

# NOSOTROS Y LAS INEVITABLES MÁSCARAS

## Las *Personas* de Jung, los *Roles Sociales* de Moreno y las Máscaras Pandémicas



**Suzana Modesto  
Duclós**

Psicóloga (PUC-RS, Brasil).  
Pós-grado en Psicología Analítica  
(Instituto Junguiano de SC, Brasil).  
Psicoterapeuta en Florianópolis,  
Brasil. Psicodramatista-directora,  
profesora y supervisora (Febrap,  
Instituto Sedes Sapientae e Asp-  
RS). Autora de libros y capítulos  
de libros (e.g., Quando o terapeuta  
é o protagonista- encontro  
com Dalmiro Bustos; Pequeno  
dicionário da arte de conviver).

[suzana.duclos@gmail.com](mailto:suzana.duclos@gmail.com)

### RESUMEN

El presente trabajo busca reflexionar sobre el significado y la importancia de las máscaras como *Personas* en la psicología junguiana, como roles sociales y protagonista en el psicodrama moreniano, y como máscaras pandémicas, utilizadas como protección contra el virus causante del COVID-19, en la pandemia de 2020.

Las conclusiones a las que llegamos en este artículo nos llevan a reflexionar que las máscaras esconden y, al mismo tiempo, revelan nuestras relaciones con la vida, con la psique, con el arte y con el virus SARS-CoV-2.

#### PALABRAS CLAVE:

maskarilla, máscara, persona, roles sociales, protagonista, psicología junguiana, psicodrama, pandemia COVID-19.

#### KEY WORDS:

masks, persona, social roles, protagonista, jungian psychology, psychodrama. COVID-19 pandemic.

### ABSTRACT

This paper seeks to reflect on the meaning and the importance of the masks while *Personas* in the jungian psychology; while social roles and protagonist in the morenian psychodrama; and while pandemic masks used as protection against the virus causing COVID-19, in the 2020's pandemic. The considerations that we arrived in this study lead us to reflect that the masks cover and, at the same time, reveal our relations with the psyche, the art, and the SARS-CoV-2 virus.

*“Depus a máscara e tornei a pô-la  
Assim é melhor*

*Assim sou a máscara*

*É volto à normalidade como a um término de linha”*

*Fernando Pessoa*

NOSOTROS Y LAS INEVITABLES  
MÁSCARAS  
Duclós, S.

Fecha de recepción: 25/09/2020.

Fecha de aprobación: 22/10/2020.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 71 (28-37)

## Introducción

La mascarilla es una “pieza con la que se cubre parcial o totalmente el rostro para ocultar la propia identidad”, esta es una de las definiciones del diccionario de lengua portuguesa Houaiss (2013). Etimológicamente, la palabra mascarilla proviene del italiano maschera, que, a su vez, proviene del latín medieval masca, que significa “espectro, pesadilla, máscara”, o quizás, su origen está relacionado con la palabra árabe maskhara, que significa “payaso, bufón”.

Durante la historia de la humanidad, este accesorio tuvo y tiene propósitos variados. Tanto en los rituales como en las artes, el uso de mascarilla se ha ido refinando gradualmente en la expresión del objeto más simbólico del lenguaje, especialmente en las artes escénicas. Contiene un juego, un recurso para revelar y, al mismo tiempo, esconder a los protagonistas en los escenarios de la vida, además de a los personajes en la dramaturgia.

Las máscaras también se utilizan en procesos rituales que expresan situaciones de ciclos de apertura y/o cierre, o situaciones de margen entre un estado y otro a superar, como circunstancias de riesgo. En los rituales africanos, por ejemplo, se caracterizan por diferentes colores y significados, y se cree que la persona que las lleva se convierte en espíritu. También existen máscaras que se utilizan para ilustrar sentimientos y posturas, como las que representan algunas actitudes:

humildad, autoridad, enfado, fuerza, entre otras. Cuando se usan, evocan misterio, curiosidad, secreto, belleza, lo grotesco, lo divino y lo creativo. Suelen generar alguna reacción en quien las visualiza, porque tienen algo así como su propia vida y, al mismo tiempo, parte de la vida del portador.

