

## **Olores agradables y desagradables en las exposiciones científicas orales**

### **Pleasant and unpleasant smells in the oral scientific expositions**

**Lic. María Elena Jiménez Arias**

Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas. Universidad de Ciencias Médicas, Santiago de Cuba, Cuba.

#### **RESUMEN**

La imagen personal influye en la opinión de la audiencia sobre un discurso y quien lo pronuncia; por tanto, si la persona aspira a que ese aspecto de la comunicación no verbal se convierta en una herramienta que impulse su éxito ante el público, debe ser siempre un arma a su favor en cualquier momento u oportunidad. En el artículo, además de un poco de historia sobre el asunto, se ofrecen determinados consejos y orientaciones – quizás algunos desatendidos y otros obviados involuntariamente – acerca de los perfumes y ciertos olores, pero sin duda muy trascendentes en las exposiciones científicas orales.

**Palabras clave:** perfume, olor desagradable, conferenciante, imagen personal, comunicación científica, exposición oral.

#### **ABSTRACT**

The personal image influences on the opinion of the audience about a speech and about who pronounces it; therefore, if the person pretends that this aspect of the non verbal communication becomes in a tool which impels his success in front of the public, it should always be a weapon to his favor at any moment or opportunity. In the article, besides some history on the matter, certain advices and orientations are offered- maybe some disregarded and others involuntarily obviated - about the perfumes and certain smells, but undoubtedly very transcendent in the oral scientific expositions.

**Key words:** perfume, unpleasant smell, lecturer, personal image, scientific communication, oral exposition.

#### **INTRODUCCIÓN**

El olor de cada persona es exclusivo como la huella dactilar y a la vez cambiante, pues el pH se individualiza en el momento de transpirar, de modo que el mismo perfume no huele igual sobre la piel de unos u otros, debido a que el grado de acidez y los tipos de hormonas se encargan de personalizarlo. Ello depende también de factores como la alimentación, el estado físico y mental, la disposición de ánimo o el nivel de estrés.

- Un poco de historia <sup>1, 2</sup>

Se sabe que la perfumería data de varios milenios, entremezclada con la mitología; tanto es así, que según la tradición homérica, fueron los dioses del Olimpo quienes

enseñaron a los mortales cómo crear y usar todos los aromas, apoyados por ninfas, amazonas y héroes legendarios.

Sumerios, babilonios y egipcios gustaban mucho de los perfumes. A los asirios no les bastaba con añadir aceites aromatizados en el agua para bañarse y ser obsesivamente escrupulosos con la higiene personal, sino que se adherían algunas bolitas de cera perfumada en el cuero cabelludo para asistir a los largos banquetes en los grandes festejos, donde el calor corporal las iba derritiendo y perfumando el ambiente con su fragancia, mientras goteaban por todo el cuello y la vestimenta. *(La intención era buena, pero el mecanismo...)*

Los griegos devinieron excelentes maestros en la elaboración de ungüentos y perfumes a partir de esencias orientales importadas. Hombres y mujeres los utilizaban profusamente; pero no todos, pues mientras Sócrates afirmaba que esos gratos olores no permitían distinguir a las personas libres de los simples esclavos, el desaseado Diógenes se perfumaba únicamente los pies, por cuanto opinaba que desde allí el aroma llegaba mejor y más fuerte a su nariz, lo cual no ocurría si lo untaba en sus cabellos, donde solo los pájaros podían percibirlo. *(Recuerde que esta información es exclusivamente histórica y no tiene nada que ver con usted.)*

También se conoce que las damas romanas, además de perfumar sus ropas, sus zapatos y hasta sus joyas, disponían de una especie de vaporizador humano para aromatizar su piel: hacían que sus esclavas se llenasen la boca con perfumes para que los rociasen sobre el rostro y cuerpo de sus dueñas.

Novecientos años antes de la era cristiana, los árabes destilaron pétalos de rosa mojados para preparar el agua que olía como esta flor; pero fueron los persas los primeros en obtener su esencia. Los caballeros de las cruzadas llevaron a Italia el arte de preparar aceites esenciales mediante la destilación de flores y especias, de donde se extendió a otros países de Europa.

Durante el Renacimiento se redescubrió la cultura grecorromana y se dieron a conocer a la población numerosas formas de usar los perfumes, los cuales fueron utilizados abundantemente para “no oler como carneros”, puesto que se había abandonado la higiene personal y se creía que el baño debilitaba el cuerpo. Las damas se conformaban con poner esponjas aromatizadas en las axilas y entre los muslos, con pésimos resultados.

