta no verbal. El lenguaje consciente que se utiliza para comunicar es el oral o verbal, es decir, mediante la palabra. Pese a la importancia que se le atribuye a la comunicación verbal, entre un 65 % y un 80 % del total de la comunicación se realiza a través de canales no verbales.

En tal sentido Urpí (2004) plantea que el mensaje tiene un impacto para influir y captar la atención del interlocutor, de un 7 % en el componente verbal, un 38 % en el vocal (tono, matices y otras características) y un 55 % de señales y gestos. Ello no quiere decir que el lenguaje no verbal sea más importante, sino que todos los detalles que lo forman llegan a emitir mayor cantidad de información al interlocutor que los argumentos que se dicen.

Las tendencias más recientes enfatizan en la necesidad de desarrollar en los sujetos diversas habilidades comunicativas que faciliten la interacción personal, la sensibilización hacia la situación dinámica

del medio donde se desenvuelve.
(Fernández, González, Ojalvo y Salazar, 1999).

Autores como Cestero (2006), Blanco (2007), Machado (2011) y García (2012) coinciden en que los principales subsistemas de la comunicación no verbal son: la kinesia, la proxemia, el paralenguaje, la simbología y la cronémica. El paralenguaje es considerado por algunos autores como un componente separado de lo no verbal. Sin embargo, Fernández (1999) y Conde (2004) tratan de manera implícita las habilidades comunicativas no verbales, al determinar explícitamente su manifestación a través de los niveles kinésico, proxémico y paralingüístico, subsistemas en los que hará énfasis este artículo.

Según plantea García (2012) en su Manual de comunicación no verbal, la kinésica o cinesis estudia el significado de los movimientos corporales (intencionales o no) y los gestos en una situación comunicativa. Entre los tipos de kinesis están:

- La postura: que expresa la actitud de las personas en relación con su entorno. Se distingue entre una postura y una posición cerrada

cuando se cruzan los brazos y/o las piernas.

- Los gestos: movimientos de cualquier parte del cuerpo a través de los cuales se pueden expresar una multitud de sensaciones y emociones.
- Expresiones del rostro: refleja múltiples estados de ánimo, con sus correspondientes emociones y sentimientos (felicidad, tristeza, ira, asco, sorpresa, miedo y desprecio).
- La mirada: el contacto ocular desempeña una serie de roles que regulan la comunicación, puede ser un indicador del turno para hablar o actuar, es una fuente de información, expresa emociones y comunica la naturaleza de la relación interpersonal.
- La sonrisa: expresa alegría, simpatía o felicidad. Existen diferentes tipos de sonrisas basados en combinaciones de los quince músculos faciales implicados.
- El tacto y el olfato: la piel y la nariz constituyen canales de comunicación como receptores de mensajes.

“El sistema paralingüístico está formado por las cualidades y los codificadores fónicos, los indicadores sonoros de reacciones fisiológicas y emocionales, los elementos cuasi-léxicos y las pausas y silencios que a partir de su significado o de alguno de sus componentes inferenciales comunican o matizan el sentido de los enunciados verbales” (Cestero, 2006, p. 60)

El sistema proxémico está conformado por los hábitos relativos al comportamiento, al ambiente y a las creencias de una comunidad que tienen que ver con la concepción, el uso y la distribución del espacio y con las distancias culturales que mantienen las personas en interacción es el uso del espacio que hacen dos o más personas en el proceso comunicativo, la distancia existente entre el emisor y el receptor. (Cestero, 2006, p. 63)

La comunicación verbal y no verbal constituyen dos subsistemas del proceso de comunicación que se complementan entre si y conducen a un mejor entendimiento del mensaje.

Papel de la comunicación no verbal en la práctica de la Educación Física y el Deporte

El origen del estudio de la comunicación no verbal se remonta a la Antigüedad Clásica. Los maestros del pensamiento y la retórica fueron los primeros en interesarse por el efecto que los gestos, las expresiones faciales, la voz y la postura tenían en el arte de la oratoria; pero no fue hasta el siglo xix que se realizaron las primeras investigaciones científicas sobre la incidencia de la conducta no verbal en la manera de comunicarse (Davis, 1998).