En este sentido, el presente trabajo tiene como objetivo exponer el significado e importancia de las máscaras como *Personas* en la psicología analítica de Carl Gustav Jung, como *roles sociales y protagonista* en el psicodrama de Jacob Levi Moreno, y como *máscaras pandémicas* utilizadas como protección contra el virus SARS-CoV-2 - la causa del COVID-19-, en la Pandemia 2020.

Como proponemos hablar de máscaras, *Personas, roles sociales y protagonista*, también es necesario traer fragmentos poéticos de Fernando Pessoa en el presente trabajo, porque su obra aclara la simbiosis entre vida y arte: “toda literatura es un esfuerzo por hacer la vida real”, y porque este autor es considerado “tan original que, al crear personajes en una novela, prefirió dotarlos de nombre, biografía, autonomía, personalidad - y los llamó ‘heterónimos’” (Ruffato, 2006, p. 7).

### 1. La persona (máscara) en psicología analítica

Podemos decir que la Persona, como tema arquetípico y complejo funcional, es una función de mediación y adaptación del yo con el mundo externo, basada en tres

puntos principales: una imagen ideal de uno mismo que toda persona tiene y le gustaría ser; una imagen ideal del ser humano en general, en el colectivo, que se corresponde socialmente; y, finalmente, la relación de estas dos imágenes con las posibilidades físicas y psíquicas de la persona (Jacobi, 2013).

En este sentido, según Jung (2011, como citado en Jacobi, 2013), Persona “es un compromiso entre individuo y sociedad”, (p. 52) así como “[...] es un complejo funcional, que surgió por motivos de adaptación o comodidad necesaria, pero no es idéntica a la individualidad” (Jung, 1991, as cited in Jacobi, 2013, p. 51). Por lo tanto, una *persona funcional*, flexible y adaptable es importante en la relación de la persona con el mundo. Sin embargo, esta función a menudo puede volverse rígida, una barrera o incluso un obstáculo para los aspectos más profundos del yo. Sobre este punto, Jacobi (2013) ejemplifica que:

*un individuo cuya persona se construye solo a partir de las características permitidas por la comunidad externa, que tiene la personalidad de una persona de masas, y esa persona solo toma en cuenta su propia imagen deseada, mientras descuida todas las otras dos necesidades, es muy probable que tenga una persona de un excéntrico, un solitario o un rebelde. Así, no solo hacen parte de la persona nuestras formas de afrontar las cosas, nuestras peculiaridades habituales en relación a nuestra apariencia externa, sino la postura, el caminar, el peinado, la ropa, eso incluso, hasta el ceño fruncido y nuestros tics, nuestra costumbre de sonreír y suspirar y otras cosas (p. 52).*

De esta forma, podemos decir que cuanto más dependiente, pegado, identificado es el “yo” con la *Persona* o de su ideal, mayor se vuelve el desafío de contestar a las preguntas: ¿quién eres tú sin máscara? ¿Quién eres sin tus roles familiares y sociales, las tareas que realizas, los cargos, los títulos?

¿Qué te define social y subjetivamente, entre otros puntos?

Sin embargo, creer que es posible vivir sin tener un sentido de identidad es una idealización que conlleva riesgos para el Yo. En esta perspectiva, Silveira (2007) nos muestra que

*si, hasta cierto punto, la persona representa un sistema de defensa útil, puede suceder que sea tan valorada que el Yo consciente se identifique con ella. El individuo luego se fusiona con sus posiciones laborales y títulos, quedando reducido a un caparazón de revestimiento impermeable. En el interior, no es más que un lamentable trapo, que fácilmente se romperá si soplan fuertes ráfagas del inconsciente [...] Cuanto más se adhiere la persona a la piel del actor, más dolorosa es la operación psicológica para quitársela. Un rostro desconocido aparece cuando se quita la máscara que lleva el actor en sus relaciones con el mundo. Mirarse en un espejo que refleja ese rostro con crudeza es ciertamente un acto de valentía (p.79).*

También es importante considerar que el carácter social de la *Persona* está orientado a satisfacer las necesidades y condiciones adecuadas al desempeño conductual del individuo. Esto nos lleva a los siguientes versos de Pessoa (2015, 92) “cada uno de nosotros es varios, es muchos, es una prolijidad de sí-mismos”. De esta manera, la *Persona* podría representar, cuando sea adecuadamente funcional, un compromiso consciente de responsabilidad hacia la vida comunitaria.

