

Reflexión sobre cáncer de mama y autoestima. Reflection on breast cancer and self-esteem.

DOI: <https://doi.org/10.26852/28059107.566>

Shirly Estefany Cubillos Vargas¹

Resumen

El cáncer de mama se diferencia de los otros tipos de cáncer porque abarca una mayor relevancia en el concepto de autoestima debido a la implicación psicosocial que esta enfermedad conlleva para la mujer, ya que la mama tiene un significado referente a la identidad femenina. Las mujeres que tienen baja autoestima suelen presentar problemas a nivel emocional lo cual dificulta el afrontamiento de su enfermedad, mientras que las mujeres que presentan alta autoestima se enmarcan en una buena calidad de vida y en estrategias de afrontamiento adaptativas respecto al proceso de salud. El propósito de este trabajo es analizar los efectos en la autoestima a partir de un diagnóstico de cáncer de mama.

Palabras Clave autoestima, imagen corporal, cáncer de mama

Introducción

El cáncer es el crecimiento y diseminación incontrolado de células en cualquier parte del cuerpo (Díaz & Rodríguez, 2019). Es una enfermedad diferente a otras enfermedades crónicas debido a que conduce a deformidades, dolor y mutilaciones, causando un impacto psicológico y repercutiendo en sentimientos negativos desde el momento del diagnóstico (Nakashima & Koifman, 2012 como se citó en Alarcón, Ariza, Herrera & Gomez, 2018).

El cáncer de mama es una enfermedad degenerativa en la que se desarrollan células malignas en los tejidos de la mama. Este tipo de tumor es el más frecuente entre las mujeres en el mundo, representa el 16% entre los tipos de cáncer existentes y es uno de los problemas de salud más relevantes por la frecuencia y los efectos (Kern y Moro, 2012).

Existen diferentes etapas del cáncer que permiten identificar el grado de extensión del cáncer en el organismo, entre estos se encuentran (Tabla 1):

¹ Psicóloga. Magister en Psicología Clínica y de la Salud. Psicóloga Programa Estas con Nosotros Clínica Universitaria Colombia. E-mail: shecubillos@colsanitas.com.

Citar como: Cubillos, S.E. (2022). Reflexión sobre cáncer de mama y autoestima. Meridiano. Revista Colombiana de Salud Mental, 1(1), 52-56.

Tabla 1
Estadios del cáncer de mama

Etapa 0	Las células cancerosas no son de carácter invasivo y están localizados en los conductos mamarios
Etapa 1	Existe un bulto o tumor inferior a los 2cm y aun no se han diseminado en otros tejidos.
Etapa 2	3 aspectos podrían estar pasando: 2.1 el tumor o bulto sigue en la misma medida, pero se ha diseminado por los ganglios de la axila 2.2 el tumor o bulto ha crecido con una alta probabilidad de extensión a los ganglios de la axila
Etapa 3	3 aspectos podrían estar pasando: 3.1 el tumor se ha diseminado a los ganglios axilares y mamarios 3.2 el tumor se ha diseminado a la caja torácica y a los ganglios mamarios 3.3 El tumor se ha diseminado a diferentes ganglios, pero no a otras partes del cuerpo.
Etapa 4	El tumor se ha diseminado a otros órganos, esto es conocido como metástasis.

Nota: (American society of clinical oncology [ASCO], 2020)

El cáncer de mama es un problema de salud pública a nivel mundial. Es una de las causas de muerte e incidencia en las mujeres colombianas y en la mayoría de países latinoamericanos. En Colombia en el 2018 se presentaron 13.380 casos nuevos de cáncer de mama y 3702 muertes por la misma (Ministerio de salud y protección social, 2020).

El cáncer de mama se diferencia de los otros tipos de cáncer porque abarca una mayor relevancia en el concepto de autoestima debido a la implicación psicosocial que esta enfermedad conlleva para la mujer, ya que la mama tiene un significado referente a la identidad femenina (Corporación de cáncer mama en Chile, 2015, como se citó en Alarcón et al, 2018). Las mamas son apreciadas como un atractivo físico, están relacionadas con la maternidad y la lactancia. La autoimagen de la mujer en parte se deriva de la valoración social, por lo que acaba siendo un aspecto relevante en la identidad personal (Alarcón et al, 2018).

La gran mayoría de las mujeres después de un diagnóstico de cáncer de mama suelen presentar dificultades a nivel emocional y social debido a los

cambios que surgen en el estilo de vida. Dentro de estos cambios se evidencian modificaciones en la dinámica familiar, económica, hábitos alimenticios y otras áreas de ajuste (Mota, Aldana, Bohórquez, Martínez & Peralta, 2018).

