

28

Toses, bostezos, picores

Hay ciertas **reacciones naturales**, no especialmente agradables, que a veces se presentan en los **momentos más inoportunos** (en un almuerzo, en una conferencia, en el teatro, etc) y ante lo que hay que saber reaccionar:

La norma básica en estos casos es comportarse con naturalidad, quitándole importancia y, sobre todo, evitando el sentimiento de ridículo.

TOSES

En la medida de lo posible, amortiguar el ruido, conteniéndose uno si puede o tapándose con el pañuelo (nunca con la servilleta).

Si estamos en la mesa o en una conversación, giraremos la cabeza hacia el exterior.

A continuación pediremos disculpas, pero en un tono bajo, casi imperceptible, restándole importancia a lo sucedido.

Si el estornudo es repetitivo, nos retiraremos al aseo hasta que se nos pase.

Una vez que se ha utilizado el pañuelo, se volverá a guardar, doblándolo de una manera informal, sin prestarle mayor atención. Nunca se debe examinar la marca dejada y menos aún enseñarla al resto de los comensales como si se tratara de un trofeo de caza.

BOSTEZOS

El bostezo es siempre un comportamiento rechazable, que denota un aburrimiento insuperable y que, por tanto, hay que tratar de evitar a toda costa.

Si el bostezo se presenta de manera imprevista y no se puede reprimir hay que saber reaccionar:

Disimulándolo en la medida de lo posible, tapándose la boca con la mano, la servilleta, etc.

Si no se consigue disimular y es percibido por los presentes, hay que reaccionar con naturalidad, incluso con humor, haciendo algún comentario jocoso del tipo "se ve que el café me ha desvelado".



PICORES

El rascarse es siempre un comportamiento de mal gusto que hay que tratar de evitar por todos los medios.

Por tanto, si se presenta un picor insoportable hay que tratar de:

Rascarse lo más disimuladamente posible.

Evitar comentarios ordinarios del tipo "*vaya tela, cómo me pican*"

Si el picor exige una respuesta enérgica, lo mejor es retirarse al aseo y allí rascarse a placer.