Con base en los supuestos de Jung (1991), podemos decir que los individuos tienen sus inevitables máscaras, o *Personas*, estén conscientes de este acto o no. Forman parte de las defensas, recursos y habilidades relacionales del vivir y convivir. Es decir, “lo que hace falta es que cada uno se multiplique por sí mismo” (Fernando Pessoa, 2015, p. 66).

Por tanto, para contribuir a este análisis de la Persona relacionada con las máscaras, en la siguiente sección abordaremos los *Roles Sociales y Protagonistas* en el Psicodrama, y, en la tercera sección, asociaremos algunos aspectos de dichos conceptos con el significado del uso de mascarillas pandémicas durante la Pandemia COVID-19.

## 2. Personas y articulaciones: Máscaras y roles sociales en el psicodrama

El Psicodrama es un método que, a través de una acción profunda y transformadora, busca conocer al ser humano a través de su propia actuación psicodramática. Este método surgió de la idea de Moreno (1889-1974), gran admirador de la *Commedia dell'Arte*, cuando creó el Teatro de la Espontaneidad en Viena en 1925, en el que él invitaba al público a crear sus propias historias y representar sus dramas y conflictos, bajo su dirección.

Así, el psicodrama se desarrolla en un escenario convencional, en el que se desarrolla la dramaturgia con la presencia del director de la acción dramática. El

escenario es el lugar donde el protagonista, en su dimensión física y psíquica, crea, juega y despliega su drama, transformándolo en acción. En él, el protagonista busca comprender, modificar e integrar su experiencia, pues, en palabras de Pessoa (Moisés, 1981, p. 220), “en nosotros viene innumerables; si pienso o siento, ignoro quién piensa o siente. Solo soy el lugar donde sientes o piensas”. Así, el psicodrama es también un lugar que permite observar las relaciones del protagonista con las Máscaras cuando se introduce en la escena psicodramática o en nuestra actuación diaria.

Según Moreno (1997, p. 28), “Los roles sociales se desarrollan en una fase posterior y se apoyan en roles psicósomáticos y psicodramáticos, como formas previas de experiencia”. Para hablar de estas Máscaras que jugamos en diferentes roles sociales (personajes), conviene recordar que la palabra personaje, deriva de la palabra *persona*, que, en uso coloquial, significa un rol social o personaje vivido por un actor. Esta palabra proviene del latín, *personare*, que significa “sonar a través”, es decir, un tipo de máscara hecha para resonar la voz del actor, de manera que sea bien escuchada por los



Figura 1 – Maquetas de máscaras de bronce utilizadas en el Teatro Greco-romano  
Fuente: Autora.

espectadores, así como para darle al actor la apariencia exigida por el papel.

Las máscaras del Teatro Griego y Romano, por ejemplo, surgieron a través de rituales sagrados al dios Dionisio, a los que llamaban “grandes dionisiacas” cuando se subían al escenario. Se constituyeron e impusieron como: máscaras escénicas o trágicas, encaminadas a resolver el drama; máscaras ritualistas, que caracterizaban a los fieles vestidos de dioses; y máscaras del propio dios Dionisio, que se diferenciaban de otras máscaras.

Es importante subrayar que los actores nunca se quitaban las máscaras durante la actuación, porque traían expresiones exacerbadas de sentimientos. Además, los actores-personajes portaban botas para que se elevaran y así tener una mayor estatura. Por ello también se enmascaraban, pues parecían mucho más altos de lo que realmente eran. Hoy en día, las obras de teatro incluyen comedia, drama, farsa, melodrama, ópera, monólogo y revista. La historia de las máscaras en el teatro se ha desarrollado a partir de referencias

como: el teatro isabelino, el teatro español, la *commedia dell'arte*, entre otros.

