

# 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.