En los últimos años, las investigaciones sobre la comunicación no verbal empiezan a tener una perspectiva mucho más integradora, más pedagógica y pragmática, al aportar nuevos conocimientos en la búsqueda de una comunicación más efectiva. Por ejemplo, Benítez (2009), Tejera (2010), Machado (2011), Bruni (2011), Schmidt (2013), han realizado varios estudios sobre la comunicación no verbal en la medicina, la enfermería, el arte, la publicidad, la propaganda, la cultura física, la educación especial y en las lenguas extranjeras, entre otras, de acuerdo con sus especificidades.

Antúnez (2006), asegura que:

La comunicación no verbal siempre ha sido relegada a un segundo plano por su carácter marginal en la lingüística. Hasta hoy en día los estudios filológicos han sido puramente lingüísticos, y no se han preocupado por los elementos que se hallan fuera de la lingüística propiamente dicha. Actualmente están surgiendo muchas investigaciones sobre comunicación no verbal al considerarla intrínsecamente relacionada con la comunicación verbal. (párr.13)

Esta comunicación juega un papel muy importante en las relaciones interpersonales, pues tiene como funciones principales la de sustituir, contradecir, enfatizar o regular los mensajes verbales.

Uno de los principios fundamentales en la teoría de la comunicación humana, es la imposibilidad de no comunicar, es decir, que el comportamiento y la acción transmiten una información que tiene un aspecto de contenido y otro relacional. Birdwhistell (1979) plantea que lo no verbal constituye la parte principal de la comunicación diaria cara a cara, sostiene que solo el rostro puede producir más de doscientas cincuenta mil expresiones

distintas. Al enfatizar esta idea, Corrales (2013) refiere que la comunicación no verbal ha sido vital para la conservación y evolución de la especie, no se puede convencer ni tener relaciones afectivas con los demás si no se sabe reaccionar, leer e interactuar con ellos a nivel no verbal.

En tal sentido, Gordillo, Mestas, Pérez, Lozano, López y Arana (2013) afirman que la expresión facial permite la comunicación, adecuación y regulación de las emociones dentro del contexto social. Por otra parte, Matsumoto, Hwang, López y Pérez-Nieto (2013) manifiestan que la lectura de las expresiones faciales de la emoción y, sobre todo, de las microexpresiones puede ayudar al desarrollo de las relaciones interpersonales, la confianza y el compañerismo.

A su vez, Petisco y López (2014) analizan que existen componentes del habla como la frecuencia fundamental, la duración y la calidad de la voz, que son importantes para identificar emociones. La voz de una persona se hace más grave cuando habla de un tema que le deprime o que le entristece y se asocia a una voz más varonil, así como a perfiles masculinos positivos de belleza, heroicidad, seguridad

o seducción. El volumen de voz aumenta cuando un individuo siente miedo, excitación o rabia.

La comunicación no verbal constituye un subsistema esencial en la conducta expresiva del hombre, lo que en el deporte esta conducta es más notable. Aporta información valiosa en las relaciones interpersonales y es una manifestación genuina del individuo porque tiene un carácter espontáneo, inconsciente y a veces difícil de controlar, lo que no excluye la posibilidad de que puedan realizarse acciones encaminadas a su uso para reforzar ciertas expresiones verbales o contenidos de manera intencional, pero solo se logra por aquellas personas que son entrenadas profesionalmente para ese fin.

En los actos comunicativos cotidianos, la palabra o el diálogo verbal es lo usual. Es la forma común de interactuar con quienes están en nuestro entorno, por elemental que sea, en el diario vivir. Sin embargo, y paralela a tal forma de comunicación, existen otras menos conscientes y algunas más elaboradas y convenidas en la práctica deportiva. Por razones ya de estrategia, ya de

economía verbal o también para evitar que el oponente se entere de la táctica, entre dirigidos y entrenadores se acuerda una serie de convenciones gestuales en el desarrollo del evento deportivo. (Vallejo y Plested, 2008, p.43)

En el deporte, la comunicación no verbal tiene un rol primordial y el buen uso de esta se evidenciará en el cumplimiento del objetivo propuesto. Según plantea Farrés, Polo y Terry (2014), ello cobra verdadera relevancia en la comunicación entre entrenador- deportista, deportista- deportista y deportista- contendiente.