- Ahora y siempre

Se supone que su mente preclara le encamina con juicio en su afición por los gratos olores, pero nunca huelgan determinados consejos y orientaciones – quizás algunos desatendidos y otros obviados involuntariamente --, pero sin duda muy trascendentes en las exposiciones científicas orales. Conviene que no haga caso omiso de ello.

## **ACERCA DE LOS PERFUMES**

Los aromas naturales de las flores, los árboles y otros elementos han acompañado al ser humano desde tiempos inmemoriales; sin embargo, la palabra latina «perfume» (de *per* y *fumare*), que significó en su época “producir humo” para referirse al tan acostumbrado sahumerio, remite actualmente a ese líquido aromático que un hombre

o una mujer puede llevar consigo para desprender olores agradables. A continuación, algunas especificidades al respecto.

- Un perfume mal utilizado – independientemente de su buena calidad --puede dañar la imagen de quien lo usa e incluso disminuir sus encantos particulares, es decir, el impacto de su sello peculiar. Se impone conocer cómo una fragancia interactúa con la química personal antes de escoger el aroma predilecto y cómo se corresponde con horario, temperatura y ocasión.
- Hay quienes no gustan de los perfumes, pero sí de oler bien, en cuyo caso se aconseja el empleo de aguas de colonia, que aunque más ligeras y refrescantes, lo único que tienen en su contra es que casi siempre desaparecen con mayor rapidez.
- Los aceites aromáticos, las esencias y lociones deben avenirse con el tipo y la personalidad. No basta con que sean muy conocidos o costosos, pues aún así pueden surtir el efecto contrario sobre su piel, de manera que es mucho mejor que los utilice moderadamente.
- De hecho, evite abusar de la dosis, pues aunque el aroma vaya con usted, ello no significa que deba permanecer e impregnar la habitación donde se encuentre, por haber vaciado casi todo el frasco sobre su epidermis.

En el mundo antiguo había mujeres que se excedían en el uso de esencias sobre su piel, lo cual hizo que Cicerón dejara constancia escrita de que el mejor aroma femenino era cuando no exhalaba olor alguno de la ropa que le cubría o de su propio cuerpo.

- Una fuerte fragancia molesta tanto al olfato como una música estridente al oído. Si utiliza demasiado perfume, lo más probable es que se acostumbre a su intensidad después de un rato de estar usándolo, pero otras personas pueden considerarlo desagradable y hasta experimentar náuseas o agobio por esa causa, sobre todo en lugares con reducido espacio o locales cerrados.
- Cuando la temperatura ambiental provoca calor o la persona se siente muy excitada y la sangre se aproxima a la superficie de la piel, el olor del perfume sobre ella se intensifica marcadamente.
- Los perfumes dulces y florales suelen ser para las mujeres; y los que huelen a maderas, para los hombres. Las féminas pueden usar unas gotas de extracto (sin exagerar) en las zonas más sensibles del cuerpo: muñecas, cuello, detrás del lóbulo de cada oreja o en la articulación del brazo.
- Las fragancias suaves se untan en la parte posterior de las rodillas, en los tobillos e incluso en las prendas de vestir. Se recomienda utilizar en verano una esencia más fresca y menos concentrada, como las aguas de colonia sin alcohol.
- Es sumamente agradable humectar el cuerpo con cremas y lociones (tanto hombres como mujeres), pues una piel reseca luce como tablero o pizarrón escolar rayado con tiza blanca.
- Las sustancias aromáticas (simples o sofisticadas) ejercen una acción benéfica sobre el estado emocional y anímico del ser humano; por tanto, es primordial que se parezcan realmente a usted, puesto que no solo influyen en las formas de sentir,

pensar y comportarse, sino en la estimulación de las células sexuales. De lo expresado se infiere que el perfume de su preferencia refleja también sus emociones, sus recuerdos y su sensualidad, de modo que pudiera llegar a repudiarlo por traerle a la memoria remembranzas que preferiría olvidar.

- Se dice que las personas extravertidas y las que gustan de estar en lugares abiertos o exteriores, se sienten atraídas por los aromas verdes (muy frescos), mientras que las más introvertidas o calculadoras suelen optar por los secos, generalmente más misteriosos y especiados. <sup>3</sup>
- No pruebe todos los días una fragancia distinta ni se «bañe» abundantemente en chillonas lociones, por muy novedosas o extravagantes que resulten, pues estará renunciando a dejar una marca inconfundible en el recuerdo olfativo de sus congéneres y ahogando literalmente sus posibilidades de influir con éxito en otro ser de la misma especie.
- Los expertos aconsejan aplicar los perfumes antes de vestirse y sobre la piel humedecida, pues de esa forma las sustancias aromáticas se disipan con mayor lentitud, teniendo en cuenta la rapidez con que el calor del cuerpo evapora el disolvente. Ello explica por qué un aroma suele resultar más intenso y perdurable cuando se unta sobre una piel grasa que sobre una seca. <sup>4</sup>
- El mejor momento para elegir un perfume es en la mañana, porque la nariz no está impregnada de los innumerables olores que percibirá durante toda la jornada, capaces de enmascarar la calidad de otros aromas.