Uno de los cambios más significativos es la imagen corporal ya que juega un papel importante en todo el proceso de salud. El concepto de imagen corporal tiende a ser subjetivo ya que surge de la opinión de la persona respecto a su propio cuerpo como una totalidad, también de las partes individuales, al igual que, las ideas y actitudes hacia sí mismo. Al abordar este concepto, se abarca el auto concepto y percepción ante los demás ya que si existe alguna alteración en la imagen corporal esto generará distorsión en la autoestima de la persona (Alarcón et al, 2018)

La autoestima según Alcántara (1993) es la actitud hacia uno mismo, la forma de pensar, sentir y comportarse, es la descripción a la cual nos enfrentamos con nosotros mismos. A nivel general es una valoración positiva, aunque Rosenberg (1979) amplía el concepto en el cual considera que es el conjunto de pensamientos,

sentimientos y creencias positivas o negativas respecto a uno mismo e incluye sentimientos de satisfacción con nosotros mismos. Otra de las definiciones encontradas considera la autoestima como una valoración de uno mismo, siendo un proceso de análisis e introspección sobre los propios sentimientos, características, capacidades y logros de una persona, es decir, es el conjunto de percepciones y evaluaciones que son dirigidas a uno mismo y contiene el punto de vista de los demás (Enrique y Muñoz, 2014)

Una autoestima baja ha sido relacionada con pensamientos negativos y síntomas depresivos (Hall Et Al, 2000), en cambio, una autoestima adecuada ha sido relacionada con menos estrés y una mejor salud mental (Landro & González, 2004).

La autoestima puede modificarse a través de las vivencias y etapas de la vida de cada uno de los seres humanos (Mayordomo, Gutierrez & Sales, 2019.). Además, comprende la autopercepción sobre las propias habilidades, expectativas, relaciones sociales e inteligencia reconociendo en qué momento uno cree y se siente merecedor de algo (Souza y Cunba, 2019). Esta autoevaluación puede verse influida por el feedback social o el propio (Gómez, Espada, Morales, Marchal, Soler, y Vallejo, 2016).

Análisis

Efectos psicológicos relacionados con la autoestima Las mujeres con cáncer de mama pueden sentir que su estabilidad psicológica está amenazada por los cambios que genera la enfermedad y el mismo tratamiento, indicando cambios en la autoestima. Es de suma relevancia la adaptación necesaria para que la persona logre el control de sufrimiento y los sucesos conlleva la enfermedad (Souza, & Araújo, 2010 como se citó en Alarcón et al, 2018)

A partir del diagnóstico de cáncer de mama y durante el tratamiento oncológico, en las mujeres se evidencia una serie de secuelas físicas y psicológicas. Dentro de los cambios físicos

producidos por el tratamiento puede llegar a presentarse caída del cabello, alteraciones en la piel, disminución del peso y cicatrices (Mota et al., 2018). Estos cambios generan reacciones a nivel emocional y psicológico, entre estas, insatisfacción corporal relacionada con baja autoestima, incredulidad, miedo, ansiedad, depresión y sensación de pérdida de control (Méndez & Villarraga, 2020).

Autoestima negativa Algunas de las dificultades que refieren las mujeres con cáncer de mama están relacionadas con la imagen corporal y el autoconcepto, aspectos asociados con la autoestima. Las mujeres enfrentan diversos procedimientos lo cual genera cambios notorios en la imagen corporal, este cambio suele ser asociado con el sentirse menos atractivas, sentirse por debajo de la demás o extrañar los senos (Beatty, Oxlad, Koczwara, and Wade, 2008).

Según un estudio cualitativo con mujeres con cáncer de mama, las mujeres reportaron dificultades para adaptarse a los cambios físicos: “Me llevó todo el tiempo, probablemente hasta después de los 40, acostumbrarme a mi cuerpo y que me gustara realmente, porque siempre fui grande... es como si me hubieran arrancado, ¡me acostumbré! Me acostumbré a aceptarlo, y ahora tengo que cambiar mi forma de pensar para aceptar dos cicatrices” “Las cosas van a ser diferentes, y no van a ser lo mismo de nuevo. Y es sólo un viaje hacia quién es la nueva persona que vas a ser... Eres una persona diferente” (Beatty et al, 2008)

Para la mayoría de las participantes de este estudio la vivencia del cáncer de mama fue un enfrentamiento con ellas mismas y la percepción corporal, lo que conllevó a crear nuevas inseguridades, disminuir la autoconfianza y a exacerbar las antiguas inseguridades cambiando la identidad de las mujeres (Beatty et al, 2008).