En su análisis sobre las exigencias del tema comunicativo Fernández (1999) adoptó un enfoque a partir del análisis de la propia acción comunicativa según los diferentes factores de la propia estructura del proceso: el elemento informativo y el relacional. En la práctica de la Educación Física y los deportes este enfoque se concreta en las siguientes habilidades:

1. Habilidades para la expresión: dada por las posibilidades del deportista, entrenador o profesor para expresar y transmitir mensajes, de naturaleza verbal o extraverbal. Los elementos que intervienen esencialmente en esta habilidad son:

- Contacto visual con el interlocutor mientras se habla.
- Expresión de sentimientos coherentes con aquello de lo cual se expresa en el mensaje a partir de la palabra y/o gesto.
- Uso de recursos gestuales de apoyo a lo expresado verbalmente o en sustitución: dado por movimientos de manos, posturas, mímica facial.

2. Habilidades para la observación: dadas por la posibilidad del deportista, entrenador o profesor de orientarse en la situación mediante cualquier indicador conductual del interlocutor, al actuar como receptor. Los elementos esenciales son:

- Escucha atenta: que implica una percepción bastante exacta de lo que dice o hace el otro durante la situación de comunicación y asumido como mensaje.
- Percepción de los estados de ánimo y sentimientos: puede ser capaz de captar su disposición o no a la comunicación, actitudes favorables o de rechazo, estados emocionales, índices de cansancio, aburrimiento, interés, a partir de signos no verbales fundamentalmente.

3. Habilidades para la relación empática: dada por la posibilidad del deportista, entrenador o profesor de lograr un verdadero acercamiento humano que se expresan en los siguientes aspectos:

- Personalización en la relación: lo cual se evidencia en el nivel de conocimiento que se tiene del otro, la información a utilizar durante la comunicación y el tipo de reglas que se emplearán durante el intercambio.
- Acercamiento afectivo: que puede manifestarse en la expresión de una actitud de aceptación, de apoyo y dar posibilidad de expresión de vivencias.

En la Educación Física y los deportes, la comunicación no verbal tiene manifestaciones fundamentales que son: el lenguaje mimético o de señas, el lenguaje corporal, el lenguaje extraverbal. Muchas veces se observa en los entrenamientos y competencias manifestaciones gestuales de interacción comunicativa en el arbitraje deportivo o en aquellos deportistas donde la capacidad del habla está limitada por la naturaleza y por lo tanto utilizan la mímica o sistema de señas, que es muy específico para cada disciplina deportiva.

En relación con el lenguaje corporal, en los deportes de arte competitivo, como la

Gimnasia Artística, la Gimnasia Rítmica, el Nado Sincronizado, el Patinaje Artístico y la Gimnasia Aerobia, el cuerpo y la música se comunican con su entorno y expresan el sentir de quien las emite. Estas señales, como comunicación no verbal enfatizan y transmiten un mensaje que influye en la opinión que se forman los espectadores y los jueces sobre la ejecución en sí.

En las confrontaciones deportivas de equipos, así como en las individuales, las conversaciones e intercambios que se producen en juegos y entrenamientos ofrecen una información valiosa para determinar el estado de ánimo de los contrincantes y de los propios jugadores del equipo, lo que propiciará la toma de decisiones adecuadas por parte de los entrenadores y directores técnicos.

El lenguaje extraverbal, como forma de comunicación importante para el deporte, puede percibirse por la observación de la expresión facial y corporal, por las posturas, la dirección de la mirada, o por la conducta pasiva o agresiva del interlocutor. Estas manifestaciones, si se aprovechan adecuadamente, pueden ofrecer conocimientos acerca de las capacidades físicas y las intenciones tácticas en el juego o competición, lo cual puede

contribuir a mejorar en varios sentidos la dirección del juego.

La comunicación que se produce entre los entrenadores y el equipo, en varios deportes como: el fútbol, el béisbol, el baloncesto, el voleibol, entre otros, se desarrolla a partir del lenguaje corporal, pues su actuación implica experticia en términos deportivos, tácticos y técnicos. La relación que se produce entre el entrenador y los entrenados, tiene en cuenta, desde una óptica extraverbal, la formación profesional, la lengua, la religión, la cultura, un color de la piel, el entorno especializado en el cual se mueve, entre otros. Atendiendo a estos aspectos, se crea empatía o antipatía, respeto o irrespeto por la persona y la labor que realiza. Es justamente estos aspectos lo que posibilita las diversas formas de impartir las instrucciones verbales y no verbales.

En la práctica de la Educación Física y el deporte la comunicación no verbal influye en la relación interpersonal, en el aprendizaje, en las cualidades y actitudes que facilitan el aprendizaje del deporte. De igual forma favorece el desarrollo de una actitud empática entre el profesor y sus alumnos, la formación de valores como la

solidaridad y el compañerismo y un mejor resultado deportivo.

El papel de la comunicación no verbal en la modulación del comportamiento deportivo

La forma de moverse de una persona, dicho por psicólogos y psiquiatras, indica sobre su carácter, sus emociones y sus reacciones hacia la gente que lo rodea. Según Machado (2011), la persona puede enfrentarse ante la comunicación no verbal, al menos de tres formas:

- Puede intentar inhibir cada uno de los códigos de la comunicación no verbal que, de acuerdo con su conocimiento o creencia, significan algo en la interacción que no quiere que se note o sepa. Este comportamiento supondría iniciar cada interacción con mucha tensión, o de una forma poco expresiva.
- Puede sentirse liberado al reconocer cómo deja ver sus emociones, darse cuenta de que la gente conoce acerca de uno intuitivamente, mucho más de lo que uno mismo es capaz de decir en palabras acerca de cómo se siente.

- Y, por último, puede sentirse simplemente despreocupado, al tomar conciencia de que es inevitable comunicar algo, que ese algo se capta, sobre todo intuitivamente, y que en realidad nadie mantiene una interacción pendiente de fijarse en cada comportamiento no verbal y analizar su significado, a no ser que sea un movimiento realmente inusitado.

En consonancia con lo anterior Broche, Rodríguez y Martínez (2014) se refieren a la posibilidad de reconocer con precisión emociones que modulan el comportamiento; de esta forma, al interpretar correctamente las expresiones emocionales del rostro de una persona, se regula la conducta en función de una comunicación adecuada y de una interacción social positiva.

Sin embargo, los estudios evidencian que existe un desfase entre las habilidades enseñadas y las requeridas en el mundo profesional. En el caso de la práctica del deporte se requiere de una serie de conocimientos y habilidades de orden práctico, muchas de las cuales no están contempladas dentro de las mallas

curriculares de la formación deportiva, ni han sido asumidas por la academia.

Cevallos (2016) considera que el desarrollo de habilidades comunicativas en los profesionales, permite establecer relaciones humanas sustentadas en el respeto y la consideración por el otro, pero no bastan solo los aprendizajes comunicativos que, de manera natural y espontánea, se adquieren. Para el desarrollo de estas habilidades, Ojalvo et al. (1999) afirman que se pueden utilizar diferentes vías: entrenamiento sociopsicológico, cursos, reflexión sobre las condiciones de la comunicación propia y su autoperfeccionamiento.

Esta conceptualización se asume para el campo formativo del profesional deportivo, al tener en cuenta las relaciones de respeto y consideración que deben existir entre los deportistas. Los profesionales que no hayan desarrollado sus habilidades comunicativas en correspondencia con las características de las actividades que ejecutarán en el futuro, carecerían de posibilidades y oportunidades para participar, concebir y desarrollar exitosamente las distintas disciplinas deportivas.

A partir de los aportes realizados por los autores antes mencionados, se puede afirmar que la comunicación no verbal constituye un componente indispensable, especialmente en aquellos profesionales que utilizan esta comunicación no solo como complemento de la comunicación verbal sino como herramienta necesaria para lograr sus metas.

Es fundamental desarrollar la comunicación no verbal en la práctica del deporte porque fortalecerá y hará más efectiva la actividad deportiva. La comunicación no verbal enfatiza el lenguaje verbal, permite expresar sentimientos y emociones, sustituir palabras, orientar la forma en que el mensaje verbal debe ser interpretado, contradecir la comunicación verbal, regular la comunicación y expresión facial.

Los mejores deportistas y entrenadores tienen un buen manejo de la comunicación no verbal, que se ve reflejado en los logros alcanzados y en la relación que tiene con el entorno y la conciencia que de ello alcanzan como personas capaces de monitorear su conducta y de calibrar el efecto que esta produce en los demás. No hay un perfil exacto establecido científicamente, aunque suelen ser

personas observadoras, con amplia perspectiva, y abiertas a nuevas experiencias, con rasgos como estabilidad emocional y empatía. Por ello, es importante que el deportista conozca y utilice técnicas de comunicación que permitan establecer vínculos agradables con el público, los entrenadores y sus compañeros de deporte.

CONCLUSIONES

Hablar de la importancia de la comunicación verbal y no verbal, resulta un tema de interiorización y práctica, al igual que el deporte, ambos esenciales en la vida de las personas. No se concibe la vida sin comunicación constante y la necesidad de transferir códigos comunicacionales pues desde el nacimiento ya existe una intención comunicacional. Por toda la transcendencia que la comunicación tiene a lo largo de la vida, su presencia en la actividad deportiva no es menor porque su utilización es primordial en la obtención de resultados.

Es importante comenzar a entender y potenciar en los programas académicos de formación del profesional deportivo, el desarrollo de habilidades comunicativas no verbales, con énfasis en los códigos, signos, y elementos de ámbitos deportivos,

puede contribuir a fortalecer los resultados y la formación de valores humanos en los deportistas y sujetos que realizan una práctica sistemática de deportes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antúñez, I. (2006). Aproximación al paralenguaje: análisis de casos en *Harry Potter and The Philosopher'S Stone*. *Revista Electrónica de Estudios Filológicos*, número 11, (julio 2006). Recuperado de <https://www.um.es/tonosdigital/znum11/estudios/3-paralenguaje.htm>
- Axtell, R.E. (1993). *Gestos. Lo que se considera correcto e incorrecto en la comunicación a través del lenguaje corporal en todo el mundo*. Barcelona: Iberia.
- Benítez, S. (2009). Nociones básicas sobre comunicación no verbal para profesores/as de Educación Física. *Revista Digital Efdeportes*, 13, (130) Marzo de 2009. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>
- Birdwhistell, R. (1979). *El lenguaje de la expresión del cuerpo*. Barcelona: Gustavo Gili.

- Blanco, L. (2007). Aproximación al paralenguaje. *Hesperia: Anuario de filología hispánica*, (10), 83-97. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2505623.pdf>
- Broche, Y., Rodríguez, M., y Martínez, E. (2014). Memoria de rostros y reconocimiento emocional: generalidades teóricas, bases neurales y patologías asociadas. *Actualidades en psicología*, 28 (116), pp. 27-40. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/373851>
- Bruni, A. (2011). Enseñanza de las competencias cinésica y prosémica a estudiantes de lenguas extranjeras. *Núcleo*, 23 (28), 91-114. Recuperado de http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-9784201100010004&lng=es&tlng=es
- Cestero, A.M. (2006). La comunicación no verbal y el estudio de su incidencia en fenómenos discursivos como la ironía. *ELUA*, (20), 57-77. Recuperado de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/6074/1/ELUA_20_03.pdf
- Cevallos, O. (2016). Las habilidades comunicativas, una necesidad formativa del profesional del Siglo XXI. *Revista Científica Yachana*, 5 (1), 130-137. Recuperado de <http://revistas.ulvr.edu.ec/index.php/yachana/article/view/290/193>
- Conde, M. (2004). *La enseñanza de la comunicación no verbal en un curso del Español de los Negocios según la ELMT*. Madrid: Hanoi.
- Corrales, E. (2013). El lenguaje no verbal: un proceso cognitivo superior indispensable para el ser humano. *Revista Comunicación*, 20 (001), 46-51. Recuperado de <http://revistas.tec.ac.cr/index.php/comunicacion/article/view/823>
- Davis, F. (1998). *La comunicación no verbal*. Madrid: Alianza S.A.
- Farrés, D., Polo, G. y Terry, P. (2014). El lenguaje deportivo: sus características. *Revista Digital Efdeportes*, 18, (188), Enero de 2014. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>

- Fernández, A. (1999). Las habilidades comunicativas. En V. Ojalvo et al. (1999) *La comunicación educativa*. Universidad de la Habana: Centro de Estudios para el Perfeccionamiento de la Educación Superior.
- Fernández, A.; González, B.; Ojalvo, V. y Salazar, T. (1999). El desarrollo de las habilidades comunicativas. En V. Ojalvo et al. (1999) *La comunicación educativa. Centro de Estudios para el Perfeccionamiento de la Educación Superior*. Universidad de la Habana: Centro de Estudios para el Perfeccionamiento de la Educación Superior.
- García, A. (2012). *Cuando el cuerpo comunica. Manual de la comunicación no verbal*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Politécnica de Valencia, España. Recuperado de <https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/18459/MEMORIA2.pdf>
- González, F. (1995). *Comunicación, personalidad y desarrollo*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Gordillo, F., Mestas, L., Pérez, M. A., Lozano, J. H., López, R. M., y Arana, J. M. (2013). La expresión facial de las emociones: historia y aplicaciones. *Ciencia Cognitiva*, 7 (1), 19-21. Recuperado de <http://www.cienciacognitiva.org/files/2013-8.pdf>
- Machado, Y. (2011). La comunicación no verbal en la comunicación de los estudiantes de la Facultad de Español para no hispanohablantes en el proceso de aprendizaje. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 3 (28). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/ced/28/ymg.htm>
- Matsumoto, D., Hwang, H.S., López, R. M. y Pérez- Nieto, M. (2013). Lectura de la expresión facial de las emociones: investigación básica en la mejora del reconocimiento de las emociones. *Ansiedad y Estrés*, 19 (2-3), 121-129. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/258119111_Lectura_de_la_Expresion_Facial_de_las_Emociones_Investigacion_basica_en_la_mejora_del_reconocimiento_de_emociones
- Ojalvo, V. et al. (1999). *La comunicación educativa*. Universidad de La Habana, Cuba; Centro de Estudios

para el Perfeccionamiento de la Educación Superior.

Petisco, J. y López, R. (2014). A veces la voz dice más que las palabras. *Cuadernos de la Guardia Civil, Revista de Seguridad Pública*. (49), 121-140. Recuperado de https://intranet.bibliotecasgc.bage.es/intranet-tmpl/prog/local_repository/document s/5853.pdf

Ramírez, J. (2008). *Comunicación-Calidad. Una relación vital para el mejoramiento de los servicios*. (Tesis doctoral). Universidad de la Habana, Cuba.

La importancia de incluir el deporte en la educación. (20 de abril de 2015). *El Tiempo*. Recuperado de <https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-15601949>

Schmidt, S. (2013). *Proxemia y Comunicación Intercultural: La Comunicación no verbal en la enseñanza del ELE*. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Barcelona. Ballaterra, Barcelona, España. Recuperado de <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/125906/ss1de1.pdf>

Tejera, J. (2010). *Estrategia didáctica para la formación de habilidades comunicativas en los estudiantes de tercer año del ciclo clínico*. (Tesis doctoral). Universidad Carlos Rafael Rodríguez. Cienfuegos. Cuba. Recuperado de <http://tesis.sld.cu>

Urpí, M. (2004). *Aprender comunicación no verbal. La elocuencia del silencio*. Barcelona: Paidós.

Vallejo, G.C. y Plested, M.C. (2008). Tipos de comunicación en interacciones deportivas. *Íkala, revista de lenguaje y cultura*, 13 (19), 43-61. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/ikala/v13n19/v13n19a3.pdf>

Recibido: 02092018

Aprobado: 25102018

Datos de los autores:

Mercedes Roxana Almeida Macias

Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Manta, Ecuador. Doctora en Ciencias Pedagógicas, Ingeniera Comercial. Especialista en diseño curricular por competencia, Profesor Titular Principal con dedicación Tiempo Completo, Presidenta

de la Comisión de Investigación de la
Facultad Ciencias de la Comunicación.
Teléfono: 0984645341

mram2801@gmail.com

Ecuador

Ada Iris Infante Ricardo

Universidad de Holguín, Cuba. Doctora en
Ciencias Pedagógicas, Licenciada en
Física y Electrónica, Profesora Titular e
investigadora del Centro de Estudios para
la Formación Laboral de la Universidad de
Holguín. Teléfono: 24429042.

adairisinri@gmail.com

Cuba

Yamila Cuenca Arbella

Universidad de Holguín, Cuba. Doctora en
Ciencias Pedagógicas, Licenciada en
Biología, Profesora Titular e investigadora
del Centro de Estudios de Ciencias de la
Educación. Teléfono: 24425245

yami2012la@gmail.com

Cuba

