

Afrontamiento de la imagen corporal en la mujer sometida a mastectomía por cáncer de mama¹⁷

Eugenia Ruiz Dávila¹⁸

Introducción

Hablar de Imagen Corporal (IC) es referirse a la representación mental del propio cuerpo y la actitud sobre la apariencia física, la integridad, la sexualidad y el estado de salud de todo ser humano (Núñez et al., 2018). Ésta va construyéndose evolutivamente en las diferentes etapas de nuestra vida. Cuando se reflexiona socialmente cómo se desarrolla el proceso de afrontamiento que vive una mujer que ha sido intervenida quirúrgicamente y experimentado una mastectomía por padecer cáncer de mama, cobra mayor importancia, sobre todo si se considera que, durante 2022, en nuestro país se registraron 23 790 casos nuevos de esta enfermedad en población mayor de 20 años, casi en su totalidad (100%) mujeres (INEGI, 2023).

El diagnóstico, como también el tratamiento y la recuperación de esta patología, constituyen un evento estresante, debido al tipo y duración del tratamiento, así como al tiempo y las condiciones del proceso que lo acompañan. Los tratamientos médicos habituales son quimioterapia, radioterapia y, de manera muy frecuente, el quirúrgico. En la mujer, éstos generan una amenaza a la integridad física y/o psicológica, y repercute dando lugar a posibles comorbilidades, entre ellas, estrés, ansiedad y depresión (Guareño Núñez, 2021). El tratamiento quirúrgico puede ser conservador y mantener parte del tejido glandular de la mama; o no conservador y llevar a cabo la mastectomía, la cual supone la extracción total del tejido glandular, conservando o no el tejido de la piel (Gualda-Dorador et al., 2021).

La Imagen Corporal (IC) suele alterarse con el tratamiento médico y quirúrgico, como consecuencia de los cambios temporales y permanentes que se presentan: caída del cabello, cambios de peso, cicatrices, pérdida parcial o total de uno o los dos senos, entre otros. De forma paralela, dichos cambios se asocian a alteraciones emocionales, sexuales, afectivas y de la autoestima, destacando la ansiedad y la depresión (Núñez et al., 2018).

¹⁷ Artículo derivado del Diplomado en Investigación Documental Digital 2023

¹⁸ Doctora en Alta Dirección, docente de la Escuela de Ciencias de la Salud Universidad La Salle Oaxaca, correo electrónico: eugenia1357@gmail.com

Desarrollo

El problema del cáncer de mama

El cáncer es un conjunto de enfermedades caracterizado por la propagación y crecimiento descontrolado de células anormales, que generan masas o tumores cuyo nombre se vincula a la parte del cuerpo o el tejido en que se originan. Así, el cáncer de mama o cáncer de seno se presenta en esta parte del cuerpo y puede presentarse en uno o en ambos senos. Hay dos tipos principales de cáncer de mama: el carcinoma ductal, que se origina en los conductos que transportan la leche desde la mama hasta el pezón; y el carcinoma lobulillar, que surge en los lóbulos en los que se produce la leche (García Ruiz et al., 2022). Estos autores hacen referencia a la declaración de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), según la cual el pronóstico de mortalidad después de un diagnóstico de cáncer de mama ha mejorado drásticamente, hasta en 40%, entre 1980 y 2020, tras la introducción de programas de detección temprana y protocolos de tratamiento estandarizado.

Actualmente, el cáncer de mama representa uno de los principales problemas de salud para las mujeres de todo el mundo y nuestro país no está exento de ello. De acuerdo con el reporte del INEGI, en 2022 se registraron 87 880 muertes por tumores malignos en personas de 20 años y más; de estas muertes, 9 % fueron consecuencia de cáncer de mama (7 888), 99.4% ocurrieron en mujeres (INEGI, 2023). Respecto a las señales de riesgo, es importante considerar las recomendaciones que realiza la Sociedad Americana del Cáncer: un bulto en la mama o en la axila, aumento del grosor o hinchazón de la mama, irritación o hundimientos en la piel de la mama o el pezón, enrojecimiento o descamación, secreciones o dolor en la mama.

El cáncer de mama frecuentemente se encuentra asociado a síntomas depresivos y otras enfermedades agregadas, que conllevan a ser predictores de "una pobre calidad de vida, pueden causar estrés y cansancio en los familiares y cuidadores, y en especial las pacientes pueden experimentar dolor o malestar físico, que les afecta en su función sexual, percepción de imagen, autoestima y relaciones sociales" (Reascos Paredes et al., 2023, p. 9696). Generalmente, el tratamiento depende de criterios clínicos, radiológicos, así como de estudios de laboratorios fiables y cuantificables obtenidos en las valoraciones de la salud. El tratamiento quirúrgico puede ser conservador y mantener parte del tejido glandular de la mama; o no conservador y llevar a cabo la mastectomía, la cual supone la extracción total del tejido glandular, conservando o no el tejido de la piel (Gualda-Dorador et al., 2021)

¿Qué representa para la mujer padecer cáncer de mama?

Recibir un diagnóstico de cáncer de mama es un evento estresante debido a los acontecimientos que lo configuran y cada persona puede reaccionar de diferente manera. Algunas personas asumen una actitud de negatividad y depresión, aislándose del contexto familiar y social; otras adquieren una conducta de apego, la cual va a demandar mayor cuidado y afecto de su círculo social. Se sabe que el optimismo opera como un factor protector que permite reducir las dolencias y efectos causados por la enfermedad. Algunos investigadores han encontrado que el pesimismo impacta afectando la calidad de vida; por ello, familiares y equipo médico deben enfocarse en buscar herramientas que permitan que la paciente logre sentirse optimista, incluyendo personal de psicología o psiquiatría según sea caso (Reascos Paredes et al., 2023).

¿Cómo se afecta la Imagen Corporal de la mujer al ser tratada en forma quirúrgica por padecer cáncer de mama?

Actualmente, la imagen corporal (IC) se considera un concepto multifacético que integra la percepción del cuerpo referida a las experiencias relacionadas con la persona, los aspectos cognitivos, las emociones y las conductas asociadas a él (Rivera-Fong et al., 2023). Otros autores la definen como la representación mental de la imagen física y la actitud sobre la apariencia, la integridad, la sexualidad y el estado de salud. Es posible que éstas se alteren por eventos que afectan la estructura anatómica, como sucede en el caso de la mastectomía, situación que la mujer puede traducir como mutilación del órgano que define su sexualidad. Esto puede generar en ella secuelas psicológicas, por ejemplo, baja autoestima, pobre autoconcepto, ansiedad y depresión (Núñez et al., 2018).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció el 19 de octubre como el Día Internacional de Lucha contra el Cáncer de Mama, a fin de sensibilizar a la población sobre la importancia de su detección precoz para mejorar el pronóstico y la supervivencia de quienes lo padecen, lo cual sigue siendo la piedra angular de la lucha contra esta enfermedad.

El afrontamiento de la Imagen Corporal de la mujer sometida a mastectomía

Se ha definido el afrontamiento como "Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo" (Cruz Lucero y Echeverría Villacreses, 2022, p. 170). Este proceso significa utilizar recursos psicológicos para adaptarse a una nueva realidad y lograr la

estabilidad emocional y conductual que permita al individuo realizar sus actividades en todos los ámbitos: personal, familiar, laboral y social, manejando el estrés y las tensiones causadas por las situaciones aversivas con estrategias de regulación emocional.

Las estrategias de afrontamiento (EA) se traducen en los esfuerzos cognitivos y conductuales dirigidos a manejar el estrés y las tensiones causadas por situaciones aversivas. Se clasifican en: estrategias de resolución de problemas, dirigidas a modificar o alterar el problema que causa el malestar; y estrategias de regulación emocional, que modulan la respuesta emocional ante el malestar. Así, en la medida en que las ea que utilice un sujeto sean efectivas para solucionar el problema o reducir el malestar, podrán contribuir mejor a su mejor adaptación a la situación adversa; de lo contrario, impiden dicha adaptación o interfieren en ella. La revisión de la literatura ha mostrado suficiente evidencia de la efectividad que sobre la imagen corporal tienen las estrategias de afrontamiento que integran aspectos cognitivos, emociones asociadas al cuerpo y conductas específicas, entre ellas: intervenciones con componentes de hipnosis o relajación hipnótica, sesiones de escritura expresiva, de psicoeducación y terapia cognitivo-conductual, destacando la meditación guiada para el perdón y la bondad, intervenciones psicológicas denominadas "mi cuerpo cambiando" y "aceptando tu cuerpo después del cáncer" (Rivera-Fong et al., 2023).

El proceso de afrontamiento ante el cáncer de mama requiere manejar el estrés psicológico generado por situaciones internas y externas relacionadas con esta patología. Existe la posibilidad de percibir la enfermedad como un daño o pérdida y de utilizar estrategias de afrontamiento centradas en la evitación. En contraste, se puede percibir la enfermedad como un reto y considerar la posibilidad de que tenga un resultado positivo, empleando estrategias de afrontamiento del diagnóstico y las actividades de cumplimiento de los regímenes de tratamiento para continuar con su vida personal, familiar, laboral y social son fundamentales para su calidad de vida (Castillo-López et al., 2017) el cáncer de mama ocupa el segundo lugar de incidencia y es la causa más común de muerte en mujeres. Recibir un diagnóstico de cáncer provoca que muchos pacientes presenten niveles elevados de estrés psicológico, por lo que se requiere de un proceso de adaptación que les permita ajustarse adecuadamente a las consecuencias del diagnóstico. Debido a que el afrontamiento representa un indicador efectivo de la forma en la que las pacientes se adaptan al diagnóstico y el tratamiento, se realizó una revisión de literatura para identificar el estado actual del conocimiento sobre el afrontamiento en este grupo de pacientes. A partir de esta revisión identificamos tres áreas: a. Al respecto es oportuno el testimonio de Rebeca, publicado el Día Internacional del Cáncer de Mama 2023.

Decirles a las mujeres que vienen en camino o que están siendo diagnosticadas en este momento, que no las paralice el miedo, que sigan adelante, porque el miedo

es lo único que nos va a llevar a un lugar que quizás no queramos llegar. El cáncer no es ni debe ser sinónimo de muerte y sí se puede, o sea, sí se puede, tiene que ser valiente, que llore lo que tenga que llorar, ya después de que se cansa de llorar, que tome las riendas del asunto y que siga adelante (El Financiero, 19 de octubre de 2023).

De acuerdo con los estudiosos de este tema, en el sistema adaptativo del ser humano se distinguen cuatro modos de adaptación: el fisiológico, el autoconcepto, de rol y el interdependiente. El primero se relaciona con las necesidades básicas de la persona, el autoconcepto con la imagen de sí mismo, el de rol con las responsabilidades y tareas de la vida cotidiana y el último con las relaciones interpersonales. (Moreno-Fergusson et al., 2009). En este proceso interviene la capacidad de comprender y dar respuesta a los cambios de la persona que le permiten adaptarse a su entorno (Reascos Paredes et al., 2023) .

Conclusiones

El cáncer de mama se ubica en el primer lugar de causa de muerte por padecimiento oncológico para las mujeres de México, al igual que en el resto del mundo. Se trata de una patología degenerativa que, en el mayor número de casos, en el momento de su detección se encuentra en un estadio avanzado, a pesar de que se recomienda la detección precoz con la autoexploración y estudios radiológicos, como son la mastografía y el ultrasonido de mamas.

El diagnóstico y tratamiento es un proceso de gran impacto emocional, psicológico y económico, no sólo para la mujer que lo padece, sino también para su familia y amigos. El tratamiento médico indicado responde al estadio de la patología, pudiendo ser quimioterapia, radioterapia, cirugía o una combinación de estos tratamientos. En todos los casos, la mujer que lo padece siente vulnerada su imagen corporal.

Las mamas tienen un lugar muy particular en la feminidad; por eso, cuando el tratamiento a que se somete la mujer es la mastectomía —unilateral o bilateral—, se afecta su imagen corporal y es ahí donde surge la necesidad de adoptar estrategias de afrontamiento para la adaptación a esta nueva situación y poder continuar con la vida, buscando mayor calidad en la misma. El abordaje de esta problemática en el ámbito social es fundamental, para propiciar el reconocimiento de que existe la posibilidad de que nosotros o un familiar lo padezca. Por ello debemos tener conocimiento de la enfermedad, saber cómo puede detectarse oportunamente, conocer las implicaciones inherentes al tratamiento y, sobre todo, tener claridad sobre la comprensión y apoyo que podemos dar a quien la padece.

Referencias

- Castillo-López, R. L., Galindo Vázquez, O., María, D., Garduño, L. M., y Landa-Ramírez, E. (2017). Afrontamiento en pacientes con cáncer de mama: una revisión narrativa Coping in breast cancer patients: a narrative review. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*, 8(1).
- Cruz Lucero, V. C., y Echeverría Villacreses, W. O. (2022). Estrategias de afrontamiento en pacientes con cáncer. *Oncología (Ecuador)*, 32(2), 169–179. <https://doi.org/10.33821/632>
- García Ruiz, A., Baldeon Campos, F. S., Fierro Guzñay, A. M., y Santillan Coello, C. E. (2022). Cáncer de mama. *Obstetricia y ginecología latino-americanas*, 4(11), 521–534. [https://doi.org/10.26820/reciamuc/6.\(3\).julio.2022.521-534](https://doi.org/10.26820/reciamuc/6.(3).julio.2022.521-534)
- Gualda-Dorador, M., Sánchez-García, J. C., Rodríguez-Blancue, R., Gualda-Dorador, M., Sánchez-García, J. C., y Rodríguez-Blancue, R. (2021). Cuidados de salud en pacientes mastectomizadas: revisión bibliográfica. *Journal of Negative and No Positive Results*, 6(12), 1461–1475. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.4009>
- Guareño Núñez, G. (2021). Intervenciones y terapias focalizadas en la autoestima y la imagen corporal en mujeres con cáncer de mama: Revisión Sistemática. *ReiDoCrea: Revista electrónica de investigación Docencia Creativa*, 1–11. <https://doi.org/10.30827/digibug.69530>
- INEGI (2023). *Comunicación social estadísticas a propósito del Día Internacional de la lucha contra el Cáncer de Mama*. (19 de octubre 2023). <https://www.breastcancer.org/es/pruebas-deteccion/mamografias/beneficios-riesgos>
- Inmujeres (19 de octubre 2023). Cáncer de mama: Historias sobre mastectomía contadas por mujeres sobrevivientes. *El Financiero*. Especial: Instagram @karlabarajasj. Recuperado de <https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/19-de-octubre-dia-internacional-de-lucha-contra-el-cancer-de-mama#:~:text=El%20apoyo%20emocional%20es%20uno,la%20atención%20hacia%20las%20mujeres&text=El%2019%20de%20octubre%20de,contra%20el%20Cáncer%20de%20Mama>
- Moreno-Fergusson, M. E., Alvarado-García, A. M., Modelo, E. L., Roy, D. E. A. D. E., El, E. N., L.FLORES, M. D., Guti, C., Fortes, A. N., Silva, V. M. da, Lopes, M. V. de O., Crespo, O., Cecilia, B., Bustos, V., y Roy, M. D. C. (2009). Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. *Revista Aquichan*, 9(19), 5. <file:///C:/Users/User/Downloads/Dialnet-AnalisisDeLosConceptosDelModeloDeAdaptacionDeCalli-2107433.pdf%5Cnhttp://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/170/1671>
- Núñez, C., Navarro, A., Cortés, S., López, J., Aguirre-Loaiza, H., y Trujillo, C. (2018). Imagen corporal (ic) y estrategias de afrontamiento (ea): Análisis de las características médico quirúrgicas en mujeres con diagnóstico de cáncer de mama. *Terapia psicológica*, 36(2), 59–69. <https://doi.org/10.4067/s0718-48082018000200059>
- Reascos Paredes, Y. L., Dayana, O. M. A., Vásquez Figueroa, T. I., Vaca Orellana, C. F., y Hidrobo Guzmán, J. F. (2023). Factores de estrés y formas de afrontamiento en pacientes con cáncer de mama. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 9707–9720. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5168
- Rivera-Fong, L., Vázquez-Romo, R., Bargalló-Rocha, J. E., Aguilar-Ponce, J. L., Aguilar-Villanueva, S., y Herrera, Á. (2023). Eficacia de las intervenciones psicológicas en la atención de problemas de imagen corporal en pacientes con cáncer de mama. *Psicología y Salud*, 33(2), 307–314. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i2.2813>

Derechos de Autor © 2024 por Eugenia Ruiz Dávila



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de: Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.