Saber emplear los perfumes en las diferentes horas del día constituye un arte que no todos logran comprender, pero es muy sencillo asimilar el consejo de que las aguas de colonia y tocador se llevan siempre durante el horario diurno por su composición ligera y fresca.



Recuerde:

Los perfumes dicen mucho de quienes los usan, pero de usted depende que digan lo correcto.

## CIERTOS OLORES

La memoria olfativa es tan aguda, que no se borra. El hombre primitivo se vio obligado a desarrollar enormemente el sentido del olfato para poder sobrevivir y hasta hoy ha continuado siendo de extrema importancia para decidir cuándo acercarse a determinadas personas o lugares, pero también para cuándo alejarse de ellos por indeseables.

El poder del sentido del olfato se hace presente cada vez que una persona es cautivada por otra que huele bien y cerca de la cual quisiera permanecer con agrado; pero en cambio deseará poner fin al acercamiento si ha debido interactuar con alguien que tiene mal aliento o transpira demasiado. Muy pocos pueden soportarlo y quienes lo consiguen estoicamente la primera vez, tratarán de evitar un segundo encuentro.

De hecho, la percepción de los olores influye decisivamente en el éxito de las relaciones interpersonales; tanto es así, que el recuerdo de ciertos aromas (agradables o desagradables) permanece ligado a sentimientos, sensaciones o imágenes, de modo que al percibirlos de nuevo, el cuerpo responde inmediatamente con satisfacción o rechazo.<sup>5</sup>

José Martí sentenció que un niño bueno y aseado es siempre hermoso; pero ese importante aforismo mantiene su vigencia cuando se convierte en adulto, aunque haya quien se empece en olvidar el adagio.

La higiene personal abarca la limpieza corporal, la pulcritud de la vestimenta y la corrección de los hábitos individuales. La piel sucia puede ser un formidable caldo de cultivo para enfermedades e infecciones de muy diversa índole, razón por la cual debe ser lavada a diario con agua caliente y jabón para eliminar microorganismos e impurezas de la superficie cutánea y, con ello, el olor repelente por desaseo.<sup>6</sup>

En contraste con otras culturas del mundo antiguo, los egipcios eran muy vanidosos y se enorgullecían de su afán de limpieza, fundamentalmente en lo relacionado con el aseo personal; más aún, tanto ellos como los asirios se frotaban el cuerpo con puñados de arena para depurar los poros antes de bañarse y quedar muy “relucientes” después. Ahora usted puede utilizar una esponja, que es una masa porosa suave, con igual finalidad.

Si usted fuma o consume bebidas alcohólicas (o ambas cosas), reconozca que aunque no se percate del vaho insoportable que expele cuando habla a los demás, tome precauciones el día de su exposición para que eso no ocurra y evite las malas opiniones que pudieran emitirse al respecto.

Conviene puntualizar que según diversos especialistas,<sup>6,7</sup> las mujeres poseen un olfato más depurado que los hombres; eso significa que ante un público predominantemente femenino, ellos deben presentarse con extrema pulcritud y oliendo lo mejor posible para no fracasar en su empeño de dirigirles la palabra.

- Se le reitera que no bastan un buen baño y el uso de desodorante cuando la ropa (interior y exterior) carece de limpieza.
- Los zapatos deben ser oreados y nunca guardados en lugares carentes de ventilación u otras condiciones favorables antes de volver a usarlos. Se impone desinfectarlos periódicamente, puesto que sirven de reservorio a la transpiración del pie, al polvo y la humedad ambiental, así como a las partículas que se desprenden de los calcetines, lo cual coadyuva al crecimiento de hongos o bacterias y, por supuesto, a la existencia de un mal olor insoportable en esa región anatómica, del que todos se percatan al momento y tratan de concretar de dónde procede.<sup>6</sup>
- En locales cerrados, determinados olores desagradables alcanzan temibles proporciones, hasta tal punto que cada miembro del auditorio imaginará llevarse consigo un poco de estos en piel y vestuario; de cualquier forma, esa nueva preocupación hará que pierdan gran parte del interés por lo que se exponga.
- Ningún perfume disimula la falta de higiene; por el contrario, esa mezcla empeora el deficiente aseo. No utilice la loción para combatir el sudor maloliente, pues la reacción química que se produce, puede evolucionar hacia la hediondez.

Aunque los europeos renacentistas creían que el baño diario debilitaba el cuerpo y utilizaban abundante perfume, probablemente para enmascarar el desagradable e inevitable olor corporal producido por la escasa higiene, usted no es de esa época, lo cual injustifica que pretenda escudarse en tan vieja y desacertada tradición.

- Una prenda sudada debe ser lavada antes de usarse otra vez. No confíe en que aparentemente permanece inodora, pues una nueva dosis de sudor puede elevar al cuadrado la emanación encubierta para su olfato.
- Si cree que por alguna razón se ha "deteriorado" su aroma particular, no se huelga delante de todos para confirmarlo. Además de impropio, los asistentes pensarán que cualquiera de ellos le ha obligado inconscientemente a realizar ese gesto indebido, porque el mal olor proviene del auditorio.
- Las axilas merecen una esmerada higiene, puesto que las abundantes glándulas que allí existen, son las causantes de los fuertes olores derivados de residuos metabólicos, consumo de alimentos muy condimentados y trastornos hormonales; sin embargo, el olor "a sudor" no lo produce la transpiración como tal, sino los microorganismos que crecen en ese ambiente húmedo y tibio, lo cual deviene un verdadero problema para algunas personas, quienes parecen portar cebollas sin llevar consigo ese bulbo hortense.

Se le recuerda que la combinación de agua con vinagre, usada para asear debajo del brazo, ayuda a controlar esas emanaciones desagradables, conocidas técnicamente como bromhidrosis (aunque también se refiere a las procedentes de genitales o pies).

- El mal olor de la boca (halitosis) puede pasar a veces inadvertido para usted, pero no para los demás. Cepílese bien los dientes y recuerde que una lengua cubierta por una película blanquecina, puede agudizar ese tufillo inaguantable que brota de su cavidad bucal cuando la abre o habla a sus congéneres, pues en la superficie rugosa, contentiva de innumerables papilas, se acumulan las bacterias que originan ese repugnante hálito.

Desde el punto de vista higiénico, el cuidado de las piezas dentarias y la cavidad bucal resulta imprescindible, pues una boca sucia y con dientes deteriorados, además del negativo impacto estético en el auditorio, son una puerta de entrada a toda clase de infecciones y pestilencias.

No trate de enmascarar un aliento corrompido con la realización de enjuagues bucales o la trituración de caramelos de menta, puesto que el aporte azucarado de las golosinas agrava la situación. Sencillamente mastique pedazos de raíz de jengibre, palitos de guayaba, clavos de olor u hojas de menta o perejil para eliminarlo, aunque también puede efectuar gárgaras con solución de bicarbonato o sal.<sup>8</sup>

- Es importante que conozca los líquidos que segrega su cuerpo y la esencia que toleran, a fin de que durante el día emane una fragancia agradable de todos sus poros por haber sabido escoger el perfume o la colonia que mejor le sienta, puesto que su uso es opcional.

- Si la cabeza le suda en exceso, intercale una buena fricción de alcohol entre un champú y otro para evitar el fuerte olor que pudiera desprenderse de su cuero cabelludo.

La imagen personal, como un aspecto de la comunicación no verbal, además de ser parte de las habilidades empáticas de quien expone, influye en la opinión de la audiencia sobre un discurso y su presentador(a); por tanto, si aspira a que se convierta en una herramienta que impulse su éxito, debe ser siempre un arma a su favor en cualquier momento u oportunidad.



Recuerde:

Un buen aroma define su personalidad; pero uno malo también.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Perfume [citado 6 enero 2011].
2. Gardenia Miralles G. Cosmética y naturaleza en la historia (I) [citado 8 Ene 2012].
3. Taquechel Barreto A, García Díaz CA. Aprende a ser secretaria. Manual para el desempeño profesional de la secretaria. 2da ed. La Habana: Editorial Universitaria; 2008.
4. Sarmiento Rodríguez A. Los cosméticos elementales que necesitas diariamente [citado 6 Ene 2012].
5. Menéndez Dávila M. La fiesta de los olores [citado 3 noviembre 2011].
6. Amado Blanco ID. Más belleza para ti. La Habana: Editorial Orbe, 1981.
7. Egües Cantero G. Mil ideas para tu familia y para ti. La Habana: Editorial de la Mujer; 2008.
8. Imagen [citado 28 Jul 2011].

Recibido: 19 de septiembre de 2012.

Aprobado: 23 de septiembre de 2012.

*María Elena Jiménez Arias.* Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas.  
Calle 5 No.51, entre calle 6 y avenida Cebreco, reparto Vista Alegre, Santiago de Cuba,  
Cuba. Correo electrónico: [meja48@medired.scu.sld.cu](mailto:meja48@medired.scu.sld.cu)