



Mirada hacia el afrontamiento y la calidad de vida de la mujer que padece cáncer de mama

Myriam Piedad Erazo Martínez

Docente Asociada Programa de Enfermería
Universidad Mariana

El cáncer es una enfermedad que se ha convertido en una de las primeras causas de morbilidad a nivel mundial. En este caso en particular, se abordará el cáncer de mama en la mujer, así como el afrontamiento y la calidad de vida de la usuaria que lo padece, teniendo en cuenta la afectación multidimensional que se genera por el diagnóstico, tratamiento y manejo interdisciplinario integral, no solamente a la paciente, también a la pareja y a la familia.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), se estima que para el 2030 habrá un aumento del cáncer de mama en un 46 % en América Latina”, mientras que en Colombia esta enfermedad se perfila como una problemática de salud con incidencia en lo público, debido a que anualmente fallecen 2.649 mujeres por esta causa, según cifras del Ministerio de Salud (2014) y del Observatorio Nacional de Cáncer de Colombia. (Arrieta et al., 2019, p. 117)

Por ello, ante la problemática de salud anunciada, cuando la mujer es diagnosticada con cáncer de mama percibe una serie de sentimientos encontrados, dónde afloran interrogantes como: ¿moriré pronto?, ¿por qué tenía que pasarme a mí?, ¿por qué Dios me castiga de esta manera?, ¿y ahora mis hijos?, entre otros, los cuales son preocupaciones que generan gran incertidumbre acerca de la enfermedad y la vida, así como la incógnita de buscar caminos más cortos para superarla. Un apoyo inicial importante es la pareja y la familia, ya que se convierten en los primeros en tomar cartas en el asunto, orientan las acciones para gestionar la atención médica con la EPS correspondiente, acompañamiento a las citas médicas, exámenes de laboratorio, entre otros, de una manera ágil, con el fin de ganar tiempo para evitar que la enfermedad avance.

Sin embargo, en algunos casos, la realidad es otra, debido a la falta de oportunidad que se presenta en el acceso al sistema de salud, con relación a autorizaciones de procedimientos quirúrgicos y ayudas diagnósticas, la falta de accesibilidad a los servicios de salud de urgencia y procesos ambulatorios, incluyendo entrega y administración segura de medicamentos, lo cual genera estrés e impotencia en la usuaria y la familia, que no tienen otra opción, sino continuar presionando a las entidades de salud para alcanzar una atención integral.

Lastimosamente, en la actualidad, es notoria la presencia de algunos determinantes sociales en la mujer que padece cáncer de mama, como son la escolaridad, estrato socioeconómico, afiliación, estos son factores que influyen en la adherencia de hábitos de vida saludables que garantizan una mejor calidad de vida. Lo mencionado deja claro que la desigualdad social es un agravante que se suma a la problemática de la mujer que padece cáncer de mama, pero existe la otra cara de la moneda, donde la usuaria dispone de mejores condiciones sociales, tiene mayor posibilidad a los servicios de salud, mejores opciones en la alimentación, vivienda, recreación, además de contar con el apoyo de la pareja y familia, como también de tener oportunidades de trabajo que le garanticen el autosostenimiento y promover la adopción de estrategias de afrontamiento activo (Ruiz-Doria et al., 2020).

Al referirse al afrontamiento, una mujer que lucha cara a cara con la enfermedad del cáncer debe asumir, casi que de manera obligatoria, una serie de cambios de tipo biológico, físico, emocional, psicosocial, que le exigen adaptarse a nuevas situaciones a las cuales debe acomodarse poco a poco, con nuevos aprendizajes sobre el manejo de la enfermedad, de los diferentes tratamientos por los cuales debe transitar, además de aceptar los diferentes cambios ocasionados por los efectos adversos del tratamiento farmacológico como: caída del cabello, disfunción sexual, náuseas, vómito, pérdida de peso, tristeza, depresión, cambios en la imagen corporal, baja autoestima, entre otros. Por lo tanto, ante esta situación, no es nada fácil ponerse al frente de una condición de salud tan precaria, razón por la cual, la usuaria que tiene este padecimiento necesita ser fortalecida a

través de diversas estrategias que deben emerger de la pareja, familia, amigos, personal de salud, sin olvidar el componente personal y espiritual, para lograr un afrontamiento decisivo, que promueva una mejor calidad de vida de la paciente, de la pareja y de familia.

En consecuencia, el compromiso del sistema de salud y el manejo holístico requieren de la implementación de procesos de acompañamiento integral, que potencien la capacidad de afrontamiento de la usuaria que padece la enfermedad, con el fin de disminuir los niveles de estrés y mejorar mediante la optimización de recursos personales (Ruiz et al., 2020).

Por otra parte, es significativo mencionar que, padecer cáncer de mama es un factor determinante en la calidad de vida, según estudios realizados frente a este problema de salud pública, a raíz del manejo paliativo se encuentran efectos como la caída del cabello y bello corporal, pérdida de peso, náuseas, vómito, disfunción sexual, etc. Entre los efectos en la salud mental se encuentra la ansiedad, depresión, baja autoestima, que repercuten directamente en el bienestar físico y mental de la mujer, sin embargo, pueden ser fortalecidos, en tanto cuenta con una red de apoyo familiar, social e institucional, que optimice su condición de salud.

Por lo tanto, para alcanzar una óptima calidad de vida, es fundamental el papel de las políticas públicas que respalden el quehacer de las instituciones y el personal de salud, incluyendo cuidados en la alimentación, higiene, uso de pelucas o turbantes y aplicación de implantes que fortalezca su autoestima, acompañamiento a la usuaria y a su familia.

Referencias

- Arrieta de León, I., Cárdenas, E., García, M., Gaviria, A. (2019). Afrontamiento y calidad de vida en mujeres con cáncer de seno: revisión bibliográfica una mirada desde la psicología de la salud. *Revista Universidad Católica. Luis Amigó*, (3), 115-126. <https://doi.org/10.21501/issn.2590-7565>
- Ruiz-Doria, S., Valencia-Jiménez, N. y Ortega-Montes, J. (2020). Condiciones de vida y estrategias de afrontamiento de las mujeres con cáncer de mama en Córdoba, Colombia. *Anales de Psicología*, 36(1), 46–55. <https://doi.org/10.6018/analesps.351701>