El aporte de Moreno (1997), en sus estudios como psiquiatra y, especialmente, con el *Teatro de la Espontaneidad*, también lo llevó a trabajar con el tema de la Persona. En este sentido, al “rol” originalmente teatral, se incluye otro aporte: la posición que la persona toma dentro de la sociedad. Este papel presupone un “yo” y la conciencia que tenemos de nosotros mismos. Se caracteriza por su aspecto activo y cognitivo. Los Roles Sociales, que incluyen las máscaras, a menudo reciben su fuerza de roles familiares ya vividos, es decir, por su carácter relacional y social, juegan un papel importante en la formación, expresión y comunicación entre las personas.

Con el fin de ilustrar los roles sociales que jugamos en la sociedad, a continuación, presentamos algunos ejemplos de soliloquios psicodramáticos realizados a través de máscaras que representan personas y/o situaciones.



Figura 2- Ejemplos de soliloquio psicodramático a través de máscaras  
Fuente: Autora.

Desde el punto de vista del psicodrama, una persona juega, de manera conflictiva, sus Roles Sociales cuando se encuentra bajo intensas presiones, tensiones, insuficiencias y ansiedades. Por tanto, buscamos relacionar las máscaras psicodramáticas, reveladas por el Rol Social, con las máscaras mencionadas por Jung, cuando se trata de la Persona.

A lo largo de la vida del individuo, la *Persona* se puede “inflar” - un término utilizado por Jung - o puede perder su aspecto dominante en relación con el Yo y la personalidad. Esto también ocurre en el entrenamiento y ejecución de Roles Sociales psicodramáticos, cuando se adhieren las máscaras, pegadas al rostro sin la profunda conciencia del protagonista. De esta forma, en la medida en que se tiene conciencia de sus defensas psíquicas allí depositadas, el protagonista comienza a tomar posesión de su genuino potencial de espontaneidad y creatividad, como dice Moreno (1997).

Según Oliveira (2013), la articulación de los conceptos de la psicología analítica de Jung con el psicodrama de Moreno es pertinente, pues las máscaras utilizadas psicodramáticamente revelan, a través de los roles sociales de los personajes, ciertos conflictos del sujeto, cuando se le impide experimentar armoniosamente ciertos aspectos de su vida. Oliveira (2013, p. 184), a través de la obra *A poética do Desmascaramento*, de Mario Buchbinder (1996), expone que las Máscaras cotidianas son “aquellas construidas por la intimidad del sujeto y que se relacionan con otras máscaras”. En esta visión, representan una historia individual del sujeto que dialoga con el entorno social.

Corroborando con la articulación de Oliveira (2013), presentamos en este artículo la posible similitud existente en Máscaras y en los cuerpos enmascarados, presentes en la Persona y en los roles sociales, que expresan, a través del rostro, del cuerpo y de sus manifestaciones, las

posibilidades, los recursos, defensas y dispositivos que fabrica el ser humano según el mundo relacional en el que vive.

Hoy en día utilizamos máscaras antipandémicas compuestas por variadas apariencias, artificios, adornos y pinturas. Son máscaras subjetivas que se exponen, en particular, en presentaciones públicas, y se utilizan como protección y defensa. ¿Qué pasa si estamos actuando en un espectáculo de teatro real? Ante las personas-personajes y sus máscaras, corremos el riesgo de que, en algún rincón del alma, nos encontremos desnudos, identificados y tocados. Como frente a un espejo secreto, percibiéndonos en parejas, somos el yo y el otro-yo, como en un “cara a cara” entre el público y el escenario. En una mirada secreta, reflejada.

A continuación, presentamos la relación de *Persona* con las máscaras antipandémicas durante la pandemia COVID-19.

### **3. Personas y máscaras pandémicas durante la pandemia COVID-19**

Desde diciembre de 2019, tras la identificación de una epidemia de origen desconocido en Wuhan, en el interior de China, que luego se convirtió en una pandemia denominada COVID-19 (provocada por el virus SARS-CoV-2), nuestras vidas ya no son las mismas. La sociedad actual vive situaciones únicas que se comparan con otros escenarios de la historia humana, como la *peste bubónica* (conocida popularmente como *peste negra*), en el siglo XIV e influenza tipo *A H1N1* (conocida popularmente como *gripe española*), a principios del siglo XX.

