Cáncer de mama, más allá del diagnóstico médico, una batalla psicológica y espiritual que transforma vidas

- *A propósito del mes rosa, el Colegio Colombiano de Psicólogos - Colpsic analiza el impacto que tiene para una mujer, a nivel personal y emocional, un diagnóstico de cáncer de mama.*

- *Si bien hay avances en el diagnóstico temprano y el tratamiento a tiempo, se ha evidenciado que las tasas de este cáncer van en aumento.*

- *La enfermedad no solo desafía al cuerpo, sino que pone a prueba la mente de quienes la enfrentan. Desde el temor a la muerte hasta la ruptura de sueños y planes, el diagnóstico desencadena una profunda crisis emocional.*

Bogotá. Octubre de 2025. El cáncer de mama afecta a más de 2,3 millones de mujeres cada año en todo el mundo, según la Organización Mundial de la Salud -OMS, y representa la principal causa de muerte por cáncer entre mujeres. En Colombia, la cifra asciende a más de 16 mil nuevos casos anuales y, en Bogotá, en el primer trimestre se confirmaron 511 diagnósticos nuevos. Sin embargo, la enfermedad no solo desafía al cuerpo. También pone a prueba la mente y la estabilidad emocional de quienes la enfrentan.

Desde el miedo a la muerte hasta la ruptura de proyectos de vida, el diagnóstico desencadena una crisis profunda que sacude la identidad, cuestiona los roles asumidos como madre o padre, pareja, cuidador o profesional y, en muchos casos, confronta directamente el sentido mismo de la vida.

En medio del dolor, la psicología ofrece herramientas clave para sostener, contener y acompañar. Ayuda a reconstruir la esperanza, fortalecer la resiliencia y resignificar la experiencia, abriendo espacio para nuevas formas de conexión personal y espiritual. Expertos en Salud Mental coinciden en que comprender y atender esta dimensión es clave para atravesar la enfermedad sin quedar atrapados en ella, y encontrar sentido más allá del cuerpo.

Pero ¿cómo atravesar esta tormenta sin quedar atrapados en ella? Según Támara Rosa Calvache González, Subdirectora Nacional del Campo Psicología Clínica del Colegio Colombiano de Psicólogos -Colpsic, el primer impacto suele vivirse con miedo y una

Carrera 19 No. 84 - 49.
Antiguo Country
Bogotá, D.C. Colombia
colpsic@colpsic.org.co
www.colpsic.org.co
(601) 745 14 70

icontec ISO 9001
IQNET CERTIFIED MANAGEMENT SYSTEM
SC-2001331

sensación de catástrofe inminente. “Existe una representación social muy fuerte del cáncer de mama asociada a muerte, sufrimiento, caída del cabello, mastectomía y un tratamiento doloroso”, explica. Esto convierte el diagnóstico en una experiencia traumática desde el inicio, especialmente si no se brinda un acompañamiento adecuado desde el primer momento.

Esos cambios físicos representan para muchas mujeres desestabilización de su identidad. El cuerpo, que había sido un territorio de familiaridad, placer y feminidad, se convierte en un campo de batalla. Aceptar esta nueva realidad implica un proceso emocional complejo, en el que reconstruir la autoimagen y resignificar el concepto de integridad femenina se vuelve fundamental para encontrar un nuevo equilibrio, un camino que requiere tiempo y acompañamiento profesional. Aunque en menor proporción, los hombres también pueden padecer cáncer de mama, y enfrentan sus propios desafíos físicos y emocionales, muchas veces agravados por el estigma y la falta de visibilidad de esta enfermedad en ellos.

Los proyectos de vida, los sueños a mediano y largo plazo se ven cubiertos por una nube de incertidumbre. ¿Volveré a trabajar? ¿Podré cuidar de mis hijos? ¿Cómo me verá mi pareja? Estas preguntas invaden la mente de mujeres y hombres que no solo deben atenderse médicamente, sino reorganizar completamente su existencia.

Miedo a la muerte y crisis del sentido

El cáncer de mama detona dos tipos de crisis emocionales: las crisis vitales, propias del curso de la vida, y las crisis circunstanciales, que surgen por eventos inesperados como la enfermedad. En este último caso, la vida se desestabiliza con culpa, ansiedad, tristeza y miedo a la muerte. Si el diagnóstico es avanzado, el reto es aún mayor, porque no solo se enfrenta el tratamiento, sino también la posible despedida.

Esta dimensión, que toca lo más humano, muchas veces pasa desapercibida en el enfoque médico tradicional, que se centra en eliminar el tumor, pero no siempre acompaña al ser humano que está detrás del diagnóstico.

“La afectación es aún mayor si no hay una red de apoyo que se reorganice porque esto puede generar un estrés adicional. No cumplir con lo que se espera de sí misma como mujer, madre y cuidadora se vuelve una carga muy pesada. Además, la dinámica de pareja se puede ver afectada, generando distanciamiento, miedo al rechazo o dificultades para reactivar la intimidad”, explica la profesional en psicología, Támara Rosa Calvache González.

Carrera 19 No. 84 - 49.
Antiguo Country
Bogotá, D.C. Colombia
colpsic@colpsic.org.co
www.colpsic.org.co
(601) 745 14 70

icontec ISO 9001
IQNET CERTIFIED MANAGEMENT SYSTEM
SC-2001331

A pesar de la crisis profunda que implica el diagnóstico, muchas mujeres logran resignificar su experiencia y transformar el dolor en fuerza. La resiliencia es clave, pero no surge sola ni en solitario.

La psicóloga señala que la resiliencia se fortalece con apoyo psicológico especializado, redes de soporte firmes, validación de las emociones y un trato humano durante todo el tratamiento. Por eso, la psico-oncología debe ser un pilar clave en el abordaje del cáncer de mama, con intervenciones interdisciplinarias que incluyan espacios grupales, atención a la familia y políticas públicas que reconozcan la dimensión psicosocial de la enfermedad. Además, la educación debe ir más allá de la autoexploración para ofrecer una visión completa.

Colegio Colombiano de Psicólogos
Colpsic
Octubre de 2025

Carrera 19 No. 84 - 49.
Antiguo Country
Bogotá, D.C. Colombia

colpsic@colpsic.org.co
www.colpsic.org.co

(601) 745 14 70

icontec ISO 9001
IQNET CERTIFIED MANAGEMENT SYSTEM
SC-2001331