



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA**

**PROYECCION PROFESIONAL**

**ODALYS MAIRANY BELTRÁN ZUARTH  
LIC:Jessica Alejandra Velázquez**

imagen personal y profesional son herramientas de comunicación. Son tus aliadas y eres responsable de gestionarlas y liderarlas para transmitir un mensaje eficaz y con identidad propia.

La imagen personal es tu carta de presentación. La imagen personal es el conjunto de características físicas, atributos y actitudes que proyecta una persona y que los demás perciben. Es una carta de presentación que expresa la manera como cada persona pretende comunicarse y lo que transmite su presencia. Inevitablemente, la imagen personal es un mensaje que termina siendo percibido por el interlocutor silenciosamente.

Todos tenemos una imagen que refleja individualidad, personalidad; perceptible a través de los sentidos, por lo que posee un componente subjetivo, emocional que genera actitudes y opiniones. De allí, la importancia de la huella que deje la primera impresión.

Además, identidad e imagen personal se relacionan a través de un lenguaje no verbal, expresando atributos que particularizan a una persona y evidenciando aspectos como: cuidado de su imagen, personalidad, estilo de vida, edad y aceptación de sí misma, grado de exposición a las redes sociales, complejos, seguridad, autoconocimiento, gusto estético, comportamiento y comunicación, sentido del protocolo.

Parte de tu desempeño como profesional debe verse en la imagen que reflejas en el entorno en el que te desempeñas. Tanto tu aspecto físico, como tu comportamiento corporal, y tu expresión oral y escrita tienen la capacidad de definirte y son los encargados de dotar de gran valor a tu imagen profesional.

El saber complementar estas tres características de tu imagen profesional te permitirán proyectar una imagen de profesionalismo más allá de cómo te puedas desempeñar específicamente en tu profesión. La imagen personal permite que muestres credibilidad, seguridad y elegancia que pueden funcionar muy a tu favor en entrevistas de trabajo o en tu entorno laboral.

Estos tres componentes deben reflejar tu personalidad: un ejecutivo debe exponer a través de cómo se viste, cómo habla y cómo se desenvuelve en un contexto, su forma de ser y personalidad, aspectos básicos que demuestren su seguridad y capacidad de liderazgo.

La imagen física responde a la forma de vestirnos. Es importante saber parecer profesional a través del conjunto que decidamos utilizar, siempre reflejando nuestra personalidad y seguridad a través del buen vestir.

La imagen no verbal consiste en los gestos y expresiones corporales a través de los cuales puedes demostrar actitudes que favorezcan tu imagen profesional. Mostrarse decidido, mirar directamente al interlocutor, mantener la espalda erguida, reflejan muchas veces convicción y capacidad de liderazgo.

Finalmente, la imagen verbal que responde a cómo nos expresamos escrita y oralmente y refleja la capacidad de poder cumplir con el puesto o la profesión que se ejerce. Hay que saber expresar que tenemos los conocimientos técnicos y la experiencia óptimos a través de una buena conversación.

Estos tres puntos fusionados, potencian el profesionalismo de una persona, además de permitir reflejar actitudes necesarias para el desarrollo y buen funcionamiento de un puesto de trabajo.

Pero hay que tener en cuenta que, en el ámbito laboral, no solo te representas a ti como persona. También eres la imagen de la empresa en la que trabajas, ya sea por cuenta propia o por cuenta ajena.

Algunas compañías se ven afectadas de forma positiva o negativa por la imagen personal que proyectan y transmiten sus empleados. Lo que piensan los clientes sobre la empresa se ve influenciado por la opinión que extraen de sus trabajadores, no solo de sus competencias profesionales y aptitudes, sino también de la comunicación de la imagen física, comunicación no verbal y verbal y la actitud.

Al igual que se trabaja para estar el día en conocimientos, habilidades y competencias, hay que saber tratar la imagen personal y profesional sin frivolidad y como lo que es, una herramienta de comunicación de gran valor.

La imagen profesional exitosa es aquella que sabe proyectar y transmitir su esencia personal, su actitud y aptitudes, habilidades y competencias profesionales de forma armónica y auténtica.