En Brasil, los casos positivos y muertes comenzaron en marzo de 2020. Desde entonces, el gobierno, especialmente a nivel estatal y municipal, ha tomado medidas para orientar a la población, elaboradas por la Organización

Mundial de la Salud y el Ministerio de Salud. De entre estas medidas el uso de mascarillas fue inicialmente contradictoria. Estaba al principio dirigido a la comunidad hospitalaria y personas con síntomas de la enfermedad, debido a la escasez de este equipo de protección en los medios sanitarios, provocada por la gran demanda de la población. Luego, se convirtió en una posible alternativa, cuando se comprobó que el uso de mascarillas de tela podía reducir los riesgos de contaminación entre la comunidad.

En esta singularidad, vivimos en aislamiento social sin una vacuna. Además de la distancia entre personas, los recursos con los que contamos son las mascarillas. Estamos confinados y viviendo con noticias de muertes próximas y sin ritos. Las alertas rojas son persistentes. Hay tumbas abiertas en diferentes zonas del país.

Inevitablemente, nos afecta psíquicamente: miedo, angustia, irritabilidad, apatía, aburrimiento, ansiedad, depresión, intolerancia, tristeza, consuelo “de lo que pasará”, impotencia, cambios en la memoria, entre otros. Estas son algunas de las manifestaciones que en ocasiones constituyen síntomas o trastornos emocionales.

Estas emociones son evidentes en el uso de máscaras pandémicas, que intensifican los guiones de conducta de los roles sociales y la exacerbación de la *Persona*. Por ello, buscamos recursos para comprender el fenómeno COVID-19, y afrontar los pensamientos y reflexiones sobre este evento, los sentimientos y emociones presentes, para que podamos gestionar esta realidad que genera incertidumbre vital.

Estas observaciones también fueron planteadas por el profesor Dr. Marcelo Pakman, autor del libro *A flor de piel: Pensar la pandemia*, en su conferencia online, celebrada el 8 de agosto de 2020.

El profesor nos lleva a reflexionar que la pandemia es algo que pensamos todos los días, más de una vez al día. Es una catástrofe que ya ha cumplido medio año y que no terminará de la noche a la mañana, porque no es así como terminan las pandemias.

Así, agrega el disertante, se trata de un fenómeno que genera muchas teorías conspirativas. Hay gobiernos que se están aprovechando de la situación para beneficiarse de este devastador evento, como, por ejemplo, la pérdida de personas mayores, personas que no se consideran productivas y que en ocasiones reciben ayudas para la vivienda. Para este tipo de gobierno, la estrategia es eliminar a estas personas dejándolas morir.

En cuanto al virus, sabemos que no tiene caprichos. Según Pakman (2020a), los virus son máquinas biológicas, son seres vivos que se reproducen, por lo que las recomendaciones se han convertido en un problema. De manera preventiva, las respuestas fueron evitar el hacinamiento, evitar la proximidad social -lo que llamaron “distancia física”, en lugar de “distancia social” -, lavarse las manos y usar máscaras, cosas fundamentales. Sin embargo, ¿cómo lavarse las manos si no hay un saneamiento básico para todos? Es un problema, porque es posible para unos pocos. Estos consejos no son para todos, ante la desigualdad social, ya que gran parte de la población mundial no tiene agua corriente ni espacios de distancia física.

Pakman (2020a) también señala que las pandemias se cubren con gran racionalidad. No son solo un fenómeno biológico, sino social y cultural. Destacan las desigualdades, dado que no es casualidad que el siglo XX estuvo marcado por esta tendencia a eliminar los fenómenos sociales y culturales. El ponente también dice que la discusión de la biología es necesaria, pero no es la única, porque tenemos varios otros

fenómenos que discutir, tales como: el lenguaje, lo político y lo relacional. De esta forma, la pandemia siempre se ve como un fenómeno singular, porque no se puede captar una abstracción, cuando todavía no sabemos cómo entender nuestras ideas actualmente. Por tanto, es importante no clasificarlas dogmáticamente. Necesitamos darnos cuenta de que lo que se usa es lo que tenemos, todo lo demás, es ir más allá.

Desde entonces, la gente ha estado usando máscaras de tela para protegerse. Es interesante reflexionar sobre este uso de las máscaras de tela por parte de la población, un material que de alguna manera protege y al mismo tiempo permite la exposición de algunas características personales, físicas, psicológicas y culturales. En el universo de la psique se hacen muchas preguntas. Con respecto al uso de máscaras antipandémicas por parte de los ciudadanos, nos preguntamos cómo se sienten cuando usan las máscaras cuando salen de casa. ¿Qué ocultamos o mostramos a través de estas máscaras?

