



LA CECSi CÁPSULA

01/febrero/2021

Los Rostros de las Mascarillas

Contamos ahora con un nuevo código de vestimenta al cubrir nuestros rostros. Al salir de nuestros hogares nos encontramos con personas luciendo una variedad de mascarillas de distintos diseños. Ahora nos fijamos en ellas y las mismas pueden combinar con nuestras emociones. Las pareamos con nuestro atuendo o elegimos los colores de acuerdo a nuestro estado de ánimo y gustos personales, negras, grises, brillantes, florales, deportivas, etc. El ver diferentes diseños, colores brillantes significa que todos aceptamos que este virus estará aquí por un tiempo. Es nuestra forma de tener cierto control sobre la situación y mostrar un poco nuestra personalidad. Además, pueden verse como un signo de respeto por todos en medio de la pandemia.

Aunque las mascarillas ocultan gran parte de nuestro rostro, como nuestra sonrisa o nariz. El estado emocional de una persona puede entenderse por otras expresiones faciales. Ahora ponemos atención a otras cosas. Cuando sonreímos olvidando que las llevamos puestas, la sonrisa se ve en nuestros ojos. Las expresiones se observan más de cerca, así como el sonido y el tono de nuestras voces para darnos un mejor entendimiento del estado de ánimo de las personas. El contacto visual, uso de gestos con las manos y expresión de las cejas son ahora mucho más importantes que antes. La pandemia también nos ha traído algo bueno porque también nos vemos obligados a escuchar más para tratar de entendernos mejor. Con los ojos y palabras expresamos muchas emociones. Una mirada nos puede transmitir afecto, preocupación, miedo, coraje y tristeza.

Por otro lado, hay personas que se sienten incómodas al no ver el rostro completo de otros y no poder mostrar el suyo. Es un reto, pero recuerda, que, aunque debajo de esa mascarilla se oculte nuestra mejor sonrisa, sonríe, pues tu rostro la reflejará.

Sigamos protegiéndonos, usando las mascarillas las cuales ahora son parte de nuestro diario vivir.



Prof. Maribel Pagán Delgado, MA, CPL
Consejera, Centro Estudiantil de Consejería y Psicología, CECSi
Decanato de Estudiantes
(787) 758-2525 Ext. 5209 o 5210