La globalización, las nuevas tecnologías, las redes sociales y, por supuesto, la pandemia han cambiado las reglas del juego. La adaptación y flexibilidad de la imagen y su comunicación es esencial.

La fórmula del éxito es tan sencilla como casi matemática: Imagen externa + Expresión + Habilidades sociales + Actitud = Códigos de la imagen

- Imagen externa: indumentaria y accesorios, tipología corporal y facial, peinado y maquillaje, colores, higiene, etc. Todos estos elementos quedan expuestos de forma consciente o inconsciente. Es importante conocer e identificar tu propio estilo y transmitirlo a través de tus looks/outfits es el trabajo a realizar.
- Expresión: se divide en comunicación no verbal (gesto, posturas, expresiones faciales, paralenguaje, proxémica, etc.) y comunicación verbal: palabras. Hay que saber gestionar la comunicación no verbal y verbal de forma independiente y también en su conjunto, según el mensaje que quieras transmitir.

- **Habilidades sociales:** son el conjunto de conductas y capacidades que permiten interactuar y relacionarse con los demás. Un “hola” o “buenos días por la mañana”, el trato, la puntualidad, etc. Todo influye en la percepción de tus interlocutores. En mi opinión, el saber estar, es un arma clave que hay que saber dominar.
- **Actitud:** comportamiento que se utiliza y diferencia de forma positiva o negativa en una acción.

### Cómo fortalecer la imagen personal y profesional

Este es el decálogo que debes trabajar para conseguir una imagen personal y profesional no solo aceptable, sino poderosa:

- **Saber tratar la imagen y su comunicación no solo superficialmente.** Es una herramienta de comunicación que requiere conocimientos y habilidad para que hable a tu favor.
- **Integrar los códigos de la imagen a nivel personal y profesional y gestionarlos según tu personalidad e intereses con credibilidad y autenticidad.**
- **Ser “profesionales por dentro y por fuera”,** creo que no podía ser más acertado el titular que utilizó la periodista Núria Peláez en la entrevista que me hizo para La Vanguardia. Mirada interior y exterior: la imagen va de dentro para fuera.
- **Conocerse y aceptarse.** La autopercepción de la propia imagen puede condicionar la gestión de la imagen y al estado de ánimo. Sentirse a gusto contigo mismo/a es básico para comunicar con seguridad.
- **Entender que la vestimenta forma parte de la comunicación no verbal.** Cualquier profesional tiene o debería tener definido su estilo de vestir e integrarlo con autenticidad. Este tema me apasiona tanto que fue uno de los motivos por los que decidí emprender en 2008 y querer formar a empresas en imagen & comunicación desde 2009.
- **Gestionar la imagen de forma integral.** Aspecto físico, vestuario, gestos mirada, sonrisa, modales, actitud y aptitudes a nivel profesional configuran tu imagen + comunicación.
- **Tratar la imagen física por gusto o tendencias es el error Número 1.** La Imagen personal va más allá de la belleza exterior, vestir bien, llevar una pieza de última tendencia, o un maquillaje impecable. Imagen es expresión.

# CONCLUSIÓN

La imagen física responde a la forma de vestirnos. Es importante saber parecer profesional a través del conjunto que decidamos utilizar, siempre reflejando nuestra personalidad y seguridad a través del buen vestir.

La imagen no verbal consiste en los gestos y expresiones corporales a través de los cuales puedes demostrar actitudes que favorezcan tu imagen profesional. Mostrarse decidido, mirar directamente al interlocutor, mantener la espalda erguida, reflejan muchas veces convicción y capacidad de liderazgo.

Finalmente, la imagen verbal que responde a cómo nos expresamos escrita y oralmente y refleja la capacidad de poder cumplir con el puesto o la profesión que se ejerce. Hay que saber expresar que tenemos los conocimientos técnicos y la experiencia óptimos a través de una buena conversación.

Estos tres puntos fusionados, potencian el profesionalismo de una persona, además de permitir reflejar actitudes necesarias para el desarrollo y buen funcionamiento de un puesto de trabajo.