Y usarlas, quizás sea un hablar silencioso, un cruce de imágenes que se adhieren a la realidad con cautela y conciencia. Rechazarlas, excluirlas por no uso, durante la pandemia, cuando no hay vacunas, puede llevarnos a pensar en actitudes de enfrentamiento con las micro y/o macro políticas instaladas en Brasil. O, desde otro punto de vista, puede revelar el rostro oscuro de los humanos no comprometidos con su especie. Esto puede entenderse como una realidad que, cada vez más, parece estar establecida por la poca importancia dada al sufrimiento de los demás, las muertes y la ausencia de ritos de despedida.

Por un lado, percibimos, escuchamos e intuimos que muchos sentimientos, emociones, pensamientos y posturas, habitan y circulan entre los músculos del rostro, el oxígeno y las máscaras.

Por otro lado, la inclusión del insólito adorno preventivo, ahora estandarizado, revela una impaciencia de no saber, un desconocimiento, una falta de preparación para la adversidad. Al pensar en lo que sucede en el “entre” los dos bandos, identificamos algunas manifestaciones de quienes se niegan a usar las máscaras como protesta por la “pérdida de libertad”, afronta, irritación, así como, por la afirmación pública de “superioridad”, de pretensión, y no confiar en los recursos que tenemos. Estas actitudes también se llevan a cabo para la “desestabilización” y el “enfrentamiento” político. De esta forma, el egoísmo parece afirmar un “yo que me mando a mí mismo y sabe lo que es mejor para mí”. Mientras en el caso de los que usan e incluyen Máscaras en sus hábitos, percibimos cautela, miedo, comprensión de los riesgos, cuidar de sí mismos y del otro, es decir, un compromiso con la ciudadanía. Esto nos recuerda los siguientes versos de Fernando Pessoa (Moisés, 1981, p.142), “¡Ah, poder ser tú siendo yo!; Tener tu feliz inconsciencia, y la conciencia de ella!”.

A partir de marzo de 2020, ya no nos abrazamos, ya no nos reunimos en grupo, ni nos besamos. Hay una parte de nosotros que aparece y se vuelve anónima: barbilla, boca, nariz, la mitad de la cara, el cuerpo. Solo nuestros ojos están expuestos. La máscara se convierte en una alerta de distancia corporal para evitar el contagio.

Cuando describimos las funciones del Yo, también incluimos su identificación en este proceso cómplice entre Él y la *Persona*. Sin duda, el Yo está directamente relacionado con la *Persona*, pero tiende a identificarse con ella a través de los roles que juega en la vida y que allí se asocian. La *Persona* es, por tanto, parte de lo que llamamos una personalidad externa con actitudes y carácter externos, con sus conexiones, ramificaciones y raíces internas. Sin duda, muchas veces,

este carácter externo se constituye como una defensa, una protección ilusoria que busca calmar los conflictos internos y la angustia. Metafóricamente, a través de una *Máscara* que en ocasiones se extiende a todo el cuerpo.

En estos casos, cuando el sujeto desconoce el uso de este recurso, y lo transforma en algo frecuente, casi permanente, decimos que la máscara se puede pegar al rostro, al cuerpo, o adherirse a él mediante gestos, expresiones y relaciones compatibles con el carácter defensivo que emerge.

Es como si fuera otra persona, no es quien es, sino otro que aparece representando. A veces nos sorprende introduciéndose en el contexto relacional. Esto nos conecta a los siguientes versos de Pessoa: “¿Qué sé yo lo que seré, yo que no sé lo que soy? Ser lo que pienso ¡Pero creo ser tanta cosa!” (Moisés, 1981, p. 28).

### Conclusion

El propósito de nuestro trabajo fue exponer el significado y la importancia de las máscaras, como *Personas, máscaras psicodramáticas y máscaras pandémicas*, utilizadas durante la pandemia de COVID-19. Estas relaciones entre las diferentes visiones de lo que son las máscaras, asociadas a la psique, el arte y

el virus SARS-CoV-2, buscan dilucidar la importancia de este artificio en nuestras vidas.