A partir de la pérdida de confianza en sí mismas e incremento de inseguridades se vio un área de ajuste mayormente afectada el área de pareja, debido a que las mujeres tienden a compararse con otras mujeres (sin cáncer), lo cual reforzaba la baja autoestima: “Estaba lista para ser soltera el resto de mi vida”. Porque pensaba “¿Quién me

amaría? ¿Quién amaría mi cuerpo así este?” Nadie se sentiría atraído por mí de ninguna manera” (Sanchez, Ventura, & Fuente, 2021).

Al tener una baja autoestima las mujeres tienden a asumir un grado de responsabilidad respecto a las experiencias de sus parejas respecto a tener hijos biológicos o vivir una relación de pareja con alguien que no padezca cáncer. (Sanchez, Ventura, & Fuente, 2021). Por otra parte, la estigmatización es otro problema que surge cuando se tiene cáncer de mama, al percibir la estigmatización la persona se siente etiquetada, aislada y diferente a los demás (no hay cabida para ella en algún lugar). La estigmatización genera angustia en las mujeres con cáncer de mama y más específicamente en las que tienen baja autoestima debido a que son más sensibles a la opinión de los demás y existe una menor sensación de dominio. Sumado a esto, la baja autoestima tiene un impacto negativo en las mujeres con cáncer debido a la exacerbación de emociones como la angustia o la depresión a través de cogniciones negativas lo cual conlleva a utilizar estrategias desadaptativas de afrontamiento. (Sanchez, Ventura, & Fuente, 2021).

Autoestima positiva Las mujeres con cáncer que presentan una autoestima alta tienden a reflejar un sentido de resiliencia lo cual permite sobrellevar los efectos estresantes del proceso de enfermedad. (Sanchez, Ventura, & Fuente, 2021). Además, un alto nivel de autoestima puede estar precedido de experiencias que permitan un afrontamiento adaptativo, es decir, las mujeres logran manejar las situaciones estresantes y no suelen atribuir los acontecimientos negativos hacia ellas

Además, la alta autoestima en las mujeres con cáncer de mama está relacionado con una mejor calidad de vida y una adecuada percepción de la imagen corporal disminuye el deterioro en la calidad de vida de la mujer con el diagnóstico (Pedro, 2001, mencionado por Peña, García & Joya, 2019).

Por otro lado, estudios sobre la relación de la autoestima con el optimismo, en el cual se vincula las experiencias positivas indican que al tener una alta autoestima y ser optimista funciona como un amortiguador de los problemas de salud y

problemas mentales (Tan, & Tan, 2014).

Conclusiones

La imagen corporal se relaciona con la autoestima, la sexualidad, el sentirse atractivo para los demás, el estado de salud, y la percepción integral del cuerpo (Falk, et al. 2010). Por ende, se evidencia que las mujeres que presentan baja autoestima suelen presentar problemas a nivel emocional lo cual dificulta el afrontamiento de su enfermedad, mientras que las mujeres que presentan alta autoestima se enmarcan en una buena calidad de vida y en estrategias de afrontamiento adaptativas respecto al proceso de salud.

Debido a los cambios físicos hay una alta probabilidad en que la persona no se sienta cómoda con la imagen corporal y de paso la autoestima se verá afectada. Además, esta afectación depende del tipo de tratamiento que vaya a recibir ya que cada uno presenta unas reacciones diferentes, entre estas la mastectomía, considerado uno de los cambios más fuertes y que afecta en alto grado la autoestima (Jiménez, Leiter & Ortiz, 2020).

Es importante aclarar que el sufrimiento emocional de las mujeres con cáncer de mama se debe al significado que se atribuye a los eventos, ya que esta evaluación está mediada por las creencias de cada persona respecto a su imagen corporal y de sí mismo. La insatisfacción con la imagen corporal es una de las preocupaciones que se reportan con frecuencia lo cual impacta de manera negativa en la confianza, autoestima, identidad y satisfacción corporal. (Sanchez, Ventura, & Fuente, 2021).

Por último, las mujeres con cáncer de mama suponen un gran trauma psicológico debido al efecto en la autopercepción y simultáneamente enfrentar el dolor y tratamiento oncológico (Mota et al., 2018) Depende de las emociones, resiliencia, autorregulación y las creencias acerca de la enfermedad lo que permitirá un estilo de afrontamiento adaptativo. Además, el apoyo social puede ser un factor protector en la autoestima ya que genera bienestar.

Referencias

- Alarcón, A., Ariza, J., Herrera, M. & Gomez, P. (2018). Nivel de autoestima en mujeres diagnosticadas con cáncer de mama de la ciudad de Bucaramanga y su área metropolitana. [Tesis de pregrado, Universidad cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/10499>
- Alcántara, J.A. (1993). *Cómo educar la autoestima*. Barcelona: CEAC S.A.
- American society of clinical oncology [ASCO]. (Julio del 2020). *Cáncer de mama: estadios*. <https://www.cancer.net/es/tipos-de-c%C3%A1ncer/c%C3%A1ncer-demama/estadios>
- Beatty, L., Oxlad M., Koczwara, B., and Wade, T. (2008). The psychosocial concerns and needs of women recently diagnosed with breast cancer: a qualitative study of patient, nurse and volunteer perspectives. *Health Expectations*, 11, 331-342
- Díaz, I. & Rodríguez, L. (2019). Aspectos psicológicos del cáncer de mama. [Diplomado de psicooncología, Universidad cooperativa de Colombia]. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/15900/1/2019_aspectos_psicologicos_cancer.pdf
- Enrique, M. y Muñoz, R. (2014). El problema de la autoestima basado en la eficacia. *Revista de Investigación en Psicología Social*, 1(1), 52–58.
- Falk Dahl, C., Reinertsen, K. V., Nesvold, I. -L., Fossa, S. D., & Dahl, A. A. (2010). A study of body image in long-term breast cancer survivors. *Cáncer*, 116(15), 3549-3557. <https://doi.org/10.1002/cncr.25251>, 3549-3557
- Gómez-Lugo, M., Espada, J., Morales, A., Marchal-Bertrand, L., Soler, F. y Vallejo-Medina, P. (2016). Adaptation, validation, reliability and factorial equivalence of the Rosenberg Self-Esteem Scale in Colombian and Spanish population. *The Spanish Journal of Psychology*, 19, 1-12. <https://doi.org/10.1017/sjp.2016.67>
- Jiménez, O., Leiter D. & Ortiz, A. (2020). Efectos del cáncer de mama en la autoestima de las mujeres que lo padecen. [Tesis de grado de pregrado, Universidad cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/19885>
- Jodra, P., Mate, J., & Domínguez, R. (2019). Percepción de salud, autoestima y autoconcepto físico en personas mayores en función de su actividad física. *Revista de psicología del deporte*, 28 (2), 127-134.
- Kern, D. y Moro, L. (2012). Factores psicosociales relacionados con el autocuidado en la prevención, tratamiento y postratamiento del cáncer de mama. *Psiconcología*, 9(2-3), 453-465. doi: 10.5209/rev_PSIC.2013.v9.n2-3.40916.
- Mayordomo, T., Gutierrez, M., & Sales, A. (2019.). Adapting and validating the Rosenberg Self-Esteem Scale for elderly Spanish population. *International Psychogeriatrics*, 32, 183-190. <https://doi.org/10.1017/S1041610219001170>
- Méndez, D. & Villarraga, J. (2020). Efectos psicológicos relacionados con la quimioterapia en pacientes oncológicos con cáncer de mama. [Tesis pregrado, Universidad cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/19972?locale=es>
- Ministerio de salud y protección social. (19 de octubre de 2020). Detecte el cáncer de mama a tiempo. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Detecte-el-cancer-de-mama-atiempo.aspx#:~:text=De%20acuerdo%20con%20estimaciones%20de,1%20afectadas%20por%20100.000%20habitantes>.
- Mota, C., Aldana, E., Bohórquez, L., Martínez, S. & Peralta, J. (2018). Ansiedad y calidad de vida en mujeres con cáncer de mama: una revisión teórica. *Psicología y salud*, 28 (2), 155-165.
- Peña, J., García, Y & Joya, A. (2019). Impacto en la autoestima de mujeres diagnosticadas con cáncer de mama en la edad comprendida de los 40 a los 50 años. [trabaja de grado pregrado, Universidad cooperativa de Colombia]. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/14925>
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Sanchez, A., Ventura, J & Fuente, V. (2021). Modelos factoriales de la Escala de Autoestima de Rosenberg en adolescentes peruanos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 26 (1), 47-55. <https://doi.org/10.5944/rppc.26631>
- Souza, T.J. & Cunba, L.E. (2019). Rosenberg Self-Esteem Scale: method effect and gender invariance. *Psico-USF*, 24, 517- 528. <https://doi.org/10.1590/1413-82712019240309>
- Tan, C. & Tan L. (2014). The Role of Optimism, Self-Esteem, Academic Self-Efficacy and Gender in High-Ability Students. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 23, 621-633.