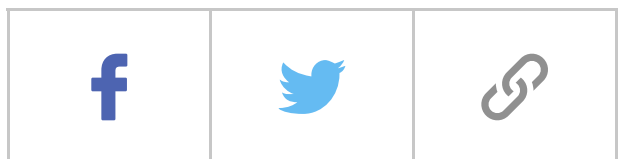




FOTO: Código Nuevo



# Un experto en comunicación no verbal

# Un experto en comunicación no verbal te explica cómo detectar las mentiras de tu pareja y amigos

Tocarse la nariz, el pelo o jugar con anillos, tópicos desmentidos que creíamos que era forma de pillar a un mentiroso. Estas son las técnicas que los profesionales utilizan en los interrogatorios

---

**Redacción CN**

**MILENALES** - 30 septiembre, 2019

---

Sentado en una silla incómoda, con los focos apuntando a tu cara y mirando un espejo opaco que hace de pared. Preparado para, cargado de nervios, responder una batería de preguntas de policías sobre un crimen que quizá (o quizá no) has cometido. Es un interrogatorio, una escena que se ha repetido desde los clásicos del cine y la televisión, hasta los últimos éxitos, como en las producciones de Netflix *Mindhunter*, *Élite* o *Making a Murderer*. Además, **si lo tuyo son las series policiacas donde el acusado juega con tu mente sobre si es inocente o culpable en la sala de interrogatorios**, Netflix estrena el 20 de septiembre **Criminal**, su próximo original que promete petarlo con Carmen Machi, Inma Cuesta, Emma Suárez, Álvaro Cervantes y Eduard Fernández.

Sobrevivir a estos interrogatorios requiere mucho talento. Los policías a cargo de esos crímenes están formados para analizar tu lenguaje corporal y expresión no oral y saber qué está sucediendo en tu cabeza. Uno de los expertos que forman a los policías para que te lean más allá de las palabras es Cristian Salomoni, vicepresidente de **Aconve** (Asociación de Analistas Expertos en Comportamiento No Verbal), que **descifra los misterios de esta técnica en tres recomendaciones que puedes aplicar a tu vida diaria**.

## 1. Los trucos de toda la vida

Lo primero es desmitificar algunos de los tópicos más comunes como que miente si mira hacia el techo, se toca el pelo o se pasa el dedo por la nariz. **Son leyendas urbanas** que se han soltado a lo largo de los años y que muchas veces se toman como ciertas pero que son “totalmente mentira, no hay datos científicos que las avalen. Muchos de estos gestos indican nerviosismo, pero no mentira. Es normal estar nervioso en un interrogatorio o conversación incómoda, aunque no tengas nada que ocultar”, asegura Salomoni.



Los nervios también pueden ser sintomáticos. En una charla con tu pareja, vigila si se pone nervioso de repente, porque tal vez no le guste hablar del tema que acabas de mencionar. Quizá incluso miente. **“Si quieres sacarle información, sigue insistiendo**, observando sus gestos a medida que profundizas en el tema”.

Salomoni propone algunos trucos que sí se han demostrado eficaces: **hacerle explicar la historia del revés, pedirle que no escatime en adjetivos hasta que sientas que estás ahí o volver preguntarle sobre los detalles para ver si entra en contradicciones.**

## 2. Detecta los cambios inusuales

“El mentiroso cree que lo importante es la palabra, y descuida postura, gestos y otra comunicación no verbal”, explica el experto. Por eso, si lo conoces de toda la vida, debes fijarte en su conducta y ver si actúa distinto. Por supuesto, no todas las reacciones “raras” indican mentira. **Puede ser que solo esté nervioso.** Para evitar confundirte, lo ideal es seguir el método policial: primero, hacer preguntas que sepas que son verdad y ver cómo reacciona (“¿cómo estás? ¿Cuándo comimos juntos por última vez? ¿Qué has comido? Cualquier cosa diaria”). Luego, pregunta las incógnitas en las que pueda mentir y compara las reacciones, a ver si muestra cambios drásticos de gesticulación o actitud.

## 3. La clave está en los detalles

**Fíjate en los detalles que aparecen durante segundos y de forma espontánea.** Por ejemplo, si se pone la mano en el corazón antes de decirte “yo nunca te haría esto”, eso es “un gesto sincero”. Pero si lo hace al revés, “es un gesto estudiado, que suelen hacer muchos políticos y acusados”. O si dices “no” con la cabeza y después dices “sí” con palabras, también. El cuerpo suele traicionar al mentiroso.

“Una vez, llevamos a un preso a una escena del crimen, dijo que no lo había hecho, pero hizo una escenificación verbal y no verbal que indicaban que sí. Hizo gestos de coger el cuerpo, transportarlo hacia donde había sido movido, explicó detalles como el barro del suelo tras la lluvia, cómo manchaba... **Detalles contextuales que indicaban que había estado en la escena del crimen en ese momento**”.

¿Cómo podemos aplicar estos tres consejos a nuestro día a día? Necesitas un nivel de paranoia muy alto y tener poca confianza si no intentas hablar de forma honesta con tu pareja, pero estos trucos pueden ser muy útiles. Recuerda que hay **dos tipos de detalles**, los **periféricos** (como “fui a comer con un amigo”, que no aportan nada y son los más comunes entre mentirosos), y los **centrales** (que añaden riqueza a la historia y que demuestran que estuviste ahí, “fui a un restaurante, nos sentamos al lado de la ventana, cogí el menú del día, el postre estaba muy seco”). Estos segundos suelen ser los más espontáneos y te servirán para pillar la trampa.

Por supuesto, estas técnicas son complicadas. Sin embargo, **Salomoni cree que todos somos capaces de detectarlas, así que aplícate**. Y si eres capaz de prever el final de Criminal antes de llegar a la mitad del primer capítulo, te llevarás la medalla de oro del detective privado. Tienes 12 capítulos para ir perfeccionando tu técnica.

-----

Artículo en colaboración con Netflix.

## Y además...

Enlaces Patrocinados por Taboola

### Ver así a Jennifer Grey a los 59 años nos dejó boca abierta

InvestmentGuru

### Puede que te sorprendan los precios de los cruceros en Montmeló

Los cruceros | Enlaces Publicitarios

### ¡Este hombre decidió divorciarse después de haber visto más de cerca esta foto!

Easyviajar

### Muere Carmen de Mairena a los 87 años de edad

Cuore

## Terremoto en Madeira con riesgo para Cristiano Ronaldo

Sport

## Los mejores productos para crear un espacio de trabajo en casa

CompraMejor

## Aprendizaje digital: mejora tu nivel de idiomas en casa

Babbel

## ¿Tiene pensado comprar un coche eléctrico en 2019? Busque ofertas

Coches Eléctricos | Enlaces Publicitarios

## ¡Él pincha un plátano con una aguja y mira lo que pasa después!

Consejos y Trucos

## Y además...

Enlaces Patrocinados por Taboola

## Puede que te sorprendan los precios de los cruceros en Montmeló

Los cruceros | Enlaces Publicitarios

## Ver así a Jennifer Grey a los 59 años nos dejó boca abierta

InvestmentGuru

## ¡Rebajas! Smartphones con hasta -80%

SubastaVIP

## Madre mía, la mudanza de Sofía Suescun... ¡Tirando la casa (y la

Cuore

## El actor Brad Pitt anuncia que se retira como actor de cine

Sport

## El mejor equipo para empezar tu propio gimnasio en casa

CompraMejor

# Aprendizaje digital: mejora tu nivel de idiomas en casa

Babbel

## Prohibido a menores de 30 años. El sitio de citas para personas maduras que le gusta a los españoles

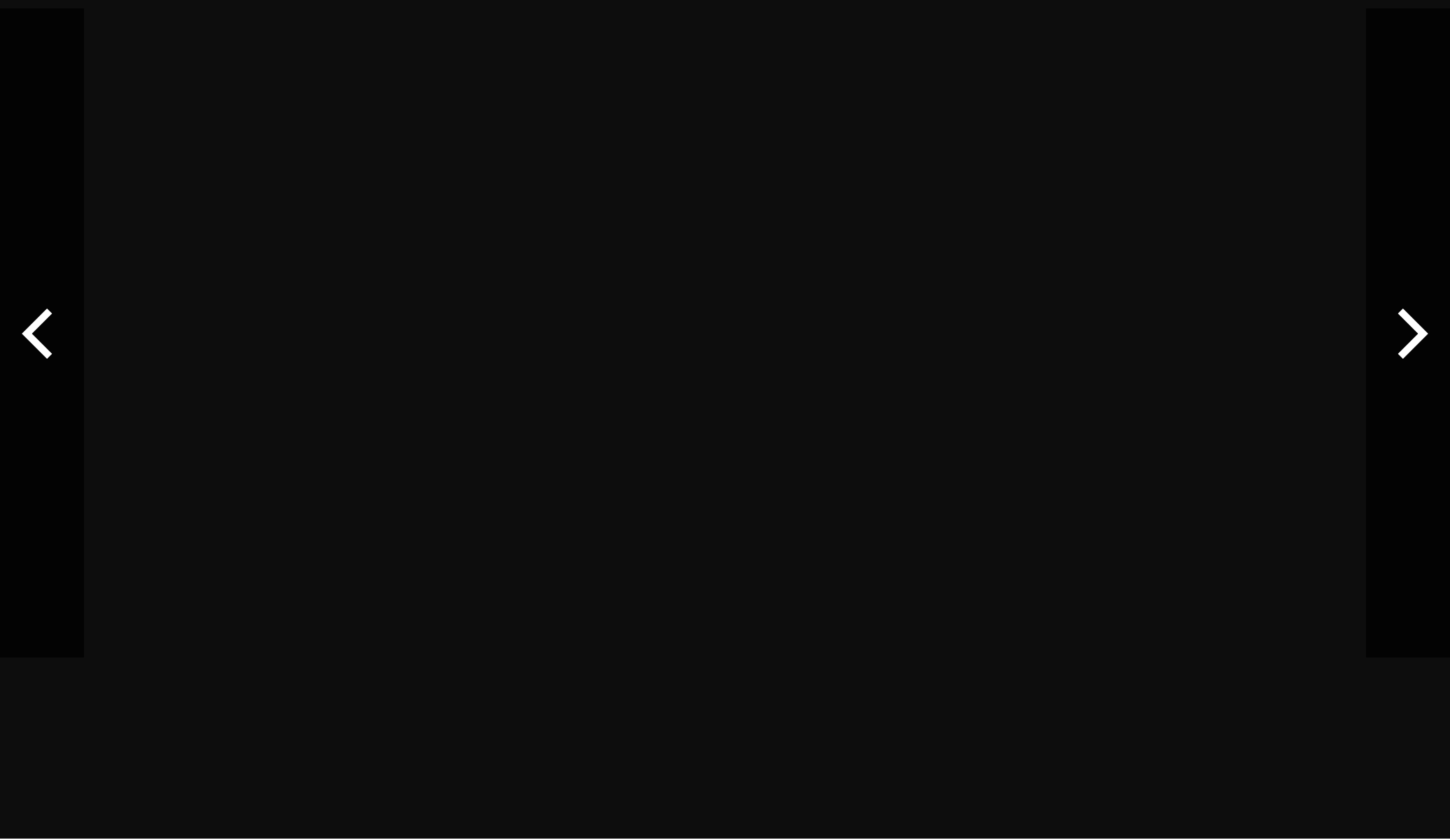
Solteros50

## ¡Este hombre decidió divorciarse después de haber visto más de cerca esta foto!

Easyviajar



### Canales de vídeo



# CÓDIGO NUEVO

VÍDEOS MILENIALES REPORTAJES PSICOLOGÍA SOCIEDAD CONCIENCIA SOCIAL  
RELACIONES FEMINISMO ENTRETENIMIENTO VIAJES SALUD



[Sobre nosotros](#)

[Aviso legal](#)

[Política de privacidad](#)

[Contacto](#)

[Escribe para nosotros](#)