La realidad de la pandemia nos actualiza sobre nuestra vulnerabilidad. Esto determina el uso explícito y preventivo del uso de mascarillas por parte de la población brasileña, bien como en la mayoría de los países infectados. Generando polémicas, las máscaras pandémicas fueron y siguen siendo tema de discusión, protestas, inclusión, obligación, seguridad y conciencia en estos casi 8 meses de circulación de la pandemia por el mundo.

En este sentido, esto nos lleva al fenómeno de *Otrarse*, que significa convertirse en otro, es decir, adoptar diversas personalidades dándole vida y autonomía. La heteronimia de Fernando Pessoa revela este fenómeno de manera extrema, pues manifiesta la creación de varios “Yoes” con personalidades “aparentemente” distintas, ya sea en la biografía o en el estilo de sus personajes poéticos, en los que Él es el “otro sin dejar de ser el yo”. De esta forma, las máscaras de las que hablamos en este artículo muestran el hecho y la posibilidad de percibirnos un poco más a nosotros mismos, es decir, expandir nuestra propia conciencia de estar en el mundo. Porque, como dice Fernando Pessoa (2006) en su última frase escrita “no sé qué traerá el mañana”.

## REFERENCIAS

- Biernath, A. (2020). *Quais as semelhanças entre a Covid-19 e outras pandemias do passado?* Disponível em <https://saude.abril.com.br/blog/tunel-do-tempo/semelhancas-covid-pandemias-passado/>
- Brechon, R. (1998). *Estranho estrangeiro. Uma biografia de Fernando Pessoa*. Rio de Janeiro: Record.
- Buchbinder, M. (1996). *A poética do Desmascaramento: Os caminhos da cura*. S.Paulo: Ágora.
- Carvalho, W., & Teixeira, L. A. (2020). As máscaras faciais podem proteger contra a COVID-19? *InterAmerican Journal of Medicine and Health*, 3. <https://doi.org/10.31005/iajmh.v3i0.132>
- Houaiss, A. (2013). *Dicionário eletrônico de língua portuguesa*. S. Paulo: Objetiva.
- Jacobi, J. (2013). *A psicologia de C. G. Jung: Uma introdução às obras completas*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Jung, C. G. (1986). *Símbolos da transformação*. Petrópolis: Vozes.
- Jung, C. G. (1991). *Psicologia e alquimia*. Petrópolis: Vozes.
- Jung, C. G. (1991). *Tipos Psicológicos*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Jung, C. G. (1996). *Memórias, Sonhos, Reflexões*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Jung, C. G. (1999). *Cartas: 1906 - 1945*. Petrópolis: Vozes.
- Jung, C. G. (2000). *Os arquétipos e o inconsciente coletivo*. Vol. IX/1. Petrópolis: Vozes.
- Jung, C. G. (2011). O eu e o inconsciente. En C. G. Jung. *Obras Completas*, vol. VII/2. Petrópolis: Vozes.
- Moisés, C. F. (1981). *Poema e as máscaras*. Coimbra: Almedina.
- Moreno, J. L. (1997). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix.
- Moreno, J. L. (1984). *O teatro da espontaneidade*. São Paulo: Ágora.
- Oliveira, M. (2013). O Poder da máscara no psicodrama: A sombra e a luz. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 21(1), 83-19.
- Pakman, M. (2020a). *A flor de piel: Pensar la pandemia*. Barcelona: GEDISA.
- Pakman, M. (2020b, agosto). Pandemia: Por que é tão difícil pensar sobre ela? Conferência online. Disponível em <https://www.aprtf.com.br/palestra-internacional-com-marcelo-pakman/>
- Pessoa, F. (1933). Tabacaria, poema de Álvaro de Campos. *Revista Presença*, 7(2), 39.
- Pessoa, F. (2006). *Quando fui outro*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Pessoa, F. (2015). *ABC de Fernando Pessoa. Citações em verso e prosa*. São Paulo: Leya.
- Rufatto, L. (2006). *Desassossego*. S. Paulo: Mombak.
- Silveira, N. (2007). *Jung: vida e obra*. 18. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra.