

Metas en Psicología

Representaciones Mentales

Conducta Orientada hacia la Meta

[illegible]

Valores Sociales

[illegible]

Creencias

[illegible]

Mandatos Culturales

Expresiones de las participantes referidas a las normas y significados sociales que asocian el cuerpo femenino (especialmente los senos) con la identidad y la feminidad, influyendo en la manera en que las mujeres viven, interpretan y afrontan la enfermedad (Palcio-Cohunga et al., 2021, Rodríguez-Renado et al., 2020).					
P1	Si... lo tomé con calma, a pesar de que mi familia no lo tomó con calma... mi familia, mis, mis primas, ellas no lo tomaron con calma porque decían, "Es que siempre ven que una enfermedad que se llame cáncer es la muerte." Y no es la muerte... eh, si usted lo toma, eh, lo descubre a tiempo, siempre salvación, y, y lo otro es que yo lo tomé con mucha calma, eh, porque por algo, eh, pas, yo siempre he dicho que por algo pasan las cosas, por un, por un aprendizaje y... Bueno, para saber, de pronto, las personas que están al pie de uno o no, solo.	Las creencias siempre es que, que, que una persona que tenga cáncer siempre se va a ir... Siempre, toda persona que diga que tiene cáncer, eh, sienten que se van a ir. De pronto en una época, eh, si... porque no estaba tan avanzada la ciencia, pero yo sé que ahorita hay mucho para uno, para uno vivir... O sea, eh, empezando por los oncólogos o, eh, los medicamentos que le dan a uno, eh, que uno lo tome con mucha tranquilidad, pero hay a veces que, que sabe que tiene cáncer, solamente con saber que tiene cáncer, la depresión los mata.	Puede ser con una prótesis o puede ser con un implante, con una peluca, con unas uñas postizas, unas cejas postizas o unas pestañas postizas, pero hay muchas señoras que se deprimen por solo eso.	Si, sí, porque, eh, a veces perder algo no es fácil, eh, perder un, un seno no es fácil, tanto hasta para la pareja, porque para uno tener como esa intimidad, eh, se siente uno como, uhh como cohibido de que no lo miren a uno así, que es como, como aprender a amarse uno mismo de, de las cosas que, de pronto, faltan, pero se pueden reemplazar.	
P4	Pero a pesar de que yo tenía un cabello muy, muy lindo, a mí lo más duro que me dio fue las pestañas, porque yo también las tenía lindas. Pero un día después dije, "Bueno, ya pasó esta quimio, me siento bien, yo quiero que salgamos a comer. Me voy a ir a maquillar y cuando me fui a maquillar no tenía pestañas." Eso fue lo más duro. Y de, de, de comentarios así más no, no, no.		(Asiente con la cabeza) Y, pues, obviamente yo desde la primera quimio hasta lo último, yo les decía, "Eso es diferente, todos los casos son diferentes." Porque fue así, la primera fue fuerte, fuerte y la segunda yo dije, "Voy a resistir, porque ya sé cómo es la primera." Y eso es falso. Todas, todas son absolutamente diferentes las reacciones.		
P5	"Hay todos los elementos de juicio para a usted hacerle una mastectomía radical. Le ponemos un implante y operamos el otro seno para que no le quede uno aquí y el otro acá. Entonces, le hacemos una cirugía estética a usted va a quedar con unos pechos normales."	A mí me abrieron aquí, así, al frente. Tengo mi par de anclas ahí. Bueno, las tenía porque ya se borran.			
P6	Lo más duro, lo más duro es uno perder su cabello.	Yo me levantaba temprano, corría, bajaba ahí. Mi vida era normal.	Ellos me ven como muy fuerte. Mi hermana, mi mamá. Pero en el fondo uno necesita, o sea, necesita un abrazo, necesita una palabra de	A mí me gustaría que ellos me vieran feliz, activa, que me vean aprendiendo	

Fuentes de Bienestar

En mujeres que se encuentran en remisión completa de Cáncer de mama, las conductas dirigidas al bienestar se entienden como el conjunto de prácticas de autocuidado, adaptación emocional y fortalecimiento de hábitos saludables que permiten afrontar la etapa de supervivencia y mantener una adecuada calidad de vida después del tratamiento oncológico. Estas conductas incluyen actividad física, alimentación saludable, adherencia a controles médicos, apoyo social y estrategias psicológicas de afrontamiento que favorecen el bienestar físico, emocional y social de las sobrevivientes (American Cancer Society, 2022; Hernández Silva et al., 2022).

P1	El tema del gimnasio es para olvidar un poco de la está que paso durante el día, o sea, trato de... Llego al gimnasio y se me olvida que har trabajo, que hay... Es como ese espacio que tengo para dedicarme y no pensar en nada, sino en el momento que estoy, se me vuelve la mente en blanco.	Si, no pienso en nada, solo hacer mi deporte y y si algo así como, como más relajado una vez para empezar el día de trabajo.						
P4	Si, yo voy constantemente, pero nunca muestra este acá en Bogotá es caminar hacia donde mi mamá y desarrollarme cambiando el apartamento.	Ea correcto, Y tiene que salir, de todas maneras, un sentimiento, actitud positiva, eso sí es lo único, lo único superior a la medicina.						
P5	Y yo digo: "La que la vida me venga, bien-vuelto es y sea, voy a aceptar". No voy a la mala día de lo que me llaman, porque empiezo a pensar de cosas y me llamo el tiempo de cosas y me llamo el tiempo con los hijos."	No voy a empezar ahora a competir con los chicos de 20 o las féminas o con mis compañeros que todavía siguen en el mercado, porque no ha sido mi naturaleza y no lo voy a hacer.	Tanto de ser justa y equitativa. Creo que he hecho muy buenas cosas en la vida que me han dado y que después me quedan dando vueltas.	Entonces, la verdad, trata de no escribir esos comentarios negativos en ningún momento de sus hijos, no dejo que entren.	Siempre he sido así, la luz de sus ojos, como él dice, su sola conciencia, la más consciente de sus hijos.	Me gustaría que mi papá alcanzara a ver esto. Él tiene 68 años... ¿sabes? Y yo tanto mucho por él, tanto que un día me llamen y me digan, "Ya no está."	Mi papá empezó a recordar cuando él era pequeño y un día tenía una carpentería. Él quiere como allá con los alumnos.	
P6	"Mis hijos, mi mayor motivación."	"Cocinan, hacenle sentir a los profesores que ya les amo por medio de eso y varios cuentos a mí me hace feliz."	"Mi rutina es levantarme a las 5, preparar el almuerzo para mi esposa, para mi hija."					

Historia de Vida

Las historias de vida son un método no solo para comprender mejor al ser humano, sino también para facilitar la comprensión de las experiencias y procesos que han marcado su desarrollo personal" (Llanos Zuloaga, 2022)

[illegible]

Impacto Emocional

Los cambios físicos pueden producir "alteraciones emocionales asociadas con la percepción de la imagen corporal, la autoestima y la adaptación psicosocial del individuo" (Fingeret et al., 2020).												
P1	Las cejas fue una algo... yo no me miraba en el espejo, pero cuando me llegué a mirar, yo me miré sin cejas y yo sentí que, Dios mío sentí que, en ese momento, se me dijo, "No, eso se acabó la vida."	No me volví a mirar en el espejo, pero hubo una ocasión, ya llevaba la cuarta quinián, eh no sé, me dio por mirarme en el espejo y no tenía cejas, y me puse a llorar y decía: "Me parezco un marciano", porque esa parte de las cejas quedaron blancas, no era el color de mi piel, sino esa parte estaba blanca, entonces, me veía rara... pero hubo algo que se podía solucionar, junté me las maquillaron y quedé con cejas.										
P4	Duro, muy, muy fuerte. Es más, yo al año que me hicieron el control, me salió que me había hecho metástasis en el otro seno. Y yo dije, yo no quiero nada, nada, nada, nada, nada. Dios, haga conmigo lo que quiera, porque no. Si no, por fortuna mi miera fue la que me dijo: "Señora P4 sumerce no ha hecho más sino cuidarse las 24 horas del día. Está raro ese resultado. Tomemos otra opinión." Y hicimos la gestión, tomamos la otra opinión y por fortuna ya no salió nada. Pero también yo digo que le agregué a eso, fue que en esa semana, de todas maneras, yo había perdido mucho la fe en Dios. Y en esa semana retomé la fe y duré esa semana.	El sufrimiento. Mucho, mucho sufrimiento.										
P6	"En el plano sentimental con mi esposo, llevamos 23 años, pero han ocurrido cosas que como que me han esterizado... ¿Por qué no tomé una decisión hace 10 o 12 años?"	"Mi esposo ha estado ahí, pero no como... presente. Está ahí."	"Sé que debo tomar una decisión, pero quiero tomarme mi tiempo."	"Yo no le dije a nadie... yo llegué a la casa y no le dije a nadie."								