

**ESTRATEGIAS Y RECURSOS NOOLÓGICOS EN MUJERES SOBREVIVIENTES AL  
CÁNCER DE SENO**

*“Encontrando nuevos sentidos a la vida”*

**DORALBA ROCÍO BELTRÁN RODRÍGUEZ  
ANGÉLICA MARÍA GALINDO COLON  
DIANA MARCELA MOLANO NIÑO**

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
PREGRADO EN PSICOLOGÍA  
BOGOTÁ D.C  
2015**

**ESTRATEGIAS Y RECURSOS NOOLÓGICOS EN MUJERES SOBREVIVIENTES AL  
CÁNCER DE SENO**

*“Encontrando nuevos sentidos a la vida”*

**DORALBA ROCÍO BELTRÁN RODRÍGUEZ  
ANGÉLICA MARÍA GALINDO COLON  
DIANA MARCELA MOLANO NIÑO**

**Trabajo de grado para optar el título de Psicólogo**

**Asesor:**

**JULIAN FELIPE ALMARIO  
Magister en Psicología Clínica**

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
TESIS DE GRADO  
BOGOTÁ D.C  
2015**

**Notas de aceptación**

---

---

---

---

---

---

---

**Firma del Presidente del Jurado de Tesis**

---

**Firma del Jurado**

---

**Firma del Jurado**

---

**Firma del Jurado**

Bogotá, Colombia (julio 22 de 2015)

## **DEDICATORIA**

A mis queridos padres Janeth Rodríguez y José Beltrán, quienes me formaron en valores, creyeron en mis habilidades y con mucho esfuerzo me permitieron ser profesional. A mi hermana Julieth Beltrán, por sus conocimientos, ayuda y acompañamiento en asignaturas difíciles. A todas las mujeres sobrevivientes de cáncer, por su fortaleza, perseverancia, valentía y ganas de vivir, su ejemplo, hace que las admire y respete. Por último, a Diana Molano y Angélica Galindo por toda su comprensión, no solo en este proceso como investigadoras, sino en toda la carrera, en muchos instantes el factor tiempo me impidió compartir con ustedes, sin embargo es un honor que seamos colegas y amigas. Gracias a todos.

***Doralba Rocío Beltrán Rodríguez***

A Dios por todas las bendiciones y cambios maravillosos que ha hecho durante el transcurso de mi vida, por demostrarme cada día su amor infinito y su respaldo incondicional en cada prueba, en cada triunfo, y en cada día vivido. A mis amados padres Uriel Galindo y María Colón, por todos los valores y consejos maravillosos que me han enseñado a través de sus sabias palabras, así mismo por acompañarme y apoyarme con mucho esfuerzo, cariño, y dedicación durante el transcurso de mi carrera profesional. A mi amiga Mayerly Méndez (mi angelito en el cielo) que a través de su padecimiento de cáncer me hizo comprender el gran valor que tiene la vida, y la importancia de seguir luchando hasta el último instante por disfrutar y mantener una vida maravillosa a pesar de cualquier circunstancia difícil que nos coloque el destino. Finalmente a las mujeres participantes de este proyecto de grado, que a través de su testimonio de vida como sobrevivientes de cáncer de seno, me han mostrado la gran importancia de disfrutar cada momento de vida, viendo y percibiendo nuestra existencia como una bendición maravillosa.

***Angélica María Galindo Colón***

A Joselin y Camila, quienes con sus vidas y el proceso que afrontaron después del cáncer que les fue diagnosticado, nos enseñaron, nos confrontaron, nos unieron y nos permitieron crecer como familia y como personas, cuando el cáncer toca la puerta, comprendes la grandeza de un día vivido, ustedes le dieron propósito a este proyecto. A mis padres, Manuel Molano y Luz Marina Niño por ser los principales maestros de vida, por ser mi refugio y mayor fuente de motivación en cada etapa, gracias a su amor, constancia y esfuerzo hoy estoy culminando mi carrera profesional. Finalmente a todas aquellas personas y familias que se han enfrentado al cáncer, y de los cuales he podido aprender , por sus historias, su lucha y su fe, hoy estoy convencida, que Dios siempre tiene planes mejores y mayores que los nuestros.

*Diana Marcela Molano Niño*

## AGRADECIMIENTOS

A Dios, por su presencia en mi vida, al darme la oportunidad de estudiar otra carrera como la Psicología, permitirme aprender muchos más, conocer personas maravillosas y dar testimonio de que aunque parezca difícil, si creemos en nuestros sueños se pueden alcanzar. A mi madre, por su esfuerzo, su ayuda y su amor inagotable, a mi padre por creer en mí y a mi hermana por todo su apoyo. A mis queridos amigos y colegas por su cariño, compañerismo y comprensión con mi trabajo. A todas las mujeres sobrevivientes de enfermedades como el cáncer de seno, por ser tan valientes y compartir su historia de vida. A nuestro asesor de tesis Julián Felipe Almario por su sencillez, conocimiento y calidad humana, es un honor ser guiadas por una persona con tanto carisma, que nos acompañó en un proceso cargado de emociones, sorpresas y muchas satisfacciones personales y profesionales.

*Doralba Rocío Beltrán Rodríguez*

Han pasado cinco años en los que solo puedo estar infinitamente agradecida con Dios, por orientar mi vida a estudiar una profesión tan maravillosa e enriquecedora como es la psicología, sin duda puedo decir que me siento bendecida por culminar un ciclo más de mi vida en el cual he tenido experiencias que me han hecho ver la vida con otros ojos. En este sentido reconozco que la psicología además de ser una profesión, es un modo de vida, que si lo sabemos asumir de una manera adecuada puede representar una motivación y una fuente de éxito constante para nuestra propia existencia. Por tal razón, al finalizar esta maravillosa carrera solo me queda agradecer: a mis padres por ayudarme a creer que los sueños y metas siempre se hacen realidad, si sabemos esforzarnos para conseguirlos. A mis amigas y colegas Rocío Beltrán y Diana Marcela Molano, por permitirme compartir y así mismo aprender durante la construcción de un proyecto de grado tan especial como este, le agradezco a la vida por darme la gran bendición de su amistad, espero que Dios siempre les conceda grandes triunfos y bendiciones en cada instante de sus vidas.

A nuestro asesor de tesis por siempre tener las palabras correctas de respaldo y apoyo sincero durante todo este proceso. A la familia Guerrero Amador por brindarme su apoyo,

cariño, y amistad sincera, durante cada etapa de mi vida, esto ha hecho que cada uno de ustedes tenga un lugar importante en mi vida.

“Un hoy bien vivido hace que cada ayer sea un sueño de felicidad y cada mañana una visión de esperanza para la construcción de un mejor futuro”.

*Angélica María Galindo Colón*

Han pasado los años y al mirar atrás solo puedo dar infinitas gracias a Dios, por darle a diario propósito a mi vida, sin su dirección, su presencia y su amor incondicional no sería hoy quien soy, El ha sido el autor de mi existencia . A mis padres, por siempre estar ahí dándome apoyo, seguridad, amor y convicción, ellos han sido quienes han forjado en mí la confianza para creer, soñar y nunca rendirme, les amo inmensamente. A mi familia: Alex (mi hermano) , mis tías, mis primas y mi abuela, con su amor, su compañía, sus palabras, su fuerza y sus oraciones, han estado en cada etapa de mi vida, celebrando y alentándome en triunfos y derrotas, gracias por permanecer, es un privilegio tenerlos en mi vida. A mis grandes amistades por su amor, su tiempo, su compañía y su fe en mí y en mis capacidades, sus palabras me han impulsado siempre. A las mujeres participantes de esta investigación, por su tiempo, actitud y corazón dispuesto, para contar su historia y permitirnos hacer parte de ella. A nuestro asesor de tesis, por sus palabras, calidez y apoyo, durante todo el proceso, fue un privilegio aprender de un gran profesional y ser humano. A mis compañeras de tesis y amigas de carrera, ha sido un honor, compartir 5 años de vida, cargados de grandes momentos, gracias por unirse a el propósito de este proyecto, cuando se los propuse, como una somera idea.

*Diana Marcela Molano Niño*

**AGRADECIMIENTO ESPECIAL PARA:**

Ps. Janeth Gómez

Ps. Néstor Mario Noreña

Dr. José Bello



***Experiencias para pensar...***

- *Por favor, doctor, sea Franco. Quiero saber la verdad.*
- *Bueno, tengo una mala noticia. Evidentemente, usted tiene...una enfermedad irreversible, de evolución lenta...caracterizada por una degeneración de las células y...*
- *Escuche, doctor, sea claro: ¿tengo cáncer?*
- *No he dicho eso.*
- *Usted dice irreversible. Es mortal. Entonces es cáncer. Hablemos francamente...  
¿Cuánto tiempo de vida me queda?*
- *Pues sí. Sus días están contados .Pienso que en el mejor de los casos le restan de treinta a cuarenta años de vida.*
- *Pero si no es cáncer, ¿Cómo se llama esta enfermedad?*
- *“La vida”*

***Gerónimo Acevedo***

**ESTRATEGIAS Y RECURSOS NOOLÓGICOS EN MUJERES  
SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DE SENO**

*“Encontrando nuevos sentidos a la vida”*

**Rocío Beltrán, Angélica Galindo y Diana Molano**

**Fundación Universitaria Los Libertadores**

---

**RESUMEN**

El presente es un ejercicio investigativo, direccionado a comprender las estrategias y los recursos noológicos empleados por tres mujeres sobrevivientes al cáncer de mama, para vivenciar y realizar el sentido de vida, haciendo uso de la fenomenología como método investigativo y el análisis del discurso como estrategia.

Para la recolección de la información, se realizaron tres entrevistas semiestructuradas, con cada una de las participantes de la investigación; posteriormente, durante el análisis discursivo, se construyeron matrices de análisis de acuerdo a cinco categorías temáticas: valores, sentido del sufrimiento, libertad, responsabilidad y recursos noológicos.

A partir del proceso de investigación, se encontró que: un diagnóstico de cáncer, posibilitó en cada una de ellas, un conocimiento reflexivo frente al ser, donde elementos como: el reconocimiento del valor de su aprendizaje, la actitud positiva, el amor propio, el sentido del autocuidado y la identificación de valores personales, las movilizaron a cuestionarse por su postura de vida como mujeres y la posibilidad de efectuar cambios oportunos en los diferentes roles que ejercían a favor de una mejor calidad de vida. Concluyéndose que: durante el padecimiento de una enfermedad como el cáncer de mama es posible la realización de estrategias y recursos noológicos de manera intencional, para enfrentar el sufrimiento ineludible pero moldeable a las circunstancias personales.

**Palabras claves:** Logoterapia, sentido de vida, cáncer de seno, valores, sentido del sufrimiento, libertad, responsabilidad y recursos noológicos

## ABSTRACT

The present is a exercise of investigation, approaching to understand the strategies and noológicos resources used by three surviving women of cancer of breast, to experience and realize the sense of life, using the phenomenology as method of investigation and the analysis of the speech as strategy.

For the compilation of the information, tree semistructured interviews were realized, with each of the participants of the investigation. Later, for the discursive analysis, there were constructed counterfoils of analysis of agreement to five thematic categories: values, sense of the suffering, freedom, responsibility and noológicos resources.

From the process of investigation, there was that: a diagnostic of cancer, made possible in each of them, a reflexive knowledge opposite to the being where elements as: the recognition of the value of his learning, the positive attitude, the self-esteem, the sense of taking care of yourself and the identification of personal values, mobilized them, to questioning to his position of life as women and the possibility of effecting opportune changes in the different roles that they were exercising in favour of a better quality of life. Concluding that: during the suffering of a disease like the cancer of breast there is possible the deployment of strategies and noológicos resources in an intentional way, to face the unavoidable suffering but subject to change to the personal circumstances.

**Key words:** logotherapy, meaning of life, cancer breast, values, sense of suffering, freedom, responsibility and noológicos resources.

**TABLA DE CONTENIDO**

**INTRODUCCIÓN.....18**

**JUSTIFICACIÓN.....21**

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....27**

    Pregunta.....30

**OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....31**

    General.....31

    Específicos.....31

**MARCO EPISTEMOLÓGICO.....32**

    1. ¿Qué es la fenomenología?.....32

    2. Origen y características del método fenomenológico.....33

**MARCO DE REFERENCIA.....35**

    1. Humanismo.....35

    2. Humanismo existencial.....37

    3. Análisis existencial.....39

    4. Breve biografía de Viktor Emil Frankl.....43

    5. El hombre y la logoterapia.....44

    6. Diez tesis sobre la persona.....47

    7. Logoterapia.....49

    8. Pilares de la logoterapia.....54

9. Valores.....	59
10. Triada trágica.....	64
11. Sentido del sufrimiento.....	66
12. Manifestaciones del espíritu.....	72
13. Dimensión noológica.....	78
14. Recursos noológicos.....	78
15. El cáncer y su impacto en la vida del hombre.....	83
<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>107</b>
1. Tipo de estudio.....	107
2. Diseño.....	109
3. Método.....	110
4. Técnica.....	111
5. Instrumento.....	112
6. Participantes.....	112
7. Unidades de análisis.....	113
8. Procedimiento.....	115
<b>RESULTADOS.....</b>	<b>118</b>
<b>DISCUSIÓN.....</b>	<b>182</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>192</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>195</b>
<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>196</b>

<b>ANEXOS.....</b>	<b>210</b>
Consentimiento informado (Formato).....	211
Consentimiento informado (Participante A: B.B).....	215
Consentimiento informado (Participante B: C.B).....	219
Consentimiento informado (Participante C: L.M).....	223
Instrumento: Entrevista semiestructurada.....	227
Transcripción de la entrevista: Participante A.....	231
Transcripción de la entrevista: Participante B.....	253
Transcripción de la entrevista: Participante C.....	272

## LISTA DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Tipos de cáncer de mama.....	90
<b>Tabla 2.</b> Estadios del cáncer de mama.....	92
<b>Tabla 3.</b> Asignación de participante A, B y C.....	113
<b>Tabla 4.</b> Definición por categoría de análisis.....	113
<b>Tabla 5.</b> Matriz de análisis por categoría B.B.....	303
<b>Tabla 6.</b> Matriz de análisis por categoría B.B.....	334
<b>Tabla 7.</b> Matriz de análisis por categoría B.B.....	337
<b>Tabla 8.</b> Matriz de análisis por categoría B.B.....	338
<b>Tabla 9.</b> Matriz de análisis por categoría B.B.....	341
<b>Tabla 10.</b> Matriz de análisis por categoría C.B.....	379
<b>Tabla 11.</b> Matriz de análisis por categoría C.B.....	396
<b>Tabla 12.</b> Matriz de análisis por categoría C.B.....	399
<b>Tabla 13.</b> Matriz de análisis por categoría C.B.....	401
<b>Tabla 14.</b> Matriz de análisis por categoría C.B.....	403
<b>Tabla 15.</b> Matriz de análisis por categoría L.M.....	418
<b>Tabla 16.</b> Matriz de análisis por categoría L.M.....	454
<b>Tabla 17.</b> Matriz de análisis por categoría L.M.....	460
<b>Tabla 18.</b> Matriz de análisis por categoría L.M.....	465
<b>Tabla 19.</b> Matriz de análisis por categoría L.M.....	470

**Tabla 20.** Matriz de triangulación (Análisis por categoría Participante A, B y C).....500

**Tabla 21.** Matriz de triangulación (Análisis por categoría Participante A, B y C).....533

**Tabla 22.** Matriz de triangulación (Análisis por categoría Participante A, B y C).....539

**Tabla 23.** Matriz de triangulación (Análisis por categoría Participante A, B y C).....546

**Tabla 24.** Matriz de triangulación (Análisis por categoría Participante A, B y C).....552



**LISTA DE FIGURAS**

**Figura 1.** Diagrama del ser humano tridimensional.....46

**Figura 2.** Los tres niveles del ser humano.....47

**Figura 3.** Jerarquía de valores.....61

**Figura 4.** Modificación de actitudes en situaciones de fracaso y éxito.....70

**Figura 5.** Fases de la prevención del cáncer.....86

**Figura 6.** Anatomía del seno.....88

**Figura 7.** Variables influyentes en los cambios de la imagen corporal.....98

**Figura 8.** Procesos de respuesta de las emociones.....99

**Figura 9.** Acercamiento logoterapéutico al sufrimiento.....184

**Figura 10.** Realización de los valores.....190

## INTRODUCCIÓN

El cáncer de seno es una enfermedad que puede llegar a la vida de cualquier mujer sin hacer distinción de factores como: edad, raza, posición social o religión. Por ende, conocer el diagnóstico de este tipo de enfermedades (que en el imaginario social, se cree son sinónimo de muerte) impacta significativamente el bienestar emocional y psicológico de cualquier mujer, en tanto que, los cambios físicos y sociales, que aparecen como consecuencia de los tratamientos médicos afectan no solo el cuerpo, sino a su vez el estado de ánimo y la calidad de vida de la paciente y de sus familiares. Según Frankl, (2004), el hecho de encontrar un destino ineludible, inapelable e irrevocable le permite a las personas aceptar y encontrar la mejor actitud para soportar cualquier sufrimiento.

Además, está comprendido como la segunda causa de muerte en mujeres diagnosticadas con cáncer en Latinoamérica. La probabilidad de que el cáncer de seno sea responsable de muerte es de aproximadamente 1 en 36 (alrededor del tres por ciento); las tasas de mortalidad del cáncer de mama han ido aumentando desde el 2010 hasta la actualidad, reportándose una mayor prevalencia en las mujeres mayores de 40 años, se cree que este aumento, se relaciona con la edad y sus condiciones de vida, como resultado de que aún no existe una detección temprana de la enfermedad a través de: el autoexamen, pruebas (ecografía mamaria, mamografía, biopsia) o simplemente no hay un adecuado acceso a la información en la población en general, del mismo modo en mujeres menores de 40 años también se evidencian altos índices de morbilidad y mortalidad, teniendo en cuenta factores de orden biológico (Betancourt, 2010).

La presente investigación estuvo enfocada en comprender las estrategias y los recursos psicológicos empleados por tres mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, para vivenciar y realizar el sentido de vida. Como lectores de esta investigación deben saber que la motivación para trabajar una enfermedad como el cáncer y no otra, nace de un acontecimiento familiar de una de las investigadoras y que al unirnos como grupo nos empieza a cuestionar como futuras profesionales en Psicología, a partir de la afectación y transformación que pueden tener: el contexto familiar y social, las esferas afectivas, emocionales y personales en mujeres

sobrevivientes y su influencia en la vivencia y realización del sentido de vida, junto con la búsqueda de recursos propios en condiciones en las que el dolor del tratamiento médico, los cambios en la rutina diaria, los efectos colaterales de la enfermedad y la sensibilización familiar intervienen directamente en el bienestar psicológico y emocional de los pacientes.

Cabe señalar que para Frankl, (1991), “El sentido de la vida difiere de un hombre a otro, de un día para otro, de una hora a otra hora. Así pues lo que importa no es el sentido de la vida en términos generales, sino el significado concreto de la vida en cada individuo” (p.110); es decir que cuestiona a la persona en todas las áreas de su vida positiva o negativamente, invitándola al cambio de actitud y a la búsqueda de posibilidades al evaluar el pasado, el presente y la influencia que tiene en el futuro, al empezar a responder a la pregunta por el sentido en condiciones de enfermedad o simplemente tras ser sobreviviente de la misma, incorporando un aprendizaje significativo en un aquí y ahora cargado de oportunidades.

Nuestra investigación, pretende identificar los valores, el sentido del sufrimiento, la libertad, la responsabilidad y los recursos psicológicos, presentes en el descubrimiento y la realización de un sentido de vida en el afrontamiento de una enfermedad como el cáncer de mama, en mujeres sobrevivientes, desde la logoterapia. Para ello, se hizo uso de una metodología cualitativa, con el fin de dar cumplimiento al objetivo general planteado, a través del método fenomenológico. Para precisar mejor esta revisión, se diseñaron matrices por categorías de análisis y por cada participante, tras ser usada la entrevista semiestructurada, como técnica que permitió el acercamiento a las tres mujeres sobrevivientes al cáncer de seno.

Se concluye que las tres mujeres sobrevivientes al cáncer de mama logran tener una relación más amorosa consigo mismas, tras someterse a tratamientos médicos y quirúrgicos de alta complejidad, aceptando positivamente los cambios físicos que las cirugías, los drenajes y las reconstrucciones dejan en su cuerpo. Del mismo modo los recursos psicológicos y las estrategias que cada una utiliza para enfrentarse a la enfermedad, les permite vivenciar sentido de vida.

En este orden de ideas, a través de la logoterapia, se pretende visibilizar la realidad humana a partir de la búsqueda de recursos y estrategias vivenciados en cada una de las mujeres participantes en la investigación y que son en la actualidad sobrevivientes al cáncer de seno; como lo mencionan Acevedo & Battafarano, (2008) el hombre en su desnudez y profundo dolor (sufrimiento) nos inquieta abismalmente, por lo tanto, es un desafío comenzar a comprender cada persona desde las experiencias que vive e incorporándolas como profesionales a la Psicología.

## JUSTIFICACIÓN

El cáncer de mama es una de las enfermedades con mayor incidencia en la población femenina a nivel mundial, de acuerdo a estadísticas de organizaciones como la OMS. Para Angarita & Acuña (2008), se define como: el crecimiento anormal y desordenado de células del epitelio de los conductos o lobulillos mamarios, causando que las células sanas de la glándula mamaria se degeneren y se transformen en tumorales, proliferando y multiplicándose posteriormente hasta constituir un tumor.

Sin embargo, a pesar del creciente aumento del número de casos diagnosticados anualmente con cáncer de mama, también existe una menor tasa de mortalidad, relacionada a factores como: un diagnóstico y tratamiento oportunos, campañas de promoción y prevención y finalmente el aumento de investigaciones desde las diferentes ciencias que estudian al ser humano (medicina, psicología, sociología, entre otras), que construyen un referente esperanzador en relación a la disminución y afrontamiento del cáncer de seno en las mujeres (ASCO, 2012).

Podemos definir la sobrevivencia, como: “el proceso de vivir con cáncer, soportar el cáncer y sobrevivir a la enfermedad” (ASCO, 2012, p.5). También es comprendida como un periodo de emociones y sentimientos encontrados, que difieren de una mujer a otra, de acuerdo a la comprensión subjetiva que logran construir durante su enfermedad y el proceso médico al que son sometidas. Sin embargo, a menudo pueden presentarse tres realidades en las mujeres sobrevivientes, ante su nueva condición: sienten alivio porque su tratamiento terminó, apreciando más la vida y logrando una mayor aceptación de sí mismas, algunas se preocupan por no estar haciendo lo suficiente para combatir activamente el cáncer, aun después de culminar el proceso de tratamiento y finalmente otras manifiestan sentirse ansiosas e inseguras, al pensar en la posibilidad de que vuelva a reincidir el cáncer en sus vidas y/o cómo sobrellevar las exigencias de su existencia (ASCO, 2012).

Es decir que, el diagnóstico de un cáncer de mama, implica entonces el afrontamiento de diferentes factores a nivel físico, emocional, cognitivo y social, que se ven afectados

directamente durante el transcurso de la enfermedad y la culminación de la misma. Por ende, los cambios globales que comienzan a presentarse en la vida de la mujer con cáncer de seno, requieren de ella disposiciones particulares y esfuerzos significativos para lograr una favorable adaptación a su realidad actual (Fuentes & Blasco, 2012).

Por tanto, aun ante la manifestación de emociones como: miedo, angustia y ansiedad, después de verse enfrentadas a un diagnóstico que implicó toda una serie de cambios en las diferentes esferas de su existencia, en la actualidad, los estilos de vida de algunas mujeres sobrevivientes (adoptados durante el transcurso de la enfermedad) visibilizan las transformaciones a nivel físico, emocional, psicológico y social, que lograron desarrollar a favor del afrontamiento positivo y proactivo de su realidad y por ende de un mejor pronóstico de vida.

Ahora bien, al identificar el afrontamiento positivo que logran desarrollar algunas mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, durante el padecimiento de la enfermedad, expuesto en fuentes como: testimonios de vida, blogs y libros de algunas de ellas, es que surge el interés de la investigación, pretendiendo profundizar en la posible relación entre el cáncer y la vivencia de recursos psicológicos y valores en la población femenina sobreviviente, como elementos que permiten el descubrimiento y construcción de sentido de vida durante experiencias que implican sufrimiento y dolor inevitable.

Como nos cuenta Acevedo (2005), frente a problemas de salud con un alto impacto en la estabilidad del hombre, es relevante observar más allá de las implicaciones biológicas (que sustentan la aparición de una patología), dando “entrada” a una visión integral del ser humano, donde se permita la profundización y análisis de aquellos recursos y estrategias presentes en la persona, para afrontar la enfermedad.

Es decir que, tener un acercamiento al relato de las mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, en relación a su experiencia vivida durante el transcurso de la enfermedad, explorando aquellos elementos que les permitieron realizar sentido de vida, puede hacer visible la importancia de la aplicación de la logoterapia, (como un enfoque psicoterapéutico, que

profundiza en el sentido vida) en la intervención psicológica con personas diagnosticadas con cáncer.

Brindar un espacio a la profundización en aspectos relevantes de la historia y el presente de quien sufre o sufrió una enfermedad, puntualmente en áreas como: el significado personal de un diagnóstico, los proyectos de vida que posee, la concepción de lo que ha vivido y las actividades que realiza en su presente, pueden contribuir a la comprensión de la importancia de intervenciones psicoterapéuticas con pacientes oncológicos, direccionadas al descubrimiento y/o fortalecimiento del sentido de vida (Acevedo, 2005).

A su vez, comprender la relación entre el cáncer y la vivencia de recursos psicológicos y valores para el descubrimiento de sentido de vida, durante el padecimiento del mismo, es pertinente para la psicología, en tanto que esta es una ciencia que continuamente se pregunta por la experiencia humana y la forma de favorecer la comprensión y resolución de los conflictos a los que se ve enfrentado el ser humano, (durante la vivencia de experiencias que lo impactan a nivel emocional y psicológico) a través de sus potencialidades personales, como lo menciona Martínez, M. (2007), en relación al enfoque que debe poseer el paradigma psicológico:

*“con la adopción de un enfoque inicialmente descriptivo permitiremos al fenómeno que hable por sí mismo y en su apariencia podrá revelar algo que no está plenamente patente o incluso algo que se mantiene escondido a la observación normal. En este sentido se dice que los fenómenos tienen "significado", "sentido" o "dirección", porque provienen de algo y se refieren a algo que está más allá de lo que "es dado". Este enfoque es también la mejor vía para distinguir y diferenciar lo que ofrece el fenómeno de por sí y lo que le añade el ser humano, pues toda persona es a la vez un "receptor" y un "dador" de significados. El significado del fenómeno es el resultado de un proceso, la resultante de una*

*interacción, un diálogo o una dialéctica entre el sujeto y el mundo”*  
(p.24).

Es decir que nuestra investigación, esta direccionada a brindar aportes a la psicología específicamente en el campo psicoterapéutico, donde profundizar en la visión logoterapéutica, de las potencialidades y capacidades que el hombre puede desarrollar a través de la vivencia de situaciones ineludibles o carentes de sentido durante la existencia, (para nuestro caso el cáncer) puede influenciar el tipo de intervenciones efectuadas con pacientes oncológicos y visibilizar la relevancia de la misma durante el abordaje profesional de este fenómeno.

Al elaborar un breve análisis del antes, durante y después del proceso que vive una persona diagnosticada con cáncer, se logra evidenciar que es importante desde la psicología, resignificar la conceptualización biomédica del hombre enfermo y con limitaciones, fortaleciendo la visión desde la perspectiva humanista-existencial de la persona como un ser libre, que tiene la capacidad de elegir su actitud frente a situaciones inesperadas e inmodificables de la vida; donde el espíritu personal, le permite ir más allá de la frustración y la enfermedad (Lukas, 2004).

El enfoque humanista existencial prioriza en las capacidades y potencialidades del ser humano ante el sufrimiento, atribuyendo un protagonismo particular, a manifestaciones en el hombre como: la libertad, la responsabilidad, el dolor, los valores y el sentido de vida. De allí pues, que todos estos elementos pueden ser desarrollados o transformados, durante la vivencia de una enfermedad de alto impacto como el cáncer, al hacer parte de esas experiencias que implican sufrimiento durante su vivencia.

Es decir que, ahondar en el enfoque humanista existencial durante esta investigación, delimita específicamente sus aportes a nivel teórico y empírico hacia esta línea de profundización, presente en la facultad de Psicología de la Fundación Universitaria Los Libertadores, en tanto que, a través de la publicación de la misma, sirve como referente teórico y empírico, para quienes elijan durante el transcurso de su carrera este paradigma de la psicología, puesto que expone durante su marco referencial y su contraste con los resultados, la relevancia



de las propuestas de autores como: Viktor Frankl, Elizabeth Lukas, Gerónimo Acevedo, José Freire, María Noblejas, Efrén Martínez, entre otros, quienes han profundizado en temáticas afines a este enfoque.

Por otro lado, durante el desarrollo de la investigación y específicamente a partir de los resultados y las conclusiones formuladas, se profundiza en la sustentación empírica de las propuestas teóricas de Viktor Frankl, como precursor de la visión logoterapéutica, en el trabajo con el ser humano.

Además, esta investigación no solo pretende generar un aporte a nivel teórico y empírico para la psicología, sino a su vez, se direcciona a sensibilizar a la población femenina diagnosticada con cáncer, frente a las múltiples posibilidades del afrontamiento del mismo a través de: la transformación de rutinas de vida, la atribución de nuevos significados a la existencia, la búsqueda de fuentes de motivación intrínsecas y extrínsecas y por ende el descubrimiento de un sentido de vida durante la enfermedad, que favorece una mejor calidad de vida e incluso un mejor pronóstico médico.

Ahora bien, es importante mencionar que la población participante de la investigación, a través del desarrollo de las entrevistas, puede realizar un ejercicio reflexivo entorno a su experiencia vivenciada, proceso que les permite por un lado “darse cuenta” de las capacidades, fortalezas y potencialidades que tuvieron y/o desarrollaron durante el proceso de la enfermedad para favorecer el afrontamiento de la misma y que se conservan hasta la actualidad y por otro lado, el reconocimiento y/o cuestionamiento frente a su postura de vida en el presente, favoreciendo procesos continuos de confrontación y movilización al cambio para una mejor versión de sí mismas.

En este sentido, la pertinencia de esta investigación para la psicología y para las ciencias humanas, radica en la profundización que efectúa del sentido de vida y el descubrimiento del mismo, como un factor relevante durante el padecimiento de enfermedades como el cáncer, para

el afrontamiento positivo y proactivo del diagnóstico y el posterior tratamiento, impactando de forma integral todos los contextos inherentes a la cotidianidad de quien es diagnosticado.

Finalmente, este trabajo permite a las investigadoras un acercamiento a profundidad a nivel teórico y empírico al enfoque humanista existencial, en relación a fenómenos preponderantes a nivel biológico (en primera instancia) que afectan a la población mundial, como lo es el cáncer; es importante mencionar que aun cuando el primer ejercicio de acercamiento al fenómeno se da por una vivencia personal, durante el desarrollo de la investigación, las investigadoras se formulan cuestionamientos y posturas frente a la realidad del fenómeno, que permiten una comprensión como profesionales de la relevancia del trabajo psicoterapéutico con población oncológica, específicamente este tipo de intervenciones, atravesadas por las propuestas teóricas de Viktor Frankl y otros logoterapeutas entorno al ser humano y el trabajo con el mismo.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El cáncer, es comprendido como una enfermedad de alto impacto para la población mundial, cuyo origen, radica en el crecimiento anormal y desmesurado de células cancerosas y/o malignas a gran velocidad, afectando tejidos y órganos sanos del cuerpo, al respecto Camargo, Wiesner, Díaz & Tovar, (2004), afirman que: “Es causado por las alteraciones celulares, ocurridas cuando la clave cromosómica genética ha sido alterada, por lo que las células reciben mensajes erróneos. La célula cancerosa pierde el control de su propio desarrollo, de modo que se divide en más células a mayor velocidad que el resto de tejidos a los que pertenece, sin cumplir las funciones para las que ha sido creada” (p.8).

En Colombia, durante el año 2012, se reportaron cerca de 38000 muertes a causa del cáncer (MinSalud, 2014), haciéndose evidente, como los diagnósticos por tumores de tipo maligno son una problemática a nivel nacional, en cuanto a salud se refiere, que va en aumento y que afecta transitoriamente a la población colombiana en general. Según la OMS (2015) “Se prevé que, a nivel mundial, la mortalidad por cáncer aumentará un 45% entre 2007 y 2030 (pasará de 7,9 millones a 11,5 millones de defunciones)” (parr.1)

Específicamente, en referencia a la población femenina, es el cáncer de seno “la primera causa de enfermedad y muerte entre las mujeres, con 8.686 casos nuevos por año y 2649 muertes, seguido por el de cuello uterino con 4661 casos diagnosticados” (MinSalud, 2014, Párr.19), en tanto que posee una mayor frecuencia de aparición, a causa de diferentes factores de riesgo entre los que se destacan: la edad, antecedentes familiares, factores hormonales, alteraciones genéticas (genes BRCA1, BRCA2 y otros), dietas y estilos de vida (Bayo, et al, 2007).

No obstante, aun cuando las estadísticas evidencian una significativa tasa de mortalidad en relación al cáncer de mama en las mujeres, en la actualidad existe una significativa población femenina de sobrevivientes, visibilizando así la posibilidad de sobrepasar la enfermedad y sus respectivas secuelas tanto a nivel médico-quirúrgico como emocional y psicológico. Es en este

contexto que durante el siglo XXI, se ha comenzado a hacer frente al cáncer de seno a través de la elección de actitudes positivas por parte de quienes son diagnosticadas, para afrontar la enfermedad con valentía y lucha, a favor de un mejor pronóstico de vida (García & Gallego, 2009).

Por ende, aunque las cifras de mortalidad reflejen una realidad ineludible alrededor del cáncer de mama y su “multifactorial” aparición, incluso ante las continuas campañas de promoción y prevención para la detección temprana y oportuna del cáncer (a través de acciones como: el autoexamen, las visitas periódicas al médico y la reducción de factores de riesgo mencionados anteriormente), los profesionales inmersos en el campo de la salud donde se incluye la psicología, deben construir una mirada comprensiva e integradora desde su especialidad a este fenómeno, teniendo en cuenta que no todas las mujeres mueren por un diagnóstico oncológico incluso en estadios avanzados y cuales son quizás los elementos influyentes en la construcción de un contexto favorable para afrontar la enfermedad y desarrollar altas expectativas de vida o someterse ante la misma y procurarse un menor tiempo de supervivencia (Acevedo, 2005).

Es en este punto, donde surge la pregunta problema de la presente investigación, al cuestionarnos frente a los elementos o factores influyentes en el pronóstico favorable que logran consolidar mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, por lo tanto, son necesarios dos procesos: por un lado la investigación de elementos teóricos que permitan la comprensión del cáncer como un fenómeno en aumento a nivel mundial y su repercusión durante su aparición repentina en la estabilidad emocional, psicológica y social e incluso espiritual de quienes son diagnosticados, y como segundo aspecto, la exploración de una postura epistemológica que permita de forma profunda y completa establecer conceptos que favorezcan la comprensión del proceso autorreflexivo, autocomprensivo y de trascendencia que efectúan la población femenina sobreviviente, para afrontar positivamente la enfermedad e incluso desplegar una mejor versión de sí mismas.

De este modo, se elige la logoterapia como una orientación psicoterapéutica fundada por Viktor Frankl, que se direcciona hacia la reflexión sobre la existencia, comprendiendo al hombre como un ser libre y responsable de asumir el sentido de su vida; es decir, que desde esta perspectiva, permite la comprensión del hombre “con potencialidades” para enfrentar cada una de las situaciones en las que se pueda ver inmerso durante la existencia; además, de permitirnos como investigadoras, acercarnos al fenómeno a través de las conceptualizaciones que construyen los teóricos logoterapeutas alrededor la vida, la muerte, el dolor y/o el sufrimiento (Molla, 2002), siendo estos elementos presentes de forma directa o indirecta durante el diagnóstico, tratamiento y rehabilitación del cáncer de seno.

Ahora bien, al considerar pertinente la postura logoterapéutica, para la comprensión del proceso favorable que logran desarrollar algunas personas (particularmente para nuestra investigación mujeres que vivenciaron el cáncer de mama), es necesario, delimitar aquellos conceptos puntuales que se acercan a una posible comprensión de la relación cáncer-sobrevivientes.

De allí pues, que el punto de encuentro entre la logoterapia, el cáncer y las sobrevivientes, podría delimitarse a través del sentido de vida, definido por Acevedo (2005) como aquel: “que debe buscarse a partir de la experiencia de cada ser humano: es único para cada persona y se revela a través de los innumerables significados parciales que ofrece cada una de las situaciones existenciales” (p.49); donde a partir de su carácter singular, único, situacional, específico y experiencial, puede llegar a describir las particularidades de la visión existencial de un ser humano durante una situación particular.

En efecto, al profundizar en el sentido de vida, como una de las principales propuestas conceptualizadas por Viktor Frankl, como precursor de la logoterapia, se comprende su relevancia durante la atribución de significado a eventos y/o situaciones que carecen del mismo y frente a las que el ser humano no solo debe afectarse sino a su vez responder a partir de los recursos, valores y convicciones constituidas a lo largo de su existencia.

Para Freire (2002), los recursos y valores se consolidan cuando los seres humanos tienen la capacidad de verse a sí mismos de manera diferente, desplegando sentido en situaciones que posibilitan elegir, decidir y actuar de manera concreta, accediendo al sin número de posibilidades que brinda la existencia.

Es por ello, que para el desarrollo de la investigación, consideramos pertinente realizar una comprensión fenomenológica (puesto que se pretende un acercamiento a la realidad, tal como se presenta) del sentido de vida, presente en algunas mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, a través de los recursos, valores y estrategias, que han desarrollado a lo largo de su existencia e incluso durante el padecimiento de una enfermedad de impacto significativo, como el cáncer.

Por último, es conveniente mencionar, que aunque en la actualidad, existen un amplio número de investigaciones en relación al cáncer de seno como un fenómeno de crecimiento paulatino a nivel mundial, el abordaje que la mayoría ha efectuado, profundiza en aspecto como: la calidad de vida, manejo médico, impacto psicosocial, representaciones sociales y/o tipos de intervenciones psicológicas, por lo cual surge el interés de realizar un acercamiento al fenómeno, desde una mirada logoterapéutica, a través del análisis del discurso, que permita una amplia comprensión de elementos importantes dentro de la construcción de sentido de vida para mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, a partir del relato de su historial personal.

### **Pregunta**

¿Cuáles son las estrategias y los recursos psicológicos que emplean tres mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, para vivenciar y realizar el sentido de vida?

## **OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **General**

Comprender las estrategias y los recursos psicológicos empleados por tres mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, para vivir y realizar el sentido de vida, a través del desarrollo de entrevistas semiestructuradas.

### **Específicos**

1. Distinguir los recursos psicológicos vivenciados por tres mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, a través del análisis del discurso de cada una de ellas.
2. Identificar la presencia de los valores, en la vivencia y realización del sentido de vida, de tres mujeres sobrevivientes al cáncer de seno, haciendo uso de matrices de análisis.
3. Reconocer la importancia de la realización del sentido de vida, en el afrontamiento de una enfermedad como el cáncer de seno, a través de las vivencias expresadas en el análisis del discurso de las participantes.

## MARCO EPISTEMOLOGICO

A continuación, se referenciará la fenomenología como método elegido por las investigadoras y como forma de aproximación entorno al fenómeno trabajado (cáncer de seno) para realizar la comprensión, profundización y la posible resolución de cuestionamientos en relación al mismo (sentido de vida).

### 1. ¿Qué es la Fenomenología?

La fenomenología es una metodología descriptiva, cuyo centro conceptual parte de la priorización de la vivencia en el hombre, atribuyendo a la misma un sentido intencional; a través de su postura hacia la comprensión y descripción de la esencia del ser, permite un acercamiento profundo a los fenómenos, instaurando desde su aplicación la premisa de un accionar científico desligado de conceptos a priori, prejuicios o ideas del investigador alrededor de aquello que investiga, con el objetivo de brindar un conocimiento más fiel a la realidad (Figuroa, 2008).

Además, este método permite al investigador una comprensión compleja de la realidad (situación), al ser analizada desde dos perspectivas: la del fenómeno como tal y la del intérprete, cuyo objetivo es la búsqueda de una intersubjetividad en común para las personas que comparten el mismo mundo en un momento dado de su historia de vida. De esta forma se construye una aproximación abierta al fenómeno de estudio, buscando el sentido y las oportunidades de explicación del mismo en un contexto interpretativo (Kockelmans, 1975).

En palabras de Martínez, M (2010) “El énfasis primario de la fenomenología está puesto en el fenómeno mismo, es decir, en lo que se presenta y revela a la propia conciencia y del modo como lo hace: con toda su concreción y particularidad y esto no sólo tendría su estructura y regularidad, sino una lógica que sería anterior a cualquier otra lógica” (p.25).



Finalmente, la fenomenología se presenta como un enfoque particular, que se constituye metodológicamente en un estudio vivencial de la interioridad personal del sujeto, percibida de su interacción existencial con la realidad (Méndez, 2009).

## **2. Origen y características del método fenomenológico**

La fenomenología, es un concepto creado por el filósofo alemán Edmund Husserl, con el objetivo de superar la crisis de la ciencia vinculada a rigurosos estudios científicos que no proporcionaban una orientación adecuada a los problemas del presente; en este contexto, nace la fenomenología como un método de aproximación a la realidad, cuyo estudio se fundamenta en los fenómenos o la esencia de las cosas, prevaleciendo la conciencia como pauta principal para captar la realidad, a través de una mirada subjetiva que permita hacer presente la experiencia tal como se vivencia colocando entre paréntesis el juicio, los supuestos, opiniones o interpretaciones que tenga la ciencia o quien investiga respecto al fenómeno estudiado (Bolio, 2012).

La conciencia para la fenomenología está definida por la intencionalidad, es decir por la particularidad de estar siempre abierta y referida a una clarificación subjetiva, que permite detallar el sentido de las cosas y atribuirles un valor permanente que nunca cambia ni se ve afectado por ninguna circunstancia en particular (Yáñez, 2010).

Desde esta premisa, Husserl distingue dos formas de relación de la conciencia con el mundo; la primera es la forma natural o ingenua en que todos nos desenvolvemos en el mundo en el que nacemos, trabajamos, pensamos y morimos, y que por lo tanto se nos presenta como realmente existente, la segunda se refiere al mundo visto con la perspectiva del fenomenólogo, que ya no da por supuesta su existencia, sino que la estudia en forma crítica y reflexiva, como instituida por actos intencionales de una conciencia pura (León, 2009).

Para Husserl, la fenomenología debía instaurarse como una filosofía absoluta, que partiera de hechos e interpretaciones con validez general para la ciencia, respecto a la conciencia y los fenómenos alrededor de la misma, no obstante, en la búsqueda del perfeccionamiento de su

método dentro de la rigurosidad científica impuesta en la época desde las ciencias naturales, este autor propone la psicología fenomenológica, en la que encuentra argumentos para relacionar “la fenomenología como ciencia filosófica estricta y fenomenología como ciencia empírica de lo psíquico” (Figueroa, 2008, p.228). Es así como entre 1925 y 1928 desarrolla la psicología fenomenológica, teniendo en cuenta algunos aspectos a continuación mencionados:

- a. La intencionalidad de la conciencia: propuesta por Brentano un siglo atrás y retomada por Husserl, en relación a la esencia de esas intenciones, donde “toda conciencia es conciencia-de un fenómeno y todo fenómeno solo puede ser lo que es como termino o referencia de la conciencia” (Figueroa, 2008, p. 230), en tanto que la intencionalidad permite la comprensión del sentido de lo que vive y como se vive. La esencia de lo psíquico, donde la mirada se centra en aquello que es, al constituir un saber que delimita quien es el ser, más allá de lo material, racional o la realidad misma (Figueroa, 2008).
- b. La reducción fenomenológica, significa colocar “entre paréntesis” lo que se supone como ya sabido, para así intentar llegar a la esencia de las cosas que conforman el objeto de estudio (León, 2009); denominado así el Époche “epojé”, Husserl lo propone como un salir de: ideas preceptos, teorías y convicciones personales para dar lugar a lo más puro de lo psicológico del ser (Figueroa, 2008).

Además, Bolio (2012), define la psicología fenomenológica, como aquella que “no se agota en la experiencia del sujeto como un yo, sino como un yo en la experiencia comunitaria. La experiencia de lo psíquico en general es reflexión sobre la vivencia contemplada como un fenómeno. A esto le llama Husserl “experiencia pura”. Se trata de lo peculiar de lo puramente psíquico mismo” (p.26).

Finalmente, el método fenomenológico se aproxima al ser humano a través de la lectura y comprensión de la experiencia del hombre como prioridad, sobrepasando otros intereses analíticos alrededor del ¿Qué? y el ¿Por qué?, y centrándose en el ¿cómo? de las acciones humanas (Castro & García, 2008).

## MARCO DE REFERENCIA

A través del marco referencial, se pretende como investigadoras, desarrollar los referentes teóricos pertinentes, contextualizando el paradigma elegido para la comprensión del cáncer de mama (fenómeno); es decir que, durante este apartado, el lector podrá comprender la pertinencia epistemológica de estas propuestas, dentro de la metodología utilizada durante el desarrollo práctico de la investigación y el posterior análisis de los resultados.

Actualmente, existe una amplia cobertura en investigaciones, teorías y avances sobre el cáncer, en relación a temas como: el manejo médico, el tratamiento psicológico, el impacto psicosocial, la calidad de vida y estadísticas principalmente. Para nuestro caso, es importante comprender este fenómeno y el impacto en la vida de la mujer sobreviviente, desde el enfoque de la psicología humanista existencial.

Los referentes conceptuales mencionados a continuación, se enfocan en presentar aportes teóricos en relación a los ejes temáticos que dan fundamento a la investigación, entre los que se destacan: la logoterapia, el análisis existencial, los valores, el sentido del sufrimiento, los recursos psicológicos, entre otros.

### 1. Humanismo

*“Si uno toma las personas por lo que son, las hace peores; pero si las toma por lo que deberían ser, las ayuda a ser todo el potencial que pueden ser”*

*Goethe*

Es un movimiento surgido en Norteamérica en la década de los años sesenta, orientado principalmente a construir una nueva visión de hombre desde la psicología, donde además de destacar la relevancia de la mente y el cuerpo, se dio lugar al ser humano a través del espíritu (Imbernon & Valdecasas, 2009).

Desde esta perspectiva, psicólogos humanistas de la época como: Abraham Maslow, Carl Rogers, Gordon Allport, Charlotte Bühler, Rollo May, Viktor Frankl, Wilhelm Dilthey, Edward Spranger, William Stern, Kurt Lewin, Kurt Goldstein, Gardner Murphy, Erich Fromm, Fritz Perls, Eric Berne, entre otros, por medio de la orientación hacia un nuevo modo de pensar sobre el hombre, liberan a la psicología de restricciones artificiales y deterministas, impuestas por teorías de orden psicoanalítico y conductista principalmente (Martínez, M. 2007).

El humanismo se reconoce como “la tercera fuerza” de la psicología, creada como un reproche ante la profunda insatisfacción que se presentaba en relación a la visión de hombre, constituida en primer lugar, por el conductismo quien conceptualiza al ser humano como un individuo mecánico a merced de los estímulos ambientales (Henaó, 2012). Y en segundo lugar, por el psicoanálisis quien concibe al hombre como un sujeto que se moviliza a través de la satisfacción de sus motivaciones básicas, específicamente el placer, para Freud; es decir que las propuestas conductistas y freudianas, respecto al hombre generaban un reduccionismo que imposibilitaba el estudio de lo específicamente humano en relación a la vivencia plena de la subjetividad (Acevedo, 2005).

Además, los humanistas encabezados por Rollo May se centraron en el dilema del hombre, es decir en la capacidad que tiene este para sentirse como sujeto y objeto al mismo tiempo, preocupándose por impulsar la visión humanista de la psicoterapia e introduciendo en la misma una mirada hacia las experiencias existenciales de la ansiedad, el amor y el poder (Gross, 2007).

A partir de estas ideologías de Gross (2007), se construyeron algunos postulados característicos del humanismo existencial, mencionados a continuación:

- a. El hombre es algo más que “la suma de sus partes”.
- b. El hombre es un ser social que lleva a cabo su propia existencia a través de la relación con otros seres humanos.

- c. El ser humano es una persona consciente, debido a que su propia conciencia forma parte relevante de su ser, influyendo en la capacidad de elección en medio de cualquier circunstancia.

Finalmente, Psicólogos de la personalidad como: Gardner Murphy, Henry Murray, Hadley Cantril, George Kelly y Gordon Allport, comprenden la personalidad humana como un proceso de desarrollo que acompaña al hombre desde el nacimiento hasta la muerte y que se configura a través de rasgos y cualidades específicas que constituyen la unicidad en el hombre (Gondra 2001).

*“El concepto del ser humano que tiene la psicología humanista es sumamente rico y complejo. Esta orientación no se da a excluir de su estudio nada de todo lo que, según su enfoque, identifica y distingue mejor al hombre, como es la libertad, la creatividad, los valores, el amor, actuar con un propósito y dirigirse hacia una meta, la auto-realización, el sentido de la vida, del sufrimiento y de la misma muerte” (Martínez, M. 2007, p.14).*

## **2. Humanismo existencial**

*“Solamente el ser humano de entre todos los seres, cuando está dirigido por la voz del ser,  
Experimenta la maravilla de todas las maravillas: que lo que es, ES”  
Heidegger*

Para Gross (2007) & Gondra (2001), el humanismo existencial fue un movimiento plural que integro muchas escuelas e ideologías convergentes como: la fenomenología, el análisis existencial (con influencia de la filosofía existencialista europea), partidarios de la teoría orgánismica, psicólogos evolutivos y psicólogos de la personalidad, que permitieron una mayor comprensión del ser humano a través de los siguientes aspectos: el trabajo con la ciencia del

espíritu construyendo una visión más profunda de la existencia humana, la mirada de una actitud reflexiva en el hombre y la relevancia de la experiencia (subjctiva) y su influencia en la vivencia de cada ser humano.

La concepción de la filosofía existencialista que iniciaba en Europa con premisas de Karl Jaspers, Martin Heidegger y Jean Paul Sartre que hacían énfasis en aspectos como: la libertad humana, la conciencia, la autoconciencia, la individualidad y la posibilidad de elección que tiene el hombre, afirmando así el carácter libre y responsable de la existencia del ser humano y permitiendo una reflexión más profunda y vivencial entorno al ser (Gondra, 2001).

En este orden de ideas, para Martorell & Prieto (2008), el humanismo existencial se niega a reducir al ser humano a una entidad cualquiera, sea esta la de animal racional, ser social, ente psíquico o biológico, es decir que se centra en la persona y su experiencia interior como objetivo principal; aludiendo a las capacidades del ser humano para tomar conciencia haciéndose responsable de su propia existencia y reconocer que a pesar de las condiciones impuestas por su herencia o por limitaciones mentales y/o físicas, aún existe un ser con un potencial y un sentido interior (Imbernon & Valdecasas, 2009).

Además, desde la perspectiva existencialista, se considera que en el interior de todo ser humano prevalece la capacidad de crear y descubrir nuevas opciones y alternativas para orientar su vida, permitiéndose la configuración de sentido a través de los valores y el significado personal que el hombre atribuye a cada situación de su vida (Martorell & Prieto,2008).

Concluyendo, es conveniente mencionar que el humanismo existencial aporta nuevas formas de percibir y pensar al hombre, presentándolo como un ser consciente, libre y responsable frente a su existencia, es por este motivo que este enfoque se centra en el presente de la persona y como este se puede construir y modificar según desarrolle y descubra su propio sentido de vida (Martínez, M. 2007).

*“A los psicoterapeutas de orientación humanista-existencial les interesa en particular la exploración fenomenológica de los fenómenos propiamente humanos y psicológicos, una aproximación dedicada a la investigación de un objeto de estudio representado por la existencia y la experiencia consciente del individuo” (Moreira, 2001, citado por, Sassenfeld & Moncada, 2006).*

### **3. Análisis existencial**

*“La existencia humana, en su fundamento existencial, no es jamás solo un objeto que está ahí presente, tampoco es un objeto autocontenido, en vez de esto, la existencia consiste puramente en posibilidades invisibles e intangibles que pueden ser percibidas y encontradas al ir existiendo”*  
*Heidegger*

“El análisis existencial caracteriza y califica la esencia de la existencia en el sentido de que la existencia es una forma de ser, a saber, el ser humano, el ser específico del hombre, cuya particularidad consiste en que por lo que atañe al hombre no se trata de un ser de hecho sino de un ser facultativo, no de un deber ser así y no de otra forma (...) sino más bien de un poder llegar a ser siempre también de otra forma” (Freire, 2002, p.107).

Desde esta perspectiva, con la comprensión del hombre que hace el análisis existencial, reconociendo su dimensión espiritual, su libertad y responsabilidad, como esencias de la existencia humana, las investigadoras eligen esta postura antropológica para fundamentar su ejercicio investigativo. A continuación serán abordados los fundamentos y características correspondientes al tema:

El análisis existencial fue propuesto por Viktor Frankl, al inicio de la década de los años treinta como una antropología médica que permitía generar una mirada integral del hombre; este

autor pretendía construir una visión autocomprensiva de la persona enferma, proponiendo una nueva representación de la enfermedad desde una perspectiva específicamente humana y existencial, cuyo objetivo era lograr superar el reduccionismo biológico imperante desde ciencias como la medicina (Freire, 2002).

Además, surge de una reflexión que se presenta ante la exigencia clínica de intentar contemplar al enfermo desde una perspectiva global y completa, desde una psicoterapia que incida en lo más humano y esencial del hombre, es decir, un análisis orientado hacia una explicación de la existencia, en relación al desarrollo y el despliegue de un sentido de vida singular que construye el hombre desde su visión personal de vida (Freire, 2002).

Según Frankl (1990) “El análisis existencial es más bien explicación de la existencia. Sólo que nosotros no hacemos caso omiso de que la existencia, la persona, también se explica a sí misma: se explica, se despliega, se desarrolla en el transcurso de la vida” (p.63); por lo tanto, tomar una postura analítica frente a la existencia, permite la caracterización del hombre en términos de esencia, visibilizando aspectos relevantes como: el ser en medio de la búsqueda de un ¿para qué?, direccionado de forma explícita o implícita hacia el despliegue de una intencionalidad, una actitud y plenitud en relación a la vida.

El objetivo principal del análisis existencial como explicación antropológica de la existencia personal, consiste en hacer consciente, desplegar y desarrollar la concepción implícita que la psicoterapia y la psicología tienen del hombre, generando una nueva idea de lo que es “ex-sistir” presentando esta existencia, como la manera en la que el hombre sale de sí mismo y reflexiona sobre su propia vida, trascendiendo hacia su dimensión espiritual, en donde acontece y se origina su propia existencia humana (Frankl, 1990).

Para analizar la existencia humana, el análisis existencial construye una comprensión específica del término existencia, de acuerdo a la propuesta de Freire, (2002), se puede definir través de la articulación de tres conceptos fundamentales:



- a. La existencia significa una forma de existir, es decir un “ser facultativo” en donde el hombre contextualiza la ideología de poder llegar a ser siempre de otra forma.
- b. La existencia de un “ser facultativo” precede a una capacidad de libertad, en donde el hombre puede dirigir el curso de su existencia, de esta forma el análisis existencial expresa la importancia que tiene para el hombre la búsqueda de un sentido.
- c. Es significativo explicar el existir, desde la dimensión espiritual o noética del hombre, en tanto que el ser humano trasciende más allá de su existencia para así descubrir y descifrar su propio sentido de estar vivo.

Sumándose a las posturas de los anteriores autores, Noblejas (1994), en relación a el análisis existencial, refiere que se acerca a una comprensión del hombre desde sus dimensiones psicofísica y espiritual que al ser integradoras, permiten una aproximación a una explicación integral de su ser existencial; además, en referencia al hombre, menciona como por medio de la biografía de un ser humano se encuentra la explicación de su existencia, de la que hacen parte vivencias y experiencias, que pueden convertirse en posibilidades reales de encontrar y realizar un sentido, por tanto, la existencia en sí misma, es un conjunto de experiencias que se vinculan para construir una “auto-explicación” del ser personal en el transcurso de su vida

En este orden de ideas, el análisis existencial pretende aportar a la psicoterapia una imagen integral del ser humano, incorporando todas las dimensiones de su existencia, permitiendo de esta manera la construcción de una visión antropológica del hombre, constituida por la libertad y responsabilidad personal, promoviendo la reflexión sobre la existencia y la orientación paulatina en la búsqueda de significados y valores, los cuales se pueden descubrir en la medida en que logre reconocer que “su naturaleza” es esencialmente espiritual (Noblejas, 1994).

A partir de estas posturas, se manifiesta que aplicar una psicoterapia basada en el análisis existencial, permite comprender el historial de la persona que es tratada, es decir que no se pretende explicar ese historial en términos patológicos, al estar orientada a realizar una terapia

más humana, centrada en lo espiritual y libre de cada persona, comprendiendo la historia de vida como una estructura vivencial y particular del paciente (Lizcano, 2014).

El análisis existencial constituye el intento de una antropología psicoterapéutica, que se configura a través de las premisas doctrinales de Frankl, comprendiendo al hombre a partir de: una visión responsable frente a su vida, la forma como está llamado a dar una respuesta individual a la misma y la libertad para orientar su propio destino, hacia una posición sana frente a cualquier condicionamiento de su existencia (Bazzi & Fizzotti, 1989).

Esta visión de hombre, planteada por Frankl, atribuye algunas características “inherentes” a la existencia, que para Noblejas (1994) se resumen en: la capacidad de la persona para desarrollar y constituir una vida con responsabilidad propia, es decir que se “autodesarrollo”, en la medida en que genere recursos para descubrir y desplegar aquellas potencialidades espirituales que posibilitan encontrar sentido; a su vez, el sentido será descubierto a través de la forma como el hombre sea capaz de integrar sus dimensiones física, mental y espiritual, permitiéndose configurar una existencia con significado propio y personal.

Finalmente, el análisis existencial ve su aplicación concreta en función integradora de la logoterapia, extendiéndose hacia una visión total del ser humano que incluye su dimensión psicofísica y espiritual, afirmando que la logoterapia desemboca inevitablemente en un análisis existencial y viceversa; en esta instancia, se entiende a la logoterapia como un método psicoterapéutico, mientras que el análisis existencial es comprendido como una tendencia de investigación antropológica que se configura desde una explicación de la existencia y desde una perspectiva ontica que promueve a que el hombre despliegue sus potencialidades (Fizzotti, 2006).

#### 4. Breve Biografía de Viktor Emil Frankl

*“Conocer la logoterapia nos obliga necesariamente a encontrarnos con su fundador, el primero que ha experimentado en su carne el tormento y la angustia de una vida privada de sentido, reuniendo los episodios que componen esta vida fascinante y misteriosa”*

*Eugenio Fizzotti*

Viktor Emil Frankl, nace en Viena-Austria a comienzos del siglo XX, el 26 de marzo de 1905, en el seno de una familia judía, conformado por: sus padres Gabriel Frankl y Elsa Lion y sus dos hermanos, el mayor Walter August y la menor Stella Josefina; su infancia transcurrió en un ambiente de respeto, afecto y mucha disciplina (Noblejas, 1994).

Según Velásquez (2007), Frankl habló por primera vez de Logoterapia en 1926, durante una conferencia realizada en la Asociación Académica para la Psicología Médica, fundada por Fritz Wittels; del mismo modo para 1929, había formulado claramente la diferenciación entre los tres grupos de valores existenciales: los Creadores, Vivenciales y Actitudinales, que permiten encontrarle sentido a la vida hasta su último instante.

Se gradúa como médico en 1930 e inicia una brillante carrera en múltiples áreas, además el 17 de diciembre de 1941 se casa con Tilly Grosser, una enfermera judía (su primera esposa). Sin embargo, con tan solo nueve meses de casado, Frankl es deportado junto con su amada esposa y sus queridos padres a uno de los cuatro campos de concentración de Theresienstadt, no obstante el 27 de abril de 1945 es liberado por tropas de los aliados. Dos años después de su liberación, para el año 1947, Frankl contrae matrimonio por segunda vez con una enfermera católica, Eleonore Katharina Schwindt, veinte años menor que él y de este matrimonio nació su única hija, Gabriela Frankl, quien actualmente se desempeña como la coordinadora del Viktor Frankl Institute de Viena (Velásquez, 2007).

Viktor Frankl, es reconocido por ser el creador de la Logoterapia, que en la actualidad es considerada como uno de los modelos más importantes de Psicoterapia Existencial. Durante su vida y obra, se interesó profundamente por el problema del Sentido de la Vida y cómo éste se puede ver afectado por experiencias traumáticas y dolorosas como las que él mismo debió enfrentar durante la Segunda Guerra Mundial en los campos de concentración nazi; cabe señalar que Frankl escribió 31 libros que han sido publicados en más de 24 idiomas, incluyendo japonés, chino y ruso, además de numerosos artículos en diversas revistas científicas (Noblejas, 1994).

Muere a causa de un paro cardíaco el 2 de septiembre de 1997 en Viena, a la edad de 92 años, su vida es un ejemplo para la humanidad, además su amplio legado científico ha beneficiado intensamente a la Medicina, la Psicología y la Filosofía. Frankl llegó a ser uno de los hombres más carismáticos del siglo XX, no solo como médico psiquiatra, neurólogo y filósofo, sino también como persona, por su calidez humana, su sensibilidad, sus conocimientos y su experiencia de vida durante el holocausto nazi (Velásquez, 2007).

## 5. El hombre y la logoterapia

*“¿Qué es, pues, el hombre? Es un ser que siempre decide lo que es. El hombre es ese ser que ha inventado las cámaras de gas; pero es también el ser que caminó en dirección a esas cámaras de gas en actitud erguida, rezando el padre nuestro o la oración judía de los agonizantes”*

*Viktor Frankl*

Desde Frankl como precursor de la logoterapia hasta la actualidad han surgido diversas construcciones conceptuales alrededor del hombre y el posible acercamiento a la resolución de respuestas frente al mismo, en relación a preguntas como: ¿qué es?, ¿quién es?, ¿cómo es?, además del ¿Por qué? y ¿para qué? de su existencia; es por tal razón, que serán recopilados brevemente algunos conceptos que posibilitan la reflexión alrededor de estas preguntas, a continuación retomaremos referentes teóricos de algunos autores en relación al hombre y la logoterapia.

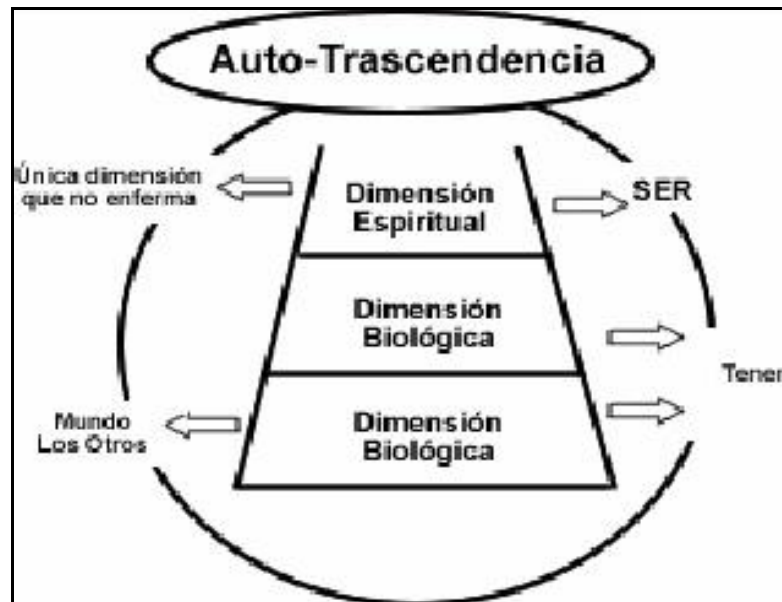
El ser humano desde una perspectiva logoterapéutica, es concebido como: un ser total integral y libre, que decide con responsabilidad.; dichas características, posibilitan la toma de decisiones direccionadas a la búsqueda y construcción de sentido. Por tanto, una visión de hombre, ligada a la búsqueda, implica que el mismo, se encuentra en constante relación con su medio, en palabras de Heidegger “como un ser-en-el-mundo” (Dasein), por ende su existencia se ve constantemente enfrentada a circunstancias que le exigen respuestas (Längle, 1995).

Según Vecco (2009), Sartre consideraba al ser humano como un ser que se va haciendo o construyendo así mismo, buscando siempre ser más de lo que es; en definitiva, el ser humano no sólo es, sino que está llamado al deber ser (Autorrealización personal).

De acuerdo con Frankl (1955), hablar del hombre implica concebirlo bajo una estructura tridimensional, afirmando que “tres son las dimensiones propias del hombre: la somática o biológica, la psíquica y la espiritual o noológica, esta última puede llamarse también noética” (p.154); lo que nos lleva a decir que cada dimensión configura unicidad, espiritualidad humana, libertad y responsabilidad.

Ahora bien, Acevedo (2005), afirma que se debe ver al hombre como persona teniendo en cuenta: primero su esencia, segundo la acción y tercero la reflexión, es decir que “El Ser humano nace como un germen y tiene que desarrollarse en la doble dimensión de su respuesta, a) Hacia dentro de sí, b) Hacia fuera” (p.50).

En este orden de ideas, para la logoterapia, el hombre es un ser integral, es cuerpo-mente-espíritu, es libre, es responsable, pero sobre todo consta de una estructura tridimensional (véase figura 1), comprendiendo que cada área debe ser tratada con el profesionalismo y el conocimiento debido, con el fin de conocer sus interrelaciones físicas, psicológicas y espirituales en profundidad (Vecco, 2009).



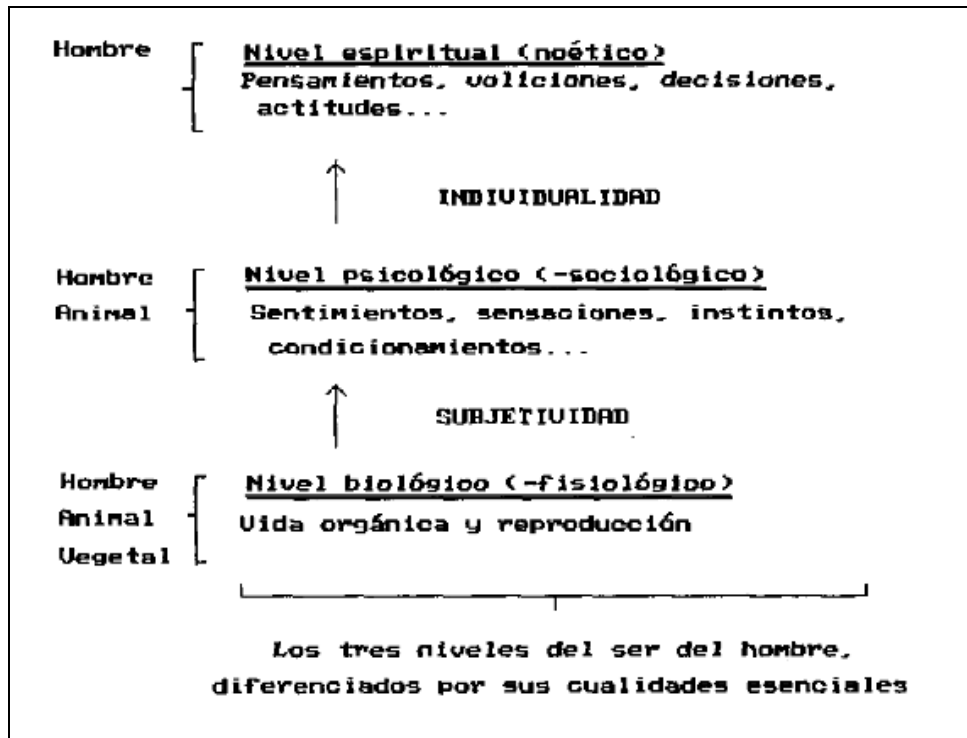
**Figura 1.** Diagrama del Ser Humano Tridimensional.

**Fuente:** Vecco, R. (2009). ¿Qué es la logoterapia? Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL)

Al mismo tiempo, Lukas hace énfasis en tres niveles del ser humano (véase figura 2):

- a. El nivel biológico que se refiere a la vida.
- b. El nivel psicológico referenciado al sentir.
- c. El nivel espiritual en relación a los atributos que caracterizan a cada hombre (su unicidad).

Es decir que con la comprensión que la autora realiza de estos niveles, coincide con las propuestas de Frankl, en relación a la estructura tridimensional que determina lo propio del ser (esencia) (Lukas, 1983, citado por Noblejas, 1994).



**Figura 2.** Los tres niveles del ser hombre.

**Fuente:** Noblejas, A. (1994). Logoterapia, fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación de “logro interior del sentido”. Universidad complutense de Madrid

## 6. Diez tesis sobre la persona

*“El ser humano no es una cosa más entre otras cosas; las cosas se determinan unas a las otras; pero el hombre, en última instancia, es su propio determinante. Lo que llegue a ser -dentro de los límites de sus facultades y de su entorno- lo tiene que hacer por sí mismo”*

*Viktor Frankl*

Para Viktor Frankl el ser humano es más que su personalidad o su carácter, desde la concepción Frankliana, el ser persona tiene estrecha relación con atributos como la libertad, la responsabilidad, la conciencia, la espiritualidad y las experiencias (Sevy, 2013).

A continuación serán explicadas brevemente las Diez tesis sobre la persona, teniendo en cuenta los libros “La voluntad de sentido” (Frankl, 1994) y “El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl” (Freire, 2002):

1. La persona es un individuo: esta concepción se refiere a la unicidad de la persona.
2. La persona no es solo un in-dividuum, sino también es in-summabile: esta concepción se refiere a la totalidad que configura a la persona.
3. Cada persona es un ser absolutamente nuevo: cada persona viene al mundo con un valor único e irrepetible.
4. La persona es espiritual: el ser espiritual se encuentra en contraposición facultativa con el organismo psicofísico.
5. La persona es existencial: el hombre está orientado hacia el sentido, es un ser que decide.
6. La persona es yoica: al no responder al ello, el hombre oculta un inconsciente en el que reside su espiritualidad.
7. La persona funda la unidad y la totalidad: el ser espiritual se da a conocer ante los demás solo en coexistencia con su organismo psicofísico, él es unidad y totalidad.
8. La persona es dinámica: el ser humano puede distanciarse y alejarse de lo psicofísico, saliendo y enfrentándose consigo mismo.
9. La persona no es animal: puesto que es capaz de trascenderse y enfrentarse a sí misma: el animal no puede ser persona, no posee el mundo, sólo posee el ambiente.
10. La persona sólo se comprende así misma desde el punto de vista de la trascendencia: el hombre está orientado por la fe en la existencia de un sentido, aunque en ocasiones parezca velado.

Es importante mencionar que en las primeras tres tesis, Frankl se refiere a la manera en que el ser humano logra presencia en el mundo; en las siguientes cinco tesis, señala la forma en que el hombre se muestra y actúa en el mundo y en las dos últimas tesis cómo la trascendencia es su principal complemento (Sevy, 2013).



## 7. Logoterapia

*“Si puedo impedir que se rompa un corazón no viviré en vano.  
Si puedo facilitar las dolencias de una vida o reducir un dolor  
o ayudar a un joven petirrojo a volver a su nido no viviré en vano”*  
Emily Dickinson

Es una orientación psicoterapéutica fundada por Viktor Frankl, que se direcciona hacia la reflexión sobre la existencia, comprendiendo al hombre como un ser libre y responsable de asumir el sentido de su vida; desde esta perspectiva se hace referencia a que el ser humano siempre está en la búsqueda de un significado o un sentido frente a la vida, la muerte y el dolor, es decir que en este proceso no solo se ve al hombre desde su dimensión psicofísica, sino que se incluye aquella propia del ser, la espiritual o noética (Molla, 2002).

En este sentido Frankl define la logoterapia como una terapia centrada en el espíritu humano, como lo expresa en sus palabras: “no sólo no ignora lo espiritual, sino que incluso parte de ello, o sea una psicoterapia “desde lo espiritual” (...), aunque no en su concepto religioso” (Frankl, 1955, pg. 155).

Por su parte Acevedo (2005) la define como “una terapia centrada en el sentido, que ve al hombre como un ser orientado hacia el sentido; trata de lograr y estimular la percepción del sentido” (p.22). Así mismo, Guttman (1998), citado por, Restrepo, (2004), expresa que la logoterapia “es un modo de pensamiento y una metodología combinados en un proceso dirigido a capacitar a los clientes a descubrir el significado de sus vidas” (p.159).

La logoterapia parte de la premisa de que la motivación principal de una persona para pensar y actuar, no proviene de la aspiración de una posesión, prestigio, placer, o felicidad, por el contrario trasciende hacia la búsqueda de una vida llena de sentido; desde esta perspectiva, se expresa que el sentido no puede ser hecho por el ser humano, pero éste si puede encontrarlo y realizarlo, de este modo la logoterapia ve como funciones suyas: provocar el deseo de la libertad

hacia una propia decisión, hacer consciente al hombre de su responsabilidad para la creación de la propia vida y ayudar a eliminar las barreras que impiden hallar el sentido (Noblejas, 1994).

Ahora bien, se puede comprender la terapia logoterapéutica, como un enfoque de tipo humanista existencial, que se orienta en tres principios fundamentales: la vida tiene sentido en todas las circunstancias, el hombre es dueño de una voluntad de sentido y se siente frustrado cuando deja de ejercerla y la persona es libre dentro de sus limitaciones, para consumir el sentido de su existencia (Luna, 2011).

En este contexto se expresa que el objetivo principal de la logoterapia consiste en acompañar al hombre, a dar un “sentido a la vida” e incluso al “sufrimiento”, posibilitando el direccionamiento de la persona a descubrir y realizar valores o encontrar significados positivos vinculados a una situación específica, movilizand o una nueva visión del hombre respecto a su situación, en donde pueda adoptar actitudes adecuadas que incluyan libertad y responsabilidad frente al hecho de vivir plenamente la existencia a pesar de las circunstancias vividas (Bazzi & Fizzotti 1989).

Por consiguiente, la logoterapia propone que esa búsqueda de sentido de vida se desarrolla a través de una escala personal de valores, por medio de los cuales la persona encuentra un nuevo significado “al estar en el mundo”, en esta instancia la visión logoterapéutica manifiesta que cada ser humano tiene la posibilidad de vivir valores de creación (dar), de experiencia (recibir) y de actitud (ante una circunstancia); la vivencia de valores por ende se desplegara en la persona, en la medida en que tenga la capacidad de tomar postura ante sí mismo y ante lo que le sucede en su existencia (Noblejas & Rodríguez, 2005).

Por otro lado Restrepo, (2004), menciona que también es importante comprender esta orientación desde dos perspectivas: en primer lugar se puede reconocer, la logoterapia como una terapia de orientación “fenomenológico existencial” en donde establece una relación con la fenomenología, es decir que brinda un interés por conocer y comprender los hechos, las experiencias y la vivencias, en su realidad concreta, sin interpretar o transformar los eventos o

creencias que pueden interrumpir la vivencia real de un sentido en cada persona; en segundo lugar se identifica a la logoterapia como una terapia “personalista” al no centrar su atención exclusivamente en el síntoma si no en la persona, generando así un cambio de pensamiento en medio de su situación, a través del despliegue de un sentido de vida que permita una modulación de actitud, hacia el reconocimiento y la búsqueda de realización de nuevos valores y significados personales.

En este orden de ideas, la logoterapia es una psicoterapia que propone una intervención centrada en la búsqueda del sentido de la vida, vinculado con la dimensión noética o espiritual de cada persona, la cual se manifiesta en la forma como cada ser humano se orienta hacia el crecimiento de su libertad y responsabilidad (Nuevalos, 2011).

### **Logoterapia específica**

Es aplicada en diversas situaciones donde la persona presenta una crisis o vacío existencial, es decir que se instaura en el ser humano una falta de sentido de vida, generando frustración existencial que afecta la dimensión psicológica, biológica y espiritual del ser humano (Restrepo, 2004).

Visto de esta forma, se establece el enfoque de la logoterapia específica como una terapia que precede de la dimensión espiritual o noética, cuyo objetivo principal, es generar una nueva actitud en el ser humano frente a su falta de sentido, es decir, que esta clase de logoterapia no presenta técnicas claramente establecidas, de cierta forma debe ser “improvisada” y/o ajustada a cada situación concreta (Restrepo, 2004).

Al respecto, Bazzi & Fizzotti (1989), manifiestan que la eficacia de una intervención terapéutica desde este enfoque, parte de la habilidad del logoterapeuta, al tener “la palabra justa en el momento justo,” así mismo también es importante durante la sesión, el “modo” como se dicen las cosas, de este suceso dependerá conseguir una toma de conciencia por parte del cliente que permita una nueva actitud ante cualquier situación.

La logoterapia específica, tiene presente la individualidad y especificidad de cada caso promoviendo un estilo terapéutico desde la técnica fenomenológica y existencial, como lo es el “diálogo socrático” derivado de la mayéutica, a través del cual se practica la modulación de actitudes, orientada principalmente a que la persona genere una reflexión sobre sí mismo, desplegando una conciencia de cómo descubrir y asumir un sentido de vida en cada circunstancia límite de su existencia (Luna, 2011).

Finalmente, Bazzi & Fizzotti (1989), comprenden la logoterapia específica a partir de tres características fundamentales: no existen técnicas claramente establecidas (como es el caso de la logoterapia inespecífica), esta clase de terapia se presenta en situaciones generales de malestar ante la falta de sentido o ante la presencia de sufrimiento producto de acontecimientos dolorosos (la muerte, una discapacidad física, una enfermedad incurable, entre otras circunstancias) y por último la práctica de esta clase de logoterapia requiere la aceptación por parte del terapeuta y del paciente, desde el modelo antropológico propuesto por Frankl en relación a la importancia del despliegue de los valores de actitud.

### **Logoterapia inespecífica**

Según Freire (2002), se aplica en problemáticas relacionadas con: obsesiones, compulsiones, fobias y problemas sexuales, las técnicas más empleadas en esta clase de terapia son la intención paradójica y la derreflexión, consideradas como recursos si se aplican cumpliendo dos condiciones fundamentales:

1. Para su aplicación no es necesario tener presente o aceptar los principios antropológicos que postula el análisis existencial.
2. Su objetivo terapéutico, consiste en eliminar o disminuir la intensidad de los síntomas neuróticos, en este caso no se debe orientar hacia el núcleo de la enfermedad, como lo hace la logoterapia específica

Teniendo presente estas condiciones, la logoterapia no específica puede ser aplicada como procedimiento único o vinculado a otros métodos o técnicas psicoterapéuticas, lo importante es eliminar o disminuir la intensidad y frecuencia de los síntomas neuróticos; en la medida que se presente una disminución de la sintomatología, la persona se hallara menos vulnerable a su influencia, posibilitando la adopción de una actitud favorable a luchar contra las causas de su enfermedad, generando de esta manera una eficacia terapéutica (Freire, 2002).

### **Rol del logoterapeuta**

Desde la visión logoterapéutica, en la función del terapeuta, se propone no etiquetar a la persona a causa de diversos factores (enfermedades biológicas, eventos psicosociales y/o trastornos psicológicos) debido a que esta actitud la hace más vulnerable psicológicamente en medio de su circunstancia, al restringir la posibilidad de ver al ser humano desde sus valores, capacidades y aptitudes (Nuevalos, 2011).

De esta manera, el profesional que ejerce la logoterapia debe despertar la conciencia de libertad en la persona, para ayudarle a encontrar razones de sentido, incluso ante el dolor y la frustración, así como acompañarle al autoconocimiento de sus potencialidades, permitiéndole de esta forma una nueva percepción de la existencia (Nuevalos, 2011).

Así mismo, es importante mencionar el rol del terapeuta en el ámbito de la logoterapia, el cual está orientado a hacer consciente a la persona de su propia responsabilidad y espiritualidad, en este sentido busca apoyar al paciente en su lucha espiritual, en sus conflictos profundos, entre otras problemáticas; desde esta instancia no se busca tanto una técnica de intervención para “acomodar” al consultante, por el contrario se brinda prioridad al establecimiento de una relación terapéutica eficaz y cálida entre el terapeuta y el paciente, que permita una guía, a través de la cual la persona pueda reconocer las posibilidades de sentido que tiene en medio de su circunstancia, finalmente, Frankl (1979), citado por, Fizzotti (2006), menciona que la motivación principal en toda psicoterapia debe ser “No te dejes hasta cuando te hayas convertido en ti mismo” (p.182)

## 8. Pilares de la logoterapia

*“Todo el mundo tiene dentro de sí una pieza de buenas noticias. Las buenas noticias son que no sabes lo grande que puedes ser. Cuánto puedes amar. Cuanto puedes conseguir y cuál es tu potencial”*

*Ana Frank*

Para Frankl, la logoterapia tiene como fundamento antropológico el análisis existencial, cuya principal ocupación es el análisis acerca de la existencia; sin embargo, la visión logoterapéutica del hombre, no solo implica analizar la existencia, pues hay una mirada profunda hacia al ser y el sentido, en tanto que la existencia humana y la búsqueda del mismo por parte del hombre son objetivos para la logoterapia (Frankl, 2001). De este modo, se hará mención de los tres pilares fundamentales que constituyen la comprensión del sentido desde la mirada Frankliana.

### **Libertad de la voluntad**

Cuando se habla de libertad desde el contexto logoterapéutico, es pertinente abordar al término, a partir de la conceptualización construida por el precursor de la logoterapia, Viktor Frankl a través de su experiencia en los campos de concentración, construye un concepto antropológico del hombre, en el que asume la libertad como parte de la esencia del ser, afirmando que la libertad de la voluntad, se puede comprender como: “la posibilidad de tomar posición ante cualquier condición que deba enfrentar” (Frankl, 2007, p.22); es decir, que el ser humano, durante el trascurso de su existencia, inexorablemente a condiciones biológicas, psicológicas o sociales, tiene la capacidad de elegir, tal elección alrededor de la posición y/o actitud frente a lo “condicionante”, mas no “determinante” (García &Gallego, 2009).

Al hacer uso de conceptos, como lo “condicionante” o “determinante”, es importante aclarar, cual es el significado que atribuye Frankl a los mismos. Para este autor, lo condicionante se asume como: todos aquellos elementos somáticos, psíquicos, sociales y externos, inmodificables por el hombre, para citar algunos ejemplos, enfermedades incurables, trastornos psicológicos, perdida de seres queridos, catástrofes naturales, entre otras; por otra parte y a diferencia de lo condicional en el hombre, lo “determinante” es asumido como la postura determinista y reduccionista, que concibe al ser humano frente a las condiciones anteriormente mencionadas, como un hombre determinado, sin la posibilidad de cambio o elección, frente a lo que experimenta y como la hace (García &Gallego, 2009).

Comprender al hombre, como aquel que tiene la capacidad “inherente” de tomar distancia de las situaciones inmodificables e incluso de sí mismo (autodistanciamiento), dejando de lado predisposiciones de diverso orden (instintos, herencia, medio ambiente), permite conceptualizar a la par, la existencia de la dimensión noológica, entendida como aquella que no “enferma” o que permanece intacta aun en medio de “catástrofes” externas (Frankl, 2001).

Es decir que, la dimensión noológica y su despliegue en el ser humano, lo colocan en una posición libre y responsable, en la que asumir una actitud a favor de aquello que pueda hacer de sí mismo y de su historia, lo posiciona en lo que Frankl denomino el antagonismo psiconoetico, o poder de resistencia del espíritu.

### **Voluntad de sentido**

La voluntad de sentido se contrapone a la voluntad de placer propuesta por Sigmund Freud y a la voluntad de poder por la cual se inclina la psicología de Alfred Adler; en la medida que, las propuestas de dichos autores son fundamentadas, como determinismos en el hombre, reduciéndolo a simple satisfacciones de instintos, donde erróneamente obtener placer y poder se consideran fines últimos de la existencia (Frankl, 2007).

En este contexto, se manifiesta que el ser humano puede motivarse a actuar encontrando placer, e incluso poder, no obstante no es la única finalidad de su accionar, por el contrario el hombre se motiva por una voluntad hacia el sentido, en la que se revela su realidad más íntima en relación a lo que vive, lo que posee, por quien lucha o por lo que lucha, descubriendo en ese proceso los valores y significados que cada experiencia tiene para su existencia personal (García & Gallego 2009).

En oposición, al placer y el poder como fuerzas que mueven al hombre, la logoterapia plantea la voluntad de sentido como una motivación profunda, que moviliza al ser humano a utilizar su capacidad de autotranscendencia, olvidándose de sí mismo como único fin y entregándose libremente hacia otros, como algo o alguien a quien contribuir o por el cual esforzarse (Frankl, 2007).

Además, otros autores como: García & Gallego (2009), afines a la propuesta de Frankl, definen la voluntad de sentido como una: “fuerza motivacional fundamental del hombre” (p.23); es decir que conciben al ser humano como un ser en búsqueda de sentido, movilizado y/o motivado a actuar, no solo hacia mismo, sino a favor de otros.

Así pues, el hombre trasciende hacia su voluntad de sentido cada vez que reflexiona acerca de su propia existencia, direccionando su vida hacia algo diferente de sí mismo, colocándose al servicio de una causa, que le permita encontrar una razón para madurar en medio de su propia experiencia (Frankl, 2007).

Por tanto, el accionar del ser humano, en relación al sentido, le permite movilizarse hacia la autorrealización, aclarando, este tipo de autorrealización desde la logoterapia, no como fin, de acuerdo a las propuestas de la teoría motivacional construida por Maslow, sino más bien como efecto, como resultado de dar de sí mismo para algo o alguien (García & Gallego, 2009).



Al llegar a ese punto en que el hombre se coloca al servicio de lo otro o de otros, en su orientación hacia el sentido, atraviesa otro proceso mencionado por Frankl (2001), como la confrontación con el sentido, donde se encuentra no solo con la movilización hacia el hacer, sino también hacia el deber ser, estas dos realidades, lo posicionan en una continua tensión “productiva” y/o “sana” por lo que se es y lo que se quiere ser.

### **Sentido de vida**

Finalmente, después de conceptualizar la libertad de la voluntad y la voluntad hacia el sentido, llegamos al pilar que se enfoca en el sentido, como eje central.

El sentido de la vida, más que ser definido de acuerdo a la concepción que los teóricos desde la logoterapia han podido estructurar, es descrito por los mismos; es decir que la descripción del sentido, permite que se establezca la conceptualización de la intencionalidad e impacto del mismo para la vida del hombre, sin caer en una postura reduccionista que remita a un sentido de la vida general para el género humano. Partiendo de la anterior aclaración, a continuación se citaran algunas propuestas frente al sentido, que tienen puntos en común:

Para Frankl (2001), “El sentido de la vida debe concebirse en cuanto sentido específico de una vida personal en una situación concreta. Cada hombre es único y cada vida humana es singular; nadie es reemplazable ni ninguna vida es repetible” (p.31). Además, Frankl (2001), hace una connotación del sentido como aquel que “no ha de coincidir con el ser; el sentido va por delante del ser. El sentido marca la pauta del ser. La existencia se quiebra a menos que sea vivida en términos de trascendencia hacia algo más allá de sí misma” (p.27).

Acevedo (2005), lo define como aquel: “que debe buscarse a partir de la experiencia de cada ser humano: es único para cada persona y se revela a través de los innumerables significados parciales que ofrece cada una de las situaciones existenciales” (p.49).

Martínez, E. (2009), conceptualiza el sentido de vida como: “la percepción emocional y mental de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro, ante una situación particular o la vida en general, dándole coherencia e identidad personal” (p.7).

Partiendo de lo dicho, podemos decir que el sentido de la vida, se caracteriza por: su singularidad, su unicidad, el ser situacional, el tener especificidad y el ser de carácter experiencial. Los tres autores citados, hacen referencia al sentido, como aquel se halla durante la existencia, es decir que no está predeterminado, sino que más bien se construye a través de las diferentes experiencias vividas a lo largo de la vida y la atribución de significado a las mismas.

Otros autores como García & Gallego (2009), refieren que: el sentido de vida en sí mismo es un interrogante, una exigencia, un desafío, una motivación, que se constituye de forma personal e intransferible, al ser específico y concreto, estableciéndose en relación a un tiempo o situación determinada, en este orden, el sentido no se inventa ni se produce, más bien es descubierto por la persona a través de un proceso de toma de conciencia.

Además, Martínez, Trujillo, Díaz & Jaimes (2011), mencionan dos dimensiones para comprender el sentido de la vida con mayor claridad: la primera dimensión es la captación cognoscitiva de valores que brindan orientación y motivación, en relación a la percepción del propósito vital (las metas, el proyecto de vida y la satisfacción con el mismo); la segunda dimensión es la vivencia de sentido que se refiere a la experiencia, que brinda coherencia personal y plenitud para la vida.

El sentido de vida como eje principal de la logoterapia, parte de la idea de cómo este se debe adaptar a las necesidades de cada persona, es decir que no hay un sentido general para todos, por el contrario ha de buscarse de manera individual y personal, según Frankl, (1991) “no se debe buscar un sentido abstracto a la vida debido a que cada uno tiene en ella su propia misión por cumplir; cada uno debe llevar a cabo un cometido concreto” (p.62).

No obstante, se construyen factores comunes entre los diferentes seres humanos que buscan sentido en su vida, los cuales se establecen como “pistas”, para Frankl estas pistas se construyen a lo largo del desarrollo personal y social del hombre y se consolidan en tres tipos de valores, a los cuales denomino: valores de creación, experiencia y actitud (López & Rodríguez, 2007).

Finalmente Frankl, (1979), cuando menciona al hombre en relación al sentido de la vida, propone como, el ser humano, encuentra sentido desde la formulación de respuestas, más que de preguntas a la vida, durante la existencia y lo impredecible de la misma “a cada hombre se le pregunta por la vida y únicamente puede responder a la vida respondiendo por su propia vida; solo siendo responsable puede contestar a la vida” (p.153).

## 9. Valores

*Les pido que nos detengamos a pensar en la grandeza  
a la que todavía podemos aspirar si nos atrevemos a valorar la vida de otra manera.*

*Nos pide ese coraje que nos sitúa en la verdadera dimensión del hombre.*

*Todos, una y otra vez nos doblegamos.*

*Pero hay algo que nos falta, y es la convicción de que -únicamente-*

*Los valores del espíritu nos pueden salvar de este terremoto que amenaza la condición humana.*

*Ernesto Savato*

Los seres humanos se encuentran en un mundo circundante que constantemente apela a la búsqueda de respuestas para la preguntas que hace la vida, por tanto es de manera individual, responsable y autónoma, que debe encontrarse sentido en la cotidianidad, interiorizando la percepción afectiva y cognitiva en cada vivencia; es decir que el sentido de la vida es construido a través de las acciones realizadas, la experimentación de vivencias o sufrimientos y la realización de valores (Acevedo, 2005).

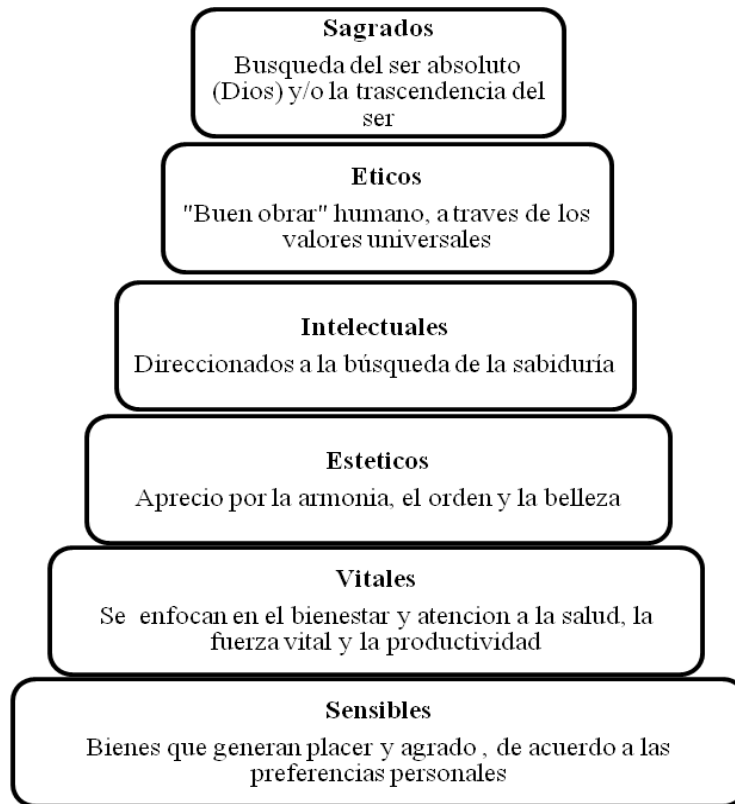
Los valores, se pueden comprender como aquellas cualidades que permiten la valoración de las personas, las situaciones y las cosas, cualificándolas de acuerdo a la función que cumplen y el aporte que brindan para hacer del mundo “un mejor lugar”. Sin embargo, para identificar la presencia de un valor, en un algo o un alguien, es importante atribuir esa cualidad en un bien u objeto, es decir que, “para que yo vea un valor, este tiene que estar depositado en “algo” y esos “algunos” en donde se depositan los valores, los llamados bienes” (Martínez, E. 2009, p.31).

Los bienes son aquellos objetos, personas, cosas o situaciones, en las que reconocemos la presencia de valores, por ejemplo, identificamos el valor del respeto, a través de la existencia en una persona respetuosa o que ejerce una acción que la sociedad valora o cualifica como tal (Martínez, E. 2009).

Sin embargo, Max Scheler, propuso una jerarquía de valores, de acuerdo al grado de valiosidad o impacto durante la existencia, algunos criterios para comprender esta clasificación son (Martínez, E. 2009, p.33):

- a. Universalidad: Aquellos que tienen mayor valor, en la medida que afectan positivamente a la mayoría de personas a través de su realización.
- b. Profundidad de la satisfacción: Son esos valores, que durante su consecución permiten la satisfacción del “buen obrar”, incluso aunque no generen un placer (ej. Tomar una decisión justa para todos)
- c. Durabilidad: Los valores, pueden tener mayor importancia, cuando su desarrollo se prolonga en el tiempo.
- d. Proximidad a lo absoluto: “un valor vale más que otro si este, está más cerca del sumo bien, del valor absoluto (para los creyentes de Dios)”(p.33)
- e. Constructivo: Algunos bienes tienen mayor valor, cuando contribuyen a la preservación de la vida y la dignidad humana.

A partir de estos criterios, la jerarquía de valores, se componen a partir de 6 subcategorías presentadas a continuación (véase figura 3).



**Figura 3.** Jerarquía de Valores

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

### **Valores existenciales**

Para Freire (2002), los valores existenciales, se presentan cuando los seres humanos tienen la capacidad de verse a sí mismos de manera diferente, desplegando sentido en situaciones que posibilitan elegir, decidir y actuar de manera concreta, accediendo al sin número de posibilidades que brinda la existencia. Según Frankl, estos valores de triple dimensión, no tienen ninguna categoría o clasificación para su realización, todos se articulan a favor de la construcción del sentido de la vida. A continuación brevemente se explicaran los tres valores existenciales:

### **Valores de creación**

Para Freire (2002), son acciones del Homo Faber, es decir, que la persona da al mundo algo de sí mismo, de su propio ser y de su forma de actuar, a través de las labores realizadas en función de su trabajo.

Se generan cuando el ser humano experimenta una sensación en la que no solo es capaz de dar algo al mundo, sino que de hecho se ofrece a la sociedad a través de sus propias creaciones. Desde esta perspectiva, la persona despliega su realización personal al desempeñar tareas que pueden ayudar a otros seres humanos, es decir, que la creencia de ser útil permite una significación diferente de las acciones que realiza a favor de terceros, trascendiendo de manera positiva al generar una nueva postura de asumirse en medio de su realidad (Acevedo, 2005).

Una forma de concretar este valor, es a través de las diferentes actividades que la persona desarrolla, en las cuales aplica sus destrezas y potencialidades a través de su trabajo y/o servicio, es en este contexto donde la persona expresa su misión al estar en-el-mundo y construye un canal de realización y un vínculo de unión con sus propias creaciones, que le permiten tener una connotación diferente de su existencia, en la medida que se preocupe por dar lo mejor de sí mismo a otros (Acevedo, 2005).

### **Valores vivenciales o de experiencia**

Según Freire (2002), son las acciones que acoge el Homo Amans, al vivenciar todo aquello que el entorno le brinda, en términos de belleza, naturaleza, arte, bondad, cultura, amor, entre otras.

Los valores experienciales o vivenciales son los que se alcanzan o se realizan a través de la vida misma; el ser humano está continuamente recibiendo, vivenciando (experiencia) y descubriendo lo que algo o alguien quiere transmitir; por ejemplo una mujer sobreviviente de cáncer de seno vive intensamente los cambios de su cuerpo, sus actitudes se van modificando y

aprende a comprender y aceptar las circunstancias que se van presentando durante su vida. En conclusión, los valores experienciales se encuentran al vivir momentos positivos, intensos y agradables permitiéndose recibir de otros (Ramírez & Suarez, 2008).

### **Valores de actitud**

Por último encontramos los valores de actitud que representan una posibilidad de elegir o modificar la actitud que se toma en relación a una situación de sufrimiento inevitable, que puede generar dos reacciones ante la realidad del dolor: una de ellas puede llevar a la desesperación porque no se encuentra sentido a lo que sucede, o la otra, que permite encontrar sentido al cruzar la adversidad y adquirir aprendizaje (Galvis & Pérez, 2011).

Según Freire (2002), es la capacidad de aceptación del Homo Patiens, es decir, “cuando la vida decide por el hombre y con esta decisión le marca un sentido inexorable e inapelable, irrevocable” (p.190); los seres humanos no pueden cambiar situaciones que afectan la configuración del sentido, pero a través de la libertad y su capacidad de asumir su propia existencia atesoran valores y crecimiento personal.

Acevedo (2005), acertadamente los define como “la postura que el ser humano toma ante aquellas situaciones tipificadas por su irreparabilidad, irreversibilidad y fatalidad: a su actitud ante la “triada trágica”: culpa, sufrimiento (dolor) y muerte” (p.50).

Finalmente, Según Frankl (2001), citado por, Ramírez & Suarez, (2008), el sentido se presenta en un aquí y ahora que es construido por: lo que damos, lo que tomamos y por el análisis hecho ante un destino que no tiene manera de ser cambiado, solo puede ser aceptado y por ende vivido con lo positivo y negativo que surja en el presente.

## 10. Triada trágica

*“Ninguno de los que fueron liberados del dolor debería pensar que ya es libre, que puede volver a la vida como si nada hubiera pasado. Como ha conocido el dolor, está en disposición de ayudar con todas sus fuerzas, con todo su poder, hasta el límite de sus energías a aquellos que necesitan ser aliviados del dolor.*

*Porque él mismo ha sido aliviado”*

*Schweitzer*

La logoterapia, es una orientación psicoterapéutica que concibe al hombre de manera integral; por ende, dentro de su campo de acción, visibiliza la relevancia de tres eventos inherentes a la existencia del ser humano: el dolor, la culpa y la muerte, conceptualizados por Frankl, como la triada trágica (Frankl, 2001).

Para Frankl (2001), el dolor, la culpa y la muerte, hacen parte de ese destino ineludible al que cualquier ser humano se debe enfrentar, al encontrarse ante la imposibilidad de elegir vivir o no tales situaciones; la triada trágica, se convierte en aquellos hechos existenciales que permiten la elección libre y responsable del hombre, de una actitud correcta ante los mismos, cambiando el sufrimiento inevitable, en un logro personal rodeado de heroísmo y victoria.

No obstante, alrededor de la inalteridad de las mismas, y por tanto del sufrimiento inevitable, se encuentra la posibilidad en el hombre, de “adoptar actitudes significativas respecto a hechos que en sí mismos carecen de sentido” (Fabry, 1977, p.79).

A partir de una mirada logoterapéutica, de los tres hechos existenciales que conforman la triada trágica, brevemente se puede decir que:



Frente a la muerte, la transitoriedad inherente a la existencia humana imprime sentido a la vida, en la medida que la mortalidad moviliza hacia la acción y el aprovechamiento del tiempo “El hombre está llamado a hacer el mejor uso de cada momento y a tomar la decisión correcta en cada instante” (Frankl, 2001, p.97).

Frente a la culpa, la unicidad y singularidad propia de la existencia del hombre, implica responsabilidad y libertad ante sus acciones y elecciones, en este caso, el ser humano es responsable más no libre, excepto por la posibilidad de elegir una actitud ante la misma “el hombre que ha faltado actuando, no puede cambiar lo que ha hecho, pero, con el arrepentimiento, puede cambiarse así mismo” (Frankl, 2001, p.98).

Además, la logoterapia hace referencia a tres tipos de culpabilidad: real, neurótica y existencial, en relación a la culpa real, se hace manifiesta en el contexto real y específico en el que transcurre la vida de cada persona, la culpa neurótica es aquella que siente una persona sin haber realizado ningún tipo de mal, en este caso, esta clase de culpa es causada por la intención o el deseo de hacer algún mal, finalmente la culpa existencial, se origina cuando se presenta en el ser humano una sensación de vacío existencial o falta de sentido de vida, vinculado al no lograr satisfacer la necesidad personal en ninguna de las tres esferas (física, intelectual, espiritual) de la existencia humana. En este sentido para la logoterapia la culpa se considera como una oportunidad para cambiar, abandonando los antiguos prejuicios y pensamientos del pasado, para tomar una mejor actitud frente a la existencia en un futuro (Guttman, 1998).

Frente al dolor, que experimenta el ser humano, por situaciones de no elección voluntaria, se dificulta la claridad en las metas a alcanzar, no obstante, la elección de la actitud correcta ante hechos irrevocables y la libertad frente a elegir una postura positiva, es posible (Lukas, 2006).

En relación al sufrimiento la logoterapia hace referencia a tres tipos: el asociado a un destino inalterable, el que se origina como resultado de una experiencia emocional dolorosa y el que surge de una vida sin significado; en este contexto se percibe los tres tipos de sufrimiento

como la oportunidad para demostrar la capacidad del hombre de ir más allá del dolor, haciendo uso del poder de su espíritu humano, frente a un destino inevitable e ineludible de su existencia (Guttmann, 1998).

## 11. Sentido del sufrimiento

*Nunca podrás, dolor, acorralarme. Podrás alzar mis ojos hacia el llanto, secar mi lengua, amordazar mi canto, sajar mi corazón y desguazarme. Podrás entre tus rejas encerrarme, destruir los castillos que levanto, ungir todas mis horas con tu espanto, pero nunca podrás acorralarme. Puedo amar en el potro de tortura. Puedo reír cosido por tus lanzas. Puedo ver en la oscura, noche oscura. Llego, dolor, a donde tú no alcanzas. Yo soy el dueño de mis esperanzas.*

*J. L. Martín Descalzo*

La adversidad y el sufrimiento son áreas ineludibles de la experiencia humana, a lo largo de la existencia, toda persona en algún momento, se verá frente a situaciones que implican “sentir” dolor inevitable, tanto en el contexto biológico, como en el campo emocional y espiritual; en este sentido, el ser humano puede ser vulnerable ante los eventos de la vida o circunstancias críticas que confrontan su estabilidad y demandan de sí mismo, un mayor potencial para sobrepasar el sufrimiento y transformar, “lo doloroso” en resistencia y la posibilidad de proyección de un mejor futuro (García & Gallego, 2009).

Es entonces, por ese carácter “inevitable” o “ineludible” del sufrimiento humano, que diferentes autores, para nuestro caso desde una lectura logoterapéutica, han profundizado en el tema del dolor, realizando comprensiones alrededor de la capacidad presente en el hombre para sobrepasarlo y desplegar una actitud ante el mismo, que favorezca no solo el aprendizaje en medio de situaciones adversas, sino también la exploración de recursos (existenciales), para el crecimiento tanto personal como colectivo (autodistanciamiento y autotrascendencia).

Para hablar del sentido del sufrimiento, es importante, mencionar la comprensión que hacen del mismo teóricos existenciales como: Jaspers (1958), que lo define así “el sufrimiento es reducción a la existencia empírica, destrucción parcial; detrás de todos los sufrimientos esta la muerte. En la clase de sufrimiento y en la intensidad del dolor hay las mayores diferencias. Sin embargo en definitiva puede afectar a todos lo mismo y todos tenemos que soportar su parte; nadie se libra de él” (p. 102).

Es decir que bajo el concepto de Jaspers, el sufrimiento hace parte de la existencia del hombre, donde a lo largo del “ejercicio” de vivir, el ser humano está expuesto a heridas emocionales que entorpecen la comprensión y desconciertan el espíritu, en tanto que el sufrimiento es múltiple y de diversa intensidad u origen (Pinedo, 2014).

Por otro lado, Frankl (1984), define el sufrimiento como: “Sufrir significa obrar y significa crecer. Pero significa también madurar. En efecto, el ser humano que se supera, madura hacia su mismidad. Las situaciones extremas, por tanto, además de hacer que el hombre alcance la libertad interior, le ayudan a conseguir la madurez plena” (p.123).

En concordancia con el concepto de Frankl, podemos asumir entonces, que el sufrimiento, tiene dentro de sus “objetivos” un crecimiento personal, donde es posible desplegar a la luz de cualquier situación denominada como límite, el mayor potencial humano, hacia la transformación de la tragedia en triunfo y el cambio no del medio, sino de sí mismo (Pinedo, 2014).

Para García & Gallego (2009), incluso durante la presencia del sufrimiento en la existencia humana, existe “la posibilidad de que se den resultados positivos en el desarrollo personal, derivados precisamente de los esfuerzos de afrontamiento realizados” (p.46); por tanto, el afrontamiento al que hacen referencia estos autores, radica en el potencial humano, para enfrentarse al dolor y sobrepasarlo, desarrollando procesos de aprendizaje a favor de un direccionamiento hacia una trayectoria personal más “saludable”.

Ahora bien, es importante aclarar en este punto como la profundización en el sufrimiento humano, desde la logoterapia, no debe confundirse con el “enaltecer” el dolor como proceso que directamente direcciona al hombre a la “evolución”, más bien tiene como finalidad identificar el sufrimiento como aquel que puede llegar a posibilitar algunos procesos mencionados por García & Gallego (2009), como:

- a. La optimización de recursos personales, posibilitando la experiencia de “ganancia” y o mejora personal.
- b. La potencialización de la capacidad para afrontar la adversidad.
- c. El despliegue de capacidades como: la flexibilidad, la resistencia y la adaptación.

En concordancia, con los potenciales procesos positivos, que son posibles desplegar a raíz del sufrimiento, García & Gallego, (2009), referencian tres cambios positivos, sustentados en investigaciones, que surgen a propósito de la vivencia de circunstancias adversas graves como: enfermedades terminales, accidentes, pérdida de seres queridos, entre otras; estos cambios, a continuación mencionados, completamente relacionados con las capacidades del espíritu propuestas por Frankl (el autodistanciamiento y la autotrascendencia, que tendrán un mayor despliegue en párrafos posteriores):

Cambios en la percepción personal: las circunstancias adversas, favorecen “que la persona aprenda algo que antes no conocía, bien sea para manejarse en el mundo externo con mayor eficacia, o bien se relacionen con asuntos internos o personales” (García & Gallego, 2009, p.51).

Cambios en la filosofía de vida y escala de valores: después de vivenciar situaciones que implican sufrimiento, las personas, refieren el encuentro de un sentido de vida más profundo, acompañado de la confrontación y reflexión en relación a sus creencias y sistemas personal de valores.

Fortalecimiento de las relaciones personales: El sufrimiento y su inevitabilidad durante su padecimiento, ha sido referenciado como el proceso que ha movilizó a las personas a apreciar el valor de sus relaciones interpersonales y su relevancia en el afrontamiento del dolor.

Además, Lukas (2006), nos dice que “Un área más allá de nuestra comprensión, es el sufrimiento inevitable e inexplicable. La logoterapia, trata con la gama entera de los problemas humanos. Desde aquellos que podemos cambiar, hasta los que no” (p.76); es decir, que a través de la preocupación por brindar “la mejor ayuda posible” al ser humano que sufre, se direcciona hacia el acompañamiento al hombre, en la comprensión del sufrimiento con un sentido.

Por ende, desde la perspectiva del sufrimiento inevitable, la logoterapia no pretende suprimir el dolor en sí mismo, más bien “puede suprimir (...) la desesperación que fue definida por Frankl como un sufrimiento desprovisto de sentido para quien lo padece” (Fabry, 1977, p.79).

Es decir el sufrimiento, incluso ante su carácter inevitable e inexplicable, puede movilizar en el hombre, una “aceptación proactiva”, donde tiene la posibilidad de aceptar su destino, partiendo de la comprensión de “lo que no puede cambiar” y movilizándose hacia “lo que es posible cambiar”; en tanto que el hombre despliega su capacidad de aceptación ante dolor, no solo se posiciona de una manera activa ante su realidad, sino también, enfrenta su destino, dotando de sentido y significado aquello que vive y como lo vive, en la medida de que quien sufre, logre encontrar un ¿para qué?, le será más fácil encontrar un ¿Cómo?, direccionado a la comprensión, soporte y cambio actitudinal de su situación: “La tragedia de los inevitable se suaviza por la conciencia de una vida plena” (Lukas, 2006, p.83).

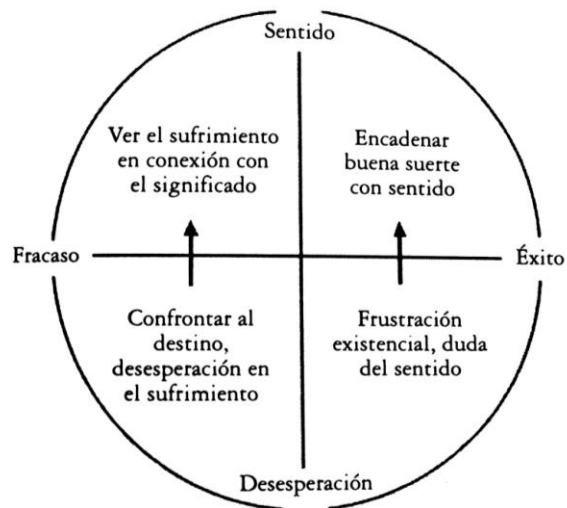
No obstante, es importante especificar el dolor desde dos perspectivas: el evitable, que como su nombre lo indica se debe trabajar en pro de no sufrirlo por su innecesidad, y el inevitable, en el que existe la posibilidad de hallarle el sentido, a través de la aceptación de lo incurable e inmodificable, es decir “Se pueden rescatar tres aspectos positivos en lo negativo del

dolor: el valor de prestación (para otros), de crecimiento (de lo posible a lo existente) y de madurez (libertad interior)” (Acevedo, 2005, p.51).

Es decir, que el descubrimiento de sentido, en medio del sufrimiento producto de situaciones inevitables, tiene mérito existencial, pues el hombre, en multitud de opciones a elegir, elige una actitud hacia la trascendencia del espíritu “somos capaces de semejante proeza, cuando obramos con la confianza de que existe un sentido último a pesar de toda la evidencia en contra en un nivel humano” (Fabry, 1977, p.83).

Para Fabry (1977), en las actitudes asumidas por el hombre frente al sufrimiento inevitable, se expresa la fe en un “sentido último”, tal fe en ocasiones de manera inconsciente, pero de relevancia para la transformación del dolor en logros “La diferencia está en el hecho de que la actitud correcta es, entonces, una actitud correcta de cara a uno mismo” (Frankl, 2001, p.98).

Partiendo de la premisa de Lukas (2006), de un sufrimiento inevitable pero soportable (a través de la atribución de un sentido para el mismo), la logoterapia plantea, la necesidad de una rigurosidad interventiva para acompañar al ser humano que sufre, en la transformación de su situación, a través de una actitud positiva, que posiblemente movilizara el despliegue de fortaleza interna y el descubrimiento de un sentido único detrás del sufrimiento experimentado (Véase Figura 4).



**Figura 4.** Modificación de Actitudes en situaciones de fracaso y éxito

**Fuente:** Lukas, E. (2006). También tu sufrimiento tiene sentido.

Ediciones LAG.

En ese orden de ideas, es la actitud ante el sufrimiento uno de los factores relevantes para dotar de sentido, aquellos eventos inexplicables de la vida, en cierta medida, el hombre en la elección de actitudes que favorezcan el aprendizaje, también elige libre y responsablemente un mejor panorama, en medio de un contexto “desfavorable”.

De hecho, Frankl (1994), al hacer referencia al sentido en medio del sufrimiento, alude a la relevancia de la realización de valores de actitud, a través de los cuales, el hombre elige la actitud correcta, ante limitaciones de orden, físico, psicológico o social.

Cuando Frankl describe las múltiples posibilidades de acción frente al sufrimiento, manifiesta como el hombre a través del mismo adquiere la capacidad para “sufrir”, en tanto que capacitarse implica adquirir aprendizaje en medio del dolor latente o la experiencia dolorosa, “la capacidad de sufrimiento debe adquirirla el hombre por sí mismo; tiene que padecerla primero para sí” (Frankl, 1994, p.250); a través de la realización de valores actitudinales, el ser humano va adquiriendo una actitud adecuada ante el destino y por ende un “adecuado” sufrimiento, en tanto que, la capacidad potencial, no innata de sufrir, radica en la adquisición paulatina de la autoconfiguración (el hombre es también un ser decisivo y/o de elección continua, que puede configurarse para elegir hacer de si mismo quien es).

En este orden de ideas, es “un acto valioso” en la medida que todo ser humano se verá enfrentado a conocer el sufrimiento y durante el mismo, podrá (si es su elección) desarrollar esta capacidad, cargando de “heroísmo” y sentido su experiencia; en cierta medida, el dolor puede ser un puente para el despliegue de recursos y valores, que de otra forma quizás permanecen estáticos y/o restringidos, al respecto Frankl, atribuye a la capacidad de sufrir unas características de crecimiento, maduración e incremento del ser existencial, pues aunque el destino coloque al

ser humano en situaciones de no elección, es el hombre a través de su oposición ante lo condicionante, que renuncia a lo factico (ya sido) y se entrega a lo existencial (lo que elige ser) en sus palabras:

*“Pero el sufrimiento (el auténtico) no es solo una obra, sino un incremento. Cuando asumo un sufrimiento, cuando lo hago mío, crezco, siento un incremento de fuerza: hay una especie de metabolismo. La esencia del metabolismo consiste en una transformación de sustancias, material bruto, en fuerza. En el plano humano se trata de la transformación de ese material bruto que es el destino: el doliente ya no puede configurar el destino externamente, pero el sufrimiento le capacita para dominar el destino desde dentro, transportándolo del plano de lo fáctico al plano existencial (...) sufrir significa obrar y significa crecer (...) significa también madurar”*  
(Frankl, 1994, p. 252).

## **12. Manifestaciones del espíritu**

*“La vida es un mosaico de tiempos diversos. Todo tiempo está marcado por algo que se deja y por algo que se descubre. Todo tiempo comporta desprendimiento de aquello que se era, para aventurarse en busca de aquello que se puede llegar a ser”*

*A. Pangrazzi*

Viktor Frankl, en contraposición al determinismo conceptual frente al hombre con que trabajaban el psicoanálisis y el conductismo (donde reducen al ser humano en términos de influencias internas, externas o condiciones genéticas) propone firmemente la existencia de la dimensión espiritual, comprendiéndola como aquella que sobrepasa los límites psicofísicos e incluso psicológicos. Para este autor, precursor de la logoterapia es el espíritu una dimensión inherente, específica y propia de la persona, cuya manifestación es posible a través de tres características a continuación conceptualizadas (Lukas, 2006):



## **Libertad**

El hombre a través de su dimensión espiritual tiene la capacidad de tomar distancia de sus condicionantes tanto internos como externos, desde esta postura es entonces el ser humano en esencia un ser libre, por ende, la libertad del hombre es una característica anclada al espíritu, al comprender el ser espiritual, como la parte libre en el hombre y lo libre del ser, como manifestación espiritual (Noblejas, 1994).

Para vislumbrar, como el hombre es libre, gracias a su dimensión espiritual y viceversa, es necesario resaltar, la comprensión de una libertad humana, que no está posicionada en eventos u objetos, es decir, que no se es libre de condiciones (físicas, sociales y psicológicas) sino que más bien como lo menciona Frankl, consiste en una libertad para algo, desde la posibilidad de elegir una actitud frente a lo condicionante (Lukas, 2006).

Autores como Frankl, Noblejas y Lukas, refieren esa elección de actitud en relación a una toma de postura, donde el ser despliega su humanidad alrededor de aquellos entes que pueden condicionarlo, mas no determinarlo. En palabras de Noblejas (1994): “El hombre como ser espiritual toma una posición libre frente a las disposiciones internas y externas. Es decir, que el hombre sea libre, no significa que no esté condicionado por su biología, psicología y circunstancias externas presentes y pasadas. Lo que quiere decir es que puede distanciarse de estos condicionamientos y determinar libremente, su posición ante ellos” (p.71).

Retomando lo mencionado, podría considerarse al hombre como un “ser condicionalmente incondicionado”, es decir que en cualquier experiencia tiene la capacidad de conservar su lado más humano (espíritu), al respecto García & Gallego (2009), mencionan tres dimensiones alrededor del “ser condicionalmente libre y responsable” (p.31):

- a. La dimensión moral o ideal: donde se encuentra el deber ser del hombre frente a su realidad, es decir que ante las preguntas de la vida a las que se enfrenta, desde su libertad debe responder a ellas
- b. La dimensión existencial: plantea al hombre como un ser con capacidad de acción inagotable, incluso ante condicionantes de orden biológico, psicológico o social.
- c. La dimensión ontológica: “Destaca la humanidad que habita en cada hombre en concreto, e implica que todo hombre no está obligado a serlo pero debe serlo” (p.31).

Específicamente Frankl (1990), se refiere a una libertad ante tres tipos de condicionamientos: los instintos, la herencia y el medio ambiente, explicados a continuación:

Libertad ante los instintos: Aun cuando el hombre posee instintos, estos no son quienes lo movilizan a actuar de determinada forma, su libertad en este aspecto, consiste en la posibilidad que tiene la persona de dar “vía libre” a la expresión de instintos o bien oponerse a ellos. Al respecto Noblejas (1994), nos dice que: “El hombre siempre puede decir “no” a los instintos y cuando dice “sí”, lo hace mediante el camino de una identificación con ellos. En esto se distingue del animal: el hombre cuando afirma un instinto “ha de identificarse” primero con él, mientras que el animal “es idéntico” a sus instintos” (p.74).

Libertad ante la herencia: Los factores genéticos en el hombre hacen parte del organismo psicofísico del mismo, en el que se incluyen los condicionantes, posibilidades e imposibilidades del ser, por una parte esta lo que “se tiene” y por otra lo que “se es”, aquí entra en juego la capacidad de la persona de decidir (libremente) a favor del desarrollo de potencialidades y su máximo despliegue, ya sea a pesar de disposiciones genéticas y/o respecto a habilidades (García & Gallego 2009); en palabras de Lukas (2006) “El espíritu humano, por definición, es la dimensión de la libertad humana y por lo tanto, no está sujeto a leyes deterministas” (p.25).

Libertad ante el medio ambiente: Frankl, a propósito de su experiencia vivida en los campos de concentración, refiere como el hombre aun en medio de la privación de la libertad (como evento externo) tiene la posibilidad de asumir una postura libre y digna ante el contexto,

dando cabida al despliegue del ser a través de acciones direccionadas al sentido y los valores existenciales (Noblejas, 1994).

### **Responsabilidad**

Al retomar las nociones frente a la libertad expuestas anteriormente, continuamos con la responsabilidad como otra de las características del espíritu, ligada directamente con el “ser libre”; puesto que “el hombre es libre para ser responsable; dicho de otra forma, puede ser responsable porque es libre, libertad y responsabilidad son inseparables” (Noblejas, 1994, p.82); cuando hablamos del hombre condicionalmente libre, inmediatamente debemos remitirnos a un hombre que a través de la libertad se hace responsable ante sus decisiones y acciones. Para Frankl, la responsabilidad radica en aquellas elecciones que la persona hace frente a su existencia y los aspectos alrededor de la misma, donde se incluyen los factores psicológicos, sociales y hereditarios (Noblejas, 1994).

Desde esta perspectiva, la existencia humana de forma explícita o implícita se encuentra “atravesada” por la responsabilidad, pues a lo largo de la vida, el hombre ha de elegir, y en la elección debe asumir el ejercicio responsable frente a la misma y hacia donde se dirija, “toda existencia humana se encuentra marcada por la responsabilidad. Esta es “desde” siempre y “para” siempre: el hombre asume su historia (hasta la herencia filogenética) y sabe que la responsabilidad no puede cesar por sí misma” (Noblejas, 1994, p.82).

Además, Luna (2011), define la responsabilidad como: “la capacidad que tengo como ser humano para responder a cualquier pregunta que me haga el destino, la vida, el karma, las circunstancias (...) puedo responder siempre al asumir un comportamiento, actitud o significado” (p.21); ser responsable además de ir completamente sincronizada con la libertad, implica un comportamiento, que moviliza al hombre entre dos polos: por una parte está el “poder ser” y por otra parte el “deber ser”, este último en relación con el contexto social, donde de una u otra forma se involucran las personas que rodean al hombre (Luna, 2011).

En concordancia, con las características de la responsabilidad propuestas por el anterior autor, Noblejas (1994), también hace referencia, a la tensión entre el ser y deber ser, afirmando que “esta tensión está renovándose continuamente en el devenir de los momentos y situaciones que presentan al hombre nuevos problemas y tareas a los que da respuesta y es propia de la búsqueda humana de significado” (p.84).

Adicionalmente, Frankl (2001), refiere como en el acto de tomar decisiones responsables y libres, existe un “ser responsable” ante algo o para algo, ya sea para sí mismo, los hombres, la sociedad o incluso desde la interpretación que algunas personas hacen de su existencia en términos de responsabilidad ante alguien, específicamente Dios. Esta responsabilidad implica “unicidad y singularidad”, pues al ser la existencia humana de carácter finito (muerte), continuamente invita al hombre a responder a la vida, no solo para sí mismo, sino para algo o alguien más, adentrándose en los terrenos de la autotranscendencia y el uso de la conciencia para comprender la significación de cada situación que vive y la elección de cómo la vive (Noblejas, 1994).

Características del espíritu humano como: el autodistanciamiento y la autotranscendencia implican un mayor nivel de valoración en cuanto a la responsabilidad del hombre ante la vida, “esta responsabilidad deriva del hecho existencial de que la vida es una cadena de preguntas que el hombre ha de responder respondiendo de su vida, a la que da respuesta siendo responsable, tomando decisiones, decidiendo cual es la respuesta a dar a cada una de las preguntas” (Frankl, 2001, p.32).

### **Conciencia**

Es comprendida como el “órgano de sentido”, a través del cual se desarrolla la capacidad intuitiva, en relación a la exploración y descubrimiento del significado propio y personal de cada situación a la que el hombre se enfrenta durante su vida, es decir la conciencia es “la facultad de

descubrir y localizar ese único sentido que se esconde detrás de cada situación” (Frankl, 1988, p. 103).

Cuando se habla de libertad y responsabilidad, la conciencia aparece como otra de las manifestaciones del espíritu, cuya labor es de manera conjunta, al referirnos a un ser responsable y libre, también implica hablar de un hombre consciente, con la capacidad de elegir continuamente y hacerlo de acuerdo a su “intuición”.

Por su parte Luna (2011), concibe la conciencia como un “órgano de significado”, cuya función es de carácter intuitivo, permitiendo al hombre el reconocimiento del “deber ser”. En este sentido al retomar el concepto de ser humano como único y singular, la conciencia juega un papel importante en esas características, pues es la que permite una lectura del mundo externo y sugiere la posible elección ante circunstancias de la vida.

De hecho, Noblejas (1994), al referirse al campo de lo inconsciente, menciona como las decisiones auténticas tomadas por el hombre (deber ser, amor y arte), son “irreflejas”, por tantos inconscientes, más bien cercanas a la anticipación del espíritu y lo que otros autores definen como intuición.

El hecho de ser la conciencia de carácter intuitivo en el hombre, atribuyéndosele un lugar principal en la toma de decisiones, hace que las mismas, puedan ser erróneas en relación al contexto en que se encuentre inmerso el ser humano. Al respecto Frankl (2001), refiere la posibilidad de caer en el error, pues en el ejercicio de “escuchar” la conciencia, esta puede fallar, sin embargo, tal riesgo, no exime a la persona de obedecer la “voz” de la misma.

En relación al concepto de riesgo con la conciencia, Fabry (1977), se acerca citando que: “Así pues, estamos obligados a escuchar la voz de nuestra conciencia que, a su vez, es para nosotros el sitio de escucha desde el cual captamos nuestros ideales, valores y desafíos” (p.108).

Desde la mirada Frankliana, la conciencia entonces trasciende el ser, al convertirse en una conversación del hombre con algo más, que lo conduce a el descubrimiento de significado en cada situación de la vida y por consiguiente ubicando al ser humano en relación con lo trascendente; por lo tanto se afirma que “Frankl, sin temor, da a ese trascendente el nombre de “Dios” pues es así como la humanidad, a lo largo de los siglos, lo ha llamado. Así mismo, mantiene que esta instancia trascendente ha de ser Alguien (personal) y no Algo para que verdaderamente pueda existir una relación del hombre con un Tu” (Noblejas, 1994, p.94).

### **13. Dimensión Noológica**

*“Que lo humano reconozca a lo humano y se reconozca en lo humano,  
que la libertad oriente la vida y que la vida - la buena vida,  
no el puro fenómeno biológico - señale los límites debidos a la libertad”*

*Fernando Savater*

“La dimensión noológica debe definirse como esa dimensión en la que se localizan los fenómenos específicamente humano” (Frankl, 2001, p.35), lo que significa desde la psicoterapia que estos fenómenos comprendidos allí, son una propiedad exclusiva de los seres humanos, por lo tanto esta dimensión tiene la capacidad de oponerse a los instintos para no dejarse gobernar por ese cuerpo físico (dimensión biológica) o por las condiciones psicológicas (psíquicas o sociales). En síntesis, la dimensión noológica es la que le permite al ser humano gobernarse, decidir, actuar, confrontarse y ser libre.

### **14. Recursos Noológicos**

*“La felicidad es como una mariposa. Cuanto más la persigues, más huye. Pero si vuelves la atención hacia otras cosas, ella viene y suavemente se posa en tu hombro. La felicidad no es una posada en el camino, sino una forma de caminar por la vida”*

*Viktor Frankl*

Los recursos noológicos también llamados recursos noéticos, son considerados como las potencialidades que hacen parte del espíritu humano, solo hasta que se despliegan se transforman en manifestaciones espirituales que se ven reflejadas en dos conceptos muy importantes para la logoterapia: el Autodistanciamiento y la Autotrascendencia (Vecco, 2009).

### **El Autodistanciamiento**

El primer recurso noético, es el Autodistanciamiento definido como: la capacidad propia de los seres humanos de tomar distancia de sí mismos, al incluir un inventario metacognitivo desde el conocimiento que se tiene, hasta el control que se ejerce sobre las actividades de orden cognitivo, emocional, sentimental y las metas, llegando a ser interpretadas conscientemente (Mateos, 2001). Algunas particularidades del Autodistanciamiento pueden analizarse desde la manifestación de la autoconciencia, por ende desde la multiplicidad de tres conceptos integradores que serán explicados a continuación:

#### **La autocomprensión**

El primer concepto es la autocomprensión o la comprensión de sí mismo, catalogada como: un recurso que utiliza el hombre para tomar una postura ante sí mismo, asumiendo un carácter consciente, que le permite monitorear y llevar un seguimiento estricto de su comportamiento, además de verse a sí mismo en situaciones de vida particulares. Bajo parámetros de su propia libertad el hombre es capaz de darse cuenta de lo que sucede en su mundo circundante adoptando una postura de saber lo que se piensa, se siente y se quiere lograr (Martínez, E. 2010).

Según Frankl, (1997) “A través de su libertad, el ser humano es, no sólo capaz de distanciarse del mundo, es capaz de distanciarse de sí mismo. En otras palabras, puede adoptar una actitud respecto de sí mismo; como persona espiritual, puede escoger determinada actitud ante el propio carácter psicológico” (p.8), desplegándose de tal manera la autocomprensión.

### **La autorregulación**

El segundo concepto es la autorregulación, comprendida como: aquel recurso que permite tomar distancia ya sea consigo mismo o de situaciones exteriores específicas de la vida, siendo evidente en el ser humano la facilidad de oponerse conscientemente a su manera de pensar y pensarse, por otra parte, detiene la satisfacción de instintos, regulando su comportamiento al ser proactivo y no reactivo desde un paralelismo psicofísico (Martínez, E. 2010).

Para Frankl, (1999) la autorregulación en definitiva “es la capacidad de poner distancia a las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (p.9).

### **La autoproyección**

El tercer concepto es la autoproyección, comprendida como: la facultad del hombre de verse a sí mismo pero de otra manera, al concebir los valores, significados y significantes que movilizan un cambio oportuno al identificar las posibilidades que trae consigo el futuro, para de esta manera ser proyectado de una forma diferente al momento presente, concibiendo en todo instante un crecimiento personal que lleve a ser y estar mejor cada día (Martínez, E. 2010).

Frankl, (1994) afirma que “El hombre como debe ser anticipa, al hombre como es. De este modo ese anticiparse es la condición de toda posibilidad, de toda variabilidad: de toda autodeterminación, autoconfiguración y autoeducación” (p.10), es decir que el ser humano concibe que puede cambiar, ser mejor persona y alcanzar sus sueños.



## La Autotrascendencia

El segundo recurso noético, es la Autotrascendencia definida como: la capacidad intencional de la conciencia de los seres humanos para dirigirse hacia algo o alguien significativo, en palabras de Frankl “la autotrascendencia es la segunda capacidad humana, denota el hecho de que el ser humano siempre apunta y se dirige a algo o alguien distinto así mismo para realizar un sentido o para lograr un encuentro amoroso en su relación con los otros seres humanos” (Frankl, 1999, p.12).

La Autotrascendencia requiere de intencionalidad y de un encuentro auténtico consigo mismo, que permita un reconocimiento de los otros seres humanos, sin dejar de lado su capacidad de elegir y elegirse en situación, con autonomía y con despliegue de su percepción afectiva y cognitiva, es decir que como ser humano en plenitud, se es capaz de amar encontrándose con el otro, consolidando valores y sentido, generando resonancia afectiva, al ser tocado emocionalmente por lo que captan sus sentidos, su espiritualidad y su yo.

*“El primordial hecho antropológico humano es estar dirigido o apuntando hacia algo o alguien distinto de uno mismo: hacia un sentido que cumplir u otro ser humano que encontrar, una causa a la cual servir o una causa a la cual amar. Tan sólo en la medida en que alguien vive esa autotrascendencia de la existencia humana, es auténticamente humano o deviene auténticamente él mismo. Y deviene así, no preocupándose por la realización de sí mismo, sino olvidándose de sí mismo, concentrándose en algo o alguien situado fuera de sí mismo” (Frankl, 1994, Pág. 36 - 37)*

El desarrollo de la Autotrascendencia se enfoca en el funcionamiento pleno de las personas, bajo la mirada de tres conceptos integradores, explicados a continuación:

### **La diferenciación**

En primer lugar, está el concepto de la diferenciación, donde existe bajo parámetros auténticos un encuentro con otro ser humano, que aumenta paulatinamente una necesidad de estar junto al otro, lo cual conlleva al reconocimiento de la legitimidad de otras personas y por lo tanto a diferenciar lo que se es de manera individual y lo que es el otro, en palabras de Buber, (1998) “la capacidad de diferenciar entre el yo y el tu” (p.13).

### **La afectación**

En segundo lugar, el concepto de la afectación, es descrito como un impacto emocional que es producto de estar junto a un generador de sentido, es decir que se presenta de diferentes maneras al movilizarse la esfera emocional, tras ser captada una resonancia afectiva en los recursos, valores y sentidos de una persona (Martínez, E. 2010).

Interpretado por Frankl, (2001) la afectación es como un constructo de “la dinámica en un campo de tensión, cuyos polos están representados por el hombre y el sentido que le requiere” (p.13-14).

### **La entrega**

En último lugar, la entrega es definida como: la capacidad del ser humano para realizar el sentido, es decir, que en el mundo circundante en el que se encuentra inmerso el hombre existe un encuentro de significados y significantes que garantizan la posibilidad de dar o entregarse hacia el otro o lo otro, dejándose impactar para desplegar (realizar) el sentido. Dentro de la entrega se concibe la posibilidad de abandonarse así mismo, para movilizarse no solo hacia el dar elementos tangibles a otros, sino también entregarse a través del servicio a una causa que impacte la existencia (Martínez, E. 2010).

Finalmente, es importante tener en cuenta que los dos recursos noológicos, el Autodistanciamiento y la Autotrascendencia siendo recursos propios de la existencia (como manifestaciones de la dimensión espiritual) cuentan con cierta restricción noética (escasa maduración y/o afectación del organismo psicofísico), es decir que para el adecuado despliegue del sentido de vida es necesario evaluar los factores físicos, psicológicos, biológicos y emocionales de la persona (Martínez, E. 2005).

Después de realizar un abordaje teórico conceptual, de los referentes pertinentes para abordar el fenómeno (cáncer de mama) de nuestra investigación, a continuación será desarrollado el cáncer desde la mirada biológica, médica y psicológica, esta última haciendo énfasis en las premisas logoterapéuticas; permitiendo al lector con este apartado, comprender el impacto de esta enfermedad en la estabilidad física, emocional y psicológica del ser humano.

## **15. El cáncer y su impacto en la vida del ser humano**

*“Aunque podemos hacer muy poco para decidir si adquirimos o no el cáncer, podemos hacer mucho para elegir si nos convertimos o no en sus víctimas. No me refiero solamente a si vivimos o morimos. Me refiero a como nos afecta el cáncer en lo más profundo de nuestro ser. Creo que el cáncer no puede conquistar nuestro espíritu a menos queelijamos se sus víctimas”*

*Lynn Eib*

El cáncer en Colombia es reconocido como una problemática de salud pública en aumento, por tal razón el abordaje de este fenómeno, implica su contextualización teórica, teniendo en cuenta aspectos como: su definición, la epidemiología, estadísticas, su impacto psicológico y el abordaje interdisciplinar, de esta forma a continuación se realizara un breve recorrido por los factores antes expuestos para favorecer la comprensión de la enfermedad entorno a sus principales características.

El cáncer se produce por el crecimiento anormal y desmesurado de células en el cuerpo. En su origen influyen factores medioambientales, genéticos y epigenéticos (cambios de regulación genética que no influyen en el curso normal del ADN), para Camargo, Wiesner, Díaz & Tovar, (2004) esta enfermedad es: “causado por la alteraciones celulares, ocurridas cuando la clave cromosómica genética ha sido alterada, por lo que las células reciben mensajes erróneos. La célula cancerosa pierde el control de su propio desarrollo, de modo que se divide en más células a mayor velocidad que el resto de tejidos a los que pertenece, sin cumplir las funciones para las que ha sido creada” (p.8).

El crecimiento acelerado de células cancerosas, forma masas que se denominan tumores, cuya clasificación es benigna o maligna: los tumores benignos, crecen lentamente, en orden y no afectan células normales, aunque requieren tratamiento y seguimiento, a diferencia de los tumores malignos, que en su mayoría crecen a gran velocidad y tamaño, malformados y haciendo metástasis de manera descontrolada, afectando células, tejidos y órganos (Camargo, Wiesner, Díaz & Tovar, 2004). Finalmente, esta patología, podemos comprenderla como “una enfermedad compleja y complicada de etiología multifactorial no del todo conocida” (Lloret & Lara, 2012, p.67).

Teniendo en cuenta que el cáncer es una enfermedad multifactorial, los estudios afirman que sus causas son el resultado final de una interacción de múltiples factores de riesgo a los que está expuesta la persona, según la OMS (2015) “La gran mayoría de los cánceres, aproximadamente del 90 al 95 % de los casos, tiene como causa factores ambientales. Del 5 al 10 % restante se debe a factores genéticos” (Párr.9).

Basándose en la evidencia, la OMS (2015) y Goss, et al, (2013), consideran que la población en general, está expuestas a riesgo de cáncer de cualquier tipo cuando:

1. El índice de masa corporal es alto: causa 274.000 defunciones anuales por cáncer
2. La baja ingesta de frutas y verduras
3. La falta de actividad física: causa 274.000 defunciones anuales por cáncer
4. El consumo de tabaco: causa 1,8 millones de defunciones anuales por cáncer

5. El consumo de alcohol: causa 351.000 defunciones anuales por cáncer

Además, en la actualidad la OMS se encuentra trabajando en investigaciones que nos permiten conocer el aumento o disminución de la mortalidad, la morbilidad y los factores de riesgo, entre otros, manifestando con gran preocupación que:

*“Se prevé que, a nivel mundial, la mortalidad por cáncer aumentará un 45% entre 2007 y 2030 (pasará de 7,9 millones a 11,5 millones de defunciones), debido en parte al crecimiento demográfico y al envejecimiento de la población. En las estimaciones se han tenido en cuenta las ligeras reducciones previstas de la mortalidad por algunos tipos de cáncer en países con grandes recursos. Se estima que durante el mismo periodo el número de casos nuevos de cáncer aumentará de 11,3 millones en 2007 a 15,5 millones en 2030” (OMS, 2015, Párr.1)*

### **Estadísticas**

Frente a las estadísticas del cáncer a nivel general se encontró que en Colombia durante el 2012, “se reportaron cerca de 71.000 casos nuevos y 38.000 muertes por esta causa, lo que significa que 195 personas son diagnosticadas y 104 más mueren diariamente por esta enfermedad” (MinSalud, 2014, Párr.18). De esta manera, se hace evidente como la incidencia de este problema de salud en el país es alta y paulatinamente progresiva.

Es necesario recalcar que por los factores de riesgo antes mencionados y la calidad de vida en las mujeres con diagnóstico de cáncer de mama, se estima un aumento en aproximadamente un 70% de los casos en los próximos 20 años (OMS, 2015).

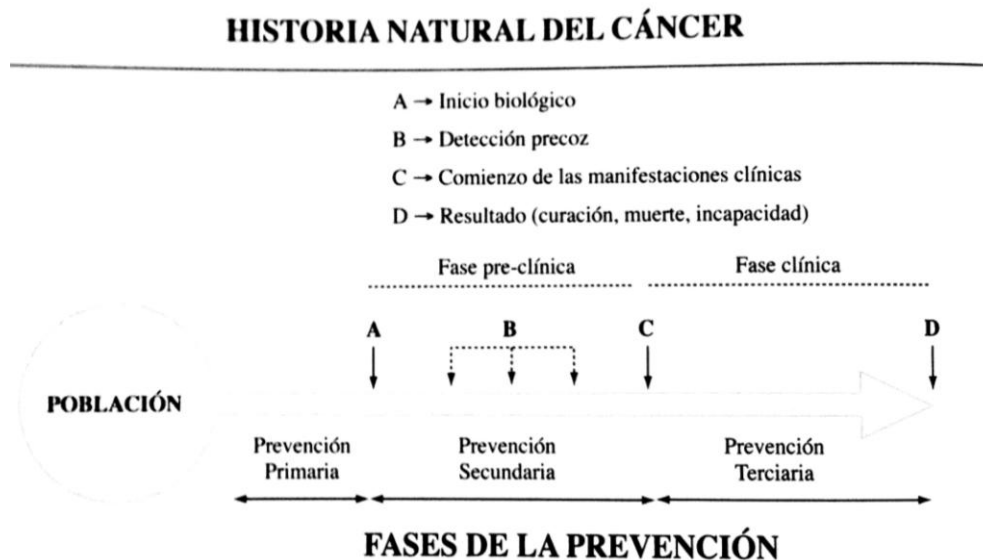
### **Promoción y prevención del cáncer**

Los seres humanos tienen la concepción de enfermedad, mas no de la posibilidad de estar enfermos, son muchas las patologías que podrían prevenirse en la actualidad, si se generara conciencia con responsabilidad de las necesidades de bienestar y calidad de vida de niños,

mujeres, hombres y ancianos; por lo tanto, la prevención de enfermedades complejas como el cáncer comienzan al evitar: el consumo de tabaco, la obesidad, las dietas malsanas, la falta de ejercicio, el consumo irresponsable de bebidas alcohólicas, la contaminación del aire, el humo etc.

Según Barata, et al, (2012), es imprescindible comprender las tres fases de prevención de una enfermedad como el cáncer:

- La prevención primaria: se encarga de reducir la incidencia del cáncer, evaluando los factores de riesgo a los que está expuesta la persona; es decir evitando “A” (véase Figura. 5).
- La prevención secundaria: se encarga de reducir la prevalencia del cáncer, es decir detectar y realizar un tratamiento precoz, en fase pre-clínica “B” (véase Figura. 5).
- La prevención terciaria: se encarga del tratamiento en fase clínica “C” de la enfermedad, para un posterior desenlace de curación o muerte “D” (véase Figura. 5).



**Figura 5.** Fases de la prevención del cáncer

**Fuente:** Barata, et al, (2012). Prevención del cáncer. Europa contra el cáncer (cap.7). En Lara & Lloret, (Ed.). Principios generales del cáncer. (pp.109-121). Aran ediciones S.L. España

### **Diagnostico**

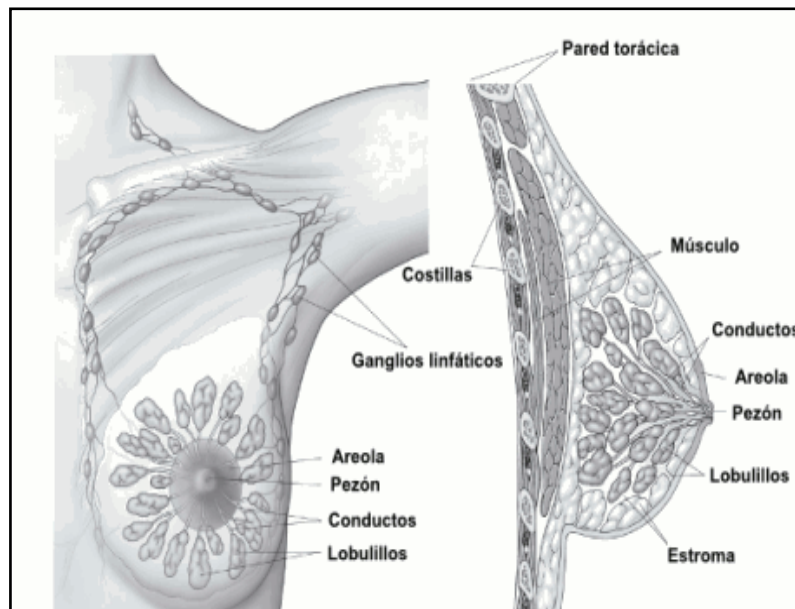
Con el fin de aplicar a cada paciente el tratamiento adecuado (tipo de cáncer), el diagnóstico es la agrupación de categorías, estadios y síntomas que permiten evaluar objetivamente la expectativa de vida y los resultados que se podrán encontrar tras el tratamiento médico y/o quirúrgico. A continuación serán explicados los pasos a seguir, teniendo en cuenta las premisas de Bautista, et al (2012):

1. Historia clínica o anamnesis: Le permite al personal médico conocer de manera detallada y exhaustiva todo lo referente a los antecedentes personales, familiares, estilo de vida, alergias, medicamentos que toma la paciente, así como enfermedades y cirugías realizadas entre otras.
2. Exploración física: Debe ser minuciosa, detallada y delicada.
3. Exploraciones complementarias: En este momento el especialista teniendo en cuenta lo encontrado en la historia clínica y en la exploración física, procede a dividirla en varias etapas:
  - a. Exámenes médicos: hemogramas, estudio bioquímico, función renal, función hepática, proteinograma entre otros.
  - b. Técnicas de imagen: ecografías, TAC (tórax, abdominal y craneal) y resonancia magnética nuclear (RMN).
4. Medicina nuclear: gammagrafías, biopsias entre otros.
5. Tratamiento: medico, quirúrgico y psicológico.

## Cáncer de mama o seno

Cáncer, es un fenómeno que abarca mundialmente múltiples conceptualizaciones, alrededor de su multifactorialidad de aparición y los diferentes tipos de cáncer alrededor del cuerpo que pueden ser descubiertos en diferentes etapas de la vida. Por ende, a continuación se especificarán conceptos pertinentes al cáncer de seno específicamente.

El cáncer de seno puede comprenderse, como el crecimiento anormal y desordenado de células del epitelio de los conductos o lobulillos mamarios, este proceso causa que las células sanas de la glándula mamaria se degeneren y se transformen en tumorales, proliferando y multiplicándose posteriormente hasta constituir un tumor; por su parte un tumor maligno es un grupo de células cancerosas que pueden crecer penetrando (invadiendo) los tejidos circundantes o que pueden propagarse (hacer metástasis) a áreas distantes del cuerpo, esta enfermedad ocurre casi exclusivamente en las mujeres, pero los hombres también pueden padecerla, aunque en un bajo porcentaje (véase figura 6) (Angarita & Acuña, 2008).



**Figura 6.** Anatomía del seno

**Fuente:** American Cancer Society. (2014) ¿Cómo se determina la etapa del cáncer de seno?



### **Signos y síntomas**

Las mujeres con esta condición empiezan a notar algunos cambios que son de alerta para consultar con un médico, entre ellos se destacan (Bayo, et al, 2007):

- a. La mama enrojecida e inflamada,
- b. Descamación del pezón
- c. Aplastamiento o hundimiento de la piel del seno
- d. Cambios aparentes en la forma y el contorno de la mama
- e. Dolor, sangrado y/o flujo del pezón

### **Factores de riesgo**

En este apartado es importante aclarar, que los factores de riesgo para contraer cáncer son similares para la población en general, en tanto que no existen una claridad en cuanto a un relación causa- efecto, entre la factores específicos de riesgo y la aparición de un diagnostico oncológico.

Sin embargo para Bayo, et al (2007), pueden presentarse algunos factores influyentes para la aparición del cáncer de mama específicamente, entre los que se destacan: la edad, antecedentes familiares, factores hormonales, cambios en la biopsia de mama por un diagnóstico de hiperplasia atípica o de carcinoma lobulillar in situ, alteraciones genéticas (genes BRCA1, BRCA2 y otros), antecedentes en la reproducción y la menstruación, dietas, estilo de vida, entre otros.

### **Epidemiología y estadísticas**

Para Carlos Castro, el actual Director Científico de la Liga Colombiana Contra el Cáncer en Colombia, los riesgos para el hombre están en adquirir cáncer de próstata, de estómago o colorectal, mientras que para la mujer, los riesgos tienen en primer lugar al cáncer de mama, cuello uterino y el cáncer gástrico, sin embargo reflexiona en este índice de mortalidad

afirmando que este aumento tiene estrecha relación con los malos hábitos de vida (consumo de cigarrillo y alcohol principalmente) (El país, 2015).

Examinando lo dicho con anterioridad, con estadísticas establecidas durante el 2012 en el país “el cáncer de mama fue la primera causa de enfermedad y muerte entre las mujeres, con 8.686 casos nuevos por año y 2649 muertes, seguido por el de cuello uterino con 4661 casos diagnosticados” (MinSalud establece reporte, 2014, Párr.19). En contraste con los hombres donde “son el cáncer de próstata, que aporta alrededor de 9.500 casos por año y el de estómago con 3.688 casos” (MinSalud establece reporte, 2014, Párr.19). Finalmente, se ha encontrado que el cáncer de seno, es el que posee mayor frecuencia de padecimiento en la población femenina, representando el 16% de los canceres en mujeres a nivel mundial (Así vamos en Salud, 2012, párr.1).

Entidades como la liga Colombiana Contra el Cáncer, el Instituto Nacional de Cancerología y el Ministerio de Salud reconocen este aumento significativo en la mortalidad de pacientes mujeres por causa del cáncer de seno, además recalcan la importancia del autoexamen y el reconocimiento de los cambios físicos del cuerpo.

### **Tipos de cáncer de mama**

Teniendo en cuenta a Lendechy (2004), a continuación serán brevemente explicadas algunas características de los cinco tipos de cáncer de mama:

**Tabla 1.** Tipos de cáncer de mama

<b>El carcinoma ductal in situ</b>	<b>El carcinoma ductal infiltrante (o invasivo)</b>	<b>El carcinoma lobular in situ</b>	<b>El carcinoma lobular infiltrante (o invasivo)</b>	<b>El carcinoma inflamatorio</b>
------------------------------------	---	-------------------------------------	--	----------------------------------

Está localizado en los conductos mamarios, por lo general no se ha extendido a otras zonas., eso hace pueda extirparse fácilmente y sea de buen pronóstico.	Se presenta en el 80% de los casos y se caracteriza por atravesar el conducto mamario, el tejido adiposo extendiéndose a otras partes del cuerpo	Se origina en las glándulas mamarias, se suele dar antes de la menopausia.	Comienza en las glándulas mamarias pero se puede extender y destruir otros tejidos del cuerpo.	Es poco común, pero es agresivo y de crecimiento rápido. Difícil pronóstico.
---	--	--	--	--

---

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

### **Sistema T N M Del American Joint Committee on Cancer (AJCC)**

Este sistema le permite a los especialistas de oncología unificar características del cáncer para informar con mayor claridad a las pacientes; las categorías se reconocen por una letra en mayúscula, donde T describe el tamaño del tumor, bajo una numeración de 0 a 4, N indica si hay metástasis los ganglios, bajo una numeración de 0 a 3 y finalmente M hace referencia a la metástasis en otros órganos, bajo una numeración de 0 a 1 (American Cancer Society, 2014).

### **Etapas del cáncer de mama**

Según American Cancer Society (2014), para poder determinar en que etapa se encuentra el cáncer de mama (véase tabla 2), es importante que el especialista haya determinado previamente las categorías T, N y M, para plasmar cada etapa con números romanos desde la etapa I (la menos avanzada) hasta la etapa IV (la más avanzada).

**Tabla 2.** Estadios del cáncer de mama

<b>ESTADIO</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>PORCENTAJE DE VIDA</b>
<b>0</b>	No invasivo	100%
<b>I</b>	Tumor es menor de 2cm y no hay metástasis	98 al 88%
<b>II</b>	No mide más de 2 cm pero los ganglios linfáticos de la axila están afectados	76%
<b>III</b>	El estadio III A: tumor mide menos de 5 centímetros y se ha diseminado a los ganglios linfáticos axilares,  El estadio III B: ha extendido a otros tejidos cerca de la mama	56 al 49%
<b>IV</b>	Se ha diseminado a varias estructuras del cuerpo	15%

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

### **Diagnóstico del cáncer de mama**

En la mayoría de los casos es importante realizar una valoración de antecedentes familiares, personales y sobre todo estudiar el estilo de vida que lleva la persona con cáncer de mama en la actualidad; por lo tanto bajo la postura de Lloret, et al, (2012), serán explicados los pasos a seguir:

1. Historia clínica o anamnesis: Su importancia radica en recopilar información importante de la paciente, en áreas familiares, estilo de vida, edad, raza, grupo sanguíneo, cirugías previas, medicamentos, tratamientos médicos, quirúrgicos, psicológicos, entre otros.
2. Exploración física: Debe ser bilateral, en tres momentos: primero la inspección, segundo palpación de mamas y tercero palpación de ganglios.

3. Mamografía: Se la debe realizar toda paciente con sospecha de CA de seno.
4. Punción aspiración con aguja fina (PAAF): es una prueba con un 96% de especificidad, además de rápida y económica.
5. El trucut o BAG: es una punción con aguja gruesa.
6. Biopsia: si las pruebas anteriores no dan un diagnóstico, la paciente debe someterse a la biopsia.
7. Otros estudios: ecografía, resonancia magnética nuclear (RMN), biopsia selectiva del ganglio centinela (BSGC), estudio de receptores hormonales, determinación de oncogénesis y proteínas asociadas.
8. Estudios de extensión: hemograma, radiografía de tórax, ecografía de abdomen, gammagrafía ósea, marcadores, PET.

### **Tratamiento médico-quirúrgico**

Como es natural, tras la valoración exhaustiva realizada por el especialista, la paciente debe someterse a un tratamiento complejo, sin embargo gracias a los avances tecnológicos y los aportes de médicos, farmacólogos, oncólogos, científicos y psicólogos, en la actualidad se dispone de técnicas que son menos invasivas y de pronta recuperación en el ámbito quirúrgico y a nivel psicológico los avances en el tema son muy significativos.

A continuación serán abordadas algunas generalidades médico-quirúrgicas, desde la postura de Lloret, et al, (2012):

1. La cirugía: Dependiendo del diagnóstico están: la mastectomía radical modificada tipo MADDEN, mastectomía subcutánea, cirugía conservadora, linfadenectomía axilar, biopsia selectiva del ganglio centinela y la reconstrucción inmediata con cirugía plástica.
2. Radioterapia: reduce la tasa de recidiva local.
3. Tratamiento sistémico: quimioterapia.
4. Seguimiento: cada 6 meses, mamografía cada 6 meses, exámenes constantes y autoexamen.

Ahora bien, después de realizar la contextualización del proceso médico a implementar cuando se padece cáncer de mama se continuara con el abordaje a nivel psicológico, en tanto que, tener una enfermedad oncológica, implica además de cambios a nivel físico y malestar biológico, la afectación de la persona a nivel social, emocional, espiritual y psíquico.

### **Impacto psicológico del cáncer**

El cáncer “para muchas personas aun es sinónimo de muerte, de sufrimiento, de sentencia. En cierto modo es paradigma de la enfermedad sin solución, hasta el punto de que la sociedad ha creado una conspiración de silencio para no mencionarla” (García & Gallego, 2009, p.127). Es decir que durante el siglo XXI ha sido esta una de las enfermedades que ha impactado el imaginario colectivo de la población mundial, donde escuchar mencionarla, viene acompañado de emociones como: el miedo, la angustia y la tristeza, además de pensamiento alrededor de la finitud de la vida y la pérdida progresiva de la misma. No obstante, aun cuando el impacto a nivel biológico es progresivo y las estadísticas se direccionan a tasas altas de diagnóstico, en la actualidad el cáncer es un tema que ha sido trabajado desde diferentes disciplinas, dentro de las que puede destacarse la psicología, específicamente reconocida como Psicooncología.

Para la Psicooncología, la prioridad radica en la comprensión y formulación de intervenciones oportunas y favorables a la población oncológica, donde continuamente se construyan rutas de intervención que favorezcan no solo la adaptación y aceptación de la

enfermedad, sino además el favorecimiento de una calidad de vida durante el afrontamiento del diagnóstico médico (Martínez, et al, 2014).

Ahora bien, al enfocarnos en las intervenciones que desde la psicología se deben realizar para un abordaje terapéutico idóneo y proactivo a favor de los pacientes oncológicos, es importante tener en cuenta las diferentes alteraciones en el funcionamiento y/o bienestar psicológico que se presentan en la persona enferma; dentro algunos factores relevantes se encuentran: los cambios en el estado de ánimo, el estilo de vida, las redes de apoyo, la autoestima, la imagen corporal, el tipo de cáncer, el tipo de tratamiento médico-quirúrgico, entre otros (Nobles & Brunal, 2009).

En los pacientes diagnosticados con cáncer, es importante trabajar en el fortalecimiento de áreas como la espiritualidad, la existencia y su significación respecto al sentido de la vida, que permitan movilizar procesos de adaptación, confrontación y clarificación de la responsabilidad del individuo frente a su vida y el direccionamiento de la misma, posibilitando la comprensión y el ejercicio de aceptación de la enfermedad, no desde una visión de deterioro, sino como una crisis vital que permita el cambio de diversos aspectos de la vida cotidiana, por ende un crecimiento personal (Rodríguez & Gómez, 2013).

Además, visibilizar la importancia de la resignificación de la enfermedad al contextualizarla como un proceso de enseñanza de vida que genera un cambio integral en la persona, permitirá posibles cuestionamientos alrededor de la existencia, que pueden direccionar a la persona a replantear su postura de vida, facilitando el surgimiento de nuevos objetivos respecto a su sentido de vida (Parra, García, & Insuasty, 2011).

### **Cambios en la apariencia física**

En la sociedad actual, la apariencia física juega un papel importante en la construcción de significados orientados al proyecto de vida y las relaciones interpersonales, la manera en que hombres y mujeres se sienten con su propio cuerpo pueden generar: en primer lugar, una

satisfacción con la imagen corporal (un acercamiento amoroso consigo mismo) y en segundo lugar, una insatisfacción con la imagen corporal (Fernández, 2004).

En pacientes oncológicos, los cambios físicos son muy evidentes, durante los tratamientos efectuados para atacar enfermedades como el cáncer, se encuentran procedimientos invasivos para el cuerpo como: la quimioterapia, la radioterapia y las cirugías, que además de tener efectos en la disminución y/o eliminación de las células cancerígenas, afectan otras partes del cuerpo a nivel interno y externo.

En la mayoría de los casos, las mujeres con cáncer de mama, se ven afectadas en su corporalidad y su autoimagen, puesto que generalmente tras ser sometidas a tratamientos médicos y/o quirúrgicos de alta complejidad, físicamente se pueden apreciar:

- a. Caída del cabello
- b. Alteraciones en la piel
- c. Pérdida o ganancia de peso
- d. Pérdida de uno o dos senos (amputaciones)
- e. Deformidades mamarias

En este orden de ideas, los senos son una de las partes del cuerpo de la mujer, que se afectan directamente al tener cáncer de mama, puesto que “los pechos son el principal significante de feminidad. Esto explica porque a las mujeres a las que se las extirpado un pecho, o una parte del mismo, a menudo reportan un sentimiento de pérdida de feminidad” (Young, 1990, citado por, Coll, 2014, p.35).

Dichos cambios, además de afectar la funcionalidad de las extremidades superiores (en algunos casos), repercuten en la estabilidad emocional, el bienestar y la calidad de vida de las pacientes; por ende es importante, tener en cuenta como la aceptación de tratamientos médicos en búsqueda de una curación, irónicamente, afectan otras áreas de la salud de las mujeres con cáncer de seno, posicionándolas en torno a emociones ambivalentes, que pueden generar



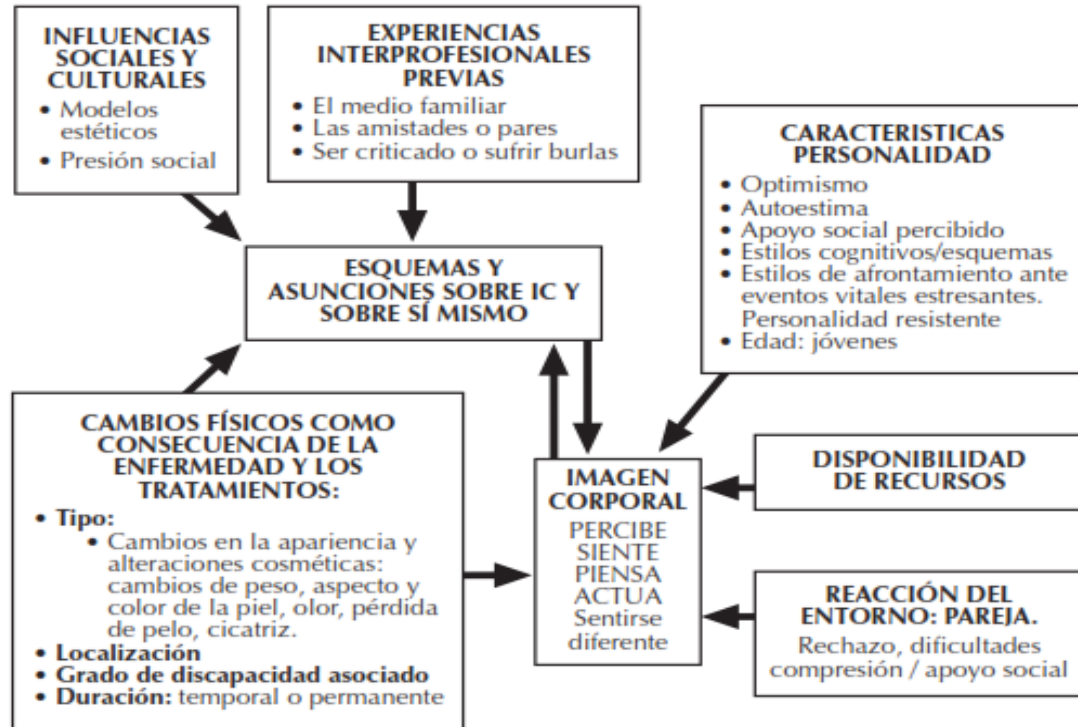
malestar psicológico entorno a conceptos relevantes como: la imagen personal, la autoestima y las motivaciones intrínsecas.

Según Raich, (1996) citado por, Fernández, (2004) la imagen corporal es “un constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del cuerpo y límites de este, la experiencia subjetiva de actitudes, emociones, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos” (p.2).

Es decir que en relación a las mujeres que se someten a tratamientos que afectan su corporalidad de forma directa o indirecta, es importante reconocer, la confrontación presente en relación con la imagen personal, que de acuerdo a los recursos propios e incluso el acompañamiento a nivel psicológico que posean, permitirá de forma negativa o positiva (según el caso) la transformación de dicha imagen a favor o en contra de la aceptación personal.

Sin embargo, Fernández (2004), manifiesta que el proceso de evaluación y el tipo de intervención a realizar en pacientes oncológicos, tendrán mejores resultados terapéuticos, si se conocen a profundidad las variables influyentes en la imagen corporal (véase figura 7); de este modo en mujeres con cáncer de mama el procedimiento a seguir es el siguiente:

1. Conocer el tipo, localización y grado de discapacidad generado por el estadio en el que se encuentre la paciente
2. Reacciones del paciente con relación a su entorno y el apoyo social (familia)
3. Recursos y estrategias del paciente
4. Valoración o significado realizado por el paciente de su apariencia física



**Figura 7.** Variables influyentes en los cambios de la imagen corporal

**Fuente:** Fernández, A. (2004). Alteraciones psicológicas asociadas a los cambios en la apariencia física en pacientes oncológicos. *Psicooncología*. 1. (2-3). Pp. 169.180.

### Emociones y sentimientos

Según Choliz (2005), las emociones son multidimensionales y cuentan con tres sistemas de respuesta: a nivel cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo, estas dimensiones adquieren mayor o menor relevancia al tener en cuenta el contexto, las personas y la propia personalidad; además para Oatley (1992), citado por Choliz, (2005) una cualidad diferenciadora de esta clasificación, es la disposición para la acción y su carácter fenomenológico que dan la posibilidad de medir el componente afectivo ya sea agradable o desagradable.

Es necesario recalcar que las mujeres que son sometidas a tratamientos quirúrgicos invasivos, como una mamoplastia o una linfadenectomía, se encuentran en la necesidad de apelar

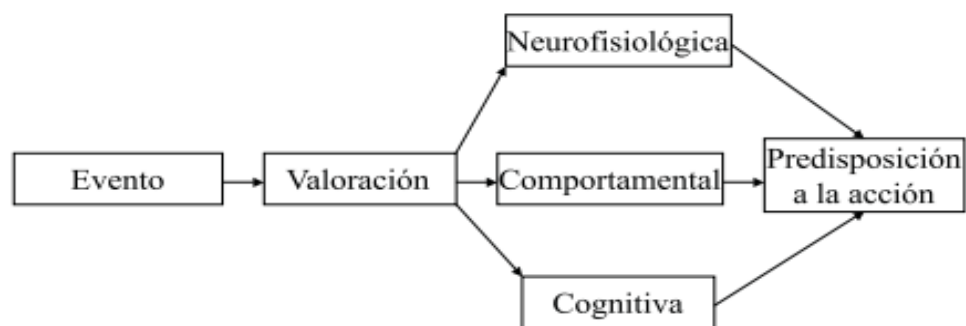
a la búsqueda de recursos y estrategias que les permitan desplegar sentido de vida, no obstante, cuando son sobrevivientes, es la escala de recursos noéticos, la que posibilita la comprensión de la vida a expensas de la muerte.

Ahora bien, en el proceso médico y/o quirúrgico, las emociones de mujeres con cáncer de mama tienden a presentar cambios significativos que son resultado de la ansiedad, los cambios de rutina, el miedo, los signos y síntomas entre otros, por ende es necesario conocer los componentes de las emociones que según Bisquerra (2003), son los que definen el curso de las emociones (véase figura 8):

El primer lugar, está el componente neurofisiológico que es identificado tras una emoción intensa se produce respuestas involuntarias que como seres humanos no podemos controlar como: taquicardia, rubor, sudoración, sequedad de boca, tono muscular.

En segundo lugar, está el mecanismo conductual donde la emoción que está experimentando el individuo hace que con expresiones faciales, lenguaje no verbal, volumen, ritmo, movimientos del cuerpo entre otras se expresen con precisión señales del estado emocional que se está viviendo.

En tercer lugar, el plano cognitivo que es una vivencia subjetiva a la que llamamos sentimiento y que le permite al sujeto calificar un estado emocional y darle un nombre como rabia, miedo, tristeza entre otras.



**Figura 8.** Proceso de respuesta de las emociones

**Fuente:** Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa. 21 (1). Pp. 7-43

La vivencia del cáncer de mama es un acontecimiento altamente estresante para las mujeres, desde que se conoce el diagnóstico y durante el tratamiento, las emociones y sentimientos se encuentran muy vulnerables, por ello encontrarse con cambios en el estado de ánimo, negación, frustración, miedo, angustia entre otros le permiten a las pacientes generar procesos de reconocimiento de su cuerpo, adaptando nuevas rutinas a nivel familiar, social, laboral.

Dentro de este marco de enfermedad oncológica ha de considerarse la tipología de las emociones, tema que todavía sigue siendo complejo de abordar; según Goleman (2001) “la verdad es que en este terreno no hay respuestas claras y el debate científico sobre la clasificación de las emociones aún se haya en el tapete” (p.10), es decir que cuando se habla de emociones y sentimientos en cada ser humano hay apreciaciones propias de la personalidad y del estilo de vida.

Sin embargo, los autores Fernández, Martín y Domínguez, (2001), citado por Vivas, et, al, (2007), clasifican las emociones de la siguiente manera:

1. Positivas: Implican sentimientos agradables; donde la persona tiende a valorar las situaciones a su beneficio; por ejemplo la felicidad.
2. Negativas: Implican sentimientos desagradables; donde la persona tiende a valorar las situaciones como dañinas y dependiendo de ello despliega los recursos para afrontarlas; por ejemplo el miedo, tristeza, ira y asco.
3. Neutras: Se refiere a aquellas emociones que no producen intrínsecamente reacciones ni agradables, ni desagradables, su fin es facilitar la aparición de estados de ánimo; ejemplo la sorpresa.

Finalmente, las emociones y sentimientos de mujeres con esta patología van a tener que pasar por varias etapas, lo más importante en este recorrido a la curación total es como las

significan (ira, miedo, tristeza, vergüenza, alegría), como las viven y como sienten, porque aunque no sean buenas ni malas, si hay que aprender a reconocerlas y modularlas para vivir en bienestar, en un aquí y ahora lleno de oportunidades.

### **Impacto social del cáncer**

Por otro lado es de gran importancia mencionar como un diagnostico de cáncer ocasiona un impacto transcendental en la dinámica familiar y social del paciente, en este sentido se generan diferentes tipos de situaciones y cambios en la totalidad del sistema familiar y el entorno social, que dependerán de factores como: el grado de severidad del diagnostico, el pronóstico de vida y finalmente el tipo de tratamiento.

En este orden de ideas durante el padecimiento de esta enfermedad el paciente y su familia pueden pasar por difíciles decisiones y enfrentamientos, causando que dicha patología se vuelva un gran desafío en la vida de una familia, ocasionando a veces cambios en las configuraciones establecidas entre los miembros de la familia, generando así un importante desafío a la habilidad del grupo familiar para conservarse relativamente organizado durante transcurso de la enfermedad (Biffi1 & Mamede, 2010).

En este contexto cada integrante de la familia se ve afectado emocionalmente, y cognitivamente, es así como durante el proceso de enfermedad el núcleo familiar puede atravesar por periodos repetitivos de enojo, desamparo, frustración, falta de control, y finalmente ajuste y readaptación de la vida familiar (Cabrera & Ferraz, 2010).

Por su parte Ortega (2005) menciona que existen otro tipo de factores que intervienen en el impacto familiar de la enfermedad dentro de los cuales se pueden mencionar los siguientes:

- a. Flexibilidad o rigidez de los roles familiares: en el momento de aparición de la enfermedad es posible que se afecte la distribución de roles en los miembros de la familia, en este sentido es importante flexibilizar las interacciones de tal manera que

cada uno de sus miembros pueda responder a su nuevo rol sin afectar los límites establecidos hasta el momento de aparición de la enfermedad.

- b. Tipo de respuesta familiar: se refiere a los cambios que se presentan en las interacciones de cada uno de los miembros de la familia en relación al paciente enfermo, para generar un ambiente favorable y proactivo durante su proceso medico.
- c. Ambivalencia afectiva: se trata de la presencia simultánea de sentimientos encontrados en los miembros de familia, los cuales manifiestan reacciones emocionales intensas como: la culpa, la depresión, y/o ansiedad, que van disminuyendo de manera progresiva en relación a la comprensión y aceptación de la enfermedad por parte del paciente y así mismo de la familia.

Finalmente es importante percibir una enfermedad como el cáncer de seno no como una patología de potencial peligro de desintegración familiar, en caso contrario se debe comprender como una oportunidad, para el fortalecimiento, recuperación, y adaptación de expectativas de cada miembro de la familia, debido a que supervivencia de un enfermo de cáncer dependerá de la manera eficaz como su red de apoyo en este caso la familia enfrente y asuma la enfermedad (Cabrera & Ferraz, 2010).

En el ámbito social el padecer una enfermedad como el cáncer de seno genera cambios no solo a nivel familiar si no también en el ámbito laboral, las mujeres pueden también experimentar cambios, en relación a la discriminación laboral como despidos injustificados, ser transferido a trabajos menos deseables o limitación de responsabilidades laborales, aspectos que llevan a las mujeres sobrevivientes o que aun estas pasando por su proceso medico a que se retiren anticipadamente del mundo laboral por sentirse infravaloradas, esta situación conlleva una pérdida económica y repercusiones personales y familiares, que establecen transformaciones complejas en estilo de vida causando en algunos casos un alejamiento de la vida social, con el consiguiente aislamiento social (Vivar, 2010).

### **Intervención psicológica**

El impacto del cáncer y sus tratamientos oncológicos limitan significativamente la vida familiar, social y personal del paciente, en este sentido es de vital importancia intervenir en estas problemáticas con el objetivo principal de mejorar de manera eficaz la calidad de vida de las mujeres que padecen esta enfermedad.

En este caso, el apoyo psicooncológico es importante para lograr que las pacientes diagnosticadas con cáncer logren aprender y desarrollar nuevas habilidades de autorregulación a nivel emocional y cognitivo, que les permita comprender de otra manera su enfermedad al verse y asumirse de una manera saludable en medio de su proceso de tratamiento (Rojas, 2006).

Las intervenciones deben responder a las necesidades de los pacientes en cada fase de la enfermedad como del tratamiento, en este sentido se proponen algunas estrategias óptimas para desarrollar con pacientes diagnosticadas con cáncer de seno expuestas o no a un proceso de mastectomía, estas estrategias son para Martínez, et al, (2014) las siguientes:

- a. Reestructuración de ideas disfuncionales, principalmente aquellas relacionadas con la imagen corporal, la aceptación de la nueva imagen y el cambio de ideas relacionadas con el concepto de mujer.
- b. Reducir la ansiedad, depresión y reacciones emocionales desadaptativas.
- c. Facilitar el proceso de adaptación a la realidad.
- d. Ayudar al paciente a expresar y manejar sus miedos, sus valores y el sentido de su vida.

Por su parte, Fernández & Flores (2011), proponen la terapia Psicológica Adyuvante (TPA) como un modelo integral para desarrollar con pacientes oncológicos, los objetivos de la terapia son los siguientes:

- a. Mejorar el ajuste mental al cáncer, favoreciendo un espíritu de lucha positivo.
- b. Promover un sentido de control personal y participación activa en los tratamientos.

- c. Desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas para tratar los problemas de la enfermedad.
- d. Mejorar la comunicación entre el enfermo y la familia.

Finalmente, estas estrategias y terapias propuestas brindan al paciente la oportunidad de identificar otro tipo de recursos, que le permitan asumir de otra forma su proceso de tratamiento médico y/o quirúrgico, generando así nuevas manera de percibirse, asumirse durante y después de su padecimiento de cáncer.

### **Calidad de vida y sobrevivientes**

Como resultado del tratamiento médico, quirúrgico y psicológico, las mujeres pueden vivir durante largos períodos de tiempo, interiorizando los cambios físicos y de la rutina diaria, teniendo un seguimiento médico responsable y cuidados propios (ejercicio, alimentación, entre otros) para su bienestar y calidad de vida.

Para Vinaccia & Orozco (2005), la calidad de vida comprende:

- a. el bienestar físico: actividad funcional, la fuerza o la fatiga, el sueño y el reposo, el dolor y otros síntomas
- b. social: las relaciones, el afecto y la intimidad, la apariencia, el entretenimiento, el aislamiento, el trabajo, la situación económica y el sufrimiento familiar
- c. psicológico: el temor, la ansiedad, la depresión, la cognición y la angustia que genera la enfermedad y el tratamiento
- d. espiritual: abarca el significado de la enfermedad, la esperanza, la trascendencia, la incertidumbre, la religiosidad y la fortaleza interior

En este orden de ideas, evaluar la calidad de vida de los pacientes sobrevivientes de cáncer nos permite conocer el impacto de la enfermedad, del tratamiento, su evolución y los recursos empleados para adaptarse a vivir con las secuelas de la enfermedad (Bayes, 1994, citado por, Vinaccia & Orozco, 2005).



Por otra parte, en el país diferentes entidades públicas y privadas (ministerios, hospitales y fundaciones, entre otros) realizan estadísticas (mencionadas en párrafos anteriores) que evidencian el impacto que tiene el cáncer de seno en la población femenina; el grado de afectación en las mujeres es alto, convirtiéndose en un problema de salud pública que va en aumento (MinSalud, 2014).

Los pacientes diagnosticados con cáncer, pueden dirigirse hacia el sentido, atribuyéndole un significado diferente a la enfermedad como una situación que implica responsabilidad y pensarse hacia la trascendencia de su existencia, pese a las circunstancias que no puede elegir.

Como seres humanos con potencial de autotrascendencia, tienen la oportunidad de cambiar su postura frente a la vida, donde a través de un tratamiento médico y la postura personal, tienen posibilidades de ser sobrevivientes de una enfermedad de la que se pensaba morirían (Rodríguez & Gómez, 2013).

### **Cáncer desde la logoterapia**

Realizar una lectura del cáncer, como una enfermedad del siglo XXI, implica profundizar en aquellos aspectos relevantes alrededor de su favorable evolución; en este sentido la actitud asumida frente al diagnóstico y posterior tratamiento es de vital relevancia para el afrontamiento positivo de la experiencia a vivir (García & Gallego, 2009).

Desde este aspecto, resulta importante comprender como el cáncer no es un evento pasajero, que aparece en el trascurso de la vida, se trata medicamente y se pasa “el capítulo”; por el contrario, es una experiencia límite, inmodificable, pero variable, durante su aparición, trascurso y posible curación. En este orden de ideas, la logoterapia, como una terapia que ofrece un lugar importante y prioritario al sentido, puede ser una orientación oportuna para el trabajo con personas diagnosticadas con cáncer, en la medida que permite el acompañamiento en

relación a las preguntas acerca de la existencia y la posibilidad de la optimización de la calidad de vida del ser humano (García & Gallego, 2009).

Para la logoterapia, el cáncer es considerado como una enfermedad de evolución variable y con un impacto significativo en el estado físico, emocional y espiritual del hombre, donde pueden darse momentos no solo de confrontación frente al ser, sino también, en relación a la puesta en escena de acciones a favor de la reestructuración de la escala personal de valores (García & Gallego, 2009).

Además, a través de la logoterapia se han desarrollado intervenciones psicoterapéuticas, en los pacientes con enfermedades terminales o crónicas, con el objetivo de promover un cambio de actitud existencial en la persona, generando de esta manera un proceso de confrontación respecto a la posición actual que han tomado frente a la vida y la posibilidad de transformarla; es así como el despliegue de sentido y la búsqueda de valores significativos en medio de la enfermedad son confrontados, influyendo directamente en la manera de enfrentar el presente y de cambiar el futuro a través de la experiencia (Martínez, Méndez, & Ballesteros, 2004).

Por consiguiente, dentro del proceso terapéutico, la logoterapia permite que el ser humano logre alcanzar la capacidad de percibir las posibilidades de sentido dadas, así como aquello que la persona puede ser o en lo que puede convertirse en medio de la enfermedad, es decir que este modelo de intervención ayuda a generar una liberación y un desarrollo de las capacidades humanas (Noblejas, 1994).

*“En el enfermo de cáncer no juegan solamente los dos polos, porque el enfermo y su enfermar son algo más que una sucesión de hechos entre los que solo existen relaciones de causa y efecto. El hombre enfermo es un individuo vivo, dotado de su inteligencia racional y su libertad, que intenta recuperar y cumplir sus propios proyectos”*  
(Acevedo, 2005, p.93).

## METODOLOGÍA

### 1. Tipo de estudio

La presente es una investigación cualitativa, descrita por Vasilachis (2006), como aquella que “busca la subjetividad, explicar y comprender las interacciones y los significados individuales y grupales” (p.1). Para los investigadores, este tipo de investigación se considera: multimetodica, naturalista e interpretativa, es decir que indaga en situaciones concretas y requiere de parte de quienes investigan un análisis profundo de toda la información brindada a detalle por la población de estudio y de los significados que la misma le otorgue (Vasilachis, 2006).

A través de este tipo de estudio, las investigadoras pretenden comprender cuáles son los recursos y estrategias empleados por tres mujeres sobrevivientes de cáncer de seno, siendo estos elementos de relevancia en la percepción y realización de sentido de vida.

Para cumplir el objetivo general, se tuvieron en cuenta las 10 características para la investigación cualitativa, propuestas por Taylor & Bogdan (1986), explicadas continuación:

1. Es inductiva
2. Holística
3. Los investigadores son sensibles a los efectos que causan en la población de estudio
4. Los investigadores tratan de comprender a la población
5. Se apartan creencias
6. Perspectivas y predisposiciones del investigador
7. Todas las perspectivas son válidas
8. Los métodos son humanistas
9. Se tiene en cuenta la validez de la investigación por parte del investigador
10. Todos los escenarios y personas son dignos de estudio y es un arte

Es importante conocer el desarrollo de este tipo de investigación al determinar e indagar en algunas de sus áreas, los aportes metodológicos de Flick, 2002, citado por Vasilachis (2006), nos dan una categorización que dice: “entre las más importantes perspectivas y escuelas de la investigación cualitativa, se encuentran” (p.1):

1. La teoría fundamentada
2. La etnometodología y el análisis de la conversación, del discurso y de género
3. El análisis narrativo
4. La hermenéutica objetiva y la sociología del conocimiento hermenéutica
5. La fenomenología y el análisis de pequeños mundos de la vida
6. La etnografía
7. Los estudios culturales
8. Los estudios de género

Indagar y profundizar en la investigación cualitativa nos permite identificar tres elementos básicos que comprenden una variedad de técnicas y estrategias : 1) fundada en una posición filosófica que es ampliamente interpretativa, 2) basada en métodos de generación de datos flexibles y sensibles 3) sostenida por métodos de análisis y explicación (Manson, 1996, citado por, Vasilachis, 2006).

Entre los componentes destacados en este tipo de investigación se destacan tres: el primero es los datos (usando fuentes como la entrevista y la observación), procedimientos analíticos e interpretativos (resultados) y los informes (escritos o verbales), según Strauss & Corbin, (1999:20), citado por Vasilachis, (2006), los datos que sean arrojados en la investigación que se realice deben dar respuesta a la pregunta planteada por los investigadores.

Desde esta perspectiva, la investigación cualitativa brinda las herramientas metodológicas pertinentes para investigar muestras significativas (una o más personas, objetos, eventos entre otros) con el fin de establecer una discusión y unas conclusiones que le permitan al investigador reflexionar sobre el fenómeno estudiado.

## 2. Diseño

Para la investigación, se eligió el análisis del discurso, en la medida que permite profundizar en el contenido detrás de las oraciones que hacen parte del lenguaje de una persona; desde este diseño, se brinda relevancia a la profundidad en las frases a analizar, teniéndose en cuenta el significado de palabras, y como tal la esencia de las mismas y retomando elementos verbales y no verbales, en relación a la comprensión de la esencia de quien expone el discurso (Meersohn, 2005).

En este sentido es importante resaltar, que aunque el lenguaje está presente en la diversidad de expresiones del hombre, en elementos como: los gestos, formas de vestir, prácticas culturales y demás, para el curso de esta investigación, el análisis del discurso, se centrara en el lenguaje verbal, en nuestro caso específicamente escrito, a propósito de la grabación y posterior transcripción de las entrevistas realizadas a cada una de las participantes.

Por otra parte Rodríguez, Gil & García (1999), para el análisis de datos cualitativos tienen en cuenta la segmentación de la información textual en unidades y/o fragmentos “en el que precisamente una de las ideas es la de la separación o descomposición de un todo en sus partes” (p.206), nombrados a continuación:

- a. Criterios espaciales
- b. Criterios temporales
- c. Criterios temáticos
- d. Criterios gramaticales
- e. Criterios conversacionales
- f. Criterios sociales

Para nuestro ejercicio investigativo se eligió el criterio espacial, que hace referencia a la segmentación del texto en unidades por cada línea que contiene un párrafo. La identificación y clasificación de la información por unidades de análisis, permite la categorización y codificación

del discurso, para la construcción de categorías temáticas, posibilitando el análisis discursivo (Rodríguez, Gil & García, 1999).

En palabras de Martínez, M. (2002): “El núcleo de estudio de todo análisis textual está en el siguiente hecho: el estudio no se refiere al texto en sí, a algo que esté dentro del texto, sino a algo que está fuera de él, en un plano distinto, es decir, a lo que el texto significa, a su sentido y significado” (p.21).

### 3. Método

Partiendo de la propuesta de Van Manen (1990), en relación a la pertinencia del método fenomenológico en investigaciones de corte cualitativo, a continuación mencionamos algunas de las características que delimitan la aplicación del método a nuestra investigación:

1. Estudia la experiencia vital presente en la vida y cotidianidad de la persona.
2. Profundiza en la esencia de los fenómenos cuestionándose por la naturaleza propia de los mismos.
3. Permite la descripción existencial de los significados presentes en cada una de las experiencias en las que puede estar inmerso el ser humano, lejana de lecturas estadísticas o relaciones entre “variables”.
4. Se enfoca en la comprensión de la experiencia humana y la interpretación que cada ser humano atribuye a la misma, siguiendo así un repertorio personal de acciones alrededor de un significado propio.

Es decir, que el método fenomenológico, nos permite como investigadoras, estudiar el fenómeno o situación desde su esencia u origen particular, desarrollando una interpretación desde un significado existencial que instaura la comprensión de que ningún conocimiento es absoluto, verdadero o permanente en el contexto de la realidad humana (Méndez, 2009).

#### 4. Técnica

Para la recolección de la información, pertinente a la pregunta y problema de investigación, se realizaron entrevistas semiestructuradas a cada una de las participantes de la investigación. A través de los encuentros con las mujeres sobrevivientes de cáncer, en momentos específicos de su rutina diaria se pretendió, conocer la postura personal frente al cáncer antes, durante y después de su diagnóstico, tratamiento y curación.

Es decir que, como lo menciona Díaz & Ortiz (2005), en esta clase de entrevistas se construye un discurso enunciado principalmente por el entrevistado, pero que comprende e incluye las intervenciones del investigador cada uno con un sentido y un objetivo determinado, en función de un contexto social o situación.

Desde este aspecto, la entrevista semiestructurada busca principalmente indagar sobre los detalles de las experiencias y los significados que la persona le atribuye a determinada situación o momento específico de su realidad, es decir que el investigador puede tener un listado de preguntas que están orientadas a los temas en los que está enfocada la investigación, en la entrevista semiestructurada se determina con más claridad la información de relevancia que se quiere conseguir para la investigación (Stake, 2007).

Kvale, (1996), citado por, Álvarez & Jurgenson, (2003), nos habla de 12 elementos para tener en cuenta cuando se realiza la entrevista semiestructurada para propósitos investigativos:

1. El mundo de la vida
2. El significado
3. La cualidad
4. La descripción
5. La especificidad

6. La ingenuidad propositiva
7. La focalización
8. La ambigüedad
9. El cambio
10. La sensibilidad
11. La situación interpersonal
12. La experiencia positiva

Finalmente para Stake (2007): “la entrevista es el cauce principal para llegar a las realidades múltiples” (p.63).

## **5. Instrumento**

Con el fin de realizar una recolección de información idónea a cada una de las participantes, se tuvo en cuenta el uso de un instrumento, que abarco diferentes dimensiones en torno al sentido de la vida.

Tal instrumento fue construido por las investigadoras, agrupando en 57 preguntas 5 categorías de análisis (valores, sentido del sufrimiento, libertad, responsabilidad y recursos noológicos) que permitieron la exploración del despliegue de estrategias, recursos noológicos y sentido de vida (para consultar las preguntas empleadas, el instrumento se encuentra en los anexos).

## **6. Participantes**

Las tres mujeres sobrevivientes de cáncer de seno que aceptaron participar en la investigación, desean que sus nombres estén bajo parámetros de confidencialidad; por medio del



consentimiento informado, ellas conocen los parámetros generales empleados por las investigadoras para realización de la investigación cualitativa; por ende el lector solo encontrara las iniciales de los nombres de las participantes en varios apartados como: consentimiento informado, entrevistas, resultados, discusión y conclusiones.

Ahora bien, es importante aclarar que las tres participantes no pertenecen, ni fueron contactadas por alguna fundación, hospital o instituto, ellas son participantes voluntarias que tienen la intención de dar a conocer su historia de vida. A continuación encontrara una tabla que le permitirá identificar a las participantes de esta investigación:

**Tabla 3.** Asignación de Participante A, B y C

<b>PARTICIPANTE</b>	<b>ASIGNACIÓN</b>
<b>A</b>	(B.B)
<b>B</b>	(C.B.)
<b>C</b>	(L.M)

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

## 7. Unidades de análisis

Para el análisis de la información recolectada durante las entrevistas, se tuvieron en cuenta 5 categorías y algunas de ellas con subcategorías, serán explicadas a continuación:

**Tabla 4.** Definición por categorías de análisis

<b>CATEGORÍA</b>	<b>DEFINICIÓN</b>
<b>Valores</b>	En esta categoría se tuvieron en cuenta, 9 valores, mencionados a continuación: sensoriales, vitales, estéticos, intelectuales, éticos

---

	<p>sagrados, de experiencia, de creación y de actitud. Definidos por Martínez, E, (2009) como: “Cualidades que ayudan a condicionar el mundo, a hacerlo un lugar más vivible, más digno para vivir plenamente, son cualidades que cualifican a determinadas personas” (p.32). Adicionalmente se caracterizan por su universalidad, impacto, duración, movilización hacia lo trascendental, valor constructivo y despliegue de la espiritualidad en el hombre.</p>
<p><b>Sentido del sufrimiento</b></p>	<p>“El potencial humano consiste en que siempre podemos transformar una tragedia en triunfo. El hombre puede convertir el conocimiento de que va a morir en una acción responsable y puede transformar el hecho de sentirse culpable en un desafío y una oportunidad de sobreponerse” (Acevedo, 2005, p.22). Tal transformación de su realidad, a través de la actitud a elegida incluso ante situaciones inevitables o de sufrimiento desprovisto de sentido.</p>
<p><b>Libertad</b></p>	<p>Desde la propuesta Frankliana, la existencia humana de forma explícita o implícita se encuentra “atravesada” por la libertad y la responsabilidad, pues a lo largo de la vida el hombre ha de elegir y en la elección debe asumir responsablemente, el camino hacia donde tal elección lo direccione (Noblejas, 1994).</p>
<p><b>Responsabilidad</b></p>	<p>Para Noblejas (1994) “toda existencia humana se encuentra marcada por la responsabilidad. Esta es “desde” siempre y “para” siempre: el hombre asume su historia (hasta la herencia filogenética) y sabe que la responsabilidad no puede cesar por sí misma” (p.82).</p>
<p><b>Recursos Noológicos</b></p>	<p>Son considerados como las potencialidades que hacen parte del espíritu humano, donde solo hasta que se despliegan se transforman en manifestaciones espirituales que se ven reflejadas en</p>

---

---

dos conceptos muy importantes para la logoterapia: el Autodistanciamiento (la autocomprensión, autorregulación y autoproyección) y la Autotrascendencia (la diferenciación, afectación y entrega) (Vecco, 2009).

---

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

## 8. Procedimiento

Para el desarrollo conceptual y metodológico de nuestra investigación, el procedimiento implementado fue:

### 1. Revisión bibliográfica

Para la búsqueda de información teórica, en relación al fenómeno y problema de investigación, se tuvieron en cuenta fuentes bibliográficas como: artículos indexados, blogs, libros, tesis de pregrado-postgrado y revistas científicas.

### 2. Elaboración del instrumento

A partir de la elaboración de los objetivos de la investigación y la posterior revisión conceptual frente a los referentes teóricos pertinentes, se procede a la construcción de un instrumento (que consta de 57 preguntas y 5 categorías de análisis, anteriormente mencionadas), teniendo como objetivo la exploración del sentido de vida y los recursos psicológicos presentes en las participantes.

### 3. Criterios de selección de la población

Las participantes de la investigación fueron seleccionadas teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

1. Género: Femenino
2. Diagnóstico: Estadio II y/o III
3. Tratamiento: Quimioterapia, radioterapia, entre otros
4. Condición Actual: Sobrevivientes de cáncer de seno
5. Mayores de edad
6. Sin antecedentes psicológicos como: Enfermedades mentales y/o trastornos de la personalidad.

#### 4. Búsqueda de la población

Durante el año 2014, específicamente desde el mes de julio, se inició la búsqueda de las participantes para la investigación, visitando paulatinamente entidades con y sin ánimo de lucro, que permitieran el acceso a la población; las visitas se realizaron en los siguientes lugares: Instituto Nacional de Cancerología, Centro de Control de Cáncer Ltda., Centro de Investigaciones Oncológicas Clínica San Diego, Fundación proseguir, Asociación Colombiana de Enfermos de Cáncer, Clínica Colsubsidio Ciudad Roma, Centro de Radioterapia Clínica Marly, FunDiana, Fundación Amese, Fundación Simmon y la Liga contra el cáncer. No obstante, al realizar el proceso de selección requerido, durante los trámites, no fue posible acceder a la población a través de dichas instituciones. Por tal razón, se continuó la búsqueda de la población en redes familiares, académicas y laborales; a través de este canal de búsqueda, se logra establecer contacto con el Doctor José Bello, que al suministrar a las investigadoras una base de datos de pacientes oncológicas, consiente realizar la selección de las participantes idóneas para la investigación.

#### 5. Entrevistas

Después de establecer el contacto con las participantes seleccionadas, se realizan tres sesiones de entrevistas con cada una de ellas, con el fin de abordar: antecedentes personales, objetivos y alcances de la investigación (firma del consentimiento informado) y aplicación del instrumento.

## 6. Transcripción de las entrevistas

Haciendo el uso del audio de las entrevistas realizadas, cada investigadora, realizó la transcripción textual de la información recopilada en las sesiones 2 y 3.

## 7. Análisis de la información

Para analizar la información recolectada durante las entrevistas, se implementó el uso de matrices de análisis por categorías (véase anexos). Durante la elaboración de las mismas, se realizó la categorización teniendo en cuenta, las unidades de análisis (véase tabla).

Ahora bien, para la posterior comprensión, contraste e interpretación de las matrices de análisis elaboradas de acuerdo a la información recolectada de cada participante, se hizo uso de la triangulación de datos, definida por Stake (1994), como un proceso en el que desde múltiples perspectivas se clarifican los significados y se verifica la repetitividad, además López, (2013) considera que facilita la clarificación del significado, identificando diferentes formas para percibir el fenómeno estudiado.

## 8. Resultados, discusión y conclusiones

Tras la triangulación de datos, el contraste con el marco de referencia y epistemológico y a luz de nuestros objetivos y pregunta de investigación, se realiza la construcción de los resultados, límites de la investigación y conclusiones en torno a la misma.

## 9. Difusión de los resultados y conclusiones

Durante el mes de agosto del 2015, se pretende sustentar el proceso de investigativo realizado en las instalaciones de la Fundación Universitaria Los Libertadores, además de hacer entrega del cd con la investigación realizada a la Sociedad para el avance de la psicoterapia centrada en el sentido: SAPS y posteriormente efectuar la sesión de retroalimentación con cada participante de la investigación.

## **RESULTADOS**

Esta investigación busca establecer cómo el proceso vivido por tres mujeres sobrevivientes al cáncer de mama, transforma sus capacidades y posibilita la interiorización de recursos y estrategias para vivenciar y realizar sentido de vida.

Para la recolección de la información, se realizó una entrevista semiestructurada que abordaba en 57 preguntas, 5 categorías de análisis: valores, libertad, responsabilidad, sentido del sufrimiento y recursos psicológicos.

A continuación, el lector encontrará un análisis detallado del discurso de las participantes A, B y C, construido tras elaborar 5 matrices que permiten comprender cada categoría (con las correspondientes subcategorías), efectuando la transformación en lenguaje psicológico y la reducción fenomenológica; no obstante, serán las matrices de triangulación de la información por categoría, de las tres participantes, las que permitirán identificar los elementos generadores de sentido de vida, con el fin de dar cumplimiento a los objetivos planteados en esta investigación.

### **Participante A (B.B.)**

Mujer de 22 años de edad, no tiene una religión definida, pero cree en Dios, soltera, profesional en gastronomía, vive con su madre y sus hermanos, trabaja en el restaurante Mórvida. En el 2012, fue diagnosticada a los 19 años, de una enfermedad de difícil manejo, pero con expectativas de curación: cáncer de mama (carcinoma intraductal insitu), estadio II, por lo tanto es sometida a tratamiento médico y quirúrgico durante un periodo de 2 años; B.B fue sometida a mastectomía bilateral, reconstrucción, extirpación de ganglios y rehabilitación de miembros superiores.

Tras realizar las entrevistas, los hallazgos por categoría de análisis de la Participante A (B.B.), fueron los siguientes:

## Valores

Teniendo en cuenta que los valores son cualidades propias del ser humano y que al ser interiorizados le permiten a las personas adoptar una postura que plasme su individualidad en diferentes áreas y en su propio mundo circundante, podemos decir, que en la participante A, los valores están fundamentados en primera instancia en la construcción de su bienestar y por ende de su salud “Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. Participante A: 26-32), “Pues digamos que obviamente con la salud emocional uno queda como, digo física, uno queda como mm, como decirlo, como prevenido, entonces cualquier cosa uno como que le presta más atención a los llamados del cuerpo, no...obviamente todo el tiempo tienes que estar en controles y verificando que todo esté bien; emocionalmente también como que me preocupo mucho por mí misma, me entiendes, como que no y no permito tanto que lo exterior me afecte a tal punto, que no se, que me produzca digamos un dolor de estómago o algo así si no me preocupo mucho por estar en bienestar lo más que se pueda hay cosas que son difíciles de manejar pero en general si trato de estar bien” (U.S. Participante A: 207-217), es decir que los valores vitales le permiten fortalecer su personalidad, asumiendo con responsabilidad los cambios en su cuerpo tras las cicatrices, adquiriendo la fuerza vital generadora de sentido de pertenencia, identidad y coherencia.

Ahora bien, los valores intelectuales se encuentran enfocados en la búsqueda incansable de la sabiduría, permitiéndole a la participante A identificar aquellas actividades que satisfacen el alcance de este valor; su objetivo era dignificar su intelecto dándose la oportunidad de investigar temas de interés, generadores de cambio y bienestar emocional “Leo mucho, después que sucedió lo de mi enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemoción entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. Participante A: 76-81), “Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no

podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. Participante A: 122-126).

Aunque los valores sagrados se caracterizan por vivenciar esa búsqueda de un ser absoluto, para la participante A, no es tan importante esta figura, sin embargo al analizar su discurso damos cuenta de una creencia en Dios pero bajo parámetros que ella misma establece “Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. Participante A: 36-38).

Cabe señalar, que los valores sensibles generadores de placer y/o gozo son encontrados principalmente en la música y la lectura, sin embargo las circunstancias de un tratamiento médico y quirúrgico tan complejo, como el vivido por la participante A, se convirtieron en una fuente de esparcimiento, que le permitían distanciarse del dolor, de la toma incansable de medicamentos, de los médicos, los exámenes, las cirugías entre otros “Que actividades, eee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo” (U.S. Participante A: 19-20)

Al profundizar en la jerarquía de 6 valores, podemos ver en la participante A que los valores sagrados, éticos, estéticos y sensibles aunque siempre fueron generadores de sentido, tuvieron limitantes para su óptimo desarrollo, a diferencia de los intelectuales y vitales que en medio de un proceso médico-quirúrgico tan complejo, fortalecieron en B.B la toma de una postura renovada ante circunstancias ineludibles, visualizando su futuro con nuevos sueños y proyectos por cumplir, sin dejar de lado su esencia como mujer sobreviviente de cáncer de mama.

Respecto a los valores experienciales, el camino que garantiza que la participante A encuentre sentido de la vida se llama valores de actitud, porque implican una toma de postura ante situaciones límite, son descubiertos en medio, a pesar o a partir del sufrimiento, en una lucha constante, en medio de la superación de aciertos y desaciertos, aprendiendo de las



dificultades “Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. Participante A: 243-254).

Según Frankl (1994), “la vida del hombre no se colma solamente creando y gozando, sino también sufriendo...” (p. 80-81), es evidente que un diagnostico invasivo como el cáncer de mama, en una mujer de tan solo 19 años, puede generar estabilidad, inestabilidad o simplemente vacío existencial; en efecto los cambios presentes y repentinos en su estilo de vida hacen que la participante A, se enfrente a una realidad que requirió de una toma de conciencia “Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. Participante A: 151-160).

### **Sentido del sufrimiento**

Sin duda, es un camino para la realización humana, para Frankl (2000), hay dos tipos de sufrimiento, el reparable que le permite al hombre tomar postura ante las circunstancias actuales y el irreparable que lleva a la persona a la búsqueda de recursos propios para enfrentar enfermedad, fracaso, perdidas entre otros, en el caso de la participante A, el sufrimiento estuvo más en el plano físico, porque las cirugías fueron muy complejas y complicaron su manera de

sentir, pensar y actuar; sin embargo esta experiencia le permite identificar recursos propios y adoptar estrategias generadoras de cambio, para en medio del dolor físico seguir con sus proyectos y su vida, como si el cáncer de mama nunca hubiera llegado a modificar sus planes y propósitos “Pues lo que te digo, el cáncer eee como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. Participante A: 282-284)

Según Pinedo (2014), es natural que el sufrimiento haga parte de la existencia del hombre, a lo largo del “ejercicio” de vivir, el ser humano está expuesto a heridas emocionales que entorpecen la comprensión y desconciertan el espíritu, es el caso de una enfermedad que llega a la vida de una persona sin previo aviso, para la participante A lo más importante es vivir y más ahora que es sobreviviente de un cáncer que marco su vida; por ello su interés radica en mostrar su fortaleza física y emocional aun en circunstancias de dolor, siendo ejemplo para sus hermanos, su madre, su padre y sus amigos más cercanos, donde sentir lastima estaba de más, en un proceso tan complejo “Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenia de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. Participante A: 434-440).

En efecto, es el sufrimiento un claro generador de sentido de vida, siendo la herramienta implementada por la participante A para encontrarse consigo misma, aceptando, olvidando, dándose la oportunidad de perdonarse a sí misma, atesorando a la mujer que es en la actualidad, significando positivamente las marcas en su cuerpo y los cambios aparentes en su manera de verse en un aquí y ahora lleno de muchas posibilidades.

## **Libertad**

Frankl (1990), manifiesta que “el hombre es esencialmente un ser que trasciende las necesidades. Ciertamente existe solo en relación con las necesidades pero en una relación libre respecto a ellas” (p.93).

En este orden de ideas, es gracias a la libertad que el hombre decide sobre sí mismo “Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. Participante A: 305-309), en la participante A siempre estuvo presente la posibilidad de viajar al exterior a estudiar, después del cáncer de mama sus deseos de viajar a Canadá se intensifican, por ello dice: “Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. Participante A: 411-416).

Quisiera señalar que la participante A, en su discurso mantiene una postura de libre albedrío y aunque es muy joven asume su vida con criterio propio dándole un lugar privilegiado a sus metas y proyectos como significantes de su verdadera esencia “Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. Participante A: 428-430).

Para ilustrar mejor, la participante A, es ahora una mujer libre, ha sanado su corazón, el pasado ha quedado atrás, se ha perdonado a sí misma, pero lo más significativo es que logra verse en situación como un ejemplo de vida, como una mujer perseverante que venció al cáncer de mama y que tiene la capacidad de decidir cómo vivir su vida.

## **Responsabilidad**

En el hombre se manifiesta como una capacidad que permite dar respuesta a los problemas y a las tareas que le vienen asignadas a lo largo de la vida, es decir que es una capacidad del ser humano para realizar significado de la propia existencia; por lo tanto la participante A manifiesta “Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas y hasta cierto punto es muy frustrante pero también pues uno saca fuerza de ese mismo dolor” (U.S. Participante A: 65-69)

Desde esta perspectiva, en la participante A, su unicidad y singularidad de la existencia humana le permiten desplegar sentido, aun en condición de enfermedad “por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, o dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. Participante A: 317-322), es decir que comprometerse con su salud en todo sentido le brindan la tranquilidad emocional a ella como paciente y a sus seres queridos.

Quisiera resaltar en la participante A su necesidad de no sentirse enferma, donde el asumir las implicaciones físicas, emocionales, familiares, académicas, hacen que defiendan su postura frente a la enfermedad, defendiendo su independencia y su espacio por encima de los síntomas, del dolor y de los cuidados que debía seguir “Muchas cosas, yo soy una persona como muy independiente entonces he tenido la costumbre de no depender mucho de las demás personas, entonces hubo cosas en las que yo nunca cedía” (U.S. Participante A: 313-315).

## **Recursos Noológicos**

El autodistanciamiento es el primer recurso noético que le permite a los seres humanos verse a sí mismos en situación, monitoreando, regulando, tomando distancia, oponiéndose a los

propios procesos emotivo-cognitivos, se desarrollan a través de la autocomprensión, la autorregulación y la autoproyección; mientras que la autotranscendencia como segundo recurso noético, le permite al hombre salir de sí mismo, descubriendo valores, sentido y realidades reconociendo a otro ser humano independiente de sí, se presentan a través de la diferenciación, la afectación y la entrega (Martínez, 2005).

En el discurso de la participante A, fue encontrado un dominante despliegue del primer recurso noético, el autodistanciamiento en sus tres modalidades:

B.B tuvo que adaptarse a los cambios en su estilo de vida, con tan solo 19 años, sus roles académicos cambiaron, su entorno habitual presentó varios cambios, la presencia del dolor, las cicatrices, la necesidad de ayuda, la dependencia y las condiciones quirúrgicas, de hospitalización y cuidados post-operatorios modifican y fortalecen su salud, desplegando sentido de vida “Yo creo que todo el proceso del cáncer es algo que obviamente lo marca a uno muchísimo y más en la edad que yo estaba, yo tenía apenas 19 años, entonces eso realmente me marco bastante y siento que de alguna manera me dio mucha fuerza, entonces no lo recuerdo como algo malo tal vez, sino como algo bueno, porque he tenido mucho aprendizaje a raíz de eso” (U.S. Participante A: 365-369).

La autocomprensión en la participante A, es identificada en varios momentos de la entrevista, por ejemplo verse a sí misma en circunstancias particulares de manera positiva, optimista, responsable, descubriendo que tener cáncer de seno no es una limitante para vivir “Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. Participante A: 26-32), es decir que transformo su dolor y su sufrimiento en algo muy positivo y constructor de sentido de vida.

Estar confrontada con su enfermedad, le permite a la participante A realizar su sentido mediante el desempeño de diferentes tareas, encontrado oportunidades de cambio y crecimiento personal, “Leo mucho, después que sucedió lo de mi enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemocion entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. Participante A: 76-81); adicionalmente descubriendo que en la vida hay que hacer pausas activas, que las decisiones que se toman no tiene una respuesta inmediata y que los sueños se pueden cumplir aunque se tengan que aplazar, “Pues digamos que todo se, en un momento todo se detuvo, yo tenía como un pensamiento muy acelerado, yo quería todo ya, bueno aun todavía no soy muy paciente, pero yo tenía como muchas ideas en que las cosas eran ya ya ya, y no tenía como...vivía muy acelerada si me entiendes” (U.S. Participante A: 165-169); es decir que atemporal y aespacialmente, se genera una reflexión que le posibilita afirmarse a sí misma en situación “Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. Participante A: 171-177).

Descubrir y asumir su papel protagónico durante los 2 años de tratamiento, le permiten a la participante A potencializar su enfermedad e interiorizarla a través de recursos propios de su autoconciencia “Si, eee pues me di cuenta como de mi capacidad para aprender, a través de la lectura y también como ser autodidacta digamos a mí me gusta mucho la repostería, entonces yo hacía mis inventos, mis creaciones y mis experimentos y entonces si...yo buscaba por internet o donde fuera y siempre me ha gustado es la repostería, entonces en ese sentido soy muy autodidacta” (U.S. Participante A:541-547).

Por su parte, la autorregulación la capacita para distanciarse de sí misma, oponiéndose al organismo psicofísico que según Frankl (1994) “es innegable, por ejemplo, que existe cierto paralelismo entre lo psíquico y lo físico: por eso se habló y se habla de paralelismo psicofísico”

(p.96), es decir que el cáncer de seno al ser diagnosticado a los 19 años cambia por completo su manera de verse en el mundo, su concepción de vida, sus planes a futuro “Pues yo trate de ir a clase lo más que podía, obviamente los postoperatorios habían unos largos y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir, pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía, habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy muy grave pues ir a clase” (U.S. Participante A: 97-103).

El manejar, controlar y regular la impaciencia, es de los procesos con mayor dificultad para la participante A, antes del diagnóstico su actitud y forma de ver la vida intervenían en las decisiones que tomaba y en los proyectos que se trazaba, pero no tan positivamente, sin embargo hoy es capaz de detenerse a pensar en lo que quiere y le conviene a futuro, comprendiendo que ella misma elige lo que siente, piensa y quiere hacer “Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. Participante A: 305-309).

Finalmente, la autoproyección es el recurso que le permite a la participante A verse a sí misma de manera diferente “Si, no yo no realmente no me di como a la pena, pobrecita de mí no puedo hacerlo, no yo trate de seguir mi vida normal, y de hecho lo hago en la medida de lo posible lo hago, yo trabajo, yo salgo...normal” (U.S. Participante A: 505-507).

Tener sueños y planes a futuro tan claros con 22 años, tras ganarle la batalla a un diagnóstico como el cáncer de seno, es generador de sentido desde el ámbito logoterapéutico, desde esta perspectiva no podemos cambiar el sufrimiento que trae consigo la vida, pero si podemos modificar nuestra actitud para llegar a ser mejores personas “Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil

cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. Participante A: 41-47).

Uno de los aspectos más confrontados durante el tratamiento médico, fue su proyección y vocación profesional, después de aplazar varios ciclos, de pensar en cambiar de carrera, la participante A, logra verse como proceso y no como mero suceso “Mm, muchas veces, bueno terminar de estudiar porque me toco aplazar varios ciclos, y yo quería graduarme ya ya ya entonces no pude terminar en ese momento, me toco esperar, Jajaja y tener paciencia hasta cuando ya se pudo y cuadre fechas y pude entregar lo que me faltaba, entonces eso” (U.S. Participante A: 510-514).

Someterse a la rehabilitación de sus brazos (especialmente el derecho), en medio de la incertidumbre frente a su futuro profesional le permitió a la participante A dominar su impaciencia y darle tiempo a sus manos de vivenciar nuevamente el arte de cocinar “No tanto como un recurso físico creo que no, mm yo siempre trate de...como el brazo lo tenía inmovilizado yo trate de recuperarlo lo más rápido que yo pude, entonces yo ni siquiera quise ir a terapia de rehabilitación sino que yo sola lo movía y yo intentaba hasta que había un punto que no se dejaba más, pero yo trataba y subía mi mano por la espalda y trataba de subir la mano por la pared, cosas así” (U.S. Participante A: 524-529), lo que significa que su visión del futuro era lo que la disponía a captar su realidad, desplegando recursos y estrategias acordes al momento actual.

Al plantear la idea anterior, se explicó como el autodistanciamiento tuvo una presencia elevada en el discurso de la participante A, permitiendo un despliegue de sentido e interiorización de recursos y estrategias, no obstante la autotrascendencia “que denota el hecho de que el ser humano siempre apunta, y está dirigido, hacia algo más que sí mismo, es decir a los significados de realización o a encontrarse con otros seres humanos a quienes amar” (Frankl, 1988, citado por, Martínez, 2010 p.10), no es un recurso trascendental para la participante A, sus intereses están en viajar a Canadá para crecer profesionalmente y realizar el sentido (entrega), porque aún está ausente la presencia de un ente espiritual que genere resonancia afectiva, por



ende la diferenciación y afectación presentan dificultades, aun con sus familiares “Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. Participante A: 596-601).

En este orden de ideas, la entrega es el recurso que predomina en la autotrascendencia, porque en todo momento la participante A, decide para bien o para mal lo que es más conveniente para su vida en el curso de su existencia, sin embargo esta decisión está enmarcada en el contexto académico y profesional “Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. Participante A: 411-416).

### **Participante B (C.B.)**

Mujer de 51 años de edad, católica, soltera, con tres hijos, convive con el menor de ellos, es funcionaria del estado hace treinta años y actualmente trabaja en la Dian en el área de comercialización; en el año 2014 en el mes de agosto fue diagnosticada con cáncer de mama, estadio IIB, por lo que fue sometida a tratamiento médico-quirúrgico durante 6 meses (radioterapia, extirpación de ganglios y rehabilitación del miembro superior derecho).

Durante la entrevista se muestra como una persona alegre, sencilla y con disposición a hablar sobre su experiencia frente a su enfermedad. Tras realizar una comprensión de la entrevista realizada a la Participante B, los resultados obtenidos por categorías de análisis fueron los siguientes:

## Valores

La vivencia de valores es una de las posibilidades más cercanas para encontrar sentido, por ende cuando cada ser humano percibe su mundo circundante con una visión más sensible y placentera, se ubica en una vida digna y llena de sentido, en otras palabras una existencia que merece ser vivida.

En este contexto, los valores se descubren en el mundo, en la manera como la persona se sienta atraída a realizar acciones que construyan y generen un bienestar para su propia existencia, para C.B esta captación de valores se encuentra principalmente conformada por los valores vitales que se identifican a partir de ese nuevo significado que le da a su salud, convirtiéndose en un aspecto fundamental, al comprender la importancia de estar bien y sentirse bien consigo misma, preocupándose aún más por su autocuidado y generando nuevos hábitos que permiten una mejor calidad de vida en términos de su propio bienestar personal “Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar, le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo, le baje un poquito a las horas de trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras, me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario” (U.S. Participante B: 63-69).

Para la participante B, el haber pasado por una enfermedad como el cáncer de seno, le permitió generar un nuevo sentido a su existencia, dicho sentido es comprendido a través de ese pensamiento que construye acerca de la importancia de estar vivo a pesar de cualquier circunstancia “Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan muchas cosas por hacer, como ser abuela, ver a mis hijos realizados profesionalmente y lo más importante como motivación a nivel personal es lograr pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a descansar mucho” (U.S. Participante B: 118-122); por lo tanto el significado que le otorga su vida, le permite construir una motivación personal

favoreciendo su voluntad interior conservando el cuidado de su salud y así mismo generar nuevos hábitos que promuevan una mejor calidad de vida.

Por otro lado, los valores éticos que se aprecian en la manera como el ser humano se preocupa por comportarse de acuerdo a sus principios morales, generando una vida enfocada en actuar de manera correcta, honesta y justa en las diferentes situaciones de su vida cotidiana, se hacen visibles en la participante B, en la medida que es consciente que como persona debe mejorar algunos aspectos en su personalidad, que no le permiten actuar de forma correcta consigo misma y con los otros “Bueno al haber pasado por mi situación me sirvió porque pienso que me hacen falta cosas, he cambiado pero todos los días hay cositas que cambiar más que todo el criticar a los demás, me gustaría corregir no criticar tanto que cada quien viva su vida y ya, también a futuro me gustaría hacer un curso de algo, no he pensado sobre qué pero si me gustaría porque me ayudaría a ser una mejor persona a través del aprendizaje de cosas nuevas” (U.S. Participante B: 55-60), es así como en su presente logra comprender la importancia de la búsqueda por la perfección personal y la preocupación por ofrecerle al mundo una mejor versión de sí misma.

Además, los valores sagrados también fueron descubiertos por la participante B, en la forma como se presenta en ella un compromiso y una cercanía más profunda con Dios y con su fe, esta creencia absoluta en el ámbito espiritual hace que ella misma desarrolle una estabilidad emocional, que le permite sentirse tranquila durante y después de haber sobrevivido a su enfermedad “Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre más a él volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento una paz, una tranquilidad” (U.S. Participante B: 90-93).

Por su parte, los valores estéticos en la participante B se hacen visibles en el fortalecimiento de su cuidado personal y la continua preocupación por el orden en su espacio que le permiten sentirse bien consigo misma y con su entorno “En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no

como lo que quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo más por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. Participante B: 72-79)

El haber pasado por una enfermedad como el cáncer de seno, le permite a la participante B construir un concepto de belleza diferente al interiorizado antes del diagnóstico; acciones como alimentarse mejor y mantener una figura sana, pero no esbelta, dan cuenta de esa nueva percepción que tiene de su vida, a través de la sensación de estar bien y sentirse tranquila consigo misma.

Cabe mencionar, que los valores intelectuales fueron percibidos por la participante B como generadores de sentido aunque no se desplegaron con mayor intensidad, puesto que no hubo una constancia en la realización de actividades que favorecieran su conocimiento, a diferencia de los valores vitales, sagrados, estéticos, y sensibles, que permitieron en C.B asumir una postura saludable, armoniosa y tranquila en medio de su enfermedad posicionándose en su presente como una mujer sobreviviente de cáncer de seno.

Ahora bien, al hablar de los valores existenciales, es importante señalar que en la participante B se desplegaron ampliamente los valores de experiencia, en momentos significativos que vivió durante su infancia “el encontrarme con mi hermana en vacaciones porque como mis padres eran separados, entonces ella vivía con mi papa y yo viví con mi mama, y la felicidad de que fueran vacaciones para reunirnos las dos, entonces yo me iba al pueblo a pasar mis vacaciones con ella esa es la época más bonita como de los diez, doce, catorce años” (U.S. Participante B: 239-243).

Asumir una postura de valentía y lucha durante el tratamiento médico le permitieron a la participante B despliegue de valores de actitud “Al principio cuando supe el diagnóstico fue

fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. Participante B: 163-165), continuando con su rutina diaria de la forma más independiente posible.

Finalmente, son los valores de experiencia y actitud, los que tuvieron un mayor despliegue en la participante B, generando un descubrimiento del sentido de vida en medio de su enfermedad.

### **Sentido del sufrimiento**

El sufrimiento humano es un sentimiento inevitable e ineludible que hace parte de nuestra existencia humana, en este sentido ese valor o importancia que le atribuimos a nuestro propio dolor en medio una situación estará relacionado con la capacidad de saber aceptarlo, con una actitud positiva llena de sentido, es decir si la persona logra encontrar sentido al sufrir, hallara alegría en medio del dolor.

En este orden de ideas, el sufrimiento en la participante B se hizo visible en algunas situaciones que acontecieron durante su enfermedad, en las cuales ella menciona que se sentía limitada en ejercer su autonomía, estas circunstancias generaban en ella sentimientos de impotencia y así mismo de angustia “En algunos casos sentí un nudo en la garganta como de tristeza, como de agobio, como de rabia, de impotencia a raíz del dolor de que ya no podía correr, encima me subí a un transmilenio lleno y a la bajada casi que me empujaron, casi me caigo encima de un bebecito, al tenerme me apreté y me dolió, entonces llegue con la depre de ver lo limitada que me sentía para muchas cosas en especial para muchas actividades físicas, para arreglar la casa, para colgar un gancho tengo que hacerlo con mucha lentitud, porque me duele pero con el tiempo he aprendido a manejar esas recaídas y esas situaciones externas colocándome a pensar en que a pesar de todo tengo mi salud y mi movilidad completa y no hace falta ninguna parte de mi cuerpo y ya después de un rato sigo como si nada, en mis cosas

de trabajo y mi rutina diaria” (U.S. Participante B: 38-48), en este sentido, C.B logro otorgarle un nuevo sentido a su experiencia sintiéndose afortunada en medio de sus circunstancias.

La capacidad de convertir un sentimiento de dolor y frustración en una experiencia de victoria, le permiten a la participante B ser la protagonista de existencia, trascendiendo de una manera eficaz y saludable “En si toca uno tiene que sacar fuerzas muy interiores para enfrentar lo que le toca a uno, no hay que dejarse vencer porque si no eso es peor, si hubiera caído en depresión otra hubiera sido la historia, mis compañeras siempre me dicen que es de admirar de que nunca se me vio decaer que siempre con los chistes con las risas todo el mundo estaba aterrado que el semblante que como me veían de bien, ahora me siento más fuerte porque hay que saber afrontar las cosas, es duro pero no imposible” (U.S. Participante B: 206-212).

Generar una nueva postura frente a los momentos de sufrimiento que acontecieron en medio de su enfermedad, permite a C.B apreciar de otra manera su existencia, encontrando un sentido para su vida, que la hace reflexionar acerca del valor que tiene la misma “No lo había pensado, pero si me gustaría seria como aprovechen cada instante, quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida” (U.S. Participante B: 381-386). Este nuevo pensamiento que construye la participante B acerca de la vida, hace que en ella misma se refleje una madurez personal, que es alcanzada en la manera como cada persona encuentre la manera de transformar una tragedia en triunfo.

## **Libertad**

En términos generales se manifiesta que la libertad en el ser humano está determinada en la forma como la persona toma postura ante su herencia, los instintos y el medio ambiente.

En el caso de la participante B, esa libertad es comprendida a partir de la postura que asumió en cada etapa de su enfermedad, manifestando una actitud favorable para no sentirse condicionada, ni limitada en medio de su circunstancia “Al saber el diagnóstico si se limita uno primero porque se echa a la pata primeras semanas uno no quiere saber de nada, además después de la cirugía se limita uno de muchas cosas, pero en sí la libertad siempre la tuve para realizar cualquier actividad limitada un poco pero siempre mantuve la idea de seguir haciendo mis cosas porque quería, además después fui tomando las cosas con calma, y siempre mantuve la idea de que la vida continuaba normal, después ya nada de sustos nada de miedos” (U.S. Participante B: 215- 221), es así como ella misma decide continuar con su trabajo y sus actividades cotidianas.

Es importante considerar que la libertad en el ser humano es expresada a través de “el ser” y el “deber ser”, en este orden de ideas se considera que dicha libertad está vinculada con esa capacidad de proyección que tiene el hombre en medio de cualquier circunstancia, es así como en la participante B esa proyección está comprendida en el gusto que tiene por viajar y conocer nuevas culturas “Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. Participante B: 337- 339); en la medida en que C.B piensa en sus sueños, se da esa oportunidad de elegir para sí misma una nueva posibilidad de vivir y asumir su existencia, es allí en donde el ser humano encuentra un verdadero sentido en la posibilidad, que siempre tendrá de ser libre a pesar de cualquier situación difícil que suceda en su vida “Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive allá, después a la India” (U.S. Participante B: 343- 344).

Finalmente, es oportuno mencionar que para la participante B siempre hubo esa sensación de libertad en cada momento de su enfermedad, este sentido de libertad y autonomía le permito fortalecer su compromiso con la vida, orientando su existencia personal a ser una mujer nueva a partir del descubrimiento de valores que hacen que ella misma se perciba de otra manera “Bueno de pronto si se me ha presentado un nuevo valor como el querer darle a la gente es decir ayudar a la gente, compartir, la entrega, lo he hecho en poquito porque no soy muy dada a hablar mucho, soy muy introvertida pero quiero dar más se me dificulta un poquito las relaciones publicas, pero

si quiero hacerlo quiero compartir mi experiencia y mis creaciones como el “cojín de corazón” con las personas que lo necesitan” (U.S. Participante B: 389- 394).

### **Responsabilidad**

Es la capacidad que tiene cada ser humano para responder a cualquier pregunta que le haga el destino; en la medida que el ser humano sea libre tendrá esa habilidad para responder ante su propia existencia, asumiendo una actitud y un sentido determinado.

La responsabilidad en C.B está vinculada con un “deber ser” “Bueno seguí con mi rutina de trabajo y organizar mi casa, salir, claro que todo más relajado más despacio con más tranquilidad hacia y hago las cosas, porque ya no se tiene la misma agilidad ni la misma disposición física pero en si todo sigue igual” (U.S. Participante B: 226- 229), su postura por conservar autonomía le permite descubrir un sentido en su contexto personal y laboral.

Ahora bien, para la participante B el haber pasado por una enfermedad como el cáncer de seno, le ha permitido tomar una postura diferente ante el mundo “Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar, le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo, le baje un poquito a las horas de trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras, me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario” (U.S. Participante B: 63-69), es a partir de esa nueva comprensión e imagen que tiene de sí misma, que manifiesta una postura responsable, asumiendo su salud como un aspecto fundamental y preocupándose por generar nuevos hábitos, que incidieron de manera eficaz y satisfactoria en su proceso de recuperación.

Finamente, en la participante B la responsabilidad estuvo contextualizada desde esa postura libre y sana que mantuvo durante toda su enfermedad, esta actitud le permitió asumir el cáncer de seno como una experiencia enriquecedora que la hizo madurar y así mismo descubrir muchas capacidades personales que logro fortalecer.



## **Recursos Noológicos**

Teniendo en cuenta que el autodistanciamiento es el primer recurso noológico, comprendido como la capacidad que tienen los seres humanos de colocar distancia en medio de situaciones externas asumiendo una nueva postura respecto a su realidad, los hallazgos en relación a la participante B fueron:

Se puede reflejar esta capacidad de autodistanciamiento en C.B, al manifestar “en algunos casos sentí un nudo en la garganta como de tristeza, como de agobio, como de rabia, de impotencia a raíz del dolor al ver lo limitada que me siento para muchas cosas en especial para muchas actividades físicas, para arreglar la casa, para colgar un gancho tengo que hacerlo con mucha lentitud, porque me duele, pero con el tiempo he aprendido a manejar esas recaídas y esas situaciones externas colocándome a pensar en que a pesar de todo tengo mi salud y mi movilidad completa y no me hace falta ninguna parte de mi cuerpo y ya después de un rato sigo como si nada, en mis cosas de trabajo y mi rutina diaria” (U.S. Participante B: 38-48), es decir que al identificar sus propios sentimientos y emociones respecto a ciertas recaídas durante el trascurso de su enfermedad y al lograr colocar distancia de esas situaciones externas utilizando estrategias que le permiten comprender de otra forma sus limitaciones físicas, se despliega esa capacidad de autocomprensión, que permite a la persona adoptar una postura diferente ante sí misma identificando lo que siente y piensa en determinadas situaciones.

En la medida en que el ser humano adquiera este nivel de comprensión frente así mismo, se hará visible un proceso de reflexión y autoconocimiento en relación a lo que vive continuamente en medio de su existencia, en este contexto para la participante B, el haber pasado por este proceso construyó la capacidad de comprender sus propios sentimientos, pensamientos y emociones en relación a lo que le acontecía en cada momento de su enfermedad.

Para el ser humano, encontrarse continuamente consigo mismo implica adquirir la capacidad de hacer un seguimiento continuo, desde el cual pueda afirmarse e identificarse como persona o en caso contrario buscar una renovación hacia el cambio “Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada, ahora soy más centrada tomo más

conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en mi salud y en todo lo relacionado conmigo” (U.S. Participante B: 101-103).

En este contexto para la participante B el haber pasado por este proceso de enfermedad le facilito modificar ciertas actitudes y asumir una postura más reflexiva respecto a esa relación que tiene consigo misma, asumiendo de esta forma un carácter más consiente que le permite asumir una nueva postura en relación a su salud y a su manera de posicionarse como persona.

Es través de la conciencia de sí mismo que el ser humano va modificando continuamente su estilo de vida a nivel personal, laboral, familiar y social “Si hubo cambios respecto a tomar las cosas con más calma en lo personal, en mi vida familiar, en lo laboral no ser tan acelerada, en si la situación lo pone a uno a pensar en ser una mejor persona dejando los vicios como fumar ahora veo la vida con más tranquilidad y por eso he cambiado el ritmo de hacer las cosas ahora las realizo con más lentitud y cuidado” (U.S. Participante B: 105-109), es decir que C.B da prioridad a su bienestar físico, emocional y familiar, abandonando hábitos como fumar y consumir bebidas alcohólicas, mejorando su calidad de vida.

Tener la capacidad de comprensión hacia el cambio en medio de lo que le acontece en su existencia es lo que le permite a la participante B adoptar una relación con Dios con mayor compromiso “si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre más a él volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento una paz, una tranquilidad” (U.S. Participante B: 90-93), en este aspecto se percibe como para la participante B, se genera esa necesidad de tener un vínculo más cercano con lo espiritual, en la medida en que construye una conciencia profunda y reflexiva acerca de la situación que ha pasado y a través de este ámbito espiritual superar los momentos de crisis de su enfermedad.

Por medio de la autoconciencia y la apertura de lo espiritual se va constituyendo una nueva capacidad de autorregulación, en la manera como el individuo acepta y tolera su propio malestar psicofísico, ejecutando estrategias con el objetivo de manejar su malestar, permitiéndose oponerse y distanciarse de circunstancias externas e internas “Físicamente si queda uno limitado

bastante ya uno no tiene la misma actividad física, una estrategia que he utilizado es hacer las cosas de una manera tranquila y relajada, además de no pensar en el dolor manteniendo mi mente ocupada en mi trabajo, leyendo, estar con mis amigas, y en ocasiones con mis hijos, todas esas actividades me permitían no pensar en el dolor y ya poco a poco se me pasaba” (U.S. Participante B: 423-427). Esta capacidad de autorregulación para la participante B, estuvo determinada principalmente por ese nivel de comprensión óptima que construyo de sí misma en medio de su enfermedad.

Para Frank (1994), “la capacidad del hombre para distanciarse de lo psicofísico en lugar de identificarse con los instintos” (p.7), este concepto se hace visible en la participante B a través de la actitud positiva que mantuvo, eligiendo situaciones y actividades específicas, que le permitieron manejar esos episodios de dolor y sufrimiento, enfrentando de manera satisfactoria la realidad que le aconteció durante su proceso de enfermedad.

En este orden de ideas esta capacidad que construye el ser humano de regular y colocar distancia de su organismo psicofísico, se refleja en el C.B. en la medida en que se piensa de forma diferente en medio de su circunstancia, generando así una sensación de bienestar consigo misma, permitiendo una nueva transformación de su realidad al no verse desde su síntoma si no a través de él.

En la medida en que el ser humano despliegue poco a poco esa capacidad de autorregulación, será más libre en medio de sus circunstancias, esto permitirá que se piense de otra manera frente a su futuro, instaurando así una capacidad de autoproyección, la cual es entendida como el centro de motivación para el cambio y la transformación.

En este aspecto, en la participante B esta capacidad de autoproyección estuvo configurada en relación a ese autoconocimiento que género durante su proceso de enfermedad, configurando un nuevo sentido hacia su cuidado personal y hacia su propio espacio “sin embargo ahora me preocupo más por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces

eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. Participante B: 74-79), es a partir de este nuevo cambio de pensamiento donde la persona logra verse de manera distinta en su actualidad, con proyección para un futuro.

En este sentido en la participante B prevalece como ámbito fundamental la salud es así como se percibe a sí misma en un futuro completamente sana, con una pensión estable y con la posibilidad de realizar viajes a futuro “hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. Participante B: 337-339) “Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. Participante B: 343-344). Es así como el ser humano a través de ese pensarse a futuro se va asumiendo de manera diferente ante cualquier circunstancia, siendo libre de sus propias limitaciones y ataduras; construye planes, sueños y metas, que se constituyen como motivaciones, en la manera como el ser humano se imagina así mismo de otra manera concibiendo una visión diferente a lo que es en la actualidad.

Como segundo recurso noológico se establece la autotrascendencia entendida como la capacidad que le permite un funcionamiento pleno a la persona para amar, encontrarse con el otro, descubrir sentido, valores y en general captar selectivamente la realidad, esta incluye la capacidad de diferenciación, reconociendo al otro como legítimo; la afectación, como generador de resonancia afectiva, comprendida como esa capacidad que direcciona a la captación de sentido y la entrega se hace presente en el ser humano cuando sale de si hacia algo que no es el mismo, dejándose tocar por un sentido construido a través de una causa a la cual servir o una persona a quien amar.

Estar pasando o haber sobrevivido a una enfermedad como el cáncer genera en algunas personas una nueva visión y fortalecimiento en su ámbito personal, en la medida en que el ser humano construye para sí mismo un nuevo significado en relación a su red familiar y social durante y después de su proceso medico, en este sentido la participante B se orienta hacia otros

seres humanos, viéndolos como un legítimo otro, que la hacen sentir bien y segura en medio de su circunstancia.

A través de la diferenciación la participante B al haber reconocido a su familia en especial a su madre, hijos y hermanos como esa red de apoyo que también se afectó durante su proceso medico “Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejor dicho es único se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados ,claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos en general, estuvieron pendientes con mensajes, muestras de cariño, solidaridad, y la fundación a la que fui Ámese pues no fui si no una sola vez pero si sentí el respaldo el apoyo la tranquilidad” (U.S. Participante B: 183-189), es decir que C.B. logra interiorizar los sentimientos que sus seres queridos vivenciaron al acompañarla durante el proceso de su enfermedad.

Por otro lado, la capacidad de dejarse tocar afectivamente por un valor y un sentido determinado es lo que se denomina afectación, es aquí donde el ser humano genera acciones enfocadas principalmente a la realización de valores o de un sentido determinado e importante para sí mismo y su propia existencia.

En este sentido en la participante B se logra identificar la importancia que tiene para ella y para su existencia en medio de su enfermedad el ámbito espiritual, en la manera como ella construye esa creencia firme hacia Dios viéndolo como un apoyo incondicional que le ha permitido sentirse tranquila y respaldada durante su proceso, esta cercanía con lo espiritual permite que le permite a la participante B captar sentido en la cotidianidad “Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre más a él volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento una paz, una tranquilidad” (U.S. Participante B: 90-93).

En este orden de ideas se logra observar como para la participante B el haber pasado por el transcurso de una situación límite, le permitió percibir de otra manera su propia existencia,

desplegando así esa capacidad de afectación a través de esa resonancia afectiva percibida al dejarse tocar por el privilegio estar viva y de disfrutar cada instante y cada momento al lado de los suyos “aprovechen cada instante, quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida” (U.S. Participante B: 381-386).

Esta afectación invita a una acción es decir a una entrega que es esa realización del sentido en donde el hombre se aparta de sí mismo y se entrega a una tarea al servicio de otros, en C.B se construye esta capacidad, al compartir su experiencia en relación a la vivencia de su enfermedad, de igual forma se genera esa idea de servicio más activamente como una razón y un motivo para trascender de forma positiva en otros “Para las personas que están comenzando a que lo tomen con calma, con tranquilidad, es todo un proceso la noticia es impactante pero va pasando con los días, las semanas, lo va aceptando uno lo va asimilando y sale uno adelante con una buena y nueva actitud frente a la vida. Y ya más activamente sería apoyar a fundaciones ir agregarme como voluntaria” (U.S. Participante B: 483-488).

Finalmente, la entrega es un recurso que se hizo visible en la participante B, al amar a otros y expresar afecto a sus seres queridos “Si claro siempre trato de ser muy cariñosa con mis hijos de decirles te quiero entre otras cosas, y con eso noto que genera mucha confianza en la relación con ellos además de que me consideren como una amiga para ellos y una confidente” (U.S. Participante B: 465-468).

En conclusión, los recursos psicológicos desplegados ampliamente en la participante B, fueron la autocomprensión y la entrega.

### **Participante C (L.M.)**

Mujer de 56 años de edad, casada, con 4 hijos, tres de ellos mayores de edad y una menor de edad con la que convive junto a su esposo, es católica practicante, profesional en administración hotelera, aunque en la actualidad no la ejerce. Durante el año 2010, fue diagnosticada con cáncer de seno (carcinoma canibicular infiltrante bien diferenciado), estadio IIIA, a partir de ese momento comienza su proceso de tratamiento médico y quirúrgico (quimioterapia, radioterapia, mastectomía, reconstrucción mamaria y mamoplastia) con una duración de 5 años.

En la actualidad, aunque medicamente se asume que el cáncer “no tiene cura” y existen probabilidades de reaparición durante los primeros 10 años posteriores al diagnóstico y tratamiento, L.M. es considerada como una sobreviviente, sin rastros de cáncer en su cuerpo.

Durante el proceso de entrevistas, L.M. se muestra como una persona activa, paciente, reflexiva y con disposición hacia las personas. A continuación dichas características se verán reflejadas en los hallazgos descritos por categorías de análisis.

### **Valores**

Los valores podemos comprenderlos como aquellas cualidades que caracterizan la forma en que piensa y actúa un ser humano. Por ende, las personas solemos asociar el mundo de los valores hacia la ética y la moral, de la que hacen parte cualidades: como la honestidad, la responsabilidad, el respeto, entre otros. No obstante, las actividades y elecciones efectuadas a diario, también se encuentran permeadas por valores, que se han construido a partir de una jerarquía personal, que brinda mayor importancia a algunas preferencias más que otras (Martínez, E, 2009).

Al referenciar otra escala de valores, más amplios a los éticos o morales, nos referimos, a aquellos de orden sensible, vital, estético, intelectual, ético y sagrado, cuya realización permite la atribución de sentido a la existencia.

Ahora bien, al centrarnos en la jerarquía de valores, que ha construido la participante C, a lo largo de su vida y más específicamente en mayor profundidad durante el afrontamiento del cáncer de seno, podría decirse que en ella existe un mayor predominio de valores vitales, estéticos y sagrados, todos ellos, direccionados hacia la búsqueda de una estabilidad tanto personal como social y la construcción de una calidad de vida y bienestar continuo que le permitieran un mejor pronóstico de la enfermedad “Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo, porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ... muchas otras cosas, te cambia la vida, entonces ¿Qué haces? tienes que buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar, el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno, a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone y cree que siempre va a ver un tiempo para después y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con personas, que de pronto no lo hacía, con amigas” (U.S. Participante C: 145-155).

En efecto, lo valores vitales, al ser aquellos que se direccionan a la búsqueda de bienestar, tuvieron un amplio despliegue en la participante C, permitiéndole sensibilizarse y tomar conciencia de la importancia del cuidado de su salud, que en su caso además de afectar la imagen personal y como mujer, también permeo la estabilidad de quienes la rodeaban, puesto que tomar decisiones a favor del cuidado y bienestar de L.M implicó a su vez el establecimiento de nuevos estilos de vida tanto para ella como para la familia principalmente “tiene que estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S. Participante C: 324-326), “Adicional a la medicina general que uno tiene, que tu pues vas, que me duele una uña , que me duele que se yo , un dolor de estómago” (U.S. Participante C: 328-329).



Es decir que para L.M estar cercana a lo vital, dando prioridad a aquellas actividades que representaban la mejora de su estabilidad física y emocional, la movilizaron a tomar una postura activa ante su recuperación “Si toda, porque yo hago mucho ejercicio, fui a terapia y me aprendí la terapia, porque primero la EPS no te la vuelve a dar , y segundo la idea es que se la aprenda uno, que eso es lo que hago los martes especialmente en el gimnasio, que lo hago más por salud que por vanidad, entonces las cosas como tu las aprovechas como tú las enfoques, entonces me ha servido muchísimo, porque tengo mis ganglios perfectos (U.S. Participante C: 516-521)

Respecto a los valores estéticos, es importante referenciar, la influencia que tuvieron en L.M para la toma de decisiones en torno a su proceso de recuperación del tratamiento específico para eliminar el cáncer de su cuerpo (quimioterapia y mastectomía), donde aun después de intervenciones dolorosas que directamente afectaban su autoestima e imagen como mujer, decide someterse a cirugías reconstructivas para favorecer tanto la recuperación de su seno como su estabilidad emocional, “4 cirugías, después de la primera, como 4 procesos, de que hay que colocar anestesia general, de que me hicieron también mamoplastia” (U.S. Participante C :90-91), “El proceso de la mastectomía, te quitan el seno, y luego la reconstrucción y cuando esta la reconstrucción, la mamoplastia es que tratan de dejar el otro seno al mismo nivel”, (U.S. Participante C :95-97), “Porque obviamente vas a quedar desnivelada, quedan entonces ... y tratan de acomodar las dos, me hicieron también ese proceso, entonces, ya sentía como que cada vez iba y me sentía mejor y eso hacía que también mi parte emocional también se sintiese mejor” ( U.S. Participante C :99-102).

Dar prioridad al “embellecimiento” del cuerpo, la mente, el espíritu y el contexto, podría decirse que fue un punto a favor de una buena recuperación durante y posterior al tratamiento contra el cáncer para la participante C “Siempre, o sea nunca lo he dejado, antes lo hacía más, porque obviamente mi trabajo me lo exigía, el hecho por ejemplo de que tenía que estar cepillándome todos los días ya ahora no es tan frecuente, pero igualmente nunca descuido mi apariencia personal, pues pienso que toda mujer debe mantenerla siempre a las edades que se tenga y a los recursos siempre tratar uno de estar como bien puestecito” (U.S. Participante C: 158-164). En tanto que, las elecciones y acciones efectuadas por ella, hablan de cómo los valores estéticos, son de relevancia para la construcción de una imagen propia mejor y más

completa “Siempre, me gusta remodelar, siempre cuando tengo la oportunidad, porque todo es dinero, pero nosotros siempre estamos pendientes de remodelar o muebles, o casa, de hecho vendemos casas en tenjo, mi esposo trabaja en el área de construcción, entonces siempre tenemos una o dos casas vendiendo y el remodela aquí todo, ósea siempre se está aquí, o sea es importante como tú te rodees de ambiente, así sea humilde, así sea todo pero pues que sea como armónico como limpio, que así sean dos cositas pues que las tengas bonitas, como limpiecitas, si todo eso a cualquier ser humano le hace bien y más cuando uno está sensible, levanta más el ánimo” (U.S. Participante C:166-175).

Por otra parte, los valores sagrados, cuya realización permite la búsqueda de lo trascendental y para los creyentes de Dios, son una de las fuentes de motivación principal que tiene la participante C, para dotar de sentido el diagnóstico de un cáncer de seno en un estadio avanzado y por ende, para movilizarse hacia el fortalecimiento de: una actitud positiva y de “esperanza” en medio de episodios de intenso dolor tanto físico como emocional (permeado por la aparición de emociones como: el miedo y la angustia) y la realización de actividades que le permitieron conectarse consigo misma, con Dios y con el universo “Bueno, yo pienso que de pronto aumenta, en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más, de hecho fui donde Santiago rojas, no sé si lo has oído, que es un médico que sale a veces en televisión, salía en RCN con Jota Mario todos los días, no sé si ahora sale, bueno el hecho es que ellos manejan una medicina que dice que uno se crea estas enfermedades, las emociones crean los cánceres etc., de pronto puede ser, uno en la vida, yo he tenido tristezas grandes, pérdidas muy grandes, entonces tal vez todo eso empieza a pensar que pudo pasar y uno dice tiene que afianzar, él dice tiene que afianzar su espiritualidad, también de hecho la fe con que tú te tomes, él le da gólicas a uno, es una terapia floral, esa gótica te da amor, alegría, perdón, no sé qué dicen las gólicas y uno se las toma convencido de ello, pues eso es más la mente pienso yo, que en si el agüita que te estás tomando y entonces es como que uno de ahí aprende a acercarse un poquito más a Dios, antes yo no pensaba nada de eso, porque uno está en otro cuento, pero ahí todo eso uno dice, bueno si enriquece su vida espiritual, si lo quiere hacer, y si se le presenta la oportunidad, a mí

una amiga me llevo, entonces es como si por algo a uno Dios le pone a personas en el camino, entonces y a los que yo le puedo recomendar pues lo recomiendo, como él dice no es que esto remplaza un tratamiento, es un adicional, complemento, si porque si las señoras van a tomarse sus gólicas, y dejan de hacer sus quimios pues se mueren o se empeoran, la idea es seguir unos sus tratamientos, sus convicciones religiosas, de hecho pues hay gente que no cree en Cristo que son judíos, trabaje con ellos durante 25 años y nunca deje de creer en Cristo, es como tu tengas tu carácter formado y tus convicciones y que se yo, cosas que le hayan enseñado a uno desde niño y llega a grande y me volví judía, no, toda la vida fui católica y hasta que me muera pues lo seré y cosas así entonces uno toma, va allí y toma lo bueno como cuando te repito haces yoga, eso es como tú te relajas, te acercas entonces estas nutriendo cuerpo, mente y espíritu” (U.S. Participante C:199-233); es decir que para L.M, es trascendental fortalecer durante su existencia, una relación con Dios, consigo misma y con las personas, siendo elementos que desde la visión logoterapéutica, acercan al hombre a su ser autotrascendente.

En este orden ideas, los valores anteriormente mencionados, son aquellos que afectaron e influyeron positivamente en el afrontamiento del cáncer de seno de la participante C, al convertirse en aquellos recursos a los cuales L.M accedió para lograr vivir adecuadamente la situación ineludible que la vida le presento.

Sin embargo, afrontar el cáncer de seno con algunos recursos propios contruidos a lo largo de su historia, la confrontaron con aquellas actividades, personas y lugares, que debía modificarse a favor de su salud y satisfactoria recuperación, es en este punto, aparecen los valores sensibles e intelectuales, materializados en aquellas actividades que “le alegran la vida” y le permiten hasta la actualidad disfrutarla, independiente de las condiciones en que lo pueda hacer “¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto” (U.S. Participante C: 5-6 ), “Todo es importante, lo que tú hagas todo debe ser importante, por sencillas que parezcan o sean, el poder organizar tu casa, el poder salir a hacer ejercicio, el reunirme con un grupo de personas, Compartir sus alegrías, sus triunfos y sus tristezas, porque todo en la vida es como con alegrías y tristezas, todo eso pues es importante” (U.S. Participante C: 275-280).

En definitiva, el desarrollo de valores sensibles e intelectuales en la vida de la participante C, además de ser una canal para disfrutar la vida, permitieron la realización de bienes, que movilizaron un acercamiento de L.M a aquellos roles de su cotidianidad, que quizás antes del padecimiento del cáncer estaban descuidados, de cierta forma la afectación producto de todas las vivencias durante su enfermedad, le permitieron tomar consciencia de la importancia de efectuar acciones a favor del crecimiento personal y la búsqueda de la sabiduría “Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales” (U.S. Participante C: 178-183).

Finalmente, el despliegue de valores éticos por parte de la participante C, se ve reflejado en la sensibilización que ella logra a través de su experiencia de vida, frente a la importancia de “ser en el mundo” de la mejor forma posible, retribuyendo de alguna manera el privilegio, que para ella significa estar viva y estar sana “Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el Bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos siempre hay gente que lo quiere o que no lo quieren, es como lo normal del ser humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila” (U.S. Participante C: 600-606).

Continuando con el amplio mundo de los valores, podemos mencionar que para la construcción del sentido de la vida, es importante ser receptivos frente a las diversas experiencias cotidianas que resuenan afectivamente, motivando al ser humano a actuar de determinada manera y permitiéndole el alcance de logros personales, que a su vez formulan la respuesta del ¿por qué? y el ¿para qué? de la existencia Frankl, nos habla de tal configuración del sentido, a través de tres valores: de experiencia, actitud y creación.

Cambiar de escenarios, rutinas, personas frecuentadas y planes estructurados, permitieron a L.M cambiar de mentalidad, es decir adoptar una postura diferente frente a su vida y su existencia; aunque para ella no fue fácil, dotar de sentido una experiencia límite como un pronóstico de 5 años de vida, esta le permitió ir más allá de su organismo psicofísico y alcanzar el despliegue de sentido en la vida, proporcionando un giro a ese pronóstico de muerte con que alguna vez fue “sentenciada”.

Recordando entonces que el sentido de vida, se construye desde los valores, en relación a la participante C, se evidencia que pudo desplegar a mayor profundidad, el valor de actitud, donde a través de la postura personal de “vivir” y “luchar” frente al cáncer, logro confrontar experiencias como: el dolor de las cirugías, los efectos colaterales de las quimioterapias y radioterapias, los cambios físicos como consecuencia de la mastectomía y posterior a ello el dolor de la mamoplastia con los cuidados de la reconstrucción mamaria “Durante el tratamiento, el dolor cuando la reconstrucción, a mí me hicieron, tu sabes, que hay varias clases de reconstrucción, la mía era introducir un expansor en la misma cirugía de la mastectomía, en ese mismo proceso me pusieron un expansor y luego hay que inyectarlo para que la piel vaya cediendo y luego lo cambian por una prótesis, entonces este proceso fue bastante doloroso para mí, fue horroroso, ósea al comienzo no, pero ya las ultimas yo decía no nono eso es mucho dolor, sentí dolor fuerte, igual te dan medicina y todo y eso aplaca un poquito, pero si fue fuerte” (U.S. Participante C: 74-81), “Si sé que algún día lo estaré, en este momento no me quisiera morir, entonces no pienso que esté preparada, si bueno si Dios dijo un día Luz Mercedes nos montamos al tren me imagino que en el momento tendrá que ser, pero que yo me prepare para morir no, me preparo para vivir” (U.S. Participante C: 610-613).

El sobreponerse a todos aquellos efectos alrededor del diagnóstico, tratamiento y recuperación médica, permitieron a L.M, adoptar una actitud receptiva frente al mundo y frente a sí misma, efectuando un reconocimiento del valor que tiene la existencia y a su vez la posibilidad que posee como mujer sobreviviente, de disfrutar la vida continuamente “uno aprecia cada detalle de la vida, cada viaje que tú haces, por ejemplo fui a Italia, cuando estuve en Italia y yo decía gracias Dios por poderme dar la oportunidad de venir a visitar mi hija, de ver esos

paisajes tan lindos, esas culturas tan diferentes, esas ciudades que tal vez no uno las ve por televisión pero ya vivirlas esa oportunidad, yo decía hay tan rico, entonces lo disfrute al máximo, lo disfruté muchísimo, cosas así, entonces uno disfruta cada cosa, si tú vas por decir algo a Medellín, tú ya ahí vas al pueblito paisa y lo disfrutas, todo lo que tú haces lo disfrutas al máximo, es un regalo que Dios te da, es un privilegio que tienes, siempre debes estar agradecido, de poder comer una comida deliciosa, en un sitio lindo, tantas cosas, aprendes la capacidad de ver la vida es como más enriquecedora” (U.S. Participante C: 389-400). Incluso, el descubrimiento de las múltiples posibilidades de recibir del mundo y de las experiencias vividas en su cotidianidad, reflejan como L.M logra la realización de valores de experiencia.

Además, de la actitud asumida por la participante C, como un valor sobresaliente en medio de su vivencia personal, también se hizo presente el valor de la experiencia, brevemente sintetizado en la capacidad de recibir del mundo, de los otros en la cotidianidad y el pleno ejercicio del “vivir”. En efecto, a través de su relato, ella enfatiza la relevancia que tuvo para su proceso de afrontamiento, tener cerca a su familia, a fundaciones y especialistas de los cuales constantemente recibió apoyo, fuerza, asesoría y convicción para luchar “le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado, por ponerme con personas claves en ese proceso, como son: los médicos, las enfermeras, las psicólogas, que se yo todo un equipo que uno busca, que tienes que buscarlo y sacar de eso el mayor provecho” (U.S. Participante C: 43-47).

La participante C referencia a Dios, su hija menor y su esposo, como aquellas fuentes de las que en mayor proporción pudo recibir y así mismo motivarse para asumir su situación, desplegando su capacidad de autotranscendencia “siempre me aferro a Dios y en ese proceso aún más, siento que Él es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso, yo tengo 4 hijos, pero los 3 hijos pues ya una vive en Italia, la otra en Buenos Aires y mi hijo que está casado con su esposa, entonces mi niña siempre ha estado cerca, mi esposo que ha sido fundamental en este proceso, porque me ha ayudado mucho emocionalmente, dándome valor, dándome ánimo, apoyándome, como brindándome ese amor y ese cariño incondicional, que no importa que estés así, eso es lo de menos, lo importante es que estés viva, entonces eso es como un aire un...” (U.S. Participante C: 53-62).

La elección de oficios para realizar a diario, no solo tienen una connotación de posicionarse como una mujer activa que continuamente desea crecer, también visibilizan la importancia que para ella representa construir a través de los valores (creación, experiencia y actitud) una mejor versión personal “gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo” (U.S. Participante C: 201-203).

En conclusión, ella logra reconocer como su rutina cotidiana y los hábitos de vida adoptados a propósito de los cambios establecidos desde su diagnóstico, le permiten adquirir un aprendizaje continuo de cada experiencia que vive y disfrutar la existencia con una mayor sensibilidad alrededor de los valores y su impacto en el descubrimiento del sentido de la vida.

### **Sentido del sufrimiento**

En relación a esta categoría, hay que contextualizar que la participante C tenía un proyecto de vida construido, con un matrimonio estable, un trabajo rentable y una familia sólida; no obstante, en medio de la “normalidad” y tranquilidad con que se presentaba su vida, se encuentra frente a una situación de dolor inevitable, como el cáncer de seno, esta realidad ineludible de vivir, llega a transformar algunos aspectos de su vida y el valor que representaban para su existencia.

Quizás cuando hablamos del cáncer como una enfermedad de alto impacto para la vida del hombre, inmediatamente pensamos en sufrimiento y muerte, como dos de los factores desencadenantes de la misma, no obstante, para teóricos desde una visión logoterapéutica, aunque el dolor inevitable pueda estar desprovisto de sentido, es posible atribuir una significación particular a aquello que el destino presenta y que como Frankl, lo menciona requiere del hombre la capacidad de responderle a la vida.

Es el caso de la participante C, quien al encontrarse alrededor de un diagnóstico de cáncer de seno, con un pronóstico no tan favorable, asume una postura de “lucha” y convicción ante su vida, disponiéndose física y emocionalmente para superar su organismo psicofísico y lograr un buen afrontamiento de la enfermedad, a favor de su recuperación que en la actualidad es una realidad “Pues el mensaje más grande es amarte a ti mismo y amar la vida Y como dicen amar a Dios sobre todas las cosas como dicen los mandamientos, es verdad hay que hacerlo de esa forma, en primer Lugar amar a Dios sobre todas las cosas, amarse uno mucho ,quererse, cuidarse y amar la vida con todos los sin sabores que tiene porque no es fácil, muchas veces pasa uno situaciones difíciles, de dificultades económicas, emocionales, tantas cosas pero siempre la vida es bella” (U.S. Participante C: 632-638).

Factores como: el no poder mover bien los brazos, el cambio de rutinas cotidianas, los efectos secundarios de las quimioterapias, las curaciones dolorosas y el no poder realizar actividades por sí sola, fueron experiencias que atravesaron ineludiblemente la existencia de L.M, desde de las cuales, logro encontrar un “potencial” en el sufrimiento, puesto que le permitió aferrarse a lo más íntimo de sus existencia y buscar aquellas fuentes de motivación relevantes para ella, con el fin de prepararse para afrontar el dolor, vivirlo y superarlo “Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera, entonces me siento como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre pensar que va a salir bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la convicción de algo, esa energía que tú emanás es positiva, como cuando tú dices, hay me voy a enfermar, te enfermas, si porque es como la energía que el universo le trae a uno” (U.S. Participante C: 726-734).

El problema no consiste en preguntarnos por que sufrimos, (...) lo cual no tiene ninguna solución lógica, sino en plantearnos que voy a hacer con ese sufrimiento. Lo que cuenta es pues la actitud que libremente elegimos para afrontar el dolor” (Pinedo, 2014, p.43); evidentemente, fue la actitud en L.M la que le permitió atribuir un sentido a su sufrimiento, puesto que a lo largo de su relato, expone como “el prepararse” para vivir y hacerlo siempre con completa conciencia



y convicción, le permitió en la actualidad 5 años después del proceso que empezó en el 2010, contar una historia de vida e identificar en la misma, todas aquellos aspectos positivos que le permitieron movilizar su existencia a la esfera netamente del ser espiritual “Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir Como pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud, con un mundo por delante entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir, gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente que luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio” (U.S. Participante C: 619-630).

Dotar de sentido y significado el sufrimiento experimentado, también configuro en L.M, una postura radical frente a su papel activo ante la vida y la oportunidad de seguirla viviendo, comprendiendo la importancia de dejar atrás el capítulo del cáncer de seno, para dar la bienvenida a nuevas experiencias que el destino le presente “no me gusta que me pobreteen, y que pobrecita o que me miren con lastima, hay no, si me entiendes, entonces mucha gente ni sabe que lo tuve, debe ser determinado momento, porque pues uno tiene que tratar de estar normal, es como pues el denominador común de todo cierto, entonces no me gusta hacer alusión a esto, eso es como un capítulo cerrado, ya, si se tiene que hablar o se presenta la oportunidad pues los positivo y sale, porque no me voy a, hay me paso, imagínese, yo lloraba, yo me la pasaba enferma, o sea como victimizarse más, no, porque pienso que uno no lo debe hacer nunca, en nada, con nadie, si lo sienten o uno de pronto lo transmitió pues bueno ya toco, de malas para uno pero no ...” (U.S. Participante C: 303-312).

En efecto, el sentido del sufrimiento, permitió a la participante C, encontrarse consigo misma, explorándose en lo más profundo y trascendental de su existencia, para afrontar su diagnóstico y a la par del proceso médico, desarrollar una serie de cambios a favor de la

aceptación, comprensión y transformación de su condición en logros, que en la actualidad la definen como una sobreviviente al cáncer de seno.

### **Libertad**

La libertad consiste en la capacidad que tiene el hombre de tomar una postura reflexiva y de trascendencia durante cada una de las experiencias que hacen parte de la vida. Tomando decisiones, que direccionaran a una persona hacia uno u otro camino. Noblejas (1994), nos plantea la libertad frente a tres aspectos de la vida: los instintos, la herencia y el medio ambiente, estos tres factores Frankl, los referencio como condicionantes en la existencia del ser humano, mas sin embargo, no determinantes.

Para la participante C, es la libertad una de las manifestaciones del espíritu, que le permite tomar decisiones durante todo el proceso de afrontamiento de su enfermedad, aun ante restricciones de orden biológico producto de los tratamientos médicos a los que debió someterse; a través de la transformación de los diferentes roles de su cotidianidad como: mujer, madre, amiga, esposa y trabajadora, efectuó cambios que le permitieron continuar desempeñándolos, de una forma diferente pero aun así, con la mayor normalidad posible “Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza , que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico, el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la

locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga , tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. Participante C:1 22-140).

“No siempre es fácil ver sentido en una situación. En el dolor y sufrimiento sin esperanza, difícilmente se vislumbra una meta que valga la pena perseguir, pero aun así, la elección de actitud permanece abierta” (Lukas, 2006, p.32). En este sentido la participante C, a través de sus elecciones durante cada dolor y sufrimiento vivenciado, logro conquistar su libertad y direccionar su existencia desde una posición autónoma, sobrepasando los límites físicos, que representaban no solo la enfermedad y su sintomatología, sino el tratamiento para atacar los efectos del cáncer y las cirugías para restablecer su imagen corporal “entonces también uno debe insistir, yo debí pedir otra segunda opinión, me dormí, me confié porque dije a esta bien en un año voy y luego al otro año voy si así como 3 años todo eso hizo que mi tratamiento fuese más agresivo y estar a punto de morir, siempre hay que pedir una segunda opinión, conocerse uno mismo insistir, si hay que luchar contra el sistema, pues luchar” (U.S. Participante C: 811-844).

Aun cuando, en la actualidad persiste un temor en la participante C a la posible reaparición del cáncer, después de haber sido tratado medicamente (fundamentando en las estadísticas medicas), ella logra a través de su postura libre y responsable ante la vida, colocar distancias de esos pensamientos y/o miedos aparentes, para continuar con el transcurso normal y cotidiano de su vida, ejerciendo con mayor consciencia, aquellas actividades que disfruta y le permiten un bienestar personal “A ya, siempre tengo ese temor de que cualquier dolor malestar que siento digo hay Dios mío será que volvió, siempre hay un temor, un pensamiento, pero trato de que no, eso no es nada , eso o sea yo como que me pregunto y me contesto, no eso no es nada, trato de que no intervenga pero obviamente uno dice, hay le duele determinado lugar del cuerpo, el estomago o algo, hay Dios mío que será, será algo grave, no sé qué, tiene uno temores, no sé si se quiten algún día, por ahora no se me han quitado, trato si de no darles tanta importancia” (U.S Participante C: 315-323).

Tomar distancia de aquellos distractores, que le podrían impedir tomar decisiones a favor de su bienestar emocional, físico y psicológico, le permite a la participante C, posicionarse ante

su organismo y procurarse una mejora de su calidad de vida, atribuyendo una mayor relevancia a sus potencialidades actuales, por encima de los posibles limitantes, a raíz del cáncer vivido “Libre si me siento por ejemplo de en la actualidad de no estar trabajando y dependiendo en los hoteles como me tocaba pues depender, de un horario, de un protocolo, de un uniforme, todo lo que conlleva ser uno empleado, en este momento tengo la libertad de que tengo mi tiempo, trabajo con mi esposo independiente entonces un día me dedico solo a computador a trabajar, otro fin de semana nos vamos para allá solo a vender, entonces como que manejamos o yo manejo más mi tiempo” (U.S. Participante C: 415-422).

### **Responsabilidad**

La libertad humana, como un ejercicio continuo de tomar decisiones ante la vida, implica a su vez responsabilidad, en la medida en que siempre habrá de elegir, y asumir las consecuencias tanto positivas como negativas de sus elecciones, “El hombre es libre para ser responsable; dicho de otra forma, puede ser responsable porque es libre, libertad y responsabilidad son inseparables” (Noblejas, 1994, p.82); de este modo la participante C se concientiza de la responsabilidad que debe asumir ante su vida, incluso ante un diagnóstico que no depende de ella, pero que si le invita a elegir de manera inevitable “No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” (U.S. Participante C: 111-120).

Es decir que la participante C, asume una postura responsable ante su vida, pues cada elección que realizó durante la enfermedad y hasta la actualidad, le permitieron avanzar a favor de su recuperación y el restablecimiento de las condiciones físicas, emocionales y familiares óptimas “Claro tu siempre tienes que estar súper atado porque tú no puedes faltar a una quimio, yo no podía viajar, a mí se me presentaron dos viajes y yo no los pude hacer porque si me voy

perdo mi tratamiento y que es prioridad, prioridad es su tratamiento porque es su vida entonces si es súper atadura, de hecho todavía yo digo, Dios mío me tengo que ir, pero me tengo que tomar las pastillas, la vez pasada que me fui un mes entonces tenía que pensar en llevarme la otra provisión, se me acabaron allá y allá tuve que comprarlas, gracias a Dios lleve la historia porque el doctor Bello me dijo, llévala por si cualquier cosa, porque como tienes prótesis, nosotros los colombianos en las revisiones, que lleva , que no lleva y me sirvió mucho, porque allá se me acabaron y me toco allá en oncología comprarlas, entonces uno tiene bastantes ataduras, al proceso de que tienes que ir a control cada mes , esos son ataduras, que tienes que depender de esa medicina, entonces si me voy a ir tres meses tengo que primero consultar con el médico” (U.S. Participante C: 431-446).

Sin embargo, en esta unidad de sentido, cabe aclarar, que aquello que ella denomina ataduras, más bien podemos comprenderlas como acciones responsables que ella efectúa ante su vida y su integridad física, donde a pesar de poseer el libre albedrío, de tomar decisiones frente a su estilo de vida y como lo quiera direccionar después de ser declarada sobreviviente de cáncer de seno, elige responsablemente continuar con las supervisiones medicas y los cuidados pertinentes, dando cuenta así, de su capacidad para diferenciar entre el ser y el deber ser, enfocado en su caso, a la preservación de su existencia y el cuidado de la misma, aclarando que deja de lado el ejercicio pleno de su libertad “No es como que tu estas bien totalmente y claro que lo puedes hacer pero todo tiene que ser con que el médico te lo diga, que tienes que llevar etc., Uno piensa no hay problema, pero si el día que no te tomes la medicina pues puedes recaer entonces uno tiene que siempre ser juicioso” (U.S. Participante C: 448-452).

De cierta forma, su ejercicio responsable le permitió responder a aquellas preguntas que la vida le hizo en torno a su capacidad para luchar y continuar o rendirse y limitarse a una posición pasiva ante el destino, realizando así una profunda reflexión acerca de su responsabilidad e implicaciones como paciente dentro de todo el proceso vivido, desde el momento del diagnóstico hasta la culminación de su tratamiento, haciendo consciente de su papel activo como protagonista de su propia vida “pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no

lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía, yo fui más sin embargo el médico que me hizo la ecografía fallo porque él dijo eso es normal esos nódulos son normales y eso hizo que me venga en un año y eso hizo que creciera más, avanzara más y que mi tratamiento fuera más agresivo, falló el concepto del médico, el debió decir hay algo, mejor una biopsia, hacer otro proceso que es más riguroso, desafortunadamente me toco ese médico que era como cumplió su horario de trabajo fue y firmo su planilla para que le pagaran, y no estaba ahí trabajando porque si él en ese momento me manda a una biopsia solamente mandar una orden porque cuando la doctora me dijo cuanto hace que le hicieron , yo iba juiciosa a mis controles, y me decían que era normal, entonces ella dijo pero como no la han mandado antes a una biopsia, yo dije pues ya que, no me iba a desgastar peleando con ese ser, lamentablemente sigue dando exámenes a otras personas, sin el criterio, esa es una falla, porque si debí de presionar, de cuestionarme, por su culpa que no me mando a hacerme un examen pude morir y no me parece siendo ya como un señor mayor, no me acuerdo el nombre, de hecho no se trata de perjudicarlo, pero si debe haber un criterio medico más responsable, entonces también uno debe insistir, yo debí pedir otra segunda opinión, me dormí, me confié porque dije a esta bien en un año voy y luego al otro año voy si así como 3 años todo eso hizo que mi tratamiento fuese más agresivo y estar a punto de morir, siempre hay que pedir una segunda opinión, conocerse uno mismo insistir, si hay que luchar contra el sistema, pues luchar” (U.S. Participante C: 811-844).

Es decir que después del ejercicio autocomprensivo, de la forma en que sintió, pensó y actuó la participante C en relación a un diagnóstico oportuno, logro asumir su responsabilidad dentro del avance del estadio del cáncer a causa de una errónea opinión médica y además, asumir su culpa de una forma proactiva, eligiendo afrontar positivamente su enfermedad y dejando de lado la búsqueda de posibles causas de la misma, para concentrarse en las acciones para enfrentarla“ Si claro, uno debe ser como mas no se...yo dije no solo fue culpa del médico, también fue culpa mía porque si yo digo voy a pedir una segunda opinión de otro médico, de pronto de otro como la doctora que me toco después, que me formulo la biopsia que en mi caso fue lo único que determino que había cáncer” (U.S. Participante C:847-851).

## **Recursos Noológicos**

Los recursos noológicos, son capacidades inherentes al hombre cuya expresión o manifestación, habla de la espiritualidad humana: ellas son el autodistanciamiento y la autotranscendencia.

La participante C durante cinco años afronto el cáncer de mama, un espacio de tiempo prolongado que le permitió realizar una amplia y profunda reflexión en relación a su vida, su existencia y su familia; a través del diagnóstico, el tratamiento y la posterior rehabilitación, ella asumió el vivir de una manera diferente, dando prelación al sentido en la vida “Como todo ser humano cada día aprendo de las personas y de las situaciones buenas o malas que nos hacen crecer cada vez más, aprecio cada momento de vida y esto se refleja en mi y es lo que proyecto hacia los demás” (U.S. Participante C: 864-867).

Es así como a partir de una postura radical desde el inicio de su enfermedad, toma decisiones a favor de un mejor pronóstico de la misma, la mejora de su calidad de vida y la posibilidad de una imagen sana a futuro, direccionándose de esta forma al despliegue de la capacidad del autodistanciamiento, siendo uno de los recursos con un significativo desarrollo a partir de sus tres subcategorías (autocomprensión, autorregulación y autoproyección) “No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8 ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento” (U.S. Participante C: 111-117).

En ese proceso de verse y asumirse de una manera diferente a la que antes lo hacía, se refleja la autocomprensión que despliega frente a su existencia, donde es capaz de reconocer como la enfermedad transformo no solo su imagen personal, sino la forma de posicionarse como mujer ante la vida “Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía

afrontar tan tranquilamente, porque como me ves, así como me ves no siempre he estado, (...) no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila”(U.S. Participante C: 696-703).

El ejercicio comprensivo frente a las debilidades, fortalezas, potencialidades y riesgos del ser, en medio de una enfermedad como el cáncer, le permite a la participante C asumir una postura reflexiva, eligiéndose como una mujer con posibilidades ante la vida y con la capacidad de tomar decisiones sobre sí misma y sobre su mundo circundante para crecer “A mí me generaba obviamente tristeza, de ver que ellos hayan tenido que ver esa vivencia, me sentí también como pues el empuje de demostrarles que eso también me ayudaba en parte a mí porque yo me mostraba más valiente, más tranquila, no me duele nada, estoy perfecta, que ellos me vieran bien, para que se sintieran bien, para que obviamente si me ven así triste, llorando ellos van a estar mal entonces no siempre saque como esa fuerza para estar mejor” (U.S Participante C: 761-767).

Apropiarse de la mejor versión de sí misma para asumir las situaciones que la vida le colocó a la participante C, le permitió desplegar su capacidad de autoproyección, adoptando cambios favorables para su realidad (la venta de su negocio, optando por ser independiente) mejorando su presente y contemplando una visión mayor, más completa y optimista frente a sus posibilidades después de tener cáncer “Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible de algo, no se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante, tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo, pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto” (U.S. Participante C: 589-596). Además, en el ejercicio de proyectarse a futuro, también movilizó el recurso de la entrega, en la medida en que sus planes, como por ejemplo una pensión posible de obtener, no son para un beneficio particular, sino por el contrario contempla la misma como un ingreso para favorecer a sus familiares, visualizando la posibilidad de dejarles algo.



La visión de una imagen personal libre de cáncer y con la posibilidad de disfrutar la vida, implicó además de una profundidad del ser, un efecto positivo en quienes estaban a su alrededor “no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me cuiden, para que me acompañen, es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien” (U.S. Participante C: 349-356). El impacto de la visualización clara frente a su vida y sus aspiraciones aun en medio de la enfermedad, permitieron en el L.M, darse cuenta no solo de la importancia de su postura personal, sino del valor de la actitud en medio de su situación; además de su capacidad de entrega nuevamente, al pensar no solo en sí misma y su posible dolor, sino en aquellos a su alrededor que también fueron afectados y las posibles formas de ayudarlos.

Es decir que, elegir una postura de vida, de “voy a estar bien” durante el diagnóstico y tratamiento, visibilizan su capacidad de tomar distancia de la realidad a la que se enfrenta, asumiéndose libremente en medio de la misma y adoptando acciones, a favor de un mejor afrontamiento de los síntomas dando cuenta así de su capacidad para autorregularse “Me aferre a Dios sobre todo y tuve mentalmente la convicción y seguridad que yo podía vencer, con las primeras quimios al día siguiente asistía al grupo de yoga, con mi peluca y mi traje blanco como todas las demás, las ultimas fueron más fuertes, cuando me recuperaba , me acicalaba y salía con alguna amiga, al centro comercial, de compras o almorzar, en fin, socialice y trate de seguir adelante, que lo que tenía que vivir era solo un sueño (quimios, cirugías, radioterapias, y hospitales) cuando pasaban volvía a seguir mi vida” (U.S. Participante C: 854-861).

Ahora bien, la proyección de sí misma como una mujer sana y completa en un futuro, no solo fue un recurso que género estabilidad física y emocional en el presente, también fue una estrategia a favor del restablecimiento de metas y sueños a corto, mediano y largo plazo, es decir que la imagen positiva de sí misma respecto a sus planes y proyectos futuros (autoproyección), también es una forma de tomar distancia de sí misma, para movilizarse hacia la mayor amplitud

y profundidad de su existencia “Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no, no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, o sea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. Participante C: 245-253).

Por otra parte y en relación a la autotranscendencia, como la elección del hombre para dirigir sus acciones no solo hacia sí mismo, sino hacia otros, movilizándolo sus intenciones hacia algo o alguien, la participante C logró un amplio despliegue de sentido a través de la diferenciación y la afectación principalmente, brevemente sintetizadas en los párrafos siguientes.

Estar involucrado en un proceso de lucha contra al cáncer, no solo implica un cambio de vida para quien ha sido diagnosticado; por el contrario, alrededor de un ser humano enfermo, se encuentran sus redes de apoyo más cercanas también afectadas, podría decirse que a la par del dolor personal de un paciente, se encuentra sumado el dolor de quienes lo aman, en ese sentido, el sufrimiento, actitud, cambio y aprendizaje, no solo es de quien está enfermo, sino también de todos aquellos seres queridos que lo acompañan en el proceso.

La participante C, logra darse cuenta de las implicaciones de un cáncer que no solo afecta su estabilidad y estilo de vida personal, sino también el de quienes están a su lado, esta capacidad se denomina diferenciación, en la medida que hace consciencia y adopta una postura reflexiva frente a las emociones, sentimientos y pensamientos de los otros; a través de diferentes relatos frente a su familia, permite visibilizar como ella, en medio de su vivencia personal, no solo observa sino comprende lo que viven en especial sus hijos y su esposo, como los familiares más cercanos durante todo el proceso “Yo creo que la familia cercana se afecta, tanto emocional como el convivir económicamente se afecta, claro, por ejemplo, ya yo no podía producir lo que antes producía, se afectó mi niña porque era a quien yo le mandaba a Buenos Aires dinero para ayudarla (...) ya yo no le podía ayudar con la misma capacidad de antes, entonces se afectó

muchísimo, se afectó emocionalmente ellos, tienen que haberse afectado, porque de hecho el que su mamá este con una enfermedad tan grave como es el cáncer, a mi niña María Paula yo pienso que le afecto mucho a pesar de que siempre era la más fuerte de todas (...) tanto así que en una curación que vino a visitarme la niña de Buenos Aires, porque le ha tocado como vivir conmigo todo el proceso, entonces la fortaleció, y bueno de hecho a veces el psicólogo del colegio me decía que la veía llorando, obviamente eso tiene que estarla afectando en algún momento y claro porque ella es una niña, y como todas sus hermanas y sus sobrinas se fueron, ella estaba más solita afrontando” (U.S. Participante C: 737-759).

Además de la comprensión que la participante C realizó frente a su familia, ella hace especial énfasis en la figura de Dios, como ese otro que legítimo y al cual atribuyo en gran parte la posibilidad de vivir, además de verlo como aquel que también la acompañó y estuvo presente “he sido como bendecida por Él, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aún más, siento que Él es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso” (U.S. Participante C: 50-54).

Cuando el hombre se direcciona hacia una capacidad de autotranscendencia, después de darse cuenta de la presencia del otro o lo otro, comienza a percibir su mundo circundante de una manera diferente, más sensible y receptiva frente a la vida. A esta capacidad la llamamos Afectación: aquí el ser espiritual se enfoca en la captación y realización de acciones dirigidas al sentido y los valores que hacen parte del mismo.

La participante C a través de su vivencia alrededor del cáncer, decidió disfrutar a mayor detalle y precisión su vida, haciendo énfasis en aquellos momentos, actividades, personas, lugares y ocasiones que antes pasaban por irrelevantes a razón de la brevedad con que vivía su existencia; cuando comienza a descubrir el privilegio de vivir, se permite afectarse por el sentido, y sus acciones diarias se dirigen hacia el ser integral y el disfrutar la vida a plenitud “uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, o sea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo,

agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga” (U.S. Participante C: 256-265).

Además de la capacidad de percibir el mundo de una forma más cercana y reflexiva, desde acciones como: leer, asistir a seminarios, ir al gimnasio, practicar yoga, hacer meditación, ir a misa, orar, vender casas, arreglar su hogar y compartir con su familia, se refleja su cambio de vida y direccionamiento hacia una mayor estimación de la espiritualidad humana “ El compartir con mi esposo el almuerzo de fin de semana, que lo tratamos de hacer más especial salimos a Sopo, nos comemos un postrecito, tratamos de que sea diferente a la cotidianidad de todos los días, soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento mucha satisfacción y trato de no faltar nunca, porque santifican el agua entre otras cosas, en donde vivo siempre tengo un espacio confidencial para orar, aunque yo oro en cualquier parte de hecho cuando estoy en la ducha hago una meditación” (U.S. Participante C: 554-564), “El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante, y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien, el otro importante fue la consulta con mi doctora que me dijo que todo estaba bien, el compartir el almuerzo con mi niña, son momentos importantes” (U.S. Participante C: 566-569).

Finalmente, la entrega es otros de los recursos que hacen parte de las capacidades presentes en el ser humano, a través de ella, el hombre logra distanciarse de sí mismo y trascender hacia el encuentro con otras personas, dando de si mismo lo mejor para otros, o incluso abrazando una causa noble “La vida no trasciende de sí misma e longitud en el sentido de su propia propagación, sino en profundidad, en cuanto apunta a valores, o en anchura en la comunidad” (Frankl, 1994, p.274).

Desde esta perspectiva, la participante C, durante todo su proceso de enfermedad y manejo de la misma, logra desprenderse de su dolor personal e identifica y comprende el sufrimiento de quienes la acompañan, no solo a nivel familiar, sino también aquellas personas con un diagnóstico similar, esta comprensión, la moviliza a efectuar acciones hacia la entrega y la posibilidad de desplegar la capacidad de donarse a sí misma a favor de terceros “Bueno, yo pues les doy ánimo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación, que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo”(U.S. Participante C: 332-343), “pero si organice las exequias entonces compre un programa exequial, para que mi familia no esté en la angustia económica, siempre procuro tenerlo para la familia es como la formalidad que hay para ese momento” (U.S. Participante C: 614-616).

### **Triangulación de la información de las participantes A, B y C**

Durante el estudio de un fenómeno, como el cáncer de mama-seno, el concepto de triangulación de datos es aplicado por las investigadoras, con el fin de encontrar los elementos de convergencia que permiten la interpretación global de la información recopilada, por medio de las entrevistas semiestructuradas, implementadas a las tres participantes de la investigación.

Para Stake, (1994), citado por López, (2013), “la triangulación ha sido concebida como un proceso en el que desde múltiples perspectivas se clarifican los significados y se verifica la repetibilidad” (p.142); es entonces un procedimiento, que se orienta a la documentación y el contraste de la información (entrevistas), teniendo en cuenta diferentes puntos de vista (del fenómeno), para nuestro caso desde la fenomenología y la logoterapia a partir de las cinco categorías de análisis: los valores, sentido del sufrimiento, libertad, responsabilidad y recursos noológicos.

#### **Valores**

El ser humano puede descubrir sentido de vida, en medio de las innumerables experiencias que se presentan durante su diario vivir; no obstante, vivenciar momentos a lo largo de la vida, no significa que en ellos exista una consciencia por parte del hombre para captar el sentido, por el contrario, la resonancia afectiva a lo largo de la existencia, requiere de la disponibilidad de la persona para sensibilizarse frente a todos aquellos elementos generadores de sentido presentes en las acciones cotidianas: en el dar, el recibir y el aprender con y a través de las personas, las cosas o lo intangible.

Para Martínez, E (2009), el mundo de los valores, puede comprenderse a partir de una jerarquía particular, propuesta por Max Scheller, que es construida por cada ser humano de acuerdo a la atribución de significado que le asigne a cada actividad, cosa, experiencia o lugar durante su existencia; esta jerarquía se constituye a partir de los valores sensibles, vitales,

estéticos, intelectuales, éticos y sagrados, que a través de su despliegue permiten la captación e interiorización del sentido de vida.

En relación a las participantes A, B y C, se identificó un mayor despliegue de los valores vitales, sensibles e intelectuales, que les permitieron asumir una postura activa, durante todo el proceso de la enfermedad, profundizando en aquellos aspectos que favorecían un bienestar personal, el crecimiento intelectual y la realización de actividades que les generaban placer o agrado (U.S. Participante A: 19-20, U.S. Participante B: 9-12, U.S. Participante C: 5-6).

En efecto, los valores vitales, les permitieron a las tres participantes, tomar una postura reflexiva frente a su existencia, asumiendo responsablemente cada uno de los cambios físicos a raíz de las intervenciones médico-quirúrgicas, a través de la implementación de nuevas rutinas y estilos de vida, que favorecieron el bienestar personal, la mejora de su calidad de vida y el autocuidado durante el padecimiento del cáncer de seno (U.S Participante A:86-92, U.S Participante B: 63-69, U.S Participante C: 323-326;328-330).

A través de la identificación de aquellas actividades enfocadas en el cuidado de la salud física y emocional se logra evidenciar en ellas, una mayor consciencia frente a la importancia del despliegue de valores vitales, donde acciones como: compartir con seres queridos, leer, escuchar música, trabajar, orar y meditar, son fuentes de motivación y crecimiento personal, además de convertirse en recursos para continuar de la forma más normal y placentera posible con sus rutinas de vida ( U.S Participante A: 191-200; 202-203, U.S Participante B: 125-126; 128-129, U.S. Participante C: 275-280; 285-289).

A su vez, el establecimiento claro y continuo de fuentes de motivación para vivir, durante el afrontamiento de la enfermedad, le permitió a cada una de las participantes, atribuir un mayor significado a su existencia, asumiendo una actitud positiva ante la vida y estilos de pensamiento direccionados a disfrutarla, teniendo claros aquellos elementos que constituyen de forma particular su fuerza vital y su estabilidad física, emocional y psicológica (U.S. Participante A: 181-186, U.S. Participante B: 111-113-116-118-122, U.S. Participante C: 267-272).

En relación a los valores sensibles, podemos decir que las participantes A, B y C lograron vivencia significativa de ellos, desde la elección continua de aquellas actividades, momentos y personas, que les generaban agrado y resonancia afectiva a cada una. Cuando ellas refieren la lectura continua y la asistencia a seminarios, dan cuenta de cómo cada una a través de sus gustos personales, logran elegir la realización de bienes, que les permiten disfrutar la vida, aprender y procurarse un crecimiento personal, no solo durante la enfermedad sino hasta la actualidad (U.S. Participante A: 122-126, U.S. Participante B: 86-88, U.S. Participante C: 178-183).

Respecto a los valores intelectuales, encontramos que para las tres participantes, la búsqueda de sabiduría esta materializada en la realización de actividades: como la lectura y los cursos artísticos, visibilizándose una relación estrecha con los valores de tipo sensible, es decir que al realizar un análisis del relato de las mujeres sobrevivientes de la investigación, se evidencia una captación de sentido y valor en el aprendizaje, como un proceso que no solo les permite el desarrollo intelectual sino que también es generador de placer y agrado (U.S. Participante B: 82-84, U.S. Participante A: 131-134, U.S. Participante C: 186-195).

Por otra parte elementos como la armonía, el orden y la belleza, se presentan en las participantes de una forma particular y subjetiva, en tanto que cada una atribuyo una valoración diferente a lo estético durante el tratamiento del cáncer, sin embargo, cada una logra la realización de actividades que les permiten desplegar valores estéticos, direccionados al fortalecimiento de su autoimagen y su autoestima, como elementos que se vieron afectados, por los efectos secundarios de las intervenciones médicas (quimioterapias y radioterapias) y las intervenciones quirúrgicas (extracción de ganglios, mastectomías y mamoplastia) (U.S. Participante A: 111-116, U.S Participante B: 72-75, U.S. Participante C: 158-164).

En relación al cuidado del contexto en que habitan, se encuentra que las participantes B y C, poseen una mayor preocupación por el orden y adecuación de su hogar y todos aquellos espacios que lo componen, a diferencia de la participante A, quien atribuye una significación



diferente a la organización de los lugares donde reside, brindando menor relevancia a la continua preocupación por los espacios y centrándose en una forma particular de organizar sus actividades (U.S. Participante A: 118-119, U.S. Participante B: 75-79, U.S. Participante C:166-175).

No obstante, aun cuando cada una brinda una significación diferente a los valores de orden estético en su vida cotidiana, todas logran sensibilizarse, frente a la importancia del cuidado personal, la armonía en los espacios que habitan y la belleza, que al afectarse con las actividades puntuales citadas en párrafos anteriores, las direccionaron durante el afrontamiento del cáncer a una imagen personal de sí mismas más amorosa y fortalecida, a pesar de secuelas físicas como: cicatrices, pérdida de los senos, cambios en el peso corporal, entre otras.

Desde el diagnóstico de cáncer de seno, cada una de las participantes comenzó un proceso de confrontación consigo mismas, sus planes y proyectos de vida, puesto que afrontar su realidad, las colocó directamente ante la responsabilidad de elegir ineludiblemente, por ende cada una de sus elecciones las movilizó a vivir su proceso, fortaleciendo aquellos aspectos que de forma subjetiva tenían más valor que otros, en este sentido, después de uno o más años de tratamiento y en la actualidad como sobrevivientes, cada una logra comprender la importancia del despliegue de valores éticos en su vida cotidiana, relacionándolos directamente con la posibilidad de haber aprendido a través de su enfermedad y la relevancia de actuar bien y ser mejores personas, tanto para su crecimiento personal, como para afectar positivamente a aquellas personas que son importantes para ellas (U.S. Participante A: 71-74, U.S. Participante B :55-60, U.S. Participante C : 864-867).

Dentro de este marco, las participantes de forma subjetiva y personalizada, a través de sus intervenciones referencian la creencia firme en Dios y como Él mismo estuvo acompañándolas durante todo su proceso, incluso permitiéndoles ser en la actualidad sobrevivientes (U.S. Participante A: 36-38, U.S. Participante B: 27-29-30, U.S. Participante C: 199-204).

En este punto es importante mencionar, como para la participante C, Dios es y fue un ser relevante y de suma importancia para el descubrimiento de sentido durante su enfermedad y

hasta la actualidad, ella en relación a las otras participantes, manifiesta un continuo fortalecimiento de sus creencias asociado a acciones como: asistir a misa, orar y meditar; sin embargo, las participantes A y B refieren la importancia de Dios, asociándolo a una fuerza motivacional y fuente de apoyo en aquellos momentos más desesperanzadores y dolorosos vividos durante el cáncer de seno (U.S. Participante A: 138-146, U.S. Participante B: 90-93, U.S. Participante C: 50-54). En definitiva, las tres mujeres sobrevivientes logran un despliegue significativo de los valores sagrados; aun cuando su interpretación de lo absoluto varía de la una a la otra, todas se permiten ese acercamiento hacia la búsqueda y/o comprensión de la figura de Dios.

Ahora bien, en relación a la realización de valores existenciales, encontramos que las participantes A, B y C lograron un amplio y significativo despliegue de los valores de experiencia y actitud, a través de los que lograron una resonancia afectiva, que les permitió movilizarse hacia la elección de actividades para recibir del mundo, las personas y/o cosas, a su vez para asumir una actitud de lucha, disposición y fortaleza que contribuyó a un buen pronóstico de la enfermedad.

Las participantes A, B y C a través de experiencias como: el apoyo familiar, el acompañamiento del personal médico, la asesoría de fundaciones y el desarrollo de actividades como: escuchar música, hacer ejercicio, leer, orar y meditar, lograron atribuir un significado especial y singular, al acto de recibir en la medida que durante su proceso, permearse de lo que otros le podían ofrecer, les permitió transformar su capacidad de disfrutar la vida y atribuirle valor a la presencia del otro, como una fuente de motivación continua a favor del despliegue de valores experienciales (U.S. Participante A: 273-278, U.S. Participante B: 183-186, U.S. Participante C: 346-359).

Además, la sensibilización frente a la importancia de recibir de otros, les permite a cada una de las participantes, comprender la importancia que tuvieron sus redes de apoyo, en el afrontamiento proactivo y positivo del cáncer de seno, de cierta forma, encontrarse con

diferentes fuentes de motivación externas, para atribuir sentido a su situación las movilizó hacia una postura firme y esperanzadora ante su realidad.

Respecto al valor de actitud, se percibió que las tres participantes, al enfrentarse a una situación límite, como el cáncer, asumieron una postura positiva y expectante frente a su realidad, aun en medio de la presencia del dolor físico y emocional; es decir que la elección de una actitud responsable y adecuada en relación al diagnóstico, les permitió tomar decisiones, para la transformación de la realidad a su favor.

Pensar en la posibilidad de contrarrestar los efectos de la enfermedad y el tratamiento a través de un distanciamiento consciente del cuerpo enfermo, las movilizó hacia la transformación del cáncer como una enfermedad con el imaginario de muerte, al cáncer como un evento ineludible de vivir, pero pasajero frente a un futuro posible y visualizado desde el presente (U.S. Participante A: 243-254, U.S. Participante B: 163-165, U.S. Participante C: 696-723).

En relación al valor de creación, comprendido como la posibilidad de dar al mundo en medio de las actividades diarias o las iniciativas personales, podemos identificar que las participantes A, B y C a través de: el relato de las experiencias vividas a otras personas, la expresión de emociones y sentimientos a sus seres queridos y el reconocimiento del aporte de los valores personales al mundo, logran desplegar de forma parcial su capacidad de servir a otros (U.S. Participante A: 229-237, U.S. Participante B: 167-178, U.S. Participante C: 332-343). Por ende, la comprensión de la importancia, de la entrega a través de pequeñas acciones realizadas durante su cotidianidad, denota el descubrimiento que están realizando cada una, del sentido de vida en medio del dar.

Finalmente, uno de los puntos en común en las tres participantes, es la concientización que logran desarrollar en torno a la importancia de la promoción y prevención del cáncer de seno a través del autoexamen, ellas hacen especial énfasis en cómo cada vez que pueden transmiten a otras mujeres la importancia de este ejercicio, para la detección temprana de la enfermedad, desplegando de esta forma valores de creación (U.S. Participante A: 259-267, U.S. Participante B: 146-153, U.S. Participante C: 816-821).

Desde esta perspectiva, las participantes A, B y C bajo una amplia sensibilización frente al mundo de los valores y la relevancia de su realización para la mejora de su calidad de vida, logran un amplio y significativo despliegue del sentido, direccionado hacia la trascendencia de la existencia y el encuentro con el ser espiritual.

### **Sentido del sufrimiento**

El sufrimiento hace parte de la vida del ser humano, es así como el hombre en su contexto cotidiano en ocasiones tiene que pasar por diferentes situaciones ineludibles e irrevocables que hacen parte de su destino, dentro de las que se pueden mencionar: la muerte de un ser querido, una discapacidad física, una enfermedad incurable entre otras.

En este orden de ideas es a partir de esas circunstancias difíciles en donde la vida le ofrece al hombre la oportunidad de descubrir un sentido, en la medida en que la persona pueda aceptar el sufrimiento como un logro humano, asumiendo una nueva postura, al ser capaz de transformar su propia tragedia en una experiencia de triunfo personal, en otras palabras Frankl (1979) manifiesta que " El sufrimiento deja de ser en cierto modo sufrimiento en el momento en que encuentra un sentido, como puede serlo el sacrificio"(p.114).

En relación a las participantes A, B, y C, el hecho de haber pasado por una situación ineludible como el cáncer de seno, les permitió generar una nueva conciencia en su manera de concebir la vida, es así como cada una asume una nueva actitud en medio de su condición de enfermedad, que se ve reflejada a través de acciones concretas como: llevar una vida tranquila, ser optimistas y apreciar los pequeños detalles que el mundo les permite disfrutar durante cada día vivido (U.S. Participante A: 282-284; U.S. Participante B: 195-199; U.S. Participante C: 256-265). Es decir que la manera como logran verse, asumirse y sentirse en la vida, instaura nuevas formas de posicionarse ante la existencia.

En este sentido se manifiesta que el interés principal de todo ser humano no es encontrar el placer o evitar el dolor, sino encontrarle un sentido a la vida, es así como para las participantes

A, B, y C el hecho de haber recibido un diagnóstico de cáncer de seno de una manera inesperada, movilizó en ellas emociones y sentimientos que las confrontaron (U.S. Participante A: 243-254; U.S. Participante B: 163-165; U.S. Participante C: 728-734), sin embargo, logran descubrir un sentido de vida en medio de su dolor emocional y físico, permitieron verse a sí mismas desde una nueva postura, comprendiendo su enfermedad no como un límite para continuar con sus vidas, sino como una experiencia que les dio la oportunidad de asumirse como mujeres valientes y luchadoras.

Es importante mencionar que la red familiar de cada una de las participantes, influyó considerablemente en el fortalecimiento de una actitud saludable ante los síntomas de la enfermedad, lo que significa que las participantes A, B, y C se concientizan frente a su realidad (U.S. Participante A: 565-569; U.S. Participante B: 446-447; U.S. Participante C: 761-767).

Cuando el ser humano logra otorgarle un sentido a su sufrimiento, logra atribuirle valores significativos a la existencia; en las participantes A, B, y C tener cáncer de seno les ha permitido comprender y ser conscientes de la captación de sentido aun en condiciones de sufrimiento (U.S. Participante A: 454-457; U.S. Participante B: 381-386; U.S. Participante C: 632-638).

Las participantes A, B y C encuentran un sentido al sufrimiento, valorando subjetivamente las experiencias vividas en el contexto familiar, académico y social (U.S. Participante A: 288-293; U.S. Participante B: 201-203; U.S. Participante C: 389-400).

Ahora bien, las participantes A, B, y C tras experimentar los tratamientos médicos y quirúrgicos fortalecieron su esfera emocional, psicológica e intelectual, dotando de sentido de vida un sufrimiento inapelable, a partir del diagnóstico oncológico (U.S. Participante A: 434-440; U.S. Participante B: 444; U.S. Participante C: 726-734).

Finalmente, el descubrir un sentido de vida durante el padecimiento de una enfermedad como el cáncer de mama, permite que cada una de las participantes asuma una nueva actitud frente a las situaciones de sufrimiento en medio de su condición; el tener la capacidad de

percibir, sentir y posicionarse proactivamente ante sus situaciones, posibilita la comprensión amorosa de sí mismas y la transformación de la realidad a su favor.

## **Libertad**

Al hablar de libertad, es imprescindible establecer claridad en que los seres humanos siempre están eligiendo a favor o en contra de sus posibilidades, gustos, habilidades, entre otros, como Frankl solía manifestar, la libertad no es sólo una libertad “de” algo, sino una libertad “para” algo. A continuación se encontraran las convergencias y divergencias del tema:

Las participantes A, B y C, durante el padecimiento del cáncer, lograron ejercer su libertad a través de las elecciones que realizaban ante aspectos como: su salud emocional y física, sus profesiones, su contexto laboral y sus círculos sociales (U.S. Participante A: 305-310; U.S. Participante B: 223-224; U.S. Participante C: 405-413). Por ende, aun cuando la enfermedad implicaba limitaciones a nivel físico, siempre lograron establecer límites antes dichos condicionantes, para desempeñarse en sus diferentes roles de la mejor forma posible.

A través del establecimiento de metas, sueños y propósitos antes, durante y después del cáncer de seno, se evidencia la postura adoptada como mujeres libres, sanas y con capacidades para elegir en los diferentes contextos de su vida cotidiana. Frankl (1999) nos hablaba de la libertad de: “El hombre tiene libertad de ser así sobre su propia facticidad. La libertad de... se trata de una libertad condicionada frente a los instintos, frente a la herencia y frente al medio ambiente” (U.S. Participante A: 428-430; U.S. Participante B: 405-407; U.S. Participante C: 696-723).

Por otra parte, la postura que las participantes adoptan tras la interiorización de la libertad, se da al ser conscientes de su independencia, sus limitaciones, sus posibilidades, los recursos y estrategias que utilizan; identificar lo anterior, les permite replantear amorosamente sus proyectos de vida y algunos sueños que en las participantes A, B y C, tuvieron que ser

incorporados a la realidad que estaba en su presente inmediato (U.S. Participante A: 404-406; U.S. Participante B: 337-339; U.S. Participante C: 571-582).

Cabe señalar que el rol que asumen las tres participantes en su mundo circundante les permite sin lugar a dudas ejercer su libertad, sin embargo cada una tiene una identidad y coherencia que las caracteriza y delimita su personalidad; además factores como la edad, las relaciones interpersonales, sus experiencias vividas, el contexto familiar, académico y laboral son los que marcan las diferencias en esa postura que adoptan ante su existencia.

Reconocer que una enfermedad como el cáncer de seno, hizo parte de sus vidas, les permite verse en situación de manera distinta, para las participantes no fue nada fácil batallar con los post-operatorios de las cirugías, tomar tantos medicamentos y aceptar los cambios de su cuerpo, sin embargo todo el proceso se convirtió en un aprendizaje individual y familiar que da como resultado una concepción asertiva de la vida, sin dejar de lado el pasado, para vivir mejor el presente y por consiguiente proyectar mejor su futuro (U.S. Participante A: 299-303; U.S. Participante B: 215-221; U.S. Participante C: 431-446).

En conclusión, es por la libertad que cada una logra desplegar, que logran decidir sobre sí mismas, teniendo siempre presente que son responsables de sus actos, de sus decisiones, aciertos, equivocaciones y que en definitiva los límites para trascender y desplegar sentido son su elección.

### **Responsabilidad**

Según Gismondi (1990), citado por, Noblejas, (1994) es definida así: “la responsabilidad del hombre se manifiesta, por tanto, en su capacidad de dar una respuesta a los problemas y a las tareas que le vienen dadas a lo largo de la vida, es decir, es la capacidad de realizar significados para la propia existencia” (p.155).

En las tres participantes, la responsabilidad es desplegada a partir de la capacidad que cada una tiene para asumir los cambios que se presentaron durante la enfermedad (U.S. Participante A: 317-322; U.S. Participante B: 226-229; U.S. Participante C: 111-120); adicionalmente la calidad de vida se ve afectada directamente a nivel académico, laboral y familiar, encontrándose en el discurso un replanteamiento en metas, tareas y deberes, sin embargo cabe resaltar que ninguna dejó de lado su proyecto de vida.

Los cambios en la rutina diaria, fueron evidentes en cada participante, replanteándose positivamente relaciones interpersonales, dejando de lado los prejuicios, para disfrutar la compañía de amigos, padres, hermanos y demás personas presentes en su mundo circundante (U.S. Participante A: 313-315; U.S. Participante B: 313-315; U.S. Participante C: 571-582).

El padecimiento del cáncer, les permitió, asumir una postura más responsable ante su salud y el cuidado continuo de la misma, en acciones como: el autoexamen, identificar las alertas que da el cuerpo, asistir a controles médicos, dejar de lado hábitos perjudiciales para la salud (fumar, tomar, mala alimentación, entre otras) y control de emociones y sentimientos; del mismo modo los lineamientos establecidos con la libertad hacen que su despliegue sea en conjunto y a favor del bienestar, la calidad de vida y el crecimiento personal.

Por otro lado, su condición actual como sobrevivientes de cáncer, las sensibiliza con la población femenina, al punto que generando promoción y prevención con amigos y familiares, logrando satisfacer su satisfacción personal (U.S. Participante A: 478-479; (U.S. Participante B: 337-339; U.S. Participante C: 640-644).

Finalmente, las participantes de la investigación son libres para ser responsables y viceversa, al establecer relación directa con sus decisiones, sentimientos, acciones y situaciones delimitando su existencia humana desde un aquí y un ahora esperanzador.



## **Recursos Noológicos**

### **El Autodistanciamiento**

El autodistanciamiento es comprendido como la capacidad que tiene el hombre para tomar distancia de sí mismo, mediante el seguimiento y el control de sus propios procesos emotivo-cognitivos. Desde este contexto, puede asumirse como la forma en que el ser humano construye ese control sobre sí mismo, moviliza una postura diferente ante situaciones de la vida cotidiana.

Por tanto, cuando el ser humano adquiere esa conciencia reflexiva ante lo que le sucede y así mismo genera acciones que le permiten tomar distancia y una postura frente a lo que le acontece, se direcciona al descubrimiento de nuevas formas de verse a sí mismo en el mundo a través de la autocomprension, la autorregulación y la autoproyección.

Frente al autodistanciamiento los recursos que presentaron un mayor despliegue en las participantes A, B y C fueron la autocomprension y la autoproyección.

La autocomprension, implica un cuestionamiento profundo frente a la existencia, donde el ser humano continuamente es capaz de preguntarse por su ser en relación al mundo, así mismo y a la vida. En ese proceso de cuestionarse a favor de un ejercicio comprensivo, se desarrolla la capacidad autocomprensiva.

En relación a las tres participantes de la investigación, se encontró como un diagnóstico de cáncer, movilizo en cada una de ellas, un conocimiento reflexivo frente al ser; donde elementos como: el reconocimiento del valor de su aprendizaje, la actitud positiva, el amor propio, el sentido del autocuidado y la identificación de valores personales, las direccionaron a cuestionarse frente a su postura de vida como mujeres y la posibilidad de efectuar cambios oportunos en los diferentes roles que ejercían a favor de una mejor calidad de vida y el enriquecimiento de una imagen personal más completa y fortalecida en medio de su proceso (U.S Participante A: 151-160, U.S Participante B: 95, U.S Participante C: 237-242).

Frente a la autorregulación, se encontró que cada una de las participantes, a través de la identificación de sus limitaciones a nivel psicofísico, lograron tomar una postura reflexiva y establecer distancia a nivel cognitivo de su organismo, reconociendo como aun en medio del dolor y las posibles secuelas físicas y emocionales del tratamiento, les era posible continuar con las rutinas diarias que para ellas eran de mayor importancia a nivel personal (U.S Participante A: 515-518, U.S Participante B: 424-427, U.S Participante C: 761-767).

No obstante, en el proceso de diagnóstico, tratamiento y recuperación, cada una se direcciono hacia estrategias, que aunque les permitían un control emocional y físico a nivel cognitivo, no fueron trabajas en profundidad y amplitud, evidenciándose así, la importancia de fortalecer esta capacidad para un mayor despliegue perdurable en tiempo.

La autoproyección, como la capacidad de verse a futuro de una mejor forma, implica una postura de un ser humano en proceso, más que como un hombre completamente terminado. Aun en medio de las diferencias de edades de cada una de las participantes, es posible encontrar como cada una logro desplegar su capacidad de autoproyección, como un recurso que favoreció su calidad de vida en la actualidad y la visión más completa y mejorada de ellas más adelante.

Respecto a las tres mujeres entrevistadas, se identifica que logran visibilizar a través de su relato, el continuo cuestionamiento por una mejor versión de sí mismas a futuro, donde a través de la evaluación de su presente, y la realización de cambios oportunos para su estabilidad emocional y física, se permiten proyectar una imagen personal y en conjunto más completa a largo plazo.

Aspectos como: aprender cosas nuevas, viajar, adquirir bienes materiales y mejorar el estado físico y emocional, hacen parte de los cambios en común que cada una de ellas visualiza de manera positiva y realista desde su presente para su futuro (U.S Participante A: 411-416, U.S Participante B: 331-339, U.S Participante C: 589-598).

### **Autotrascendencia**

La autotrascendencia (esencia de la existencia humana) como segundo recurso noético, le permite a los seres humanos dirigirse hacia ese algo o ese alguien que es significativo, descubriendo en este ejercicio un sin número de capacidades que garantizan un funcionamiento pleno a cada persona; a través de la diferenciación, la afectación y la entrega se efectuara a continuación la explicación de los resultados encontrados en las tres participantes:

La diferenciación es desplegada en las tres participantes ampliamente en las tres participantes evidenciándose la presencia de Dios, de la familia y de otras entidades como fundaciones y hospitales.

Desde esta perspectiva, la capacidad de diferenciación en las tres participantes, les permite no fundirse con el otro, pero si generar vínculos auténticos con Dios (U.S. Participante A: 36-38, Participante B: 27-29-30, Participante: 50-54 C) y con la Familia (U.S. Participante A 549-550, Participante B 444, Participante C 726-734), es evidente que se fortalecen algunas relaciones del pasado y el hecho de ponerse en los zapatos de sus seres queridos, les posibilita dirigirse hacia otros legitimándolos con respeto pero sobre todo manteniendo límites interpersonales adecuados.

Además, el hecho de tener apoyo de entidades como hospitales y fundaciones (U.S. Participante A: 273-278, Participante B: 182-189, Participante C: 346-359) y que estuvieron presentes durante el tratamiento médico quirúrgico, les permite diferenciar entre el yo y el tú de una manera auténtica y libre.

Con respecto a la afectación, que se produce cuando se está junto a un valor o al sentido, en las tres participantes hay un despliegue parcial de este recurso, sin embargo en las preguntas realizadas en la entrevista se presentó de diferente manera, cada una por factores como su edad, sus actividades académicas, laborales y el contexto familiar en el que se encuentran inmersas, vivenciaron el cáncer de seno de acuerdo a sus propias potencialidades, por lo tanto es un

aspecto que en la actualidad deben seguir fortaleciendo para que ese resonar afectivo brinde sentido de vida e impacte emocionalmente en su presente y su futuro.

Desde el análisis, en la entrevista realizada a las tres participantes se identifica que el recurso de afectación (U.S. Participante A 19-20; Participante B 9-12; Participante C 5-6) en actividades como la lectura, la música, salir, poder conocer cosas nuevas, compartir, entre otros, les facilitó el dejarse tocar y resonar emocionalmente ante situaciones que en otro momento de sus vidas no tenían en cuenta, ahora que son sobrevivientes de cáncer de seno en pequeñas actividades de su cotidianidad encuentran sentido de vida.

En la entrega el ser humano se actualiza, sale de sí hacia algo que no es el mismo, captándolo y dejándose tocar para realizar el sentido, en las tres participantes fue desplegada la entrega como un recurso que les permite la realización del sentido a través de la promoción y prevención que hacen al hablar con otras personas sanas para que sean conscientes de la importancia que tiene el autoexamen de seno, el conocer nuestro cuerpo, detectando a tiempo anomalías que permiten una atención médica oportuna, adicionalmente las tres creen que el diálogo con mujeres que en la actualidad están viviendo el cáncer de mama es generador de esperanza y vida (U.S. Participante A 259-267, Participante B 167-178, Participante C 332-343); (U.S. Participante A 229-237, Participante B 155-161, Participante C 332-343).

Encontrar sentido de vida es generador de cambio, es sinónimo de proyección y de libertad con responsabilidad, en las tres participantes los sueños son la herramienta que les permite verse a sí mismas de manera diferente en un futuro lleno de potencialidades, en el que pueden dejar huella a nivel profesional, académico y familiar, las tres quieren viajar, ser independientes y ahora que son sobrevivientes del cáncer, creen más en sí mismas (U.S. Participante A 411-416, Participante B 337-339, Participante C 589-598).

No obstante, para las tres participantes de la investigación, compartir su testimonio en la entrevista realizada les permite donarse, entregando un poco de su vivencia para poder ver más

allá de sí mismas, de sus temores y sus prejuicios (U.S. Participante A 400, Participante B 315, Participante C 566-567).

El hecho de dirigirse con intencionalidad y con amor hacia sus seres queridos expresando un poco de afecto y desnudando sus emociones y sentimientos, hace visible el dolor que los familiares también estaban sintiendo, por lo tanto cada una sale de sí para dejarse tocar e ir realizando sentido, dando un poso de lo que ellas son y de los valores que las caracterizan como seres humanos únicos (U.S. Participante A 596-601, Participante B 465-468, Participante C 811-821).

Finalmente, es así como la entrega, es el resultado de una autotrascendencia visible y potencializada, de una espiritualidad bien expresada; en las tres participantes el cáncer de mama fue la invitación que ellas recibieron para vivir en bienestar, abrazando su causa y luchando por sus ideales, ganar la batalla a esta enfermedad les permite verse amorosamente y recibir del mundo amor, respeto y esperanza de vida.

## DISCUSIÓN

Para nuestras participantes sobrevivientes de cáncer de mama-seno, la enfermedad ha sido una experiencia significativa, enriquecedora y de aprendizaje, el proceso fue complejo y cada una vivió circunstancias diferentes durante el tratamiento médico-quirúrgico, sin embargo, a pesar de factores como: la edad, la familia, el trabajo, el estudio y en definitiva todo el afrontamiento de la enfermedad, identificamos aspectos relevantes a mencionar en relación a las cinco categorías de análisis: valores, sentido del sufrimiento, libertad, responsabilidad, recursos psicológicos y el alcance de los objetivos tras identificar estrategias de afrontamiento a favor del despliegue del sentido de vida.

A partir de saberse enfermas, las participantes A, B y C tuvieron que implementar en su cotidianidad cambios radicales, direccionados a la reestructuración de creencias, proyectos, sueños, planes a corto y mediano plazo y hábitos cotidianos. La transformación de sus estilos de vida, desde el diagnóstico del cáncer, no solo implicó la modificación de su proyecto de vida, sino también se vieron afectadas las relaciones consigo mismas y con sus seres queridos.

No obstante, durante el continuo proceso de cambio vivenciado a la par de los tratamientos médico-quirúrgicos, ellas logran descubrir un sentido de vida más amplio durante el sufrimiento experimentado, es decir que a través de las experiencias expuestas por cada una de las mujeres sobrevivientes, se sustentan de forma práctica o vivencial, las propuestas conceptuales de la logoterapia en cuanto a la posibilidad que tiene el hombre, de encontrar sentido en el dolor inevitable, dotando de intencionalidad aquello que no se puede modificar.

La vivencia de valores, el sentido del sufrimiento y el despliegue de las capacidades de autodistanciamiento y autotranscendencia, presentes en las participantes de la investigación, dan cuenta de la importancia del descubrimiento del sentido de vida en medio de enfermedades de alto impacto, como el cáncer de mama, reflejándose a través de sus procesos de afrontamiento, la

viabilidad de las propuestas logoterapéuticas en el trabajo psicoterapéutico con personas diagnosticadas con cáncer.

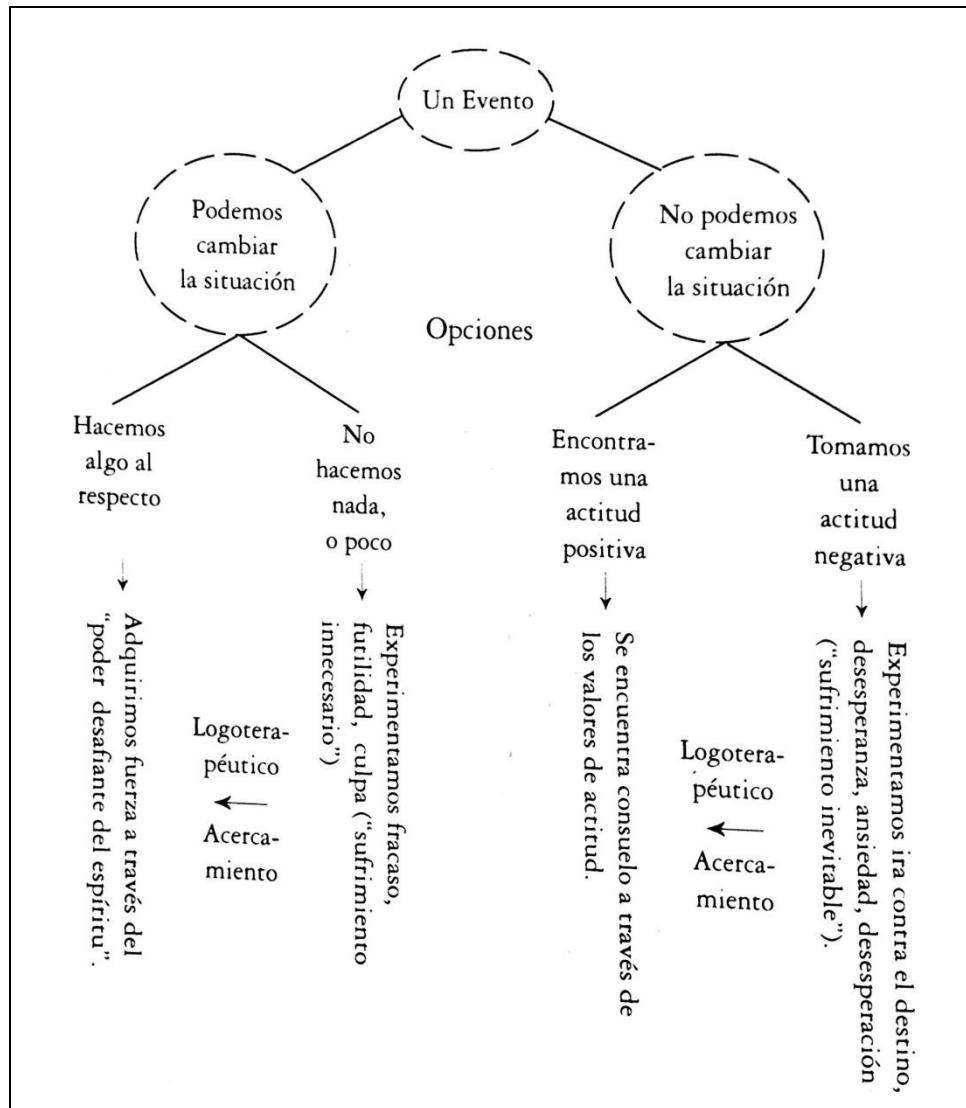
La logoterapia, desarrollada por Viktor Frankl, es un modelo terapéutico orientado a la resolución de conflictos (espirituales y existenciales), centrando sus esfuerzos en comprender la existencia humana al buscar sentido de vida, sin dejar de lado el sufrimiento y el dolor, porque en medio de circunstancias extremas, el ser humano logra encontrar razones válidas para vivir, que le dan la oportunidad de aprender y crecer como persona (Rodríguez & Gómez, 2013).

Para Lukas (2006), existe un acercamiento logoterapéutico ante el sufrimiento, que le permite a la persona elegir entre dos opciones:

- a. la primera es cambiar su situación actual
- b. la segunda es no cambiar su situación actual

Desde esta perspectiva las participantes de la investigación fueron confrontadas con un diagnóstico doloroso, inesperado, desalentador, confuso y limitante; el cáncer de seno era una realidad presente en el aquí y el ahora que no les dio la oportunidad de elegir, simplemente llegó a la vida de cada participante para clarificar los valores, la autoconciencia, la libertad, la responsabilidad y los recursos con que estaban asumiendo su presente (Lukas, 2006).

Es decir que el sentido de la vida tiene un significado especial para las participantes, cada una empieza a forjar su vida como un todo, en donde hay esperanza y aunque exista el sufrimiento y el dolor en medio de las cirugías, las reconstrucciones, las curaciones, los drenajes, la toma de medicamentos y los exámenes médicos, también hay oportunidades de elegir y moldear la actitud con la que se va a enfrentar este sufrimiento (véase figura 9).



**Figura 9.** Acercamiento logoterapéutico al sufrimiento.

**Fuente:** Lukas, E. (2006). También tu sufrimiento tiene sentido. Ediciones LAG.

Para Frankl, (1992), citado por, Velásquez, (2009), “el sentido potencial de la vida es incondicional: la vida tiene sentido, potencialmente, bajo todas las condiciones y en todas las circunstancias, aun las más adversas” (p.72), y es lo que se encontró en la investigación, el diagnóstico en las participantes A, B y C generó un aprendizaje positivo, significativo y consolador, por lo tanto viven un presente con más vitalidad, porque tienen claro que las



tribulaciones de la vida, aunque impactan física y emocionalmente permiten ser mejor persona cada día.

Cuando las participantes A, B y C, hablan de la relevancia que tuvo para ellas asumir una postura positiva y activa durante la enfermedad, hacen referencia a aquello que Acevedo (2005), menciona como la posibilidad de tomar “una actitud correspondiente a uno de los dos polos que presenta su enfermedad como enfermar humano: el polo de la pasividad, o sea el enfermo como sujeto pasivo que presenta una patología casi mecánica, o el polo de la creación, es decir, el enfermo como sujeto activo y creador de la respuesta que en él se observa” (p.92); es decir que a través de sus relatos, se verifica la posibilidad de elegir una postura propia y personal frente a una enfermedad, que en nuestro caso como el cáncer, carga con el apellido imaginario de muerte, construido socialmente.

En medio del dolor y el sufrimiento, Frankl nos habla de la posibilidad de conservar la libertad espiritual, asumiendo una postura independiente al padecimiento físico e incluso psíquico, producto de la manifestación del organismo psicofísico (Frankl, 2004). Esa libre elección en medio de circunstancias inevitables, permite al ser humano un íntimo encuentro consigo mismo, donde el vivir adopta un sentido más allá del permanecer vivo, se comienza un descubrimiento de un ser con la capacidad de autodistanciarse y autotranscender con una intencionalidad presente en su dimensión espiritual (Martínez, E, 2010).

En relación a la libertad, al ser interiorizada esa consciencia de la misma, en cada una de las participantes se da la oportunidad de dar respuestas a una enfermedad como el cáncer, donde el escenario no se puede cambiar, pero con el paso de los días, vemos cómo ellas logran transformar el medio a su favor, viéndose afectados positivamente, elementos como: sus habilidades personales, sus relaciones interpersonales y su proyecto de vida. El asumir una postura libre y responsable ante su realidad, implicó en ellas la vivencia de la angustia de tener cáncer de mama, esta angustia, como la señal de que les corresponde decidir ineludiblemente, es “el vértigo de ser libre” (Kierkegaard, 1984, citado por, Salomón, 2013).

Respecto a las participantes de la investigación, se encuentra como esa postura logoterapéutica de la libre elección y el ser que trasciende, toma sentido, en la medida en que ellas no solo asumen su enfermedad como un evento que les toca vivir, sino como aquella circunstancia de la vida a la que se enfrentan y de la que es posible el despliegue de nuevas formas de ver y vivir su propia vida.

En este orden de ideas, libertad y responsabilidad, son dos caras de una misma moneda, que en las participantes A, B y C, se percibe a través del cambio en la manera de verse en situación y en la identificación de sus fortalezas, debilidades y oportunidades, permitiéndoles de forma auténtica, renunciar a expectativas egocéntricas, para direccionar su vida con identidad y coherencia.

Por consiguiente, la descripción de su proceso, como un capítulo en el que lograron una resonancia afectiva y de valores a favor de la transformación del estilo de vida que vivían, y por ende de la forma en que concebían esa vida les permite dejarse tocar por el sentido, es decir que descubren una percepción diferente frente a quienes son, quienes quieren ser y todos aquellos elementos a su alrededor que impactan de alguna manera dichos cuestionamientos.

Con relación a los recursos psicológicos, cuando Frankl habla del autodistanciamiento, hace énfasis en esa capacidad en potencia que tiene el ser humano de distanciarse del mundo externo y además de la persona misma. Tal distancia definida como el antagonismo psicoético facultativo, que comprende a su vez el distanciarse de lo psicofísico, enriqueciendo su existencia a través de la autocomprensión, la autorregulación y la autoproyección (Frankl, 1999).

A lo largo de las entrevistas, en las tres participantes se referenciaban eventos concretos en los que ellas lograban hacer visible en diferentes proporciones, su capacidad de autodistanciamiento, como lo decía Frankl, frente a la posibilidad de distanciarse de lo psicofísico en acciones como: cambiar de trabajo, aplazar el semestre, disponer tiempo libre para el tratamiento y modificar las rutinas diarias de vida, ellas colocaron una barrera a los posibles

dolores, pensamientos y sentimientos que las limitaban en relación a la enfermedad, para continuar con su vida y asumir de la mejor forma posible los diferentes roles construidos a lo largo de su existencia en su estilo de vida.

Frente a la autotranscendencia, Frankl la definía como: la capacidad del hombre para direccionar su existencia hacia otros o algo diferente a sí mismo, descubriendo sentido en el encuentro profundo, producto del establecimiento de relaciones con otras personas (Frankl, 1999); para nuestro caso, las tres mujeres durante su proceso se encontraron no solo consigo mismas, sino con otros seres humanos que a la par vivieron el dolor, los múltiples cambios y los triunfos que ellas como pacientes y posterior a ello, como sobrevivientes afrontaron.

A través del análisis de las capacidades de diferenciación, afectación y entrega presentes en ellas, se percibió como cada participante desde sus experiencias personales logran la identificación de los otros amorosamente y del sentido mismo a través del mundo circundante; esta capacidad de encontrarse con él o lo otro y direccionar la intencionalidad hacia ello, se relaciona con la descripción que hace Acevedo (2005), del ser humano que en la captación de significados particulares presentes en la relación con las personas en diferentes contextos (predominancia familiar y social, en las tres participantes) trasciende y encuentra sentido.

Al realizar un análisis específico frente a la profundidad con que cada una vivencia la autotranscendencia a través de sus tres subcategorías, es relevante mencionar, como las participantes A y B presentaron una manifestación parcial de la afectación, en relación a la participante C, en el que hubo un mayor impacto, tal resultado en coherencia con lo que menciona Martínez, E. (2009), frente a la particularidad con que se presenta “la percepción emocional y mental de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro” (p.7); es decir, que aun siendo mujeres que tuvieron en común el padecimiento de un cáncer de seno, la vivencia de recursos psicológicos se presenta de forma particular y de acuerdo a la escala valorativa que cada una realiza de la existencia.

Dentro de este marco, y a la par de la manifestación de los recursos, aparecen los valores, como otros de los elementos relevantes, dentro del descubrimiento y la construcción de sentido durante la existencia.

Durante la búsqueda de respuestas hacia las preguntas de la vida, el ser humano se encuentra ante múltiples opciones de elección para responder a las mismas, por ende sus decisiones lo direccionaran hacia la realización de acciones, de acuerdo a una percepción afectiva y cognitiva particular (Acevedo, 2005), en tanto que la singularidad del ser humano, radica en la posibilidad de elegir de acuerdo a una escala personal de valores.

La escala personal de valores o jerarquía de los mismos, fue propuesta por Max Scheller en relación a la importancia de la realización en mayor o menor profundidad de valores sagrados, éticos, intelectuales, estéticos, vitales y sensibles; es evidente que en el proceso de afrontamiento que desarrollaron cada una de las participantes de la investigación, a través de actividades como: la lectura, la meditación, el ejercicio, el estudio y el trabajo, dan cuenta de la valoración subjetiva que hacen de su realidad y del como ellas eligen ciertos caminos para procurarse un mejor pronóstico de la enfermedad.

Es decir que el mundo de los valores, es interiorizado por las participantes A, B y C a partir de la construcción subjetiva que cada una realiza de la vida y la importancia de la misma, donde elementos como: la familia, la estabilidad económica, la realización profesional y la formación espiritual varían en importancia de una mujer a otra; en este sentido, la singularidad de sus elecciones, permiten la comprensión y asociación del concepto teórico propuesto por Scheller, en relación a una jerarquía valorativa, que moviliza a la persona a elegir de un modo u otro.

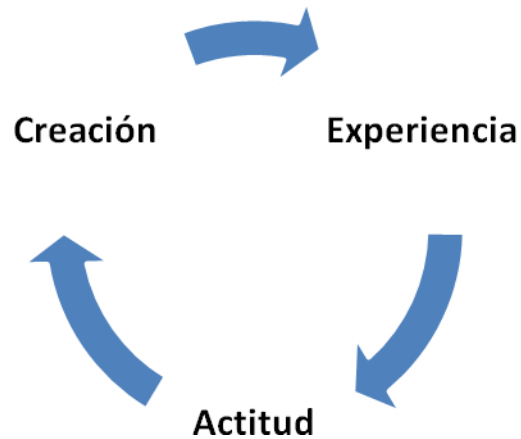
Aunque, la predominancia de despliegue de valores, difiere de una participante a otra, (la participante A, se enfoca en valores intelectuales, la participante B, lo hace en aquellos de tipo sensible y la participante C da prelación a los sagrados) todas desde sus elecciones particulares, se direccionan hacia la búsqueda del sentido y la proximidad con su ser trascendental, teniendo presente, que el cáncer represento para ellas el descubrimiento de un escala de valores más

amplia y la posibilidad de construir sentido a partir de las preferencias personales y la resonancia afectiva presente en el día a día.

Adicionalmente, el ser humano en la búsqueda del sentido de vida, se encuentra con “pistas” que le permiten una mayor resonancia del mismo, tales pistas, descritas por Frankl y retomadas por López & Rodríguez (2007), son los valores existenciales, clasificados como: valores de creación, experiencia (vivenciales) y actitud; a través de ellos, es posible considerar la vida con la posibilidad de recibir del mundo, dar al mundo y asumir una postura personal frente a situaciones ineludibles.

Frente a la propuesta de la vivencia de valores para realizar sentido de vida, encontramos que las participantes A, B y C, consecuentemente con lo descrito por los autores mencionados en el párrafo anterior, durante el diagnóstico, tratamiento y recuperación del cáncer, desarrollaron actividades como: Viajes, ejercicio, lecturas, reuniones familiares y oración, que les permitieron comprender la relevancia de asumir una actitud reflexiva, frente a la riqueza que existe en la posibilidad de permearse hacia y con el mundo, por medio del establecimiento de relaciones yotú como las definía Buber, que implican un encuentro sincero, continuo y de mutua entrega (Martínez, E, 2009).

Ahora bien, al realizar la triangulación de datos, frente a los valores existenciales, se encontró que existió un amplio despliegue de experiencia y actitud; no obstante, a través de actividades aparentemente sencillas realizadas por las participantes A, B y C en su cotidianidad, se reflejan en mayor o menor intensidad, la presencia de todos, visibilizando como la realización de estos valores no se da de forma piramidal sino de forma dinámica (véase figura 10).



**Figura 10.** Realización de los valores

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Además, en las participantes A, B y C, es importante mencionar como la vivencia de recursos psicológicos (autodistanciamiento y autotrascendencia) y valores (sensibles, vitales, estéticos, éticos, intelectuales, sagrados y existenciales) para descubrir e ir construyendo el sentido de la vida, les permitió asumir su existencia de una forma diferente, con mayor libertad, conciencia y responsabilidad, a la que antes habían desarrollado hasta el diagnóstico del cáncer.

El asumir cambios, retos y nuevas experiencias, donde existió una mayor sensibilización frente al valor de la vida, fue un aporte favorable para un mejor pronóstico, durante su tratamiento; es decir, que como lo menciona Acevedo (2005) “El hombre puede en cambio hallar un sentido para su sufrimiento (...), el hombre puede encontrar un sentido y autotrascenderse y esto permite su supervivencia física” (p.95).

Para la logoterapia, el ser humano siempre será algo más, que un ser que decide en libertad y con responsabilidad ante el sentido, en las tres participantes se presentó miedo y confusión ante lo desconocido, sin embargo este desconocimiento fue uno de los pilares para salir de sí mismas

y encontrarse con las estrategias y recursos a su alcance (que conocían y que no conocían), con el fin de darse una oportunidad de explorar entre sus potencialidades para motivarse a vivir su vida con intensidad y en bienestar.

Además, “toda persona es responsable de realizar, en la medida de sus capacidades, lo que le esta encomendado, de desarrollar sus potencialidades, de sacarle el mejor partido posible a su vida y de aprovechar su vida como si se tratase de una gran oportunidad” (Fabry, 1977, citado por, Noblejas, 1994, p. 90), en definitiva es lo que tres mujeres en medio de un pronóstico ineludible lograron hacer, porque el sentido que no se da, sino que ha de ser encontrado.

Finalmente, durante todo el proceso de investigación, se evidencio como las tres participantes de la misma, a través del proceso reflexivo e introspectivo que realizaron para visibilizar su experiencia y plasmarla durante la entrevista, lograron el reconocimiento de la vivencia durante su enfermedad de las diferentes manifestaciones del espíritu de las que habla Noblejas (1994), puesto que la libertad, la responsabilidad y la conciencia, ante su realidad y el proceso de “darse cuenta” de la misma, fueron los elementos (expresiones del espíritu) que les permitieron no solo el afrontamiento de su enfermedad , sino a su vez el encuentro de nuevos sentidos a la vida, respondiendo así, de manera vivencial a nuestra pregunta problema, en tanto que la vivencia de recursos y estrategias durante el tratamiento médico-quirúrgico, en definitiva, transformo su concepción de la vida y postura ante la misma, favoreciendo la realización de sentido, como una realidad a menudo expuesta por los diferentes autores logoterapeuticos trabajados durante este proceso investigativo.

## CONCLUSIONES

A continuación serán expuestas las conclusiones construidas tras el proceso investigativo para dar respuesta a la pregunta problema, cabe resaltar que el desarrollo de la investigación estuvo permeado por cinco categorías principales: valores, sentido del sufrimiento, libertad, responsabilidad y recursos noológicos, como referentes teóricos y empíricos que permitieron durante el análisis de resultados, el alcance de los objetivos propuestos.

La dimensión espiritual se instaura como algo propio e inherente en el ser humano, en la medida que se reconoce como el recurso principal y fundamental para descubrir el sentido de vida, en relación a las participantes A, B, y C, esta vivencia particular y subjetiva de su espiritualidad, propicio el fortalecimiento de sus habilidades, para el crecimiento personal durante y después de una enfermedad como el cáncer de seno.

Dentro de esta investigación, se encuentra que factores como: la edad, el contexto familiar, laboral y académico de las participantes A, B y C, fueron de relevancia en las forma de posicionarse ante su existencia, puesto que aun ante la vivencia de un mismo fenómeno, cada una de forma particular expresa a través de su relato el fortalecimiento de diferentes recursos y valores.

La realización de las capacidades de autodistanciamiento y autotrascendencia, presentes en las participantes de la investigación, dan cuenta de la importancia del descubrimiento del sentido de vida en medio de enfermedades de alto impacto, como el cáncer, reflejándose a través de sus procesos de afrontamiento, la interiorización de la importancia del establecimiento de rutinas de vida saludables, que garantizan un bienestar personal y la transformación de estilos de pensamiento y hábitos de vida.

Los recursos noológicos no se presenta de manera aislada, por el contrario se movilizan a la par en cada participante, evidenciándose una vivencia significativa de unos más que otros, sin



embargo el autodistanciamiento en las tres participantes A, B y C tuvo una mayor respuesta e inclinación para realizar el sentido de vida.

El autodistanciamiento en las participantes A, B y C, les permite un proceso reflexivo en torno a su postura de vida a partir del diagnóstico de cáncer de seno, es decir que el reconocimiento de sus potencialidades en medio de la enfermedad, las direcciona hacia una comprensión de sí mismas, de sus pensamientos, sus emociones y capacidades aun en medio del sufrimiento.

Del mismo modo, en las tres participantes de la investigación, la autotrascendencia les permite dirigirse hacia ese algo o alguien que es significativo y les posibilita desplegar sentido, evidenciándose a través de la diferenciación y la entrega, la capacidad que cada una tiene para reconocer y encontrarse con quienes las acompañaron durante su padecimiento del cáncer; adicionalmente, con el aprendizaje adquirido logran impactar otras vidas y generar promoción y prevención frente al cáncer de mama.

Es decir que, la toma de conciencia en torno a la capacidad de autodistanciarse del organismo psicofísico, permite a las participantes A, B y C, verse en situación de manera diferente, asumiendo con libertad y responsabilidad, los cambios pertinentes para la transformación de su realidad.

Ahora bien, la vivencia de valores existenciales, facilita el descubrimiento del sentido de vida durante el tratamiento, movilizándolo a cada una de las participantes a asumir cambios positivos en su estilo de vida y una postura proactiva frente a la existencia, que repercute en el desarrollo de un pronóstico favorable en relación al diagnóstico formulado para cada una de ellas.

En este orden de ideas, los valores de experiencia vivenciados por cada una de las participantes, favorecen el afrontamiento positivo de la enfermedad, por medio de actividades como: la lectura, el tiempo en familia, el compartir con amistades, el trabajo, el estudio y la

oración, de hecho, en su presente como sobrevivientes de cáncer de seno, los valores experienciales, son generadores de sentido y juegan un papel activo en su crecimiento personal y social.

El sufrimiento hace parte de la vida, algunas circunstancias no pueden ser cambiadas, tan solo asumidas desde la libertad y la responsabilidad, cada participante tuvo que comprender su papel protagónico en el presente que estaban viviendo, para poder cambiar su aquí y su ahora a través de valores de creación, experiencia y actitud, generadores de sentido de vida.

Durante el padecimiento de una enfermedad como el cáncer de mama es posible la realización de estrategias y recursos psicológicos de manera intencional, para enfrentar el sufrimiento ineludible pero moldeable a las circunstancias personales.

El cáncer de seno, es una enfermedad que genera temor e inseguridad, sin embargo cada participante, tras someterse a un tratamiento médico-quirúrgico, empiezan a tener una relación más amorosa consigo mismas, aceptando positivamente los cambios físicos que las cirugías, los drenajes y las reconstrucciones dejan en su cuerpo; la atribución de sentido al sufrimiento presente durante el tratamiento médico-quirúrgico para erradicar el cáncer de seno, consolida en las participantes A, B y C la transformación de sus rutinas diarias a favor de su calidad de vida y bienestar.

Finalmente, el descubrimiento y fortalecimiento de recursos y valores durante el proceso vivenciado por las mujeres sobrevivientes de la investigación, visibiliza la relevancia de estos elementos en la atribución de sentido a situaciones que implican sufrimiento y confrontación existencial, favoreciendo dos procesos: la resignificación de las esferas de la existencia y la transformación de estilos de vida.

## RECOMENDACIONES

La comprensión del proceso vivenciado por las participantes durante la enfermedad, a través de nuestra mirada con investigadoras nos permitió tres procesos: primero, la identificación de los valores y recursos personales fortalecidos de forma singular en ellas; segundo, el abordaje de fenómenos imperantes en la sociedad actual, desde la psicología y tercero, identificar las necesidades de la población oncológica en relación a las intervenciones psicoterapéuticas.

Es decir que el contrastar los resultados obtenidos, se logra identificar que las vivencias de las participantes y el aprendizaje adquirido durante el tratamiento, nos permite como profesionales además de un ejercicio investigativo para la formación académica, comprender los aportes que pacientes oncológicos hacen a la Psicología en las diferentes áreas en las que el ser humano se encuentra inmerso; visibilizando la importancia de que el equipo de Psicooncología de clínicas y hospitales realice un acompañamiento no asistencial, sino existencial, centrado en la comprensión del hombre más allá del concepto biomédico.

Ahora bien, para futuras investigaciones sería importante realizar procesos direccionados en potencializar el sentido de vida y la interiorización de recursos y valores haciendo uso de herramientas logoterapéuticas que favorezcan el crecimiento personal del paciente y su familia.

*“Todas las penurias que se sufren en la vida, todas las tribulaciones y pesadillas, todas las cosas que podríamos considerar castigos de Dios, son en realidad regalos. Son la oportunidad para crecer, que es la única finalidad de la vida”*

*Elizabeth Kubler Rose*

## REFERENCIAS

- Acevedo, G. (2005). El modo humano de enfermar. Desde la perspectiva de la logoterapia de Viktor Frankl. Cuarta edición. Buenos Aires, Argentina.
- Acevedo, G. & Battafarano, M. (2008). Conciencia & Resiliencia. Printed in Argentina.
- Álvarez, J. & Jurgenson, G. (2003). Como hacer investigación cualitativa fundamentos y metodología. Paidós Educador. Recuperado de: <https://mayestra.files.wordpress.com/2013/03/bibliograf3ada-de-referencia-investigacic3b3n-cualitativa-juan-luis-alvarez-gayou-jurgenson.pdf>.
- American Cáncer Society. (2014) ¿Cómo se determina la etapa del cáncer de seno? Recuperado de: <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/guiadetallada/cancer-de-seno-inicial-clasificacion> y <http://www.cancer.org/acs/groups/cid/documents/webcontent/002284-pdf.pdf>.
- Angarita, F. & Acuña, S. (2008). Cáncer de seno: De la epidemiología al tratamiento. Univ. Méd. Bogotá (Colombia). 49. (3). Pp. 344-372. Recuperado de: <http://med.javeriana.edu.co/publi/vniversitas/serial/v49n3/4.%20Cancer.pdf>.
- Así vamos en salud. (2012). Análisis - Tasa de mortalidad por cáncer de seno. Recuperado de: <http://www.asivamosensalud.org/inidicadores/estado-de-salud/grafica.ver/43>.
- American Society Clinical Oncology. (2012). Sobrevivencia al cáncer: Próximos pasos para los pacientes y sus familias. Recuperado de: [http://www.ttuhsc.edu/wtcsn/documents/cancer\\_survivorship\\_esp.pdf](http://www.ttuhsc.edu/wtcsn/documents/cancer_survivorship_esp.pdf).

- Betancourt, L. (2010). Factores de riesgo conocidos para cáncer de mama, pacientes con cáncer patología benigna no patología. *Rev. Venez. Oncol.* 22. (1). Pp. 16-31. Recuperado de: <http://www.scielo.org.ve/pdf/rvo/v22n1/art03.pdf>.
- Barata, T. et al, (2012). Prevención del cáncer. Europa contra el cáncer (cap.7). En Lloret & Lara, (Ed.). *Principios generales del cáncer*. Pp. 109-121. Aran ediciones S.L. España.
- Bautista, R. et al, (2012). Diagnóstico de extensión en oncología. (cap.11). En Lloret & Lara, (Ed.). *Principios generales del cáncer*. Pp. 161-173. Aran ediciones S.L. España.
- Bayo, J. et al, (2007). *Cáncer de mama. Cuestiones más frecuentes*. Grupo editorial entheos.
- Bolio, A. (2012). Husserl y la fenomenología trascendental: Perspectivas del sujeto en las ciencias del siglo XX. *Reencuentro*, núm. 65, Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco Distrito Federal, México. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/340/34024824004.pdf>.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*. 21. (1). Pp. 7-43. Recuperado de: <http://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>.
- Biffi1, G. & Mamede, V. (2010). Percepción del funcionamiento familiar entre familiares de mujeres sobrevivientes de cáncer de mama: diferencias de género. Recuperado de: [http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n2/es\\_19.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n2/es_19.pdf).
- Buber, M. (1998). *Yo y Tú*. Caparrós Editores. Madrid.
- Camargo, M. Wiesner, C. Díaz, M. & Tovar, S. (2004). *EL CANCER. Aspectos básicos sobre su biología, clínica, prevención, diagnóstico y tratamiento*. Ministerio de la protección social. Instituto nacional de cancerología E.S.E. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/123089284/El-cancer-Aspectos-basicos-sobre-su-biologia-clinica-prevencion-diagnostico-y-tratamiento#scribd>.

- Castro, A. & García, G. (2008). *Psicología Clínica Fundamentos existenciales*. Bogotá: Ediciones Uninorte.
- Cabrera, A. & Ferraz, R. (2010). Impacto del cáncer en la dinámica familiar. *Revista Biomedicina | Medicina Familiar y Comunitaria*. 6. (1). Pp. 42.48. Recuperado de: [http://www.um.edu.uy/docs/biomedicina\\_marzo2011/impacto\\_del\\_cancer\\_en\\_la\\_dinamica\\_familiar.pdf](http://www.um.edu.uy/docs/biomedicina_marzo2011/impacto_del_cancer_en_la_dinamica_familiar.pdf).
- Coll, G. (2014). "Me quedare con lo positivo": análisis de blog de mujeres con cáncer de mama. *Aloma*. 32 (1). Recuperado de: [https://www.google.com.co/search?q=Coll%2C+G.+\(2014\).+%E2%80%9CMe+quedare+con+lo+positivo%E2%80%9D%3A+an%C3%A1lisis+de+blog+de+mujeres+con+c%C3%A1ncer+de+mama&oq=Coll%2C+G.+\(2014\).+%E2%80%9CMe+quedare+con+lo+positivo%E2%80%9D%3A+an%C3%A1lisis+de+blog+de+mujeres+con+c%C3%A1ncer+de+mama&aqs=chrome..69i57.1483j0j7&sourceid=chrome&es\\_sm=122&ie=UTF-8](https://www.google.com.co/search?q=Coll%2C+G.+(2014).+%E2%80%9CMe+quedare+con+lo+positivo%E2%80%9D%3A+an%C3%A1lisis+de+blog+de+mujeres+con+c%C3%A1ncer+de+mama&oq=Coll%2C+G.+(2014).+%E2%80%9CMe+quedare+con+lo+positivo%E2%80%9D%3A+an%C3%A1lisis+de+blog+de+mujeres+con+c%C3%A1ncer+de+mama&aqs=chrome..69i57.1483j0j7&sourceid=chrome&es_sm=122&ie=UTF-8).
- Choliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Departamento de Psicología Básica. Universidad de Valencia. Recuperado de: [www.uv.es/=choliz](http://www.uv.es/=choliz).
- Díaz, G. & Ortiz, R. (2005). *La entrevista cualitativa*. Universidad de Mesoamérica. Cultura de investigación universitaria. Recuperado de: <http://www.geiuma-oax.net/cursos/entrevistacualitativa.pdf>.
- El país. (2015). Colombia sigue dándole la batalla al cáncer. Recuperado de: <http://www.elpais.com.co/elpais/cali/noticias/colombia-sigue-dandole-batalla-cancer>.
- Fabry, J. (1977). *La búsqueda de significado. La logoterapia aplicada a la vida*. Fondo de cultura económica. México.
- Fernández, A. (2004). Alteraciones psicológicas asociadas a los cambios en la apariencia física en pacientes oncológicos. *Psicooncología*. 1. (2-3). Pp. 169.180. Recuperado de: <http://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/viewFile/PSIC0404120169A/16214>.

- Figueroa, G. (2008). La psicología fenomenológica de Husserl y la psicopatología. *Revista chilena de neuro - psiquiatría*, 46. (3). Santiago. Recuperado de: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272008000300008&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-92272008000300008&script=sci_arttext).
- Fizzotti, E. (1977). *De Freud a Frankl. Interrogantes sobre el vacío existencial*. Pamplona. EUNSA.
- Frankl, V. (1955). Logos y existencia en psicoterapia. *Revista de psiquiatría y psicología medica de Europa y América Latina*. (2). Pp. 153.162.
- Frankl, V. (1979). *El hombre en búsqueda de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1984). *The Unheard Cry for Meaning: Psychotherapy and Humanism*. New York: Washington Square Press.
- Frankl, V. (1988). *La voluntad de Sentido. Conferencias escogidas sobre logoterapia*. Editorial Herder, Barcelona.
- Frankl, V. (1990). *Logoterapia y análisis existencial (Textos de cinco décadas)*. Editorial Herder, Barcelona.
- Frankl, V. (1991). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1994). *El hombre doliente*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (1994). *La voluntad de sentido*. Barcelona. Herder.
- Frankl, V. (1994). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona, España: Herder.
- Frankl, V. (1997). *Lo que no está escrito en mis libros - Memorias*. San Pablo, Buenos Aires.

Frankl, V. (1999). La idea psicológica del hombre. Madrid. Ed. Rialp.

Frankl, V. (2001). Psicoterapia y existencialismo. Barcelona. Ed. Herder.

Frankl, V. (2004). El hombre en busca de sentido. Herder.

Frankl, V. (2007). Fundamentos y aplicaciones de la logoterapia. Editorial San Pablo. Buenos Aires.

Freire, J. (2002). El humanismo de la logoterapia de Viktor Frankl. Pamplona. EUNSA.

Fernández, C & Flores, A. (2011). Intervención Psicológica en Personas con Cáncer. Rev. Clínica Contemporánea. 2. (2). Pp. 187-207. Recuperado: <http://www.copmadrid.org/webcopm/publicaciones/clinicacontemporanea/cc2011v2n2a6.pdf>.

Fuentes, S & Blasco, T. (2012). Factores predictores de la adaptación a la enfermedad en pacientes recién diagnosticadas de cáncer de mama que acuden a un servicio de Psicooncología. Rev. Anales de psicología. 28. (3). Pp. 736-742. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/167/16723774011.pdf>.

García, J & Gallego, J. (2009). Adversidad, Sentido y Resiliencia Logoterapia y afrontamiento en situaciones límite. Colección: Las ideas y la vida. Editorial Edicep.

Galvis, M & Pérez, B. (2011). Perspectiva espiritual de una mujer con cáncer. Aquichan. Universidad de la Sabana Colombia. 11 (3). Recuperado de: <http://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/rt/printerFriendly/2016/html>.

Goleman, D. (2005). La inteligencia emocional. Por qué es más que el coeficiente intelectual. Buenos Aires: Javier Vergara. Editor.



- Goss, et al. (2013). La planificación del control del cáncer en América Latina y el Caribe. *The Lancet Oncology Comision*. Vol. (14). Recuperado de: <http://www.thelancet.com/pb/assets/raw/Lancet/stories/commissions/tlo-commission-comment-spanish.pdf>.
- Gómez, M. (2014). Las vivencias de las madres de infantes nacidos prematuramente. Instituto de Investigaciones en Psicoanálisis Aplicadas a las Ciencias Sociales. Universidad Argentina John F. Kennedy. Recuperado de: <http://borromeo.kennedy.edu.ar/Articulos/Gomezvivenciamadres.pdf.pdf>.
- Guttman, D. (1998). *Logoterapia para profesionales. Trabajo social significativo*. Editorial Desclee de Brouwer S.A. Bilbao.
- Henaó, M. (2012). Del surgimiento de la psicología humanística a la psicología humanista-existencial de hoy. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4 (1). Pp. 83-100  
Recuperado de: <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/951/873>.
- Imbernón, C. T. & Valdecasas, J. G. (2009). *Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos y metodológicos*. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/10.pdf>.
- Jaspers, K. (1958). *The future of mankind*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Jaspers, K. (1958). *Filosofía*. Vol. 2. (Vela, F. Trad.). Madrid: Revista de occidente.
- Kockelmans, J. (1975). Gurwitsch's Phenomenological Theory of Natural Science. *Research in Phenomenology* 5. (1). Pp. 29-35. Recuperado de: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02604027.1967.9971607>.
- Längle, A. (1995). *Logoterapia y análisis existencial una determinación conceptual de su lugar*. *Existenzanalyse*. 12. (1). Recuperado de: <http://www.xn--inglegra.info/downloads/LT%20y%20AE%20-%20denominaci%F3n%201995.pdf>.

- León, E. (2009). El giro hermenéutico de la fenomenológica en Martín Heidegger. *Revista latinoamericana Polis*. 22. Recuperado de: <http://polis.revues.org/2690>.
- Lendechy, C. (2004). Cáncer de mama. Xalapa-enriquez, Ver. Recuperado de: <http://cdigital.uv.mx/bitstream/123456789/35599/1/lendechyacosta.pdf>.
- López, J. & Rodríguez, M. (2007). La posibilidad de encontrar sentido en el cuidado de un ser querido con cáncer. *Psicooncología*. 4. (1). Pp. 111-120. Recuperado de: [http://www.academia.edu/3498631/LA\\_POSIBILIDAD\\_DE\\_ENCONTRAR\\_SENTIDO\\_EN\\_EL\\_CUIDADO\\_DE\\_UN\\_SER\\_QUERIDO\\_CON\\_C%C3%81NCER](http://www.academia.edu/3498631/LA_POSIBILIDAD_DE_ENCONTRAR_SENTIDO_EN_EL_CUIDADO_DE_UN_SER_QUERIDO_CON_C%C3%81NCER).
- López, W. (2013). El estudio de casos: una vertiente para la investigación educativa *Educere*. 17 (56). pp. 139-144. Universidad de los Andes. Mérida. Venezuela. Recuperado de: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/38119/1/articulo15.pdf>.
- Lloret, M. & Lara, P. (2012). Principios generales del cáncer. Aran ediciones S.L. España.
- Lukas, E. (2004). Equilibrio y curación a través de la logoterapia. Ediciones Paidós Ibérica, Barcelona, Buenos Aires y México.
- Lukas, E. (2006). También tu sufrimiento tiene sentido. Ediciones LAG.
- Luna, J. (2011). Logoterapia. Un enfoque Humanista existencial fenomenológico. Austria.
- Martínez, M. (2002). Hermenéutica y análisis del discurso como método de investigación social. *Rev. Paradigma*. XXIII (1). Pp. 9-30. Recuperado de: <http://prof.usb.ve/miguelm/hermenyanalisisdisc.html>.
- Martínez, M. Méndez, C. & Ballesteros, B. (2004). Características espirituales y religiosas de pacientes con cáncer que asisten al centro javeriano de oncología. *Univ. Psychol. Bogotá. Colombia*. 3 (2). Pp. 231-246. Recuperado de:

[http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V3N209caracteristicas\\_espirituales.pdf](http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V3N209caracteristicas_espirituales.pdf).

Martínez, E. (2005). Psicoterapia y sentido de vida psicología clínica de orientación logoterapéutica. Ediciones colectivo Aquí y Ahora. Bogotá. Colombia.

Martínez, E. (2009). Manual de trabajo: buscando el sentido de la vida. Ediciones aquí y ahora.

Martínez, E. (2010). Manual de la escala de recursos noológicos.

Martínez, E. Díaz, J. & Jaimes, J. (2010). Validación de la Prueba "Escala de Recursos Noológicos Aquí y Ahora" Para Personas Mayores de 15 Años. Revista Argentina de Clínica Psicológica. 19. (3). Pp. 57-272. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921798007>.

Martínez, M. (2007). La Psicología Humanista como Nuevo Paradigma Psicológico. Revista Humanistas. I (1). Pp. 13-37. Recuperado de: <http://prof.usb.ve/miguelm/lapsicologiahumanistacomonuevoparadpsic.html>.

Martínez, M. (2010). Epistemología de las Ciencias Humanas en el Contexto Iberoamericano. Revista Paradigma. XXX. (1). Pp. 7-32. Recuperado de: <http://prof.usb.ve/miguelm/Epistem%20Cs%20Hs%20en%20el%20contexto%20iberoam.html>.

Martínez, E. Trujillo, A. Díaz, J. & Jaimes, O. (2011). Desarrollo y estructura de la escala dimensional del sentido de vida. Acta colombiana de Psicología. 14. (2). Pp. 113-119. Recuperado de: [http://portalweb.ucatolica.edu.co/easyWeb2/files/23\\_7753\\_v14n2-art10.pdf](http://portalweb.ucatolica.edu.co/easyWeb2/files/23_7753_v14n2-art10.pdf).

Martínez, E. (2012). La logoterapia de Viktor Frankl como psicoterapia contemporánea. Revista peruana de logoterapia clínica y enfoques a fines. 001. Recuperado de:

<http://www.logoterapiahoj.com/01%20OCTUBRE%202012/ART%20C3%8DCULO%20001.%202009.%20EFR%20C3%89N%20MART%20C3%8DNEZ.%20APAEL.pdf>.

Martínez, A. et al, (2014). Impacto psicológico del cáncer de mama y la mastectomía. Rev. Gaceta Mexicana de Oncología. 1. (13). Pp. 53-58. Recuperado de: [http://apps.elsevier.es/watermark/ctl\\_servlet?\\_f=10&pident\\_articulo=90327879&pident\\_usuario=0&pcontactid=&pident\\_revista=305&ty=36&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=305v13n01a90327879pdf001.pdf](http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=90327879&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=305&ty=36&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=305v13n01a90327879pdf001.pdf)

Martorell, J. L. & Prieto, J. L. (2008). Fundamentos de Psicología, Ed. C. A. Ramón Areces, Madrid. Recuperado de: [https://extension.uned.es/archivos\\_publicos/webex\\_actividades/4486/humanista1.pdf](https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4486/humanista1.pdf).

Mateos, M. (2001). Meta cognición y educación. B. Aires. Ed. AIQUE.

Méndez, G. (2009). La fenomenología- hermenéutica una metodología integrada para el abordaje de lo real. Revista gerencia de la investigación. 1. (1). Caracas. Recuperado de: [https://www.google.com.co/?gfe\\_rd=cr&ei=GqUmVYSvJYSw8wekz4GwDw#q=++M%C3%A9ndez%20G.+%282009%29.+La+fenomenolog%C3%ADa+hermen%C3%A9utica+una+metodolog%C3%ADa+integrada+para+el+abordaje+de+lo+real.+Revista+gerencia+de+la+investigaci%C3%B3n.+](https://www.google.com.co/?gfe_rd=cr&ei=GqUmVYSvJYSw8wekz4GwDw#q=++M%C3%A9ndez%20G.+%282009%29.+La+fenomenolog%C3%ADa+hermen%C3%A9utica+una+metodolog%C3%ADa+integrada+para+el+abordaje+de+lo+real.+Revista+gerencia+de+la+investigaci%C3%B3n.+)

Meersohn, C. (2005). “Introducción a Teun Van Dijk: Análisis de Discurso”. Revista de epistemología de ciencias sociales. 24. Pp. 288-302. Recuperado de: <http://www.revistas.uchile.cl/index.php/CDM/article/viewFile/26075/27380>.

Milano, J. (2011). Counseling logoterapéutico como orientación espiritual para la salud. Lumen. México.

MinSalud. (2014). MinSalud establece reporte para registrar información de pacientes con cáncer. Recuperado de: <http://www.minsalud.gov.co/Paginas/MinSalud-establece-reporte-para-registrar-informaci%C3%B3n-de-pacientes-con-c%C3%A1ncer.aspx>.

MinSalud. (2014).Cáncer de mama, una enfermedad en ascenso en Colombia. Recuperado de:  
<http://www.minsalud.gov.co/Paginas/-Cancer-de-mama,-una-enfermedad-en-ascenso-en-Colombia.aspx>.

Molla, M. (2002). La logoterapia, descubriendo el sentido de la vida: una visión existencial. Conferencia episcopal peruana. Perú. Recuperado de:  
[http://egocreanetperu.com/paper\\_logo.pdf](http://egocreanetperu.com/paper_logo.pdf).

Nobles, D. & Brunal, B. (2009). Una mirada al impacto, reacciones emocionales y estilos de afrontamiento de los pacientes con cáncer. *Pensando Psicología*. 5 (8). Recuperado de:  
[http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id\\_articulo=72123&id\\_seccion=4327&id\\_ejemplar=7209&id\\_revista=274](http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=72123&id_seccion=4327&id_ejemplar=7209&id_revista=274).

Noblejas, A. (1994). Logoterapia, fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación de “logro interior del sentido”. Universidad complutense de Madrid. Recuperado de:  
[http://www.researchgate.net/publication/39132637\\_Logoterapia\\_fundamentos\\_principios\\_y\\_aplicacin\\_\\_una\\_experiencia\\_de\\_evaluacin\\_del\\_Logro\\_Interior\\_del\\_Sentido](http://www.researchgate.net/publication/39132637_Logoterapia_fundamentos_principios_y_aplicacin__una_experiencia_de_evaluacin_del_Logro_Interior_del_Sentido).

Nuevalos, C. (2011). La conducta antisocial desde una psicopedagogía positiva (una aproximación desde la logoterapia y la resiliencia). *Revista Fuentes*. 11. Pp. 161-174. Recuperado de: [http://institucional.us.es/revistas/fuente/11/art\\_8.pdf](http://institucional.us.es/revistas/fuente/11/art_8.pdf).

Organización mundial de la salud. (2014). 10 datos sobre el cáncer. Recuperado de:  
<http://www.who.int/features/factfiles/cancer/facts/es/>.

Organización mundial de la salud. (2015). Cáncer. Recuperado de:  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs297/es>.

- Ortega, M. (2005). El impacto de la enfermedad en la familia. Tema de reflexión. Departamento de medicina familiar. Facultad de medicina. (UNAM). Recuperado de: <http://www.ejournal.unam.mx/rfm/no47-6/RFM47606.pdf>.
- Pinedo, I. (2014). Apropiación del sufrimiento y búsqueda del sentido. Revista tesis psicológica: Revista de la facultad de psicología. 9. (1). Pp. 36-49. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4801752>.
- Parra, C. García, L. & Insuasty, J. (2011). Experiencias de vida de mujeres con cáncer de mama en quimioterapia. Rev. Colombiana. Psiquiatría. 40. (1). Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v40n1/v40n1a07>.
- Ramírez, C. & Suarez G. (2008). Comprensión desde la logoterapia de experiencias de sufrimiento necesario y su aporte al sentido de vida. Recuperado de: <http://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/2153?locale-attribute=en>.
- Restrepo, A. (2004). Viktor Emil Frankl y la teoría logoterapéutica. Reencuentro con la humanidad del hombre. Universidad Pontificia Bolivariana. Medellín, Colombia.
- Rodríguez, Y. & Gómez, J. (2013). Logoterapia: alternativa terapéutica para potenciar el sentido de la vida en pacientes con cáncer en estado terminal. Santiago. (130). Recuperado de: <http://ojs.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/view/145130113/2856>.
- Rodríguez, G. Gil, J. & García, E. (1999). Metodología de la investigación cualitativa. Ediciones Aljibe, SL. Archidona (Malaga).
- Rogers, C. (1991). El proceso de convertirse en persona. Paidós. México.
- Rojas, M. (2006). Estrategias de intervención psicológica en pacientes con cáncer de mama. Rev. Med. Clin. Condes. 17. (4). Pp. 194-197. Recuperado de: [http://apps.elsevier.es/watermark/ctl\\_servlet?\\_f=10&pident\\_articulo=90432086&pident\\_us](http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=90432086&pident_us)

uario=0&pcontactid=&pident\_revista=202&ty=104&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=202v17n04a90432086pdf001.pdf.

Salomón, A. (2013). La libertad desde una mirada humanista existencial. *Av. Psicol.* 21. (1). Recuperado de: [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2013/7\\_salomon.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2013/7_salomon.pdf).

Sassenfeld, A. & Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista universidad de chile.* XV. (1). Pp. 89-104. Recuperado de: [https://www.google.com.co/search?q=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+\(2006\).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&oq=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+\(2006\).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&aqs=chrome..69i57.934j0j9&sourceid=chrome&es\\_sm=122&ie=UTF-8](https://www.google.com.co/search?q=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+(2006).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&oq=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+(2006).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&aqs=chrome..69i57.934j0j9&sourceid=chrome&es_sm=122&ie=UTF-8).

Sevy, V. (2013). *Fundamentos filosóficos del humanismo de Viktor Frankl.* México D.F. Recuperado de: <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/015742/015742.pdf>.

Stake, R.E. (2007). *Investigación con estudio de casos.* Ediciones Morata.

Taylor, J. & Bogdan, R. (1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación: La búsqueda de significados.* Editorial Paidós Básica.

Van Manen, M. (1990). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy.* London, Ont.: Althouse Press. Albany, NY: SUNY Press.

Vasilachis, I. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa.* Gedisa editorial. Barcelona-España. Recuperado de: <http://postgradofadecs.uncoma.edu.ar/archivos/loaizatsf/Vasilachis%20investigacion%20cualitativa.pdf>.

- Vecco, R. (2009). ¿Qué es la logoterapia? Asociación Peruana de Análisis Existencial y Logoterapia (APAEL). Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/27786335/QUE-ES-LA-LOGOTERAPIA-ROBERTO-VECCO-APAEL#scribd>.
- Velásquez, L. (2007). Viktor Emil Frankl: el médico y el pensador de una vida con sentido. IATREIA. 20. (3). Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/iat/v20n3/v20n3a09>.
- Vinaccia, S. & Orozco, L. (2005). Aspectos psicosociales asociados con la calidad de vida de personas con enfermedades crónicas. Diversita. 1. (2). Bogotá. Recuperado de: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1794-99982005000200002&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1794-99982005000200002&script=sci_arttext).
- Vivas, et, al, (2007). Educar las emociones. Producciones editoriales C. A. Mérida-Venezuela. Recuperado de: [http://www.escoltesiguies.cat/files/u21417/libro\\_educar\\_emociones.pdf](http://www.escoltesiguies.cat/files/u21417/libro_educar_emociones.pdf).
- Vivar, C. (2010). Impacto psicosocial del cáncer de mama en la etapa de larga supervivencia: propuesta de un plan de cuidados integral para supervivientes. Departamento de Enfermería Comunitaria y Materno Infantil, Facultad de Enfermería, Universidad de Navarra. Recuperado de: [http://apps.elsevier.es/watermark/ctl\\_servlet?\\_f=10&pident\\_articulo=90132525&pident\\_usuario=0&pcontactid=&pident\\_revista=27&ty=135&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=27v44n05a90132525pdf001.pdf](http://apps.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=90132525&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=27&ty=135&accion=L&origen=zonadelectura&web=www.elsevier.es&lan=es&fichero=27v44n05a90132525pdf001.pdf).
- Velásquez, L. (2009), Logoterapia con personas que experimentan dolor, sufrimiento y pérdida del sentido de vida. CES Psicología. 2. (2). Pp. 95-105. Recuperado de: [http:// Dialnet-LogoterapiaConPersonasQueExperimentanDolorSufrimie-3180009%20\(1\).pdf](http:// Dialnet-LogoterapiaConPersonasQueExperimentanDolorSufrimie-3180009%20(1).pdf).
- Yáñez, A. (2010). Aparecer y mostrarse. Notas en torno a la "fenomenología" en Hegel y Heidegger. Revista de Filosofía De La Universidad del Norte. 1 (12). Recuperado de: [http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/eidos/article/viewArticle/138/html\\_146](http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/eidos/article/viewArticle/138/html_146).



Sassenfeld, A. & Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. Revista universidad de chile. XV. (1). Pp. 89-104. Recuperado de: [https://www.google.com.co/search?q=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+\(2006\).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&oq=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+\(2006\).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&aqs=chrome..69i57.934j0j9&sourceid=chrome&es\\_sm=122&ie=UTF-8](https://www.google.com.co/search?q=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+(2006).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&oq=Zassenfeld%2C+A.+%26+Moncada%2C+L.+(2006).+Fenomenolog%C3%ADa+y+psicoterapia+humanista-existencial&aqs=chrome..69i57.934j0j9&sourceid=chrome&es_sm=122&ie=UTF-8).

# ANEXOS

## CONSENTIMIENTO INFORMADO (FORMATO)

### FORMATO DE CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN CUALITATIVA

**Nombre de las investigadoras**

**Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Roció Beltrán Rodríguez**

**Fundación Universitaria Los Libertadores**

**Título del Proyecto**

**ESTRATEGIAS Y RECURSOS NOOLÓGICOS EN MUJERES**

**SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DE SENO**

*“Encontrando nuevos sentidos a la vida”*

Señor(a) \_\_\_\_\_ le estamos invitando a participar en un estudio de investigación cualitativo perteneciente al pregrado en Psicología de la Fundación Universidad Los Libertadores

Nosotras queremos que usted conozca lo siguiente:

- a. La participación en este estudio es absolutamente voluntaria.
- b. Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin tener que dar explicaciones.
- c. Los temas abordados serán analizados en la investigación; manteniéndose en absoluta reserva los datos personales de la persona entrevistada.
- d. Usted no hará un proceso de terapia y no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de investigación como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante.
- e. Se realizara una sesión de retroalimentación con cada participante, de acuerdo a los análisis y resultados obtenidos durante la investigación realizada

La investigación cualitativa, es un análisis del discurso, en el cual a usted le serán realizadas varias entrevistas donde esperamos que de la forma más auténtica y sincera posible nos cuente sobre su enfermedad y las vivencias particulares en torno a ella. Es importante que sepa que la información obtenida en las entrevistas será sometida a un proceso de análisis que nos permita comprender aquello a lo que apunta la investigación.

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Fundación Universitaria Los Libertadores como requisito para el grado de la carrera de Psicología y socializados a usted como participante del proceso.

---

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de investigación y de haber recibido de las señoritas: Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Rocío Beltrán Rodríguez; las explicaciones verbales sobre ella y satisfactorias respuestas a mis inquietudes, habiendo dispuesto para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que he resuelto participar. Además, expresamente autorizo a las investigadoras para utilizar la información codificada en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia de las señoritas Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Rocío Beltrán Rodríguez y dos testigos, en la ciudad de Bogotá el día \_\_\_\_\_ del mes de \_\_\_\_\_ del año 2015.

**NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL PARTICIPANTE**

Nombre: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

**NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DE LAS INVESTIGADORAS**

Nombre: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

**NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL TUTOR DE LA  
INVESTIGACIÓN**

Nombre: \_\_\_\_\_ Firma: \_\_\_\_\_

Cédula de ciudadanía: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

**DATOS DE LAS ESTUDIANTES**

<p><b>Nombre:</b> Diana Marcela Molano Niño <b>Teléfono:</b> 3214732283 <b>Dirección:</b> Cra. 68 C No.54 A 96 Sur <b>Correo:</b> MARCH_M_N@hotmail.com</p>	<p><b>Nombre:</b> Angélica María Galindo Colon <b>Teléfono:</b> 3134278751 <b>Dirección:</b> Carrera 98 A # 68-61 <b>Correo:</b> angelicamgcx@hotmail.com</p>
<p><b>Nombre:</b> Doralba Rocío Beltrán Rodríguez <b>Teléfono:</b> 3017598299 <b>Dirección:</b> Calle 58 K No. 79 B 12 SUR <b>Correo:</b> rocibeltran2538@hotmail.com</p>	

**DATOS DEL TUTOR**

<p><b>Nombre:</b> Julián Felipe Almario <b>Teléfono:</b> 3125024302 <b>Dirección:</b> Calle 150 N° 50-88 ap. 102 <b>Correo:</b> felipealmario@hotmail.com</p>
---

## CONSENTIMIENTO INFORMADO (PARTICIPANTE A: B.B)

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

FORMATO DE CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN  
CUALITATIVA DE ESTUDIO DE CASO MULTIPLE

**NOMBRE DE LAS INVESTIGADORAS:**

**Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Roció Beltrán Rodríguez  
Fundación Universitaria Los Libertadores**

**TITULO DEL PROYECTO**

**“DESPLIEGUE DE SENTIDO DE VIDA EN MUJERES SOBREVIVIENTES DE  
CANCER DE SENO”**

Señor(a) A.B.B.O. le  
estamos invitando a participar en un estudio de investigación cualitativo perteneciente al  
pregrado en Psicología de la Fundación Universidad Los Libertadores

Nosotras queremos que usted conozca lo siguiente:

- a. La participación en este estudio es absolutamente voluntaria.
- b. Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin tener que dar explicaciones
- c. Los temas abordados serán analizados en la investigación; manteniéndose en absoluta reserva los datos personales de la persona entrevistada.
- d. Usted no hará un proceso de terapia y no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de investigación como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante
- e. Se realizara una sesión de retroalimentación con cada participante, de acuerdo a los análisis y resultados obtenidos durante la investigación realizada

La investigación cualitativa es un estudio de caso múltiple, en el cual a usted le serán realizadas varias entrevistas donde esperamos que de la forma más auténtica y sincera posible nos cuente sobre su enfermedad y las vivencias particulares en torno a ella. Es importante que sepa que la información obtenida en las entrevistas será sometida a un proceso de análisis que nos permita comprender aquello a lo que apunta la investigación

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Fundación Universitaria Los Libertadores como requisito para el grado de la carrera de Psicología y socializados a usted como participante del proceso.

---

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de investigación y de haber recibido de las señoritas: Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Rocio Beltrán Rodríguez; las explicaciones verbales sobre ella y satisfactorias respuestas a mis inquietudes, habiendo dispuesto para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que he resuelto participar. Además, expresamente autorizo a las investigadoras para utilizar la información codificada en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia de las señoritas Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Rocio Beltrán Rodríguez y dos testigos, en la ciudad de Bogotá el día 18 del mes de Marzo del año 2015.

**NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL PARTICIPANTE:**

Nombre: A.B.B.O. Firma: B.B.  
Cédula de ciudadanía: 1032450366 de Bogotá



NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DE LAS  
INVESTIGADORAS

Nombre: Raúl Beltrán Rodríguez Firma: Raúl Beltrán R  
Cédula de ciudadanía: 1'03' 389.324 de Bta

Nombre: Angelica Maria Galindo Firma: Angelica M Galindo  
Cédula de ciudadanía: 1014 192072 de Bogotá

Nombre: DIANA MARCELA MOJANO PIÑO Firma: DANA MOJANO  
Cédula de ciudadanía: 1024 533.334 de BOGOTÁ

NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL TUTOR DE LA  
INVESTIGACIÓN

Nombre: Julian Felipe Almarino Firma: Julian Felipe Almarino  
Cédula de ciudadanía: 7997438 de Bogotá

**DATOS DE LAS ESTUDIANTES**

<p><b>Nombre:</b> Diana Marcela Molano Niño <b>Teléfono:</b> 3214732283 <b>Dirección:</b> Cra 68 C No. 54 A 96 Sur <b>Correo:</b> MARCH_M_N@hotmail.com</p>	<p><b>Nombre:</b> Angelica Maria Galindo Colon <b>Teléfono:</b> 3134278751 <b>Dirección:</b> Carrera 98 A # 68-61 <b>Correo:</b> angelicamgcx@hotmail.com</p>
<p><b>Nombre:</b> Doralba Rocío Beltrán Rodríguez <b>Teléfono:</b> 3017598299 <b>Dirección:</b> Calle 58 K No. 79 B 12 SUR <b>Correo:</b> rocibeltran2538@hotmail.com</p>	

**DATOS DEL TUTOR**

<p><b>Nombre:</b> Julian Felipe Almario <b>Teléfono:</b> 3125024302 <b>Dirección:</b> Cll 150 N° 50-88 ap. 102 <b>Correo:</b> felipealmario@hotmail.com</p>
---

## CONSENTIMIENTO INFORMADO (PARTICIPANTE B: C.B)

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

FORMATO DE CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN  
CUALITATIVA DE ESTUDIO DE CASO MULTIPLE

<p><b>Nombre de las investigadoras</b></p> <p><b>Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Roció Beltrán Rodríguez</b></p> <p><b>Fundación Universitaria Los Libertadores</b></p> <p><b>Título del Proyecto</b></p> <p><b>ESTRATEGIAS Y RECURSOS NOOLÓGICOS EN MUJERES SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DE SENO</b></p> <p><i>“Encontrando nuevos sentidos a la vida”</i></p>
--

Señor(a) C.B le estamos invitando a participar en un estudio de investigación cualitativo perteneciente al pregrado en Psicología de la Fundación Universidad Los Libertadores

Nosotras queremos que usted conozca lo siguiente:

- La participación en este estudio es absolutamente voluntaria.
- Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin tener que dar explicaciones.
- Los temas abordados serán analizados en la investigación; manteniéndose en absoluta reserva los datos personales de la persona entrevistada.
- Usted no hará un proceso de terapia y no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de investigación como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante.
- Se realizara una sesión de retroalimentación con cada participante, de acuerdo a los análisis y resultados obtenidos durante la investigación realizada

La investigación cualitativa es un estudio de caso múltiple, en el cual a usted le serán realizadas varias entrevistas donde esperamos que de la forma más auténtica y sincera posible nos cuente sobre su enfermedad y las vivencias particulares en torno a ella. Es importante que sepa que la información obtenida en las entrevistas será sometida a un proceso de análisis que nos permita comprender aquello a lo que apunta la investigación.

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Fundación Universitaria Los Libertadores como requisito para el grado de la carrera de Psicología y socializados a usted como participante del proceso.

---

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de investigación y de haber recibido de las señoritas: Diana Marcela Molano, Angélica Maria Galindo y Rocio Beltrán Rodríguez; las explicaciones verbales sobre ella y satisfactorias respuestas a mis inquietudes, habiendo dispuesto para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que he resuelto participar. Además, expresamente autorizo a las investigadoras para utilizar la información codificada en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia de las señoritas Diana Marcela Molano, Angélica Maria Galindo y Rocio Beltrán Rodríguez y dos testigos, en la ciudad de Bogotá el día 25 del mes de 03 del año 2015.

**NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL PARTICIPANTE:**

Nombre: C.B

Firma: Claudia Beltrán

Cédula de ciudadanía: 51.699.853

de Bogotá

NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DE LAS  
INVESTIGADORAS

Nombre: Rosa Beltrán Rodríguez Firma: Rosa Beltrán R  
Cédula de ciudadanía: 1'032.384.324 de Bta

Nombre: Angelica Maria Galindo Firma: Angelica M Galindo  
Cédula de ciudadanía: 1014192072 de Bogota

Nombre: DIANA MARCELA MOJANO PIÑO Firma: Diana Mojano  
Cédula de ciudadanía: 1024533334 de BOGOTA

NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL TUTOR DE LA  
INVESTIGACIÓN

Nombre: Julian Felipe Almarino Firma: Julian Felipe Almarino  
Cédula de ciudadanía: 7997438 de Bogota

**DATOS DE LAS ESTUDIANTES**

<p><b>Nombre:</b> Diana Marcela Molano Niño <b>Teléfono:</b> 3214732283 <b>Dirección:</b> Cra 68 C No 54 A 96 Sur <b>Correo:</b> MARCH_M_N@hotmail.com</p>	<p><b>Nombre:</b> Angelica Maria Galindo Colon <b>Teléfono:</b> 3134278751 <b>Dirección:</b> Carrera 98 A # 68-61 <b>Correo:</b> angelicamgcx@hotmail.com</p>
<p><b>Nombre:</b> Doralba Rocio Beltrán Rodríguez <b>Teléfono:</b> 3017598299 <b>Dirección:</b> Calle 58 K No. 79 B 12 SUR <b>Correo:</b> rocibeltran2538@hotmail.com</p>	

**DATOS DEL TUTOR**

<p><b>Nombre:</b> Julian Felipe Almario <b>Teléfono:</b> 3125024302 <b>Dirección:</b> Cll 150 N° 50-88 ap. 102 <b>Correo:</b> felipealmario@hotmail.com</p>
---

## CONSENTIMIENTO INFORMADO (PARTICIPANTE C: L.M)

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

FORMATO DE CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UNA INVESTIGACIÓN  
CUALITATIVA DE ESTUDIO DE CASO MULTIPLE

<p><b>Nombre de las investigadoras</b></p> <p>Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Roció Beltrán Rodríguez</p> <p><b>Fundación Universitaria Los Libertadores</b></p> <p><b>Título del Proyecto</b></p> <p>ESTRATEGIAS Y RECURSOS NOOLÓGICOS EN MUJERES SOBREVIVIENTES AL CÁNCER DE SENO <i>"Encontrando nuevos sentidos a la vida"</i></p>
---

Señor(a) J.M le  
estamos invitando a participar en un estudio de investigación cualitativo perteneciente al  
pregrado en Psicología de la Fundación Universidad Los Libertadores

Nosotras queremos que usted conozca lo siguiente:

- La participación en este estudio es absolutamente voluntaria.
  - Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento sin tener que dar explicaciones.
  - Los temas abordados serán analizados en la investigación; manteniéndose en absoluta reserva los datos personales de la persona entrevistada.
  - Usted no hará un proceso de terapia y no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de investigación como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante.
  - Se realizara una sesión de retroalimentación con cada participante, de acuerdo a los análisis y resultados obtenidos durante la investigación realizada.
-

La investigación cualitativa es un estudio de caso múltiple, en el cual a usted le serán realizadas varias entrevistas donde esperamos que de la forma más auténtica y sincera posible nos cuente sobre su enfermedad y las vivencias particulares en torno a ella. Es importante que sepa que la información obtenida en las entrevistas será sometida a un proceso de análisis que nos permita comprender aquello a lo que apunta la investigación.

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Fundación Universitaria Los Libertadores como requisito para el grado de la carrera de Psicología y socializados a usted como participante del proceso.

---

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de investigación y de haber recibido de las señoritas: Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Rocio Beltrán Rodríguez; las explicaciones verbales sobre ella y satisfactorias respuestas a mis inquietudes, habiendo dispuesto para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que he resuelto participar. Además, expresamente autorizo a las investigadoras para utilizar la información codificada en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia de las señoritas Diana Marcela Molano, Angélica María Galindo y Rocio Beltrán Rodríguez y dos testigos, en la ciudad de Bogotá el día 18 del mes de Febrero del año 2015.

**NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL PARTICIPANTE:**

Nombre: J.M

Firma: 

Cédula de ciudadanía: 41 752 972

de Bogotá



NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DE LAS  
INVESTIGADORAS

Nombre: Rosa Beltrán Rodríguez Firma: Rosa Beltrán R  
Cédula de ciudadanía: 1'03' 389.324 de Bta

Nombre: Angelica Maria Galindo Firma: Angelica M Galindo  
Cédula de ciudadanía: 1014 192072 de Bogota

Nombre: DIANA MARCELA MOJANO PIÑO Firma: DANA MOJANO  
Cédula de ciudadanía: 1024 533.334 de BOGOTA

NOMBRE, FIRMA Y DOCUMENTO DE IDENTIDAD DEL TUTOR DE LA  
INVESTIGACIÓN

Nombre: Julian Felipe Almarino Firma: Julian Felipe Almarino  
Cédula de ciudadanía: 79917438 de Bogota

## DATOS DE LAS ESTUDIANTES

<p><b>Nombre:</b> Diana Marcela Molano Niño</p> <p><b>Teléfono:</b> 3214732283</p> <p><b>Dirección:</b> Cra 68 C No 54 A 96 Sur</p> <p><b>Correo:</b> MARCH_M_N@hotmail.com</p>	<p><b>Nombre:</b> Angelica Maria Galindo Colon</p> <p><b>Teléfono:</b> 3134278751</p> <p><b>Dirección:</b> Carrera 98 A # 68-61</p> <p><b>Correo:</b> angelicamgcx@hotmail.com</p>
<p><b>Nombre:</b> Doralba Rocío Beltrán Rodríguez</p> <p><b>Teléfono:</b> 3017598299</p> <p><b>Dirección:</b> Calle 58 K No. 79 B 12 SUR</p> <p><b>Correo:</b> rocibeltran2538@hotmail.com</p>	

## DATOS DEL TUTOR

<p><b>Nombre:</b> Julian Felipe Almario</p> <p><b>Teléfono:</b> 3125024302</p> <p><b>Dirección:</b> Cll 150 N° 50-88 ap 102</p> <p><b>Correo:</b> felipealmario@hotmail.com</p>
---

## INSTRUMENTO

### Entrevista semiestructurada

**Los Valores (sensibles, vitales, estéticos, intelectuales, éticos, sagrados y experiencia, creación, actitud):**

1. ¿Qué actividades sientes que te generan placer durante tu vida cotidiana? (Sensibles)
2. ¿Qué emociones y sentimientos se movilizan en ti, frente a los cambios corporales que has experimentado a lo largo del proceso médico? (Vitales)
3. ¿Sientes que Dios te acompaña durante todo el proceso que vives en este momento? (Sagrados)
4. ¿Sientes que a pesar de todo encuentras una fuente de motivación que te acompaña durante todo el proceso que vives? (Alterna para la numero 3, según creencias) (Sagrados y vitales)
5. ¿A pesar del dolor físico, logras superarlo? - ¿Qué sientes cuando eso sucede? (Sagrados y vitales)
6. ¿Qué te hace falta para mostrar al mundo una mejor versión de ti? (Éticos, sagrados, intelectual)
7. ¿Qué aspectos en tu vida necesitan de atención o mayor cuidado, ahora que sabes que tienes cáncer? (Vitales, sensibles, sagrados)
8. ¿Qué haces para que los síntomas de la enfermedad no interfieran en tu trabajo y crecimiento personal? (Intelectuales)
9. ¿Hoy en día te preocupas por cosas como cuidar de tu apariencia física y mantener el orden en el espacio que habitas? (Estético)
10. ¿Realizas actividades que te permitan desarrollar tu intelecto como leer, ver documentales o aprender algo nuevo? (Intelectual)
11. ¿Crees que conocer el diagnóstico de tu enfermedad ha cambiado tu relación con Dios? – Opción B (si no es creyente) ¿Crees que conocer el diagnóstico de tu enfermedad ha hecho cambiar tu visión del mundo? (Sagrados, intelectual)
12. Actualmente, ¿Cómo es la relación que tienes contigo mismo? (Sagrados, sensibles, vitales, éticos)

13. ¿Crees que conocer el diagnóstico de tu enfermedad cambió tu concepción de la vida?  
(Sagrados)
14. ¿Te sientes motivado para vivir a pesar de tu enfermedad? (Sagrados y vitales)
15. ¿Cuáles son las actividades diarias más importantes para ti, que te permiten mejorar tu calidad de vida? (Vitales)
16. ¿Qué pensamientos se vienen a tu mente cuando hablas y/o escuchas acerca de tu salud física y emocional? (Vitales)
17. ¿Hablas con otras personas sobre tu enfermedad?, ¿Notas el impacto que genera en otros escucharte? (Éticos)
18. ¿Cuál es tu postura de vida en los momentos difíciles y/o dolorosos de tu enfermedad?  
(Actitud)
19. ¿A qué personas has podido ayudar a través de tu enfermedad? (Creación)
20. ¿Sientes que tu familia, seres queridos y/o entidades como hospitales o fundaciones estén cerca para ayudarte? - ¿Qué significa esto para ti? (Experiencia)

#### **Sentido del Sufrimiento:**

21. ¿Qué cambios ha generado el diagnóstico, en tu forma de concebir la vida?
22. ¿Ha cambiado en algún sentido, tu capacidad de disfrutar de la vida?
23. ¿Sientes que tener cáncer generó cambios oportunos en tu manera de enfrentar la vida?
24. ¿Cómo te gustaría ser recordado cuando no estés en este mundo?
25. ¿Cree usted que está preparado para morir?
26. ¿Si tuvieras la oportunidad de hacerlo, les dirías algo a la mayoría de personas que van por la vida, desperdiciando su tiempo y creyendo que nunca van a morir?

#### **Libertad y Responsabilidad:**

27. ¿Consideras que a pesar de tu enfermedad, tienes la libertad y la capacidad para realizar muchas cosas en tu vida? (Libertad)
28. ¿De qué forma puedes ejercer tu libertad en la actualidad? (Libertad)
29. ¿Qué aspectos de tu vida permanecen intactos aun en la enfermedad? (Responsabilidad)

30. ¿Tienes planes para los próximos días? ¿Cuales? (Libertad y responsabilidad)
31. ¿Te has propuesto desarrollar actividades en tu hogar? ¿Qué actividades? (Responsabilidad)
32. ¿Tienes sueños por cumplir? - ¿Qué sueños quieres cumplir en este tiempo? (Libertad y responsabilidad)
33. ¿De qué manera, los valores con los que has crecido han presentado cambios significativos, tras la enfermedad? (Libertad y responsabilidad)
34. ¿Ha cambiado la forma como te vez a ti mismo hoy en día? (Libertad)
35. ¿Cuáles son tus fortalezas en la actualidad? (Responsabilidad)
36. ¿Qué valores te definen hoy en día? (Libertad y responsabilidad)

**Recursos Noológicos: Autodistanciamiento (Autocomprensión, autorregulación y autoproyección) y Autotrascendencia (Diferenciación, afectación y entrega):**

37. ¿Cuáles momentos de tu infancia fueron más significativos para ti? (Autocomprensión)
38. ¿Qué momento vivido durante tu pasado, que pudieras realizar hoy, te gustaría repetir? (Autorregulación)
39. ¿Cuál es el momento más importante que has vivido en tu vida hasta hoy? (Entrega)
40. ¿Qué momentos significativos recuerdas haber vivido durante los últimos 5 años? (Autocomprensión)
41. ¿Qué recuerdos agradables conservas del último año vivido? (Autoproyección)
42. ¿Qué momentos significativos has tenido durante el último mes? (Autoproyección)
43. ¿Qué momentos importantes has vivido durante la última semana? (Autoprotección)
44. ¿El día de hoy que momentos importantes has tenido? (Autocomprensión)
45. ¿Cómo te vez en 6 meses? (Autoproyección)
46. ¿Has mantenido tus actividades laborales, académicas y personales hasta este momento? - ¿Cómo has hecho? (Autoproyección)
47. ¿Qué estrategias utilizas para manejar el dolor físico? (Autorregulación)
48. ¿Qué recursos utilizas para que tu enfermedad no te límite? (Autorregulación)
49. ¿Logras identificar lo que sientes y piensas? - ¿Cómo ha sido este proceso? (Autocomprensión)

50. ¿Has logrado descubrir sus potencialidades en medio de esta situación? - ¿Cómo lo has logrado? (Autocomprensión)
51. ¿Cómo te describirían tus familiares y amigos, en esta etapa de tu vida? (Diferenciación)
52. ¿Crees que otros se afectan por tu enfermedad?, ¿Qué moviliza en ti esto? (Afectación)
53. ¿Que sientes al ver a otras personas pasar por la misma experiencia de tu enfermedad? (Afectación)
54. ¿Conservas metas y proyectos personales y/o colectivos aún con la enfermedad? - ¿cuáles? (Entrega)
55. ¿Logras expresar el afecto a tus seres queridos? – ¿Qué efectos tiene esto en tus relaciones con ellos? (Entrega)
56. ¿Si pudieras ubicarte en el lugar de alguno de tus seres queridos, que pensarías y sentirías frente a tu condición? (Diferenciación)
57. ¿Consideras que puedes ayudar a otros en este momento? - ¿De qué forma? (Entrega)

## TRANSCRIPCIÓN DE LA ENTREVISTAS PARTICIPANTE A

### ENTREVISTA 1

**FECHA:** 18 de marzo de 2015

**HORA:** 10:00 am

#### **DATOS PERSONALES**

**NOMBRE:** B.B

**EDAD:** 22 años

**RELIGION:** Cree en Dios

**ESCOLARIDAD:** Profesional en Gastronomía

**VIVE CON:** Madre y hermanos

“Soy una persona muy fuerte, aunque esta enfermedad llega a mi vida a los 19 años cambiando mi forma de ver la vida, me permite crecer como persona y luchar por alcanzar todos mis sueños”

B.B es una mujer de 22 años de edad que vive con su madre y sus hermanos, sus padres se divorciaron en el 2014, aunque fue un hecho difícil de comprender la relación con cada integrante de su familia es más estrecha. Se enteró que tiene un carcinoma intraductal insitu (cáncer de mama), estadio II a los 19 años al realizarse el autoexamen de seno, para ese entonces B.B se encontraba estudiando gastronomía y su sueño era graduarse lo más pronto posible para aplicar a la convocatoria que realizan cada año para trabajar en cruceros, sin embargo esta enfermedad la lleva a someterse a varios cambios en su rutina diaria, aplazando varias veces el semestre y confrontándola con la búsqueda del sentido de vida.

Actualmente, B.B es profesional en Gastronomía, adora a sus familiares, le gusta leer e investigar, trabaja en el restaurante Mórvida, se encuentra en los trámites que la llevaran a Canadá a estudiar inglés, vivir es su prioridad pero sobre todo es una mujer sobreviviente de una enfermedad que cambio su vida positivamente.

## **ENTREVISTA 2**

**FECHA:** 20 de marzo de 2015

**HORA:** 10:00 am

**Entrevistado - En Negrita: B.B**

Investigador - Sin Negrita: Doralba Rocío Beltrán Rodríguez

1. Buenos días B.B, muchas gracias por recibirme en tu casa,
2. pero sobre todo por aceptar participar en esta investigación
3. **No con mucho gusto Rocío, el Dr. Bello me dijo que me llamarías**
4. **y espero que te pueda ayudar, se lo difícil que es acceder a esta población**
5. Bueno B.B, de verdad muchas gracias, por tu tiempo y colaboración
6. como ya tuvimos la oportunidad de conversar y hacer la presentación
7. del proyecto y pues ya conoces el tipo de investigación que estamos realizando,
8. has leído y firmado el consentimiento informado y
9. fueron explicados los objetivos, la metodología, el instrumento
10. y el tipo de preguntas que te voy a realizar
11. ¿quisiera saber si tienes alguna pregunta o aporte?
12. para que podamos aclarar tus dudas, antes de comenzar con la entrevista
13. **No, hasta hora he comprendido todo**
14. B.B, si durante la entrevista no se entiende alguna pregunta,
15. por favor me dices y hacemos la explicación correspondiente
16. **Ok Rocío**
17. Entonces vamos a comenzar, la primera pregunta que te voy a realizar es



18. ¿Qué actividades sientes que te generan placer durante tu vida cotidiana?
19. **Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer,**
20. **bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo**
21. ¿Qué otro tipo de actividades?
22. **Bueno, pues es que trabajo en las tardes hasta muy tarde de la noche,**
23. **entonces pues realmente no me queda así como más tiempo**
24. ¿Qué emociones y sentimientos se movilizaron en ti, frente a los cambios
25. corporales que experimentaste a lo largo del proceso medico?
26. **Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea**
27. **la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices,**
28. **el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo,**
29. **que es como un tubo ahí raro, es muy difícil,**
30. **pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar**
31. **que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo**
32. **y sus cicatrices por lo que representan**
33. ¿sientes que Dios te acompañó durante todo el proceso que viviste en ese momento?
34. **Si absolutamente**
35. ¿De qué manera?
36. **Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo**
37. **cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano**
38. **tal vez, es muy simbólico**
39. ¿sientes que a pesar de todo encontraste una fuente de
40. motivación que te acompañó durante todo el proceso que viviste?
41. **Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción**
42. **de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente**
43. **que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes**
44. **eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...**
45. **yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas,**
46. **bueno entonces tuve que pensar nuevamente**
47. **en lo que quería hacer y hacia donde quería ir**
48. ¿Qué fuentes de motivación fueron las que te acompañaron?

49. **Mi familia y mis amigos, ellos principalmente**
50. ¿a pesar del dolor físico, lograste superarlo?, y ¿de qué manera?
51. **Si, si, de echo yo después siempre después de las cirugías y todo esto,**
52. **mandan eee muchos, como se dice eeeee**
53. ¿Medicamentos?
54. **Si medicamentos, pero entonces yo casi no los tomaba,**
55. **porque casi no me gustan los medicamentos,**
56. **entonces yo tomaba casi que el antibiótico, que es muy necesario,**
57. Si claro
58. **Pero los otros no, yo me decía no más y no porque no me voy a morir por eso,**
59. **entonces trataba de no tomarme estos analgésicos más que todo**
60. ¿Qué sentías cuando esto sucedía?
61. **¿Cuándo sucedía qué?, la cirugía o a que te refieres**
62. Es decir, hablo del dolor físico, el hecho de superarlo,
63. cuando de pronto no lograbas mitigar ese dolor
64. ¿Qué sentías en ese momento?
65. **Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron,**
66. **entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo,**
67. **o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas**
68. **y hasta cierto punto es muy frustrante pero también**
69. **pues uno saca fuerza de ese mismo dolor**
70. ¿Qué te hace falta para mostrarle al mundo una mejor versión de ti misma?
71. **No, creo que estoy trabajando en eso, siempre, todos los días**
72. **Como en tomar conciencia de las cosas que no quiero eeee demostrar**
73. **Y las cosas que me gustaría cambiar de mí misma y siempre trato cada día**
74. **De sacar una mejor de mí misma**
75. ¿de qué manera lo haces?
76. **Leo mucho, después que sucedió lo de mi enfermedad**
77. **Y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemocion**
78. **Entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento**
79. **y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas**

80. **del pasado, a perdonar, como a vivir al día,**
81. **pero o sea...bien, ser estable en todo sentido**
82. ¿Qué aspectos de tu vida necesitaron de atención o mayor cuidado,
83. cuando te enteraste que tenías cáncer?
84. **Eeee física o emocional**
85. A nivel general
86. **Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado,**
87. **digamos la parte de las cirugías y todo esto**
88. **y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico**
89. **porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no,**
90. **como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu,**
91. **entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo**
92. **a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando**
93. y sientes que te liberaste de una carga emocional
94. **si claro me libero totalmente**
95. ¿Qué hiciste para que los síntomas de la enfermedad no interfirieran
96. en tu trabajo, en tu caso en la universidad y en tu crecimiento personal?
97. **Pues yo trate de ir a clase lo más que podía,**
98. **Obviamente los postoperatorios habían unos largos**
99. **y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir,**
100. **pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía,**
101. **habían momentos en que ya no podía hacerlo,**
102. **porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos,**
103. **pero yo trataba digamos si no era muy muy muy grave pues ir a clase**
104. Académicamente te afecto la enfermedad
105. **Si tuve que aplazar un tiempo y me demore obviamente en graduarme**
106. **porque yo tenía como una fecha para graduarme, me demore un poco más,**
107. **pero, pues que me haya ido como mal y todo eso...no....**
108. **pues que me toco aplazar realmente eso**
109. ¿hoy en día te preocupas por cosas como cuidar de tu apariencia física
110. y mantener en orden el espacio que habitas?

111. **Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad**
112. **uno como que trata de hacer algo para sentirse bien,**
113. **porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes,**
114. **bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas**
115. **para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza,**
116. **arréglame las uñas, consentirme**
117. **Y en tu espacio**
118. **Si siempre me ha gustado tener mis cosas, no de pronto tan ordenadas,**
119. **pero si en mi orden, porque me gusta tenerlas de cierto modo**
120. **¿realizaste actividades que te permitieran desarrollar tu intelecto:**
121. **como leer, ver documentales o aprender algo nuevo?**
122. **Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta**
123. **y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer,**
124. **Leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho**
125. **y también estuve un tiempo estudiando otro idioma,**
126. **pues que eran cosas que no requerían mucho**
127. **¿Qué idioma? ingles**
128. **No, estuve estudiando italiano, un tiempo y luego francés**
129. **y pues si básicamente hacia eso**
130. **Antes del diagnóstico también tenías esa pasión por la lectura**
131. **Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo**
132. **por estar tan quieta, es como la mejor compañía,**
133. **que uno no necesita como salir y muchas otras cosas,**
134. **sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer**
135. **¿crees que conocer el diagnóstico de tu enfermedad, cambio tu relación con Dios?**
136. **Si**
137. **¿De qué manera?**
138. **Pues digamos que al principio, todo paciente**
139. **pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer,**
140. **pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no se**
141. **Pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia,**

142. con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos
143. yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto
144. pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje
145. y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino
146. y de algún lado saldremos adelante
147. Antes del diagnóstico creías en Dios
148. Siempre he creído como en un Dios pero tal vez
149. esto reforzó mucho más mi relación con el
150. actualmente, ¿cómo es la relación que tienes contigo misma?
151. Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más,
152. a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta
153. pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar,
154. si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas
155. en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no,
156. pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso
157. de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir
158. y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala,
159. si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces
160. uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso
161. pensar primero en ti misma
162. ¿crees que conocer el diagnostico de tu enfermedad cambio tu concepción de la vida?
163. Si
164. ¿de qué forma?
165. Pues digamos que todo se, en un momento todo se detuvo,
166. yo tenía como un pensamiento muy acelerado, yo quería todo ya,
167. bueno aun todavía no soy muy paciente, pero yo tenía
168. como muchas ideas en que las cosas eran ya ya ya,
169. y no tenía como...vivía muy acelerada si me entiendes
170. Si
171. Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad
172. porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta

173. que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental,
174. que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy
175. ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada,
176. ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba
177. preocupada por tal cosa, entonces eso
178. Digamos que lo tomas como un aprendizaje
179. Así es
180. ¿te sentías motivada para vivir a pesar de tu enfermedad?
181. si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico
182. yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando
183. que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis
184. o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos
185. y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir
186. o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea
187. ¿Cuáles son las actividades diarias más importantes para ti,
188. que te permitieron mejorar tu calidad de vida?
189. Bueno, pues en ese momento oooooo actual???
190. en ambos casos B.B, en ese momento y actualmente
191. En ese momento, pues yo estuve muy acompañada por mis familiares y amigos,
192. mucho, todo el tiempo casi alguien estaba conmigo acompañándome,
193. por ejemplo en cosas muy tontas como ver un programa de televisión
194. o una película, pero entonces todo esto te ayuda mucho a no sentirse solo
195. y digamos que también tuve mis momentos de soledad,
196. porque uno necesita ese tiempo como de introspección
197. y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir,
198. bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo,
199. De conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas
200. y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas
201. A que te refieres con leer cosas raras
202. Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles,
203. cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas cosas

204. Ok
205. ¿Qué pensamiento se viene a tu mente cuando hablas y/o
206. escuchas acerca de tu salud física y emocional?
207. **Pues digamos que obviamente con la salud emocional uno queda como,**
208. **digamos física, uno queda como mm, como decirlo, como prevenido,**
209. **entonces cualquier cosa uno como que le presta más**
210. **atención a los llamados del cuerpo, no...**
211. **obviamente todo el tiempo tienes que estar en controles**
212. **y verificando que todo esté bien; emocionalmente también**
213. **como que me preocupo mucho por mí misma, me entiendes,**
214. **como que no y no permito tanto que lo exterior me afecte a tal punto, que no se,**
215. **que me produzca digamos un dolor de estómago o algo así**
216. **si no me preocupo mucho por estar en bienestar lo más que se pueda**
217. **hay cosas que son difíciles de manejar pero en general si trato de estar bien**
218. Y a nivel de tus emociones; ira, enojo, sorpresa,
219. ¿cómo las canalizabas en ese momento?
220. **No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir,**
221. **entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado**
222. **porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba**
223. **y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor,**
224. **eso me pasaba mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque**
225. **pero al final es todo lo que ha guardado,**
226. **entonces como que emocionalmente dejo fluir lo que siento**
227. ¿hablas con otras personas sobre tu enfermedad?, y ¿notas el impacto
228. que genera en otros escucharte?
229. **Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnóstico**
230. **yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida**
231. **no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco,**
232. **entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve**
233. **un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta,**
234. **entonces la gente me decía tu que estabas haciendo,**

235. entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso
236. y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad
237. y les causa muchísima curiosidad
238. ¿Cuál fu y es tu postura de vida en los momentos difíciles
239. y/o dolorosos de tu enfermedad?
240. Como mi visión ooooo
241. Si la postura personal que tu tenías en el momento de tu enfermedad
242. y como cambio ahora que eres sobreviviente de cáncer
243. Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico
244. como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió
245. que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima
246. con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada
247. Y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije
248. no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada
249. hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser,
250. o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí
251. que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas
252. traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo
253. y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo
254. pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista
255. ¿A qué personas has podido ayudar a través de tu enfermedad?
256. Bueno...pues así que digamos que hablando con la gente?
257. Sí, me refiero a las personas que se enteran de tu diagnostico
258. o que tu sientas hablando puedes ayudar en algo
259. Algo que me parece muy importante y lo digo mucho,
260. es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo,
261. porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano
262. el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho
263. a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado
264. por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda
265. que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada,



266. **es difícil pero vas a salir adelante**
267. **entonces si me han pasado estas dos situaciones**
268. Entonces sientes que si ha ayudado
269. **Mm, pues si yo supongo**
270. ¿sientes que tu familia, seres queridos y/o entidades como
271. hospitales o fundaciones están cerca para ayudarte?
272. ¿Qué significo esto para ti?
273. **Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia**
274. **y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta**
275. **que personas siempre están para uno y en el hospital siempre**
276. **fue un muy buen trato, llamaban que como estaba, ahorita**
277. **donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también**
278. **entonces se preocupan mucho por cómo estas**
279. Sientes que están pendientes
280. **Si mucho, muy pendientes**
281. ¿Qué cambios genero el diagnostico en tu forma de concebir la vida?
282. **Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho**
283. **y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí**
284. **como prioridad, eso sobre todo**
285. ¿cambio en algún sentido, tu capacidad de disfrutar de la vida?
286. **No, antes creo que mejoro esa parte**
287. De qué manera sientes que mejoro, por ejemplo
288. **Pues uno se empieza a dar cuenta como de los pequeños milagros y esas cosas**
289. **y uno dice es milagroso el hecho de estar acá**
290. **después de pasar por todo el proceso y los niños todo esto,**
291. **es muy milagroso, entonces si hay muchas cosas que de pronto**
292. **todo está en contra pero es como, como decirlo contra todas las posibilidades**
293. **y si me mostro que la vida puede ser muy maravillosa**
294. ¿sientes que tener cáncer genero cambios oportunos
295. en tu manera de enfrentar la vida?
296. **Si lo que te digo me hizo como más fuerte, me dio más fortaleza espiritualmente**

297. ¿consideras que a pesar de tu enfermedad, tenías la libertad  
298. y la capacidad para realizar muchas cosas en tu vida?  
299. **Sí, yo no fui de pronto de enclaustrarme y de no salir  
300. de hecho hasta alguna vez salí y me descompense  
301. pues porque ya no quería quedarme más encerrada  
302. pero entonces no fue como una traba, bueno en algunos aspecto  
303. si me toco como nada que hacer, pero en general viví mi vida común y corriente**  
304. ¿de qué forma puedes ejercer tu libertad en la actualidad?  
305. **Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar  
306. mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso,  
307. obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias  
308. pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones  
309. y hacer lo que yo creo es más conveniente para mi**  
310. Digamos que es una libertad muy ligada con la responsabilidad  
311. de los actos y decisiones que se toman  
312. ¿Qué aspectos de tu vida permanecieron intactos aun en la enfermedad?  
313. **Muchas cosas, yo soy una persona como muy independiente  
314. entonces he tenido la costumbre de no depender mucho de las demás personas,  
315. entonces hubo cosas en las que yo nunca cedía**  
316. Por ejemplo  
317. **por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití,  
318. yo dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo,  
319. digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo,  
320. no me gustaba entonces si era muy complicado porque también  
321. me sacaron los ganglios entonces el brazo como que  
322. no respondía mucho...pero yo no cedía**  
323. A nivel de tus amigos, encontraste cosas que permanecieran intactas  
324. **Si claro, también con mis amigos siempre, yo tengo unas amigas muy cercanas  
325. y en esos momentos también lo estuvieron y en general trataban  
326. de tratarme lo más normal posible, no como hay pobrecita...no  
327. si no me trataban normal, entonces en la medida de lo posible**

328. **yo seguía mi vida normal, yo trataba de ir a mis clases**
329. **y obviamente no te van a decir pobrecita la niña que no pudo venir, no**
330. Tuviste que decirle alguna vez a tus amigos que no te trataran de alguna forma
331. **No, a mí me trataron normal siempre y los cuidados fueron más**
332. **del aspecto físico, porque emocionalmente como que siempre fue como lo mismo**
333. Tus relaciones interpersonales no se vieron afectadas
334. **No para nada**
335. Bueno B.B, las siguientes preguntas tienen que ver con aspectos muy personales,
336. de tu infancia y los últimos años de tu vida
337. **Ok**
338. ¿Cuáles momentos de tu infancia fueron más significativos para ti?
339. **Mm, pues no sé yo tuve una infancia como muy feliz en general, pues yo crecí**
340. **con mi hermana todo el tiempo, nos llevamos a penas 4 años**
341. **entonces la relación con ella, bueno de niñas nos peleábamos mucho,**
342. **pero siempre hemos sido muy cercanas,**
343. **entonces pues todo el tiempo que yo pasaba con ella que salíamos a jugar,**
344. **compartíamos los mismos amiguitos, todo esto**
345. **entonces eso fue muy importante, tenerla a ella tal vez**
346. **mientras yo estaba creciendo**
347. Y digamos no tienes algún recuerdo de cuando eras pequeña,
348. que tú digas no lo voy a olvidar, que te marco y que sea muy significativo
349. **Noooo, es que serían muchas cosas, hay muchos recuerdos de mi niñez,**
350. **pero algo así muy significativo, no**
351. y que otros recuerdos tienes de tu niñez, que sean importantes para ti, tienes
352. **pues de niña que....es que cuando uno es niño su mayor preocupación es jugar,**
353. **con los amiguitos, con las muñecas, me gustaban mucho las muñecas**
354. **entonces tenía muchas y me gustaba tenerlas peinadas,**
355. **cambiarlas de ropa, hacerles ropa, entonces esto era para mí era**
356. **muy importante, era casi que mi vida en ese entonces**

**ENTREVISTA 3**

**FECHA:** 24 de marzo de 2015

**HORA:** 10:00 am

**Entrevistado - En Negrita: B.B**

Investigador - Sin Negrita: Doralba Rocío Beltrán Rodríguez

En el segundo encuentro con la participante A, se pretende concluir la entrevista, dando cumplimiento al instrumento realizado por las investigadoras.

357. ¿Qué momento vivido durante tu pasado, que pudieras realizar hoy,  
358. te gustaría repetir?  
359. **Mm, la verdad ninguno, o sea tengo muy buenos recuerdos y eso,**  
360. **pero no me gusta tanto mirar hacia el pasado sabes,**  
361. **no me enfoco tanto en eso sino que miro más como hacia adelante**  
362. ¿Cuál es el momento más importante que has vivido en tu vida hasta hoy?  
363. **Mm, pues hay muchos**  
364. El que tú crees es más importante, que incluso al leerte la pregunta llega a tu mente  
365. **Yo creo que todo el proceso del cáncer es algo que obviamente lo marca a uno**  
366. **muchísimo y más en el edad que yo estaba, yo tenía apenas 19 años,**  
367. **entonces eso realmente me marco bastante y siento que de alguna manera**  
368. **me dio mucha fuerza, entonces no lo recuerdo como algo malo tal vez,**  
369. **sino como algo bueno, porque he tenido mucho aprendizaje a raíz de eso**  
370. ¿Qué momentos significativos recuerdas haber vivido durante los últimos 5 años?  
371. **Bueno pues que me gradué, que mas, pues todo mi proceso del cáncer,**  
372. **el diagnóstico, las cirugías, bueno me dijeron que ya estaba bien, que más así**  
373. Con tu familia, con tus amigos  
374. **No pues siempre he tenido relaciones como muy estables, bueno tal vez**  
375. **que mis papas se separaron, mi papa se casó, eso ha sido significativo**  
376. ¿Qué recuerdos agradables conservas del último año vivido?

377. **Pues, sobre todo mis experiencias laborales, he tenido ya dos trabajos diferentes**  
378. **entonces es algo donde uno puede aprender mucho**  
379. **y donde uno conoce mucha gente, gente chévere, gente no tan chévere**  
380. **y compartir con mucha gente nueva,**  
381. **se abre un mundo diferente cuando uno está trabajando,**  
382. **también en el último año por fin me pude graduar,**  
383. **entonces eso fue como muy importante para mi...básicamente eso**  
384. ¿Qué momentos significativos has tenido durante el último mes?  
385. **Tal vez el hecho de que tome decisiones que van afectar,**  
386. **o que van a cambiar mi futuro, pienso que eso es en lo que más pienso**  
387. **en este momento**  
388. a que cambios te refieres  
389. **Pienso hacer cambios, estoy pensando en de pronto irme a estudiar fuera,**  
390. **entonces eso es algo que va a cambiar todo mi mundo, porque me voy a ir sola,**  
391. **dejar mi familia y pienso que es lo más importante**  
392. **porque digamos que la decisión ya está tomada**  
393. **entonces yo sé que a futuro va a afectar**  
394. ¿Qué momentos importantes has vivido durante la última semana?  
395. **Jajaja, a bueno pues hay una banda que me gusta mucho**  
396. **los pude conocer ayer en la mañana y fue súper importante porque los vi**  
397. Banda de música...  
398. **Rock**  
399. ¿el día de hoy que momentos importantes has tenido?  
400. **Jajaja, bueno hoy la entrevista porque realmente no he hecho mucho mas hoy**  
401. Jajaja, antes te habían realizado alguna entrevista de este tipo  
402. **No**  
403. Tienes planes para los próximos días ¿cuáles?  
404. **Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar**  
405. **cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo,**  
406. **básicamente esas dos**  
407. ¿te has propuesto desarrollar actividades en tu hogar? ¿Qué actividades?

408. **No la verdad no porque casi yo no permanezco acá en mi casa,**  
409. **realmente no es algo que me interese mucho**  
410. ¿tienes sueños por cumplir? ¿Qué sueños quieres cumplir en este tiempo?  
411. **Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita**  
412. **es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido**  
413. **desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo,**  
414. **tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer**  
415. **pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más**  
416. **grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso**  
417. Antes del diagnóstico también tenías la idea de viajar  
418. **Sí, pero quería hacerlo de manera diferente,**  
419. **entonces como te digo ya he reestructurado esa idea,**  
420. **para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada**  
421. **y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros**  
422. **pero pues obviamente eso para mí ya no es posible**  
423. **porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico**  
424. **que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo ese proceso,**  
425. **Y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera,**  
426. **de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando**  
427. Que otros sueños tienes, aparte del viaje  
428. **Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería,**  
429. **entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio,**  
430. **o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz**  
431. Quieres tu independencia pero a nivel laboral  
432. **Si laboral quisiera ser independiente**  
433. ¿Cómo te gustaría ser recordada cuando no estés en este mundo?  
434. **Huy, es una pregunta muy difícil, jajaja**  
435. **Bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto**  
436. **Ver que visión tenía de la vida, de qué manera la ejecutaba,**  
437. **porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida**  
438. **entonces no me gustaría que de pronto dijeran**

439. **hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista**
440. **y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso**
441. Ok
442. ¿crees que estás preparada para morir?
443. **Pues creo que eeee como te dijera, como que no es una decisión**
444. **que uno pueda tomar, entonces en cualquier momento por cualquier cosa,**
445. **o sea por las cosas más ilógicas, la gente muere, si sucediera en este momento**
446. **o en los próximos días, si me iría tranquila porque he hecho o como decirlo**
447. **no tengo cuentas pendientes y pues digamos**
448. **que quiero hacer muchas más cosas todavía pero si llegara el momento**
449. **pues nada que hacer, pero si me iría como tranquila**
450. ¿si tuvieras la oportunidad de hacerlo, les dirías algo a la mayoría de personas
451. que van por la vida, desperdiciando su tiempo y creyendo que nunca van a morir?
452. **Si**
453. ¿Qué les dirías?
454. **Todo eso tiene un precio y a veces de las maneras más duras**
455. **uno se da cuenta de que uno no es inmortal digámoslo así**
456. **y que lo esencial de la vida, son las cosas pequeñas, son las más importantes,**
457. **Entonces es eso**
458. ¿de qué manera los valores con los que has crecido
459. han presentado cambios significativos tras la enfermedad?
460. **Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque**
461. **en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido,**
462. **lo que está mal y muchas veces lo que está mal,**
463. **no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás**
464. **y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente**
465. **pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo**
466. **que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años**
467. ¿ha cambiado la forma como te vez a ti misma hoy en día?
468. **Si**
469. ¿Qué cambios específicos encontraste?

470. **Me quiero mucho más y me respeto, me valoro mucho más**
471. **y también no me juzgo tanto entonces me encuentro menos defectos**
472. Hablas mucho de juzgarte, anteriormente te juzgabas mucho
473. **Si yo era muy dura no solo conmigo sino también de pronto**
474. **Con los demás entonces yo tenía como esa visión de blanco o negro**
475. **Entonces me he dado cuenta que uno no puede señalar**
476. **porque las condiciones de todo el mundo son muy diferentes**
477. ¿Cuáles son tus fortalezas en la actualidad?
478. **Mm, yo pienso que mi mayor fortaleza es la espiritual y siento que si uno esta**
479. **Equilibrado emocionalmente, como que todo fluye**
480. Y tu mayor debilidad
481. **La impaciencia**
482. ¿Cómo trabajas la impaciencia?
483. **He aprendido a ser más paciente, con lo vivido, pero siento que aún me falta**
484. **Entonces hay cosas que te enseñan o eres paciente o eres paciente no hay de otra**
485. **Entonces trato de respirar y mirar mejor las cosas, lo he mejorado**
486. **Pero fala un poco todavía**
487. ¿Qué valores te definen hoy en día?
488. **Mm, el respeto, la responsabilidad y la honestidad**
489. Únicamente esos 3
490. **Si**
491. ¿Cómo te vez en 6 meses?
492. **Tal vez ya estando estudiando lo que quiero estudia afuera y obviamente,**
493. **no es que básicamente es eso, es lo que más quiero y lo que estoy ultimando**
494. Y que quieres estudiar idiomas o relacionado con la gastronomía
495. **Si de gastronomía, como un complemento y también quiero estudiar francés,**
496. **Porque lo empecé pero pues no lo pude terminar,**
497. **porque ya empecé a trabajar y hacer mil cosas**
498. **entonces si me gustaría seguirlo porque me gusta mucho**
499. Ya tienes claro el lugar al que te quieres ir
500. **Si**



501. A donde te gustaría irte
502. **Para Canadá**
503. ¿has mantenido tus actividades laborales, académicas
504. y personales hasta este momento? ¿Cómo has hecho?
505. **Si, no yo no realmente no me di como a la pena, pobrecita de mi**
506. **No puedo hacerlo, no yo trate de seguir mi vida normal, y de echo lo hago**
507. **En la medida de lo posible lo hago, yo trabajo , yo salgo...normal**
508. Algo que recuerdes, que en ese momento digamos,
509. por más que quisiste dijiste no lo pide hacer
510. **Mm, muchas veces, bueno terminar de estudiar**
511. **porque me toco aplazar varios ciclos, y yo quería graduarme ya ya ya**
512. **Entonces no pude terminar en ese momento, me toco esperar, jajaja y**
513. **Tener paciencia hasta cuando ya se pudo y cuadre fechas**
514. **y pude entregar lo que me faltaba, entonces eso**
515. ¿Qué estrategias utilizaste para manejar el dolor físico?
516. **No pensaba en eso, yo no pensaba en me va a doler,**
517. **o me duele, me duele, me duele, si no que trataba de tener la mente ocupada**
518. **en otra cosa, leer en fin...pienso que ayuda mucho no pensar en el dolor**
519. ¿Qué recursos utilizaste para que tu enfermedad no te limitara?
520. **Lo que te digo siempre he sido muy independiente,**
521. **entonces intente seguir así lo más que pude, claro habían cosas,**
522. **casi digamos que imposibles pero en general trate de seguir normal**
523. Y a nivel de recursos, digamos que te valiste de algo específico para no limitarte
524. **No tanto como un recurso físico creo que no, mm yo siempre trate de...**
525. **como el brazo lo tenía inmovilizado yo trate de recuperarlo lo más rápido**
526. **que yo pude, entonces yo ni siquiera quise ir a terapia de rehabilitación**
527. **sino que yo sola lo movía y yo intentaba hasta que había**
528. **un punto que no se dejaba más, pero yo trataba y subía mi mano**
529. **por la espalda y trataba de subir la mano por la pared, cosas así,**
530. Te exigías mucho en ese sentido
531. **Si bastante**

532. ¿logras identificar lo que sientes y piensas? ¿Cómo ha sido este proceso?
533. **Sí, creo que es un aprendizaje uno cuando crece como que calla su interior,**
534. **por así decirlo, entonces eee no se permite sentir lo que uno realmente siente**
535. **sino lo que se supone debe sentir, entonces he aprendido como a escucharme**
536. **que hay cosas que no me gustan, que no quiero hacer y que hay sentimientos**
537. **que por más que sean feos, como enojarse por alguna cosa es lo que uno siente,**
538. **entonces he permitido escucharme mas**
539. ¿has logrado descubrir tus potencialidades en medio
540. de situaciones como tu enfermedad? ¿Cómo lo lograste?
541. **Si, eee pues me di cuenta como de mi capacidad para aprender,**
542. **A través de la lectura y también como ser autodidacta**
543. **Digamos a mí me gusta mucho la repostería,**
544. **entonces yo hacía mis inventos, mis creaciones y mis experimentos**
545. **y entonces si...yo buscaba por internet o donde fuera**
546. **y siempre me ha gustado es la repostería,**
547. **entonces en ese sentido soy muy autodidacta**
548. ¿Cómo te describirían tus familiares y amigos, en esa esta etapa de tu vida?
549. **Mm, no sé, jajaja**
550. **Pienso que mis familiares dirían que soy bastante alegre, positiva y desprendida**
551. **Y tus amigos**
552. **Igual**
553. ¿crees que otros se afectan por tu enfermedad?
554. ¿Qué moviliza en ti esto?
555. **Si por lo menos sé que con mi hermana somos muy cercanas**
556. **Y a ella le dio muy duro todo el proceso de mi cáncer**
557. **Casi que en algún momento ella quería como sentirlo por mi**
558. **Porque hay momentos muy difíciles no**
559. **Entonces, mm pienso que ella es una de esas personas**
560. **Y obviamente mis papas porque uno se da cuenta que a los demás les afecta**
561. **Y eso es bueno y malo**
562. **Bueno porque uno se da cuenta que le importa a la gente**

- 563. Malo porque uno no quiere que los demás estén mal por uno**
- 564. Y tú que hacías por ellos**
- 565. Trataba de actuar lo más normal posible, no me daba a la pena**
- 566. Ni al dramatismo, que pobrecita...no...entonces eso ayudo un poco**
- 567. Porque claro cuando dan un diagnostico como este, se lo dan a uno**
- 568. Pero también a tus familiares, entonces si ellos lo ven a uno bien,**
- 569. No es tan duro para ellos**
- 570. ¿Qué sientes al ver a otras personas pasar**
- 571. por la misma experiencia de tu enfermedad?**
- 572. eee, que siento, mm pues como te dijera, como un poco de compasión,**
- 573. Porque se lo que se siente, pero no lastima, sino como duro**
- 574. Pues ni modo, fuerza y ánimo y para delante**
- 575. Das una voz de aliento**
- 576. Si yo a alguien así trato de hablarle, claro que cada quien es diferente**
- 577. y lleva su proceso y muchas veces si no quieren que uno se inmiscuya**
- 578. pues uno tiene que respetarlo, pero si es posible decirles**
- 579. Les digo que es pasajero y algo de lo que uno puede aprender mucho**
- 580. ¿conservaste metas, proyectos personales y /o**
- 581. colectivos aun con la enfermedad? ¿cuáles?**
- 582. Si, lo que te decía siempre he querido estudiar fuera,**
- 583. mm hubo cosas que tuve que dejar de lado,**
- 584. pero siempre hay cosas que no voy a dejar atrás por nada**
- 585. Alguna actividad específica que recuerdes, estabas compartiendo en colectivo**
- 586. Mm, no tanto eso sino tal vez el hecho de ser gastronomía**
- 587. es algo enteramente físico, y yo tenía el brazo muy afectado,**
- 588. para mí fue como difícil, porque era volver a empezar**
- 589. y tal vez yo pienso que hubiera sino más fácil**
- 590. si hubiera dejado a un lado la gastronomía**
- 591. y hubiera empezado otra cosa o hecho otra cosa**
- 592. porque es algo muy físico y de las manos**
- 593. entonces como que no fui capaz y me dije de algún modo tendrá que suceder**

594. ¿logras expresar el afecto a tus seres queridos?
595. ¿Qué efectos tiene esto en tus relaciones con ellos?
596. **Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta**
597. **con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo,**
598. **era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más**
599. **que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme**
600. **un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento**
601. **ya que era muy difícil para mi**
602. ¿si pudieras ubicarte en el lugar de alguno de tus seres queridos,
603. que pensarías y sentirías frente a tu condición?
604. **Pues tal vez, es que es tan difícil cuando uno ya lo ha vivido,**
605. **Pero algo que no me parece que sientan, nunca,**
606. **cuando una persona con cualquier tipo de diagnóstico fuerte es la lastima,**
607. **pienso que tal vez es como tratar de ayudarla pero no con lastima,**
608. **no dejarla echase a la pena, pero nunca lastima**
609. ¿consideras que puedes ayudar a otros en este momento? ¿de qué forma?
610. **Pienso que de pronto como que la única manera que yo puedo ayudarlos**
611. **es a través de mi experiencia, entonces si alguien**
612. **me quiere escuchar yo pues estoy dispuesta a decir**
613. **y mostrar que se puede lograr**
614. Bueno B.B, hemos terminado la entrevista,
615. muchas gracias por tu tiempo y colaboración
616. Estaremos como grupo trayendo los resultados de esta investigación
617. Para que sean de tu conocimiento
618. Tienes alguna pregunta o aporte
619. **No creo que las preguntas abarcaban muchas cosas,**
620. **Entonces no Rocío, espero les pueda servir y lo que necesites con mucho gusto**
621. gracias B.B
622. **No gracias a ti, fue muy interesante**

## TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS PARTICIPANTE B

### ENTREVISTA 1

**FECHA:** 18 de Diciembre de 2014

**HORA:** 2:00 pm

#### **DATOS PERSONALES**

**NOMBRE:** C.B  
**EDAD:** 51 años  
**RELIGION:** Católica  
**OCUPACION:** Funcionaria del estado  
**VIVE CON:** Hijo Menor

“Aprovechen cada instante, quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida”.

C.B tiene en la actualidad 51 años, es soltera tiene tres hijos, de los cuales los dos mayores son gemelos y se encuentran estudiando en otras ciudades, en la actualidad convive con su hijo menor que se estudiando una carrera profesional, en el año 2014 es diagnosticada con cáncer seno en estadio IIA, esta circunstancia genero en ella muchos cambios en la manera de concebir su vida, es así como en la actualidad se preocupa aún más por mantener hábitos saludables que generan en ella una sensación de bienestar personal, al sentirse más comprometida con su vida, con Dios, y con su familia.

Durante la primera sesión con C.B, se muestra receptiva y con disposición para participar y hablar sobre su proceso vivido como sobreviviente de cáncer de seno, sin embargo en este primer encuentro se explica la pertinencia y el interés que nos motivo como investigadoras construir este proyecto de grado, en este sentido se dejan en claro las dudas o preguntas que C.B manifiesto frente a la explicación, finalmente se acuerda una fecha y hora para realizar las otras dos sesiones establecidas para comenzar el proceso de entrevistas.

## **ENTREVISTA 2**

**FECHA:** 6 de enero de 2015

**HORA:** 11 am

**Entrevistado - En Negrita: C.B**

Investigador - Sin Negrita: Angélica María Galindo Colon

1. Buenas días C.B como estas
2. **Bien Angélica**
3. Cuéntame como te ha ido
4. **Bien gracias a Dios**
5. Bueno te voy a realizar unas preguntas relacionadas a la vivencia que tuviste
6. respecto a tu enfermedad, y como pasaste esa experiencia.
7. entonces la primera pregunta es
8. ¿Qué actividades sientes que te generan placer durante tu vida cotidiana?
9. **Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura,**
10. **estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico,**
11. **salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente**
12. **lo que me genera más placer es estar con mis hijos.**
13. ¿Que emociones y sentimientos se movilizan en ti, frente a los cambios corporales que
14. Has experimentado a lo largo del proceso medico?
15. **Al principio total confusión, miedo de lo que podría pasar, mucha tristeza**

16. **porque lo primero que pensé fue en la muerte cuando leí las mamografías**
17. **los resultados para mí yo ya estaba invadida, cuando me mandaron hacer**
18. **todos los exámenes de los huesos, del estómago, la ecografía esa ansiedad ,**
19. **de leer los resultados de saber cómo iban a salir, la incertidumbre, es duro.**
20. **ya después de un tiempo sentí nostalgia de lo que me paso, cada que recuerdo**
21. **me da nostalgia, pero ahorita sé que estoy bien, con ganas de salir adelante**
22. **después de haber pasado por esta situación.**
23. **y en este momento que sentimientos y emociones se movilizan en ti?**
24. **Bueno mirándome a mí misma pienso y siento que una profunda felicidad,**
25. **tranquilidad, y mucha fe de que voy a seguir bien.**
26. **¿Sientes que Dios te acompañó durante todo el proceso que viviste en este momento?**
27. **Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en Dios,**
28. **Y a que te ha llevado esa fe y esa confianza en Dios?**
29. **Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme mas a él,**
30. **ha creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él.**
31. **¿Sientes que a pesar de todo encontraste una fuente de motivación que te acompañó**
32. **durante todo el proceso que viviste?**
33. **Si mi motivación principal fue y siempre ha sido el amor a la vida**
34. **eso es lo primordial lo que lo mueve a uno**
35. **Esa fue tu motivación principal?**
36. **Si amo la vida, es muy bonito estar vivo y la segunda el amor a mis hijos.**
37. **A pesar del dolor físico, lograste superarlo? Que sientes cuando eso sucede?**
38. **En algunos casos sentí un nudo en la garganta como de**
39. **tristeza, como de agobio, como de rabia, de impotencia a raíz del dolor**
40. **de que ya no podía correr encima me subí a un transmilenio lleno y a la bajada**
41. **casi que me empujaron, casi me caigo encima de un bebecito, al tenerme me**
42. **apreté y me dolió, entonces llegue con la depre de ver lo limitada que me sentia**
43. **para muchas cosas en especial para muchas actividades físicas, para arreglar la**
44. **casa, para colgar un gancho tengo que hacerlo con mucha lentitud, porque me**
45. **duele, pero con el tiempo he aprendido a manejar esas recaídas y esas situaciones**
46. **externas colocándome a pensar en que a pesar de todo tengo mi salud y mi**

47. **movilidad completa y no me hace falta ninguna parte de mi cuerpo y ya después**  
48. **de un rato sigo como si nada, en mis cosas de trabajo y mi rutina diaria.**  
49. **que haces para manejar ese dolor?**  
50. **Bueno trato de pensar en otras cosas como cosas bonitas y así se me olvida,**  
51. **o el trabajo me hace olvidar mis momentos de depresión por el dolor, en si trato de**  
52. **hacer otras cosas en donde me sienta mejor y así no pienso en el dolor**  
53. **y ya después se me pasa, es por ratos.**  
54. **¿Que te hace falta para mostrar al mundo una mejor versión de ti?**  
55. **Bueno al haber pasado por mi situación me sirvió porque pienso que**  
56. **me hacen falta cosas, he cambiado pero todos los días hay cositas que cambiar**  
57. **mas que todo el criticar a los demás, me gustaría corregir no criticar tanto**  
58. **que cada quien viva su vida y ya, también a futuro me gustaría hacer un curso**  
59. **de algo, no he pensado sobre qué pero si me gustaría porque me ayudaría a ser**  
60. **una mejor persona a través del aprendizaje de cosas nuevas.**  
61. **¿Qué aspectos en tu vida necesitaron de mayor atención o cuidado durante**  
62. **El proceso de tu enfermedad?**  
63. **Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada**  
64. **pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar,**  
65. **le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo**  
66. **me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me**  
67. **cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo le baje un poquito a las horas de**  
68. **trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras,**  
69. **me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario.**  
70. **¿Hoy en día te preocupas por cosas como cuidar de tu apariencia física y mantener**  
71. **el orden en el espacio que habitas?**  
72. **En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las**  
73. **dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que quiero me alimento**  
74. **bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen**  
75. **cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a**  
76. **raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber**  
77. **salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso**



78. **me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para**
79. **tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma.**
80. **¿Realizaste actividades que te permitieran desarrollar tu intelecto como leer,**
81. **ver documentales o aprender algo nuevo?**
82. **Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún**
83. **mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad**
84. **por el trabajo no me queda mucho tiempo.**
85. **¿Quegenero en relación a la literatura te llama la atención?**
86. **Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi**
87. **enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener**
88. **cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho.**
89. **¿Crees que conocer el diagnostico de tu enfermedad ha cambiado tu relación con Dios?**
90. **Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre masa el volví a sus brazos**
91. **y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si**
92. **estoy aquí es por misericordia de Dios**
93. **y gracias a eso siento uno una paz, una tranquilidad.**
94. **¿Actualmente como es la relación contigo misma?**
95. **me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme**
96. **Que significa cuidarse un poquito más?**
97. **me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino**
98. **deje los malos hábitos como fumar.**
99. **Esa relación contigo misma ha tenido cambios o no por ejemplo antes te tomabas**
100. **el tiempo para reflexionar sobre tus propias cosas?**
101. **Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada,**
102. **ahora soy más centrada tome más conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en**
103. **mi salud y en todo lo relacionado conmigo.**
104. **¿Crees que conocer el diagnostico de tu enfermedad cambio tu concepción de la vida?**
105. **Si hubo cambios respecto a tomar las cosas con más calma en lo personal, en mi**
106. **vida familiar, en lo laboral no ser tan acelerada, en si la situación lo pone a uno a**
107. **pensar en ser una mejor persona dejando los vicios como fumar ahora veo la vida**
108. **con más tranquilidad y por eso he cambiado el ritmo de hacer las cosas ahora**

109. **las realizo con más lentitud y cuidado.**
110. ¿Te sentías motivada para vivir a pesar de tu enfermedad?
111. **Si claro nunca la perdí**
112. No hubo ningún momento en el que se perdiera esa motivación?
113. **No, porque si hay casos, por ejemplo hubo una compañerita que entro**
114. **en shock y que es depresiva un domingo me escribió C.B estoy mal,**
115. **me quiero matar, me quiero suicidar, le dije niña levántese coja una escoba y**
116. **póngase a hacer oficio, deje de estar pensando en esas cosas.**
117. ¿Porque jamás pensar en me quiero matar, que hace que C.B nunca pensara en eso?
118. **Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan**
119. **muchas cosas por hacer , como ser abuela, ver a mis hijos realizados**
120. **profesionalmente, y lo mas importante como motivación a nivel personal es lograr**
121. **pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a**
122. **descansar mucho.**
123. ¿Cuáles son las actividades diarias más importantes para ti, que te permiten mejorar tu
124. calidad de vida?
125. **Bueno todas son importantes desde el momento del desayuno, no puedo dejar de**
126. **darle las gracias a Dios por el nuevo día, realizar mi trabajo.**
127. Esas actividades siempre fueron y son importantes realizarlas para mejorar tu vida?
128. **Si porque me siento contenta con mi trabajo con lo que hago y eso mejora mi**
129. **manera de ver mi vida.**
130. ¿Qué pensamientos se vienen a tu mente cuando hablas y/o escuchas
131. acerca de tu salud física y emocional?
132. **Pensamientos de nostalgia cuando le cuento a las personas lo que pase ,me da**
133. **mucha nostalgia y a veces siento temor y no quisiera sentir temor porque**
134. **eso es como si me faltara la fe y la confianza, pero principalmente mi pensamiento**
135. **es de temor de pensar en que me vuelva, porque como uno lee tantas cosas**
136. **y generalmente a las personas que nos ha dado cáncer en el seno han vuelto a**
137. **recaer ya sea en el mismo o en el otro seno, o con el tiempo que a veces le hizo**
138. **metástasis en sí mucho temor de que se vuelva a repetir el cáncer.**
139. ¿hablas con otras personas sobre tu enfermedad?, y ¿notas el impacto

140. que genera en otros escucharte?
141. pues en estos días que estuve hablando con unos amigos que no tenían ni idea,
142. entonces el impacto para ellos fue de preocupación y tranquilidad porque saben
143. que ya estoy bien, además le comente a todos mis compañeros poquitos, días antes
144. de que me hicieran la cirugía para que se enteraran.
145. ¿Quisieras contarme como fue ese proceso de contarles, a través de qué medio
146. les envié un correo electrónico a todos contándoles por lo que estaba pasando
147. recomendándoles que no tuvieran esa mala costumbre de no llevar los exámenes
148. al médico y que me acompañaran en una campaña “ el día del sombrerito”
149. fue como el 19 de octubre una campaña en honor a las mujeres que se les ha caído
150. el cabello por el tratamiento de la quimioterapia, entonces les mande un correo
151. conté mi historia, posteriormente se hizo un video aquí en la Dian,
152. comunicación internas me hizo un video para transmitir mi mensaje a todos
153. los compañeros a nivel nacional, y por Facebook también a mis amistades.
154. ¿Crees que otras personas pueden aprender de tu historia, de lo que tú has vivido?
155. Si a raíz del video y a raíz de la campaña me llegaron muchos mensajes,
156. entre ellos el de varias compañeras que están en el mismo proceso o un poquito
157. más delicadas, igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo
158. de mi circunstancia como por ejemplo el cuidarse más su salud,
159. tener una vida sana tranquila sin resentimientos porque también he leído
160. que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito
161. el comentar mi experiencia.
162. ¿Cual fue tu postura de vida en los momentos difíciles y/o dolorosos de tu enfermedad?
163. Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho,
164. trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa
165. de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre.
166. ¿A qué personas has podido ayudar a través de tu enfermedad?
167. Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje
168. institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan
169. de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal ,porque es depresiva entonces
170. decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo

171. **paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui**
172. **a la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno,**
173. **y así comenzamos escribiernos por Facebook a pesar de que no nos conocemos**
174. **en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios**
175. **entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella,**
176. **otra compañerita de Cúcuta también me llamo para el día de la mujer**
177. **me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste**
178. **en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento.**
179. **¿ha sido importante para ti poder ayudar a otras personas a través de tu experiencia?**
180. **Si claro porque se siente uno bien, es alentador y gratificante.**
181. **Sientes que tu familia, seres queridos y/o entidades como hospitales o fundaciones**
182. **estuvieron cerca para ayudarte?**
183. **Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejordicho es único**
184. **se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados,**
185. **claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian**
186. **todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos**
187. **en general, estuvieron pendientes con mensajes, muestras de cariño, solidaridad,**
188. **y la fundación a la que fui Ámese pues no fui si no una sola vez**
189. **pero si sentí el respaldo el apoyo la tranquilidad.**
190. **¿Qué significo eso para ti?, que tus compañeros tu red familiar, inclusive las**
191. **instituciones te hayan apoyado?**
192. **Es bastante alentador ver que la gente lo quiere y lo estima a uno ver que uno**
193. **no está solo eso es bonito, le levanta a uno la moral y le da a uno tranquilidad.**
194. **¿Qué cambios genero el diagnostico en tu forma de concebir la vida?**
195. **En si pienso y siento que genero cambios que mejoraron mi vida,**
196. **ahora hago las cosas con tranquilidad, antes me afanaba mucho por hacer las cosas,**
197. **pero ahora me tomo mi tiempo además ahora siento más temor de Dios**
198. **y me preocupo por ser mejor persona por si acaso debo partir el día de mañana**
199. **ganarme un lugarcito haya arriba.**
200. **¿ha cambiado en algún sentido, tu capacidad de disfrutar la vida?**
201. **No igualmente sigo realizando mis actividades comparto con mi familia,**

202. **salgo con mis amigas, claro que lo hago ya mas moderadamente, y además**
203. **trato de disfrutar y valorar cada instante de vida que tengo al lado de todos.**
204. **¿Sientes que el haber tenido cáncer genero cambios oportunos en tu manera de**
205. **enfrentar la vida?**
206. **En si toca uno tiene que sacar fuerzas muy interiores para enfrentar**
207. **lo que le toca a uno, no hay que dejarse vencer porque si no eso es peor, si hubiera**
208. **caído en depresión otra hubiera sido la historia, mis compañeras siempre me dicen**
209. **que es de admirar de que nunca se me vio decaer que siempre con los chistes con las**
210. **risas todo el mundo estaba aterrado que el semblante que como me veían de bien,**
211. **ahora me siento más fuerte porque hay que saber afrontar las cosas,**
212. **es duro pero no imposible.**
213. **Consideras que a pesar de tu enfermedad tenias la libertad y la capacidad para realizar**
214. **muchas cosas en tu vida?**
215. **al saber el diagnostico si se limita uno primero porque se echa a la pena**
216. **las primeras semanas uno no quiere saber de nada, además después de la cirugía**
217. **se limita uno de muchas cosas, pero en si la libertad siempre la tuve para realizar**
218. **cualquier actividad limitada un poco pero siempre mantuve la idea de seguir**
219. **haciendo mis cosas porque quería, además después fui tomando las cosas**
220. **con calma, y siempre mantuve la idea de que la vida continuaba normal,**
221. **después ya nada de sustos nada de miedos.**
222. **¿De qué forma ejerces tu libertad en la actualidad?**
223. **Haciendo lo que me gusta cómo salir a bailar pasear ,claro que dentro de un límite,**
224. **respecto a mi salud y mi propio cuidado.**
225. **¿Qué aspectos de tu vida permanecieron intactos aun en la enfermedad?**
226. **Bueno seguí con mi rutina de trabajo y organizar mi casa, salir, claro que todo mas**
227. **relajado más despacio con más tranquilidad hacia y hago las cosas, porque**
228. **ya no se tiene la misma agilidad ni la misma disposición física pero en**
229. **si todo sigue igual**

**ENTREVISTA 3**

**FECHA:** 25 de marzo de 2015

**HORA:** 2:00 pm

**Entrevistado - En Negrita: C.B**

Investigador - Sin Negrita: Angélica María Galindo Colon

Durante este segundo encuentro se pretende a través de las preguntas que responda C.B, identificar las huellas de sentido presentadas en cada momento de su existencia, desde las cuales se descubre un sentido de vida construido a través de la presencia de valores existenciales y recursos noológicos.

230. Buenos tardes C.B
231. **Buenos tardes Angélica**
232. Como te encuentras el día de hoy
233. **Bien gracias a Dios**
234. bueno quiero que en este momento
235. retrocedas un poco hacia tu Infancia, recuerdes tu infancia, y como fue tu infancia que
236. recuerdas de tu infancia?
237. **Normal, son tantos recuerdos**
238. En este momento ¿cuales momentos de tu infancia fueron más significativos para ti?
239. **el encontrarme con mi hermana en vacaciones porque como mis padres eran**
240. **separados, entonces ella vivía con mi papa y yo viví con mi mama, y la felicidad de**
241. **que fueran vacaciones para reunirnos las dos, entonces yo me iba al pueblo a**
242. **pasar mis vacaciones con ella esa es la época más bonita**
243. **como de los diez, doce, catorce años.**
244. y que otro recuerdo tendrías así a parte de reencontrarte con tu hermana un recuerdo
245. más a lo personal, algún detalle significativo?
246. **No una infancia normal, con lo necesario con el cariño y el amor de mi mama**
247. **nunca me faltó nada, sin excesos pero bien.**

248. Cuáles eran las actividades que más disfrutabas a los 7 u 8 años?
249. **No nada en la casa siempre fui una niña muy encerrada no salía y como la familia**
250. **es tan pequeña, mi mama no tenía tiempo de sacarnos a mi otra hermana la menor**
251. **no siempre en la casa siempre que me acuerdo, una vez un 31 ese día si me dio**
252. **nostalgia tenía como unos 8 años y mi hermanita tenía como unos 7 era el 31 de**
253. **octubre el día de las brujas, y me acuerdo tanto que la gente pasaba con sus niños**
254. **y nosotros vivíamos en un tercer piso, y estábamos las dos solas mi mama estaría**
255. **trabajando y pasaba la gente con sus niñitos y yo hay mirando y mi hermanita hay**
256. **en la casa entonces no nosotros no salíamos en la casa, mirando yo la veía a ella**
257. **triste, y cogí y la disfrace de muñequita, para jugar un rato ,**
258. **y bueno en el colegio estudiar de pronto jugar un poquito básquet,**
259. **en general era muy pasiva.**
260. Bueno y en este momento que estamos hablando de tu pasado, ¿qué momento vivido
261. durante tu pasado que pudieras realizar el día de hoy te gustaría repetir?
262. **Mis paseos con mi hermana no lo cambio por nada**
263. A donde ibas con tu hermana?
264. **Al pueblo, ella vivía en Pacho Cundinamarca, y las vacaciones eran en julio y en**
265. **diciembre, más que todo en julio porque en diciembre la pasaba con mi mami, en**
266. **julio la feria, bailes, las caminatas por el rio, coger naranjas de la finca era muy**
267. **rico muy tranquilo.**
268. ¿Cómo te hacía sentir ese momento de compartir con tu hermana?
269. **Muy feliz, la pasábamos delicioso**
270. ¿Cuál es el momento más importante que has vivido en tu vida hasta el día de hoy?
271. **significativo en cualquier sentido de la palabra el 13 de agosto fue el más**
272. **significativo, porque fue cuando me diagnosticaron que tenía cáncer,**
273. **el día que me hicieron la ecografía**
274. Y otros momentos no tanto en temas de salud, es decir más en el ámbito familiar,
275. personal, Social?
276. **El día del grado de mi hijo Arturo como odontólogo**
277. Que hace que para ti sea tan importante y significativo?
278. **Que ya mi hijo realizo uno de sus primeros pasos como profesional.**

279. Como te sentiste en ese momento?
280. **Muy orgullosa, feliz, súper orgullosa, porque era el que menos esperaba uno**
281. **porque él era muy loquito, desjuiciado, y me respondió súper bien, respondió al**
282. **esfuerzo que se hizo para sacarlo adelante en la carrera.**
283. ¿Qué momentos significativos recuerdas haber vivido durante los últimos 5 años?
284. **Mis hijos, es decir los dos embarazos, ha sido lo más hermoso doloroso**
285. **pero hermoso**
286. Porque escoges ese momento y no otros?
287. **Porque es lo más lindo que tengo, mis hijos, hay muchos momentos felices,**
288. **momentos bonitos en la vida, pero ese ha sido el más significativo para mí,**
289. **los más importantes**
290. qué pasaría si tu no hubieras sido madre que otro momento escogerías de tu vida?
291. **Mis 18 años mis 17 años, mi colegio hasta que me gradué,**
292. **la juventud la adolescencia**
293. Como te sentías en esa época de tu juventud, de tu adolescencia?
294. **Vivía uno tranquilo sin responsabilidades**
295. ¿Qué te gustaba hacer en ese tiempo?
296. **Salir a tabernas, musicales en vivo, la banda, la papayera, más que todo esas**
297. **fueron mis actividades de los 16, 17 eso si salíamos todos en familia mi mama, mi**
298. **hermana ,mi novio, yo todos salíamos nada de salir solita, fue una época muy**
299. **bonita también, los 19, 20 años.**
300. ¿Qué recuerdos agradables conservas del último año vivido?
301. **Estar con mi hermano, con mi familia, mis salidas con mi hermano que él no es de**
302. **tabernas, es una persona cultural él es de conciertos,**
303. **la he pasado rico con mi hermano.**
304. ¿Qué momentos significativos has vivido durante el último mes?
305. **Estar en familia, reunirme con mis tres hijos, que hayan logrado viajar estar acá,**
306. **tres cuatro días pero bueno reunidos en casa con mucho amor**
307. ¿El día de hoy que momentos importantes has tenido?
308. **Pues momentos importantes hoy la verdad no o no entiendo a que te refieres**
309. Es importante tener presente que no siempre lo importante es hice un viaje, hice cosas



310. grandes, si no detalles, podría ser el día de hoy me levante feliz eso podría ser
311. importante, por ejemplo que en un momento te sentías agotada y en un instante
312. recobraste el ánimo y empezaste a hacer tus cosas, son pequeños detalles que marcan.
313. y muchas veces uno no les coloca el sentido que tienen
314. Cual podría ser algo importante para ti el día de hoy hasta esta hora?
315. **Bueno descansar y recibirlas a ustedes atender esta entrevista**
316. Que momentos significativos has vivido durante la última semana?
317. **Estar dedicada a mis hijos, y a compartir con ellos, eso es algo diferente a lo que**
318. **hago en mi rutina diaria y muy significativo para mí como madre**
319. Cuéntame tienes planes para los próximos días?
320. **Bueno descansar ,y adelantar trabajos de la oficina,**
321. **así a largo plazo no tengo nada proyectado todavía.**
322. Te has propuesto desarrollar actividades en tu hogar?
323. **No he hecho nada, por lo que he estado con mis hijos, aunque son muchachos**
324. **grandes le quitan a uno tiempo, ya mañana se va el ultimo de mis hijos y ya me**
325. **dedicare hacer otras actividades, a poner en marcha el proyecto de los “cojines**
326. **de corazón”**
327. recuérdame porque te llama la atención desarrollar esa actividad del corazón?
328. **porque este es un accesorio muy adecuado para nosotras las personas que se nos**
329. **han sido extraídos los ganglios arcilares, porque el brazo queda súper cansado no**
330. **lo puede uno apoyar bien, para evitarle el roce con la herida, entonces para**
331. **colaborarle para donarle , a otras señoras que estén pasando o**
332. **hayan pasado por esa misma situación, que sé que la van a necesitar para su dolor.**
333. Es más que todo para manejar el dolor?
334. **Si porque uno siente en ocasiones mucho dolor, es como un agotamiento**
335. **es una cosa fea.**
336. Ahora hablemos un poco de tus sueños, que sueños tienes por cumplir en este tiempo?
337. **Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo**
338. **proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún**
339. **inconveniente lo hare en diciembre.**
340. Que otros sueños tienes por cumplir a parte de viajar?

341. **Seguir viajando**
342. A que otras ciudades te gustaría ir aparte de Buenos Aires?
343. **Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a**
344. **estar con una hermana que vive allá, después a la India.**
345. Sola o acompañada?
346. **A Buenos Aires acompañada con mi hijo pequeño, y a España si creo que sola, y**
347. **ahorita no tengo así otros sueños ni proyectos, ahora que recuerdo**
348. **otro proyecto sería sacar un apartamento pero ya propio con mi hijo**
349. **ahorita que regrese él con su novia están ahorrando, entonces tenemos proyecto**
350. **de comprar, yo me quedo en el apartamento y ellos se van para Buenos Aires**
351. **a hacer el rural, me quedo tres añitos mientras regresan, entonces**
352. **ese es mi proyecto vivienda nueva este año para seguir teniendo mejor vida**
353. Bueno yo estaba recordando en este momento la sesión anterior cuando tu nos decías
354. cuando te diagnosticaron cáncer que lo primero que se te vino a la mente fue hasta aquí
355. llegue palabras textuales que tú nos decías, asociaste más que todo tu diagnóstico a la
356. muerte, entonces hablando un poco de ese tema
357. ¿cómo te gustaría ser recordada cuando no estés en este mundo?
358. **Bueno en mi pensamiento me gustaría que me recordaran**
359. **como una persona alegre, buena gente, humilde, sincera, y luchadora**
360. Te sientes preparada en este momento para morir?
361. **Yo creo que no uno sabe que tiene que morir tiene uno esa idea pero uno como**
362. **que no la acepta todavía**
363. Digamos que de pronto entonces no preparados si no es un tema que en algún momento
364. has pensado y contemplado, y que pasaría si llegará a pasar?
365. **Pues lo contemple cuando me diagnosticaron si lo pensé, no hallaba como decirle a**
366. **mis hijos, yo lloraba de pensar como le iba a decir, porque yo me imagine un video**
367. **muy terrible, pero lo único que me aliviaba y me tranquilizaba que si me pasaba**
368. **algo era que ya ellos son muchachos de 27 años ya no son unos niños y ya se**
369. **pueden defender solos, eso era lo que me tranquilizaba en el fondo, porque eso era**
370. **lo que más me preocupaba , por ejemplo cuando tienen 10 o 11 añitos, pues el**
371. **papa nada que ver soy el todo para ellos, esta mi mamá mi familia pero no es lo**

372. **mismo, entonces iban a hacer una carga, de pronto ellos no serían lo que son hoy**  
373. **en día si a mí en esa época me hubiera pasado algo, entonces me preocupaba el**  
374. **futuro de ellos.**
375. Pero ahora en la actualidad te sientes preparada para morir?
376. **En la actualidad después de haber pasado por todo este proceso puedo decir que**  
377. **me puedo irme tranquila, me voy tranquila**  
378. **porque mis hijos no quedan desprotegidos, ya se defienden solos.**
379. ¿Si tuvieras la oportunidad de hacerlo le dirías algo a la mayoría de personas que andan  
380. por la vida desperdiciándola, no valorándola, como si nunca fueran a morir?
381. **No lo había pensado, pero si me gustaría seria como aprovechen cada instante,**  
382. **quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida**  
383. **es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los**  
384. **amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no**  
385. **se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar**  
386. **ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida.**
387. ¿De qué manera los valores con los que haz crecido han presentado cambios  
388. significativos, tras tu enfermedad?
389. **Bueno de pronto si se me ha presentado un nuevo valor como el querer**  
390. **darle a la gente es decir ayudar a la gente, compartir, la entrega, lo he hecho en**  
391. **poquito porque no soy muy dada a hablar mucho, soy muy introvertida pero**  
392. **quiero dar más se me dificulta un poquito las relaciones publicas,**  
393. **pero si quiero hacerlo quiero compartir mi experiencia y mis creaciones como**  
394. **el “cojín de corazón” con las personas que lo necesitan.**
395. sin embargo lo has hecho cosas que no sea de ayudar a otros así no sea de hablar, lo  
396. me comentabas de los cojines de dar mensajes es una forma de ayudar de entregar a  
397. otros a través de tu experiencia
398. **de pronto me dedique a escribir eso si escribo muy bonito**
399. son otras formas de ayudar con las actitudes con los hechos que tu tengas son formas  
400. alternativas de servicio y entrega
401. ¿cuáles son tus fortalezas en la actualidad?
402. **Una fortaleza es...**

403. Son las destrezas que tienes para realizar ciertas actividades,  
404. como decir yo soy buena para..
405. **Escribir, soy muy entregada a mi trabajo no vivo del horario no soy de las que**  
406. **salgo a las 5 en punto porque ya es hora, entonces tengo un sentido de pertenencia**  
407. **con mi entidad.**
408. ¿Cómo mamá cual sería una fortaleza que tienes?  
409. **El apoyarlos en todo lo que ellos han querido hacer respecto a sus carreras, a**  
410. **sus vidas personales yo los he apoyado mucho.**
411. Entonces sería el apoyo incondicional a tus hijos una fortaleza?  
412. **Si**
413. ¿Que valores te definen hoy en día?  
414. **Honestidad, nobleza, trabajadora, responsable en mi trabajo con mi familia,**  
415. **luchadora, tranquila**
416. Cuéntame cómo te ves en seis meses?  
417. **En seis meses me veo en casa nueva, me veo acá con mi hijo trabajando juicioso**  
418. **ahorrando para sus proyectos de estudio, me veo bien sana completamente sana**
419. Frente al tema la salud como te vez en seis meses?  
420. **Bien de hecho estoy bien, cuidándome juiciosa, controlándome cualquier**  
421. **dolor que me de**
422. ¿Qué estrategias utilizas para manejar el dolor físico?  
423. **Físicamente si queda uno limitado bastante ya uno no tiene la misma actividad**  
424. **física, una estrategia que he utilizado es hacer las cosas de una manera tranquila**  
425. **y relajada, además de no pensar en el dolor manteniendo mi mente ocupada en mi**  
426. **trabajo, leyendo, estar con mis amigas, y en ocasiones con mis hijos, todas esas**  
427. **actividades me permitían no pensar en el dolor y ya poco a poco se me pasaba.**
428. Cuéntame que recursos utilizas para que tu enfermedad no te limite?  
429. te ha limitado o no te ha limitado?  
430. **Bueno como te contaba confeccione en medio de mi circunstancia un cojín**  
431. **“mi cojín corazón “ ese es un recurso que me sirve para**  
432. **descansar el brazo, así no me duele tanto esa parte de la arcilla**  
433. **y puedo seguir realizando mis actividades normalmente, por eso tengo la idea de**

434. **hacer una campaña en donde mis compañeras me colaboren haciendo de a cinco**
435. **cojines para llevarlos a una fundación, y así colaborar a otras mujeres**
436. Has logrado descubrir tus potencialidades en medio de esta situación?
437. **Si he notado que quiero ayudar a otros a través de la experiencia de haber**
438. **pasado por esta situación, por eso quiero participar más activamente con esta**
439. **causa de apoyar campañas y informarme más del tema para igualmente**
440. **poder transmitirlo a la gente que está pasando o a pasado por esta experiencia.**
441. El escribir es un talento de siempre o lo descubriste hasta ahora?
442. **No siempre he tenido buena redacción, buena escritura.**
443. ¿Cómo te describirían tus familiares y amigos en esta etapa de tu vida?
444. **Como una mujer muy valiente, y luchadora dedicada a su familia**
445. crees que otras personas se afectan por tu enfermedad?
446. **En el momento si se afectaron, la noticia les dolió a varios que se preocuparon**
447. **se entristecieron, pero me veían a mi fuerte, optimista y eso los tranquilizaba**
448. Que movilizo en ti el hecho de que otros se afectaran por tu situación?
449. **Fue bonito y motivante saber que sienten algo por uno, los que de verdad sintieron**
450. **para mi significo mucho, porque si sentían un afecto por mi se siente que uno es**
451. **importante, es satisfactorio es bonito que no pasa uno por la vida sin dejar una**
452. **huella y rastro en el mundo.**
453. ¿Que sientes al ver que otras personas están pasando por la misma experiencia de tu
454. enfermedad?
455. **Bueno uno ve tantos casos, que uno siente que es un afortunado**
456. **yo soy una bendecida, me siento bendecida y agradecida con Dios**
457. **de haber salido de esta enfermedad, ahora recuerdo que hay el caso**
458. **de un muchacho joven que me pone triste de 36 años con un sarcoma tenaz**
459. aparte de verte bendecida que más genera en ti el ver a otros pasar por esa experiencia?
460. **Pues no quisiera decirlo pero me da mucha tristeza, y pues las otras personas que**
461. **ya han salido adelante como en el caso mío pues me alegra, rico ya estamos en las**
462. **mismas ya salimos de esta. entonces siento que hay una alegría y a la vez tristeza**
463. ¿logras expresar el afecto a tus seres queridos?
464. ¿Qué efectos tiene esto en tus relaciones con ellos?

465. **Si claro siempre trato de ser muy cariñosa con mis hijos de decirles te quiero**  
466. **entre otras cosas, y con eso noto que genera mucha confianza en la relación**  
467. **con ellos además de que me consideren como una amiga para ellos**  
468. **y una confidente.**
469. Si pudieras ubicarte en el lugar de alguno de tus seres queridos que pensarías frente a  
470. tu condición enfermedad?
471. **Tengo el caso específico del hijo de un primo que tiene cáncer en la tiroides a**  
472. **el ya le hicieron la cirugía pero le tienen que hacer una yodoterapia porque lo**  
473. **tiene bastante avanzado. es un muchacho de 24 años.**
474. y que pensarías en ese momento al ubicarte en el lugar de tu primo?
475. **Estaría desecha, como lo está el, porque una cosa es uno**  
476. **Cambiaría tu posición si tú fueras ese primo de 24 años o cambiaría la actitud que nos**  
477. **expresas en este momento?**
478. **Si fuera yo, creo que seguiría luchando hasta el final por vivir y por tener**  
479. **una mejor actitud hacia la vida.**
480. consideras que puedes ayudar a otros en este momento?
481. si claro
482. de qué forma ayudarías a esos otros?
483. **Para las personas que están comenzando a que lo tomen con calma, con**  
484. **tranquilidad, es todo un proceso la noticia es impactante pero va pasando con los**  
485. **días , las semanas, lo va aceptando uno lo va asimilando y sale uno adelante con**  
486. **una buena y nueva actitud frente a la vida.**
487. y ya más activamente sería apoyar a fundaciones ir agregarme  
488. como voluntaria, si lo he pensado pero tengo que analizar bien la idea  
489. para que no se me pase este año sin realizarlo como un propósito,  
490. aunque a veces lo pienso porque se me hace muy duro trabajar con personas  
491. con cáncer y que se vayan muriendo días tras día y uno se va encariñando mucho  
492. de las personas, es fuerte de pronto ese pedacito eslo que me hace dudar, pero en si  
493. sería en otra actividad es decir en una fundación que no esté relacionada con  
494. personas con cáncer.
495. Es decir que te sientes relacionada al servicio la entrega a otras personas?

- 496. **Si mucho me siento bien al entregar a otras personas algo de mí misma**
- 497. Hay algo más que quisieras compartir antes de terminar la sesión
- 498. Alguna frase o palabra?
- 499. **Bueno para finalizar simplemente gracias a Dios.**

## TRANSCRIPCIÓN DE ENTREVISTAS PARTICIPANTE C

### ENTREVISTA 1

**FECHA:** 13 de marzo de 2015

**HORA:** 3:00 pm

#### **DATOS PERSONALES**

**NOMBRE:** L.M

**EDAD:** 56 años

**RELIGION:** Católica

**ESCOLARIDAD:** Profesional en Administración Turística y Hotelera

**VIVE CON:** Esposo e hija menor

“Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera, entonces me siento como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido, tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre pensar que va a salir bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la convicción de algo, esa energía que tú emanar es positiva”

L.M tiene en la actualidad 56 años, es casada, tiene 4 hijos, de los cuales el mayor es casado, las dos mujeres que le siguen son solteras y están radicadas en otros países y la menor, acaba de graduarse del colegio. En la actualidad reside, con su esposo y su hija menor. A raíz del diagnóstico de un carcinoma canibicular infiltrante bien diferenciado en estadio IIIA durante el año 2010, decide dar por terminado un negocio de automotores, del cual ella era dueña junto con su esposo, no obstante, después del tratamiento para contrarrestar el cáncer y las posteriores



intervenciones quirúrgicas para la reconstrucción mamaria, continua laborando de forma independiente, en la venta de bienes inmuebles.

Cuando hace referencia a su núcleo familiar, da cuenta de relaciones cercanas con cada uno de los integrantes del mismo, sin embargo, se evidencia una mayor cercanía hacia el esposo y la hija menor con quienes convive y manifiesta una relación estrecha, de cierta forma consolidada a propósito de haber sido sus principales “soportes” durante el padecimiento del cáncer de seno.

Durante el primer contacto con L.M, ella se muestra receptiva y con disposición para participar en el proceso de investigación, a través de realización de entrevistas previstas en dos sesiones y un tercer momento posterior al análisis de resultados para retroalimentación de la información brindada. Finalmente, se brinda la información pertinente al proceso investigativo y todas aquellas dudas, preguntas y/o sugerencias que le surgen alrededor de la investigación, además se acuerda la fecha y hora para dar inicio a la primera entrevista.

## **ENTREVISTA 2**

**FECHA:** 18 de marzo de 2015

**HORA:** 3:30 pm

**Entrevistado - En Negrita: L.M**

Investigador - Sin Negrita: Diana Marcela Molano

1. Buenos Días L M
2. vamos a comenzar con la entrevista, la primera pregunta seria
3. ¿Qué actividades sientes que te generan placer durante tu vida cotidiana?
4. Actividades en general
5. **¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir**
6. **con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto**

7. Pero esas como ¿principalmente?
8. **Digamos que sí, que ese es el resumen**
9. ¿Qué emociones y sentimientos se movilizan en ti frente a los cambios corporales
10. que has experimentado a lo largo del proceso medico?
11. **Pues emociones positivas y emociones negativas, porque bueno digamos el**
12. **comenzar es difícil, un proceso de una cirugía que te quiten un seno,**
13. **que estés como deforme es muy difícil, luego en el proceso ya que vas tú**
14. **mejorando, que ya te vas sintiendo mejor y estéticamente mejor,**
15. **eso también influye en que emocionalmente se sienta uno mejor,**
16. **como tú te veas en un espejo, pues te vas a sentir mejor**
17. Si
18. **La creación de Dios es perfecta, nunca va a ser igual,**
19. **pero se hace como se dice lo máximo posible,**
20. **que es lo que hacen los cirujanos y lo que uno aporta como ser humano.**
21. **y pues de las emociones, las negativas, pues todo esto la angustia, el miedo,**
22. **el sentirse motilado por decirlo así, no sé si sea la palabra adecuada**
23. En lo coloquialmente si
24. **El sentirse en que si se te empieza a caer el cabello,**
25. **eso es lo de menos porque te pones una gorra, una peluca,**
26. **pero igual la sensación de sentirlo es fuerte, ¿por qué? por vanidad del ser**
27. **humano y más nosotras las mujeres, entonces es fuerte, esa parte es fuerte,**
28. **el proceso de sentir que esa medicina que te aplican, como es la quimioterapia,**
29. **tú sientes que entra a tu cuerpo a hacerte un bien, pero es que las**
30. **consecuencias son fuertes, como que se te debilitan las uñas, que se te cae el**
31. **pelo, que de una u otra forma tus facciones se tornan como nerviosas,**
32. **porque todo es una alteración metabólica total**
33. **y el sentir que esta medicina lo que hace en ese momento,**
34. **tú crees que es como un veneno, que te haces daño, si porque estas vomitando,**
35. **porque estas no puedes comer, porque todo te sabe feo, te duele la cabeza, los**
36. **ojos, los oídos, los huesos, es algo que es muy difícil descifrarlo, porque como**
37. **tú dices el que vive en si eso es el que de pronto podría entenderte,**

38. entonces el ya tratar de que eso pase y recuperarse uno,  
39. ya como que le devuelve a uno la emoción de tranquilidad,  
40. la emoción de a través de que su proceso va mejorar, que va mejorando,  
41. que va finalizando su protocolo y que todo va bien,  
42. ya se siente uno pues más relajado, más feliz, más tranquilo,  
43. le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado,  
44. por ponerme con personas claves en ese proceso,  
45. como son: los médicos, las enfermeras, las psicólogas,  
46. que se yo todo un equipo que uno busca, que tienes que buscarlo  
47. y sacar de eso el mayor provecho, entonces es ese proceso.  
48. Ok, esas fueron las emociones y sentimientos que reconociste  
49. ¿Sientes que Dios te acompaña durante todo el proceso que viviste y que aun vives?  
50. Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito,  
51. porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera,  
52. pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito,  
53. siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo  
54. y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso,  
55. yo tengo 4 hijos, pero los 3 hijos pues ya una vive en Italia,  
56. la otra en Buenos Aires y mi hijo que está casado con su esposa,  
57. entonces mi niña siempre ha estado cerca,  
58. mi esposo que ha sido fundamental en este proceso,  
59. porque me ha ayudado mucho emocionalmente, dándome valor, dándome  
60. animo, apoyándome, como brindándome ese amor y ese cariño incondicional,  
61. que no importa que estés así, eso es lo de menos,  
62. lo importante es que estés viva, entonces eso es como un aire un...  
63. ¿Un aliciente?  
64. Si un aliciente puede ser la palabra, un aliciente muy grande  
65. ¿Sientes que puedes superar el dolor físico? ¿Aun hay dolor físico?  
66. ¿Ya no hay dolor físico? ¿qué ha pasado en el proceso?  
67. Bueno, cuando a mi me diagnosticaron nunca sentí ningún dolor,  
68. nunca tuve ninguna manifestación de incomodidad, de nada,

69. ósea fue como que sientes una masita y que esa masita entonces el médico  
70. determina que hay que sacar un examen y otro y otro y ya cuando hicieron  
71. una biopsia, determinaron que había un cáncer, entonces hasta ahí nunca sentí  
72. dolor ni nada. ¿Cuándo sentí dolor? Sentí el malestar causa de la quimio  
73. ¿Ya durante el tratamiento?  
74. Durante el tratamiento, el dolor cuando la reconstrucción, a mi me hicieron, tu  
75. sabes, que hay varias clases de reconstrucción, la mía era introducir un  
76. expansor en la misma cirugía de la mastectomía, en ese mismo proceso me  
77. pusieron un expansor, y luego hay que inyectarlo para que la piel vaya cediendo  
78. y luego lo cambian por una prótesis, entonces este proceso fue bastante  
79. doloroso para mí, fue horroroso, ósea al comienzo no, pero ya las últimas yo  
80. decía no no eso es mucho dolor, sentí dolor fuerte, igual te dan medicina y  
81. todo y eso aplaca un poquito, pero si fue fuerte  
82. Estuvo presente el dolor allí, lo sentiste en amplitud  
83. Pues, bueno hay un dicho que dice el que quiere marrones aguanta tirones,  
84. yo decía hay Dios mío esto es muy duro,  
85. y fueron así los únicos, porque pues las demás cirugías son lo normal  
86. que no son tampoco tan... sino puntos, pues de cuidarse de incomodidad si,  
87. la primera fue una cirugía pues terrible por todo,  
88. ya después las otras que me han hecho  
89. ¿Cuántas cirugías te han hecho?  
90. 4 cirugías, después de la primera, como 4 procesos, de que hay que colocar  
91. anestesia general, de que me hicieron también mamoplastia, sabes que es la  
92. mamoplastia?  
93. ¿De retirar? No acláramela bien, porque de pronto la confundo con otra cirugía  
94. estética  
95. El proceso de la mastectomía, te quitan el seno, y luego la reconstrucción  
96. y cuando esta la reconstrucción, la mamoplastia es que tratan de dejar el otro  
97. seno al mismo nivel  
98. A ok  
99. Porque obviamente vas a quedar desnivelada, quedan entonces ...

100. **y tratan de acomodar las dos, me hicieron también ese proceso,**  
101. **entonces , ya sentía como que cada vez iba y me sentía mejor**  
102. **y eso hacía que también mi parte emocional también se sintiese mejor**  
103. Es decir que si lograste superar el dolor. A pesar de todo los procesos  
104. **Exacto, entonces cada cirugía pues son las molestias, que los puntos,**  
105. **pero ya digamos que después de lo fuerte ya todo es ...**  
106. Muy bien y ¿Qué hiciste para que los síntomas de la enfermedad no interfirieran  
107. en tu trabajo y crecimiento personal? Síntomas, como dices que al principio no  
108. hubo dolor, más durante el tratamiento.  
109. ¿Cuáles fueron las formas de tu decir, bueno no me van a afectar en mi  
110. cotidianidad y en las actividades que yo hago?  
111. **No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no**  
112. **pensé en dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera,**  
113. **antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía**  
114. **ir a trabajar a las 6 de**  
115. **la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el**  
116. **valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno**  
117. **el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de**  
118. **pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar,**  
119. **cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede,**  
120. **no aprovecha o no busca**  
121. ¿Hiciste cambios entonces en esa cotidianidad que no habías notado?  
122. **Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos**  
123. **hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa DannCarlton,**  
124. **en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa,**  
125. **pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio,**  
126. **uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza ,**  
127. **que si no hay primero mucho recurso para delegar**  
128. **y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente,**  
129. **entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba**  
130. **bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo**

131. nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar,
132. te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato,
133. te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar,
134. eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado
135. ha sido catastrófico , el que caso que te contaba de mi amiga,
136. siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y
137. todo eso como que ayuda a que todas estas células y
138. todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas,
139. la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga ,
140. tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo
141. Durante ese proceso ¿ qué otras actividades usaste para remplazar esas que
142. modificaste?
143. A que te dedicaste durante el tratamiento por ejemplo?
144. ¿Qué actividades empezaste a hacer para remplazar las que antes realizabas?
145. Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo,
146. porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ...
147. muchas otras cosas, te cambia la vida, entonces ¿Qué haces?
148. tienes que buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar,
149. el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar
150. y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil
151. y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno,
152. a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone
153. y cree que siempre va a ver un tiempo para después
154. y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con
155. personas, que de pronto no lo hacía, con amigas, eso
156. ¿Hoy día te preocupas por cosas como cuidar de tu apariencia física y
157. mantener el orden en el espacio que habitas?
158. Siempre, o sea nunca lo he dejado, antes lo hacía más,
159. porque obviamente mi trabajo me lo exigía,
160. el hecho por ejemplo de que tenía que estar cepillándome todos los días
161. ya ahora no es tan frecuente, pero igualmente nunca descuido

162. **mi apariencia personal, pues pienso que toda mujer**  
163. **debe mantenerla siempre a las edades que se tenga**  
164. **y a los recursos siempre tratar uno de estar como bien puestecito**  
165. Y frente a tu casa?  
166. **Siempre, me gusta remodelar, siempre cuando tengo la oportunidad,**  
167. **porque todo es dinero, pero nosotros siempre estamos pendientes de remodelar**  
168. **o muebles, o casa, de hecho vendemos casas en tenjo,**  
169. **mi esposo trabaja en el área de construcción, entonces siempre tenemos una**  
170. **odos casas vendiendo y el remodela aquí todo, ósea siempre se está aquí,**  
171. **o sea es importante como tú te rodees de ambiente,**  
172. **así sea humilde, así sea todo pero pues que sea como armónico**  
173. **como limpio, que así sean dos cositas pues que las tengas bonitas,**  
174. **como limpiecitas, si todo eso a cualquier ser humano le hace bien y más**  
175. **cuando uno está sensible, levanta más el ánimo**  
176. ¿Realizas actividades que te permiten desarrollar tu intelecto? como leer, ver  
177. documentales aprender cosas nuevas  
178. **Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno,**  
179. **bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos,**  
180. **pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera,**  
181. **como la comercial, entonces todo eso pues es chévere,**  
182. **porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario,**  
183. **tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales**  
184. ¿Cursos de algo haces? No sé de cocina, manualidades, De pronto de aprender  
185. cosas diferentes que antes no haya aprendido  
186. **En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés,**  
187. **reforzar mis idiomas, me gusta mucho,**  
188. **pero no así que me mate, esa etapa ya como prueba superada,**  
189. **pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de**  
190. **manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no,**  
191. **por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso**  
192. **no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando,**

193. si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter  
194. como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me  
195. compren los cuadros  
196. Bueno ¿crees que durante el proceso diagnóstico y el tratamiento  
197. tu relación con Dios cambio? Un poco complementando lo que ya contabas,  
198. Aumento, disminuyo, siguió igual.  
199. Bueno, yo pienso que de pronto aumenta , en el sentido que uno como que se  
200. aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da  
201. gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú  
202. haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece,  
203. que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a  
204. querer más, de hecho fui donde Santiago rojas, no sé si lo has oído,  
205. que es un médico que sale a veces en televisión,  
206. salía en RCN con Jota Mario todos los días, no sé si ahora sale,  
207. bueno el hecho es que ellos manejan una medicina que dice que uno se crea  
208. estas enfermedades, las emociones crean los canceres etc.  
209. de pronto puede ser, uno en la vida, yo he tenido tristezas grandes,  
210. perdidas muy grandes, entonces tal vez todo eso empieza a pensar  
211. que pudo pasar y uno dice tiene que afianzar, él dice tiene que afianzar su  
212. espiritualidad, también de hecho la fe con que tú te tomes, él le da góticas a  
213. uno, es una terapia floral, esa gótica te da amor, alegría, perdón, no sé que  
214. dicen las góticas y uno se las toma convencido de ello, pues eso es más la mente  
215. pienso yo, que en si el agüita que te estás tomando y entonces es como que uno  
216. de ahí aprende a acercarse un poquito más a Dios, antes yo no pensaba nada  
217. de eso, porque uno está en otro cuento, pero ahí todo eso uno dice,  
218. bueno si enriquece su vida espiritual, si lo quiere hacer, y si se le presenta  
219. la oportunidad, a mí una amiga me llevo, entonces es como si  
220. por algo a uno Dios le pone a personas en el camino,  
221. entonces y a los que yo le puedo recomendar pues lo recomiendo,  
222. como él dice no es que esto remplaza un tratamiento, es un adicional,  
223. complemento, si porque si las señoras van a tomarse sus góticas,



224. y dejan de hacer sus quimios pues se mueren o se empeoran,  
225. la idea es seguir unos sus tratamientos,  
226. sus convicciones religiosas, de hecho pues hay gente que no cree en Cristo  
227. que son judíos, trabaje con ellos durante 25 años y nunca deje de creer en  
228. Cristo, es como tu tengas tu carácter formado y tus convicciones y que se yo ,  
229. cosas que le hayan enseñado a uno desde niño  
230. y llega a grande y me volví judía, no, toda la vida fui católica  
231. y hasta que me muera pues lo seré y cosas así entonces uno toma, va allí y  
232. toma lo bueno como cuando te repito haces yoga, eso es como tú te relajas,  
233. te acercas entonces estas nutriendo cuerpo, mente y espíritu  
234. Ok, ¿actualmente como es tu relación contigo misma?  
235. Pues conmigo...  
236. Lo habías pensado. ¿Tienes una relación contigo misma?  
237. Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios  
238. tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente,  
239. debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como  
240. que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre  
241. quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero  
242. me siento feliz como soy igual  
243. ¿ Crees que el proceso que has vivido frente a tu enfermedad cambio tu concepción  
244. de la vida?  
245. Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte,  
246. cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir  
247. entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer,  
248. no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno  
249. también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy  
250. preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo  
251. llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean,  
252. con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda,  
253. o sea como cumplir cosas enfatizadas.  
254. Había algo que hablabas de los detalles, ¿ahora te fijas más como en las cosas

255. pequeñas, los detalles...?
256. **Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar,**
257. **antes uno respira porque sabe, o sea lo hace mecánicamente,**
258. **cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor,**
259. **levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado,**
260. **o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita,**
261. **el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer,**
262. **el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba,**
263. **así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo**
264. **y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno**
265. **y los privilegios que Dios le tenga**
266. Esta pregunta suena evidente, pero ¿hoy día te sientes motivada para vivir?
267. **Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida,**
268. **amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos,**
269. **tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida,**
270. **para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo**
271. **en algún momento, para compartir con mi esposo,**
272. **ojala pudiera hacer más cosas**
273. ¿Cuáles son las actividades diarias más importantes para ti, que te permiten mejorar
274. tu calidad de vida?
275. **Todo es importante, lo que tú hagas todo debe ser importante,**
276. **por sencillas que parezcan o sean, el poder organizar tu casa,**
277. **el poder salir a hacer ejercicio ,el reunirme con un grupo de personas,**
278. **Compartir sus alegrías, sus triunfos y sus tristezas,**
279. **porque todo en la vida es como con alegrías y tristezas,**
280. **todo eso pues es importante**
281. Ósea para ti todas las actividades que haces son importantes, no hay una que tu
282. digas yo sin esta mejor dicho tengo que hacerla diariamente
283. ¿alguna especial que digas no me
284. puede faltar o no se puede acabar ese día sin que yo haga tal cosa...tal actividad?
285. **No, son muchas actividades y yo a todas les doy importancia,**

286. **tampoco me gusta ser rutinaria, de que todos los días tengo que hacer lo**  
287. **mismo, todos los días cambio, siempre trato de buscar el cambio ...**  
288. **igual uno siempre tiene rutinas, porque no es fácil uno estar cambiando todos**  
289. **los días, pero trato de que no sea tan monótono,**  
290. **que no me falte orar, de pronto eso sería como que me hace falta algo siempre**  
291. Esa sería una importante  
292. **Si, así sea poquito, de hecho aprendí a hacer una meditación en la ducha**  
293. **y la hago siempre, entonces el día que no la hago, digo yo,**  
294. **hay me faltó hacer, la meditación**  
295. Esta sería la actividad importante, ¿que sobresale?  
296. **Si, de pronto esa, pero igual cambio, o sea por ejemplo digo hoy voy a meterme**  
297. **al internet porque necesitamos vender esas casas,**  
298. **entonces voy a ponerlas en tales y tales plataformas, cosas diferentes**  
299. ¿Qué pensamientos se vienen a tu mente cuando hablas y/o escuchas acerca de tu  
300. salud física y/o emocional? ¿Qué piensas y/o que sientes?  
301. **Pues, cuando es según el momento, porque si estamos un ejemplo tomándonos**  
302. **unas onces o un té con unas amigas, pues que pereza tratar el tema, si me**  
303. **explico, porque no me gusta que me pobreteen, y que pobrecita o que me**  
304. **miren con lastima, hay no, si me entiendes, entonces mucha gente ni sabe que**  
305. **lo tuve, debe ser determinado momento, porque pues uno tiene que tratar de**  
306. **estar normal, es como pues el denominador común de todo cierto,**  
307. **entonces no me gusta hacer alusión a esto, eso es como un capítulo cerrado,**  
308. **ya, si se tiene que hablar o se presenta la oportunidad pues los positivo y sale,**  
309. **porque no me voy a, hay me paso, imagínese, yo lloraba, yo me la pasaba**  
310. **enferma, o sea como victimizarse más, no, porque pienso que uno no lo debe**  
311. **hacer nunca, en nada, con nadie, si lo sienten o uno de pronto lo transmitió**  
312. **pues bueno ya toco, de malas para uno pero no ...**  
313. Y de pronto frente a escuchar me duele la cabeza, de duele algo  
314. ¿qué piensas frente a esos dolores?  
315. **A ya , siempre tengo ese temor de que cualquier dolor**  
316. **malestar que siento digo hay Dios mío será que volvió,**

317. siempre hay un temor, un pensamiento, pero trato de que no, eso no es nada ,  
318. eso o sea yo como que me pregunto y me contesto,  
319. no eso no es nada, trato de que no intervenga  
320. pero obviamente uno dice, hay le duele determinado lugar del cuerpo, el  
321. estomago o algo, hay Dios mío que será, será algo grave, no sé qué, tiene uno  
322. temores, no sé si se quiten algún día, por ahora no se me han quitado,  
323. trato si de no darles tanta importancia, pero igual uno tiene que estar  
324. prevenido, tiene que estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto  
325. detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a  
326. Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología  
327. Están en control de estar pendientes de ti también...  
328. Adicional a la medicina general que uno tiene, que tu pues vas ,  
329. que me duele una uña , que me duele que se yo , un dolor de estómago, el  
330. cuello, no se justifica irse al oncólogo por eso pero, si es un temor latente  
331. ¿A qué personas has podido ayudar a través de esa experiencia que tuviste?  
332. Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas,  
333. uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios,  
334. se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes,  
335. pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy  
336. ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se  
337. puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo  
338. y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la  
339. tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30,  
340. y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien  
341. pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico,  
342. apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas  
343. entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo  
344. ¿ Sientes que tu familia, seres queridos y otras personas estuvieron cerca para  
345. ayudarte durante el proceso y en la actualidad?  
346. Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto,  
347. cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad,

348. uno se da cuenta quien está con uno y quien no está,  
349. de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se  
350. devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado  
351. y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su  
352. carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó,  
353. y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me  
354. cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo,  
355. yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva  
356. y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro,  
357. porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal,  
358. es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo,  
359. como se dice prueba superada.
360. ¿Qué significado para ti que estuvieran los que debían estar? Mencionabas que estuvo  
361. tu esposo, tu hija, estuvieron los médicos...
362. Mi hijo también estuvo pendiente, pues significa un gran apoyo  
363. ¿Te ayudo en todo el proceso estar con ellos acompañada?
364. Si claro, es muy importante el que uno se sienta que lo aman, que lo quieren,  
365. que se preocupan, es importante, aunque hay momentos donde tú quieres estar  
366. solo, por ejemplo en la quimio, decía déjenme sola porque cuando me traían  
367. la señora, entonces ella comenzaba que el caldito que no sé qué y uno hasta el  
368. olor le afecta, entonces era como peor, y uno está muy sensible,  
369. yo me quedo aterrada uno como graba olores,  
370. mira hay un desinfectante que aplican en la sala de quimioterapia,  
371. no sé si aún lo aplican, pero enserio yo llegaba y no me la habían puesto,  
372. yo llegaba y empezaba a vomitar antes de, te das cuenta como la  
373. predisposición, lo psicológico que uno se forma que ya el solo olor tenia,  
374. se vuelve uno como muy sensible , pasaron los años y mi hija me traía un  
375. juguito que se llama isiri que es de uvas blancas que tiene muchísimas  
376. propiedades nutritivas y antioxidantes y etc. y que ayudan a disminuir los  
377. síntomas de quimio, pues años después que ya no tenía nada que ver, un día  
378. me dieron en la feria de gastronomía la feria internacional, una copita yo me

379. la tome feliz, y yo dije hay esto me lo traía mi hija y era muy caro,  
380. me acuerdo que una caja y pagaba 500.000 pesos por 6 juguitos entonces era  
381. caro, entonces era como muypreciado y ella me trajo como unas 4 cajas,  
382. yo recuerdo que me los tome todos entonces, yo tomaba pues eso me duro  
383. hartísimo , pero igual me las tome juiciosisima, y resulta que con esa copita  
384. cuando yo llegue a la casa vomite toda la noche, entonces a uno le queda eso en  
385. su subconsciente en su mente, cosas así que le marcan, como esa sensación que  
386. tuve en ese momento yo me quede aterrada, no lo podía creer, empezando  
387. porque me gusta, entonces yo decía no puede ser si me gustaba  
388. ¿Ha cambiado en algún sentido tu capacidad de disfrutar la vida?  
389. Si claro, es como uno aprecia cada detalle de la vida, cada viaje que tú haces,  
390. por ejemplo fui a Italia , cuando estuve en Italia y yo decía gracias Dios  
391. por poderme dar la oportunidad de venir a visitar mi hija, de ver esos paisajes  
392. tan lindos, esas culturas tan diferentes, esas ciudades que tal vez no uno las ve  
393. por televisión pero ya vivirlas esa oportunidad yo decía hay tan rico,  
394. entonces lo disfrute al máximo, lo disfruté muchísimo cosas así,  
395. entonces uno disfruta cada cosa, si tú vas por decir algo a Medellín,  
396. tú ya hay vas al pueblito paisa y lo disfrutas, todo lo que tú haces lo disfrutas  
397. al máximo, es un regalo que Dios te da, es un privilegio que tienes,  
398. siempre debes estar agradecido, de poder comer una comida deliciosa,  
399. en un sitio lindo, tantas cosas, aprendes la capacidad de ver la vida  
400. es como más enriquecedora.  
401. Claro el privilegio de estar vivo de darle a cada cosa su tiempo y su valor  
402. No tan mecánico  
403. ¿De qué forma puedes ejercer tu libertad en la actualidad?  
404. ¿Cómo crees? ¿Te sientes libre?  
405. Bueno ,uno crea o no , crea libertades según tu vida  
406. yo por ejemplo todavía no me siento totalmente libre  
407. y decir no tengo ninguna atadura no , porque si tiene las ataduras a su hogar,  
408. a los hijos, a lo económico, porque tú quisiera por ejemplo viajar  
409. todo el tiempo pero económicamente no puedes cosas así, uno siempre tiene.

410. **Ahora los temores uno siempre, temor hay de, va a volver con algún dolor que**  
411. **le da, se me rompieron estos vasitos antier hay eso será grave,**  
412. **que susto, cosas así entonces siempre pienso que uno no tiene total libertad,**  
413. **No sé en qué momento la tenga**  
414. **Puedes llegar a sentirte libre completamente?**  
415. **Libre si me siento por ejemplo de en la actualidad de no estar trabajando y**  
416. **dependiendo en los hoteles como me tocaba pues depender,**  
417. **de un horario, de un protocolo, de un uniforme,**  
418. **todo lo que conlleva ser uno empleado,**  
419. **en este momento tengo la libertad de que tengo mi tiempo,**  
420. **trabajo con mi esposo independiente entonces un día me dedico solo a**  
421. **computador a trabajar, otro fin de semana nos vamos para allá solo a vender,**  
422. **entonces como que manejamos o yo manejo más mi tiempo,**  
423. **porque él es el que está produciendo, entonces**  
424. **no total libertad no me siento todavía**  
425. **¿Crees que es importante trabajar en ello?, en bueno que hace que todavía no pueda**  
426. **ejercerlas, con el tiempo, o más adelante**  
427. **Ese sería el ideal no, lo ideal uno sentirse sin ataduras ninguna pienso yo,**  
428. **pero siempre hay ataduras de toda índole, buenas, malas**  
429. **¿Respecto a tu proceso hubo algún momento donde dejaste de sentirte libre?**  
430. **Durante el proceso diagnóstico, tratamiento y ya al finalizar...**  
431. **Claro tu siempre tienes que estar súper atado**  
432. **porque tú no puedes faltar a una quimio, yo no podía viajar,**  
433. **a mí se me presentaron dos viajes y yo no los pude hacer porque si me voy**  
434. **pierdo mi tratamiento y que es prioridad prioridad es su tratamiento**  
435. **porque es su vida entonces si es súper atadura, de hecho todavía yo digo,**  
436. **Dios mío me tengo que ir, pero me tengo que tomar las pastillas,**  
437. **la vez pasada que me fui un mes entonces tenía que pensar**  
438. **en llevarme la otra provisión, se me acabaron allá y allá tuve que comprarlas,**  
439. **gracias a Dios lleve la historia porque el doctor Bello me dijo,**  
440. **llévala por si cualquier cosa, porque como tienes prótesis,**

441. **nosotros los colombianos en las revisiones, que lleva ,**  
442. **que no lleva y me sirvió mucho, porque allá se me acabaron**  
443. **y me toco allá en oncología comprarlas, entonces uno tiene bastantes ataduras,**  
444. **al proceso de que tienes que ir a control cada mes , esos son ataduras,**  
445. **que tienes que depender de esa medicina,**  
446. **entonces si me voy a ir tres meses tengo que primero consultar con el medico**  
447. **No es una decisión que solo depende de ti?**  
448. **No es como que tu estas bien totalmente y claro que lo puedes hacer**  
449. **pero todo tiene que ser con que el médico te lo diga,**  
450. **que tienes que llevar etc., Uno piensa no hay problema, pero si el día que no te**  
451. **tomes la medicina pues puedes recaer**  
452. **entonces uno tiene que siempre ser juicioso**

### **ENTREVISTA 3**

**FECHA:** 20 de marzo de 2015

**HORA:** 4:00 pm

**Entrevistado - En Negrita: L.M**

Investigador - Sin Negrita: Diana Marcela Molano

Durante este encuentro, se inicia retomando, la información previa dada durante la última pregunta respondida y se continúa con la entrevista, para dar resolución a las preguntas del instrumento faltantes.

453. **Retomando el ejercicio de la anterior entrevista y algunas otras preguntas, L.M**  
454. **¿Cuáles momentos de tu infancia fueron más significativos para ti?**  
455. **Los momentos de mi infancia, tenía un papa muy consentidor,**  
456. **entonces él los domingos me llevaba a pasear a Monserrate y yo era feliz,**  
457. **era feliz cuando me llevaban muñecas, esas muñecas que tenían harto pelo,**



458. así monas ,de hecho yo me case muy joven, porque yo me case cuando tenía 15  
459. años súper joven y lo único que me saque de mi casa, fueron mis muñecas y mi  
460. ropa entonces para mí eso era lo más importante en la vida y me hacían  
461. muy feliz, igual fui la menor de seis hermanos entonces  
462. como que siempre todo mundo me consintió y como que yo hacía lo que quería  
463. entre comillas, igual uno que puede hacer, no había tantos peligros como hoy  
464. en día, a mí en la vida me ofrecieron droga, en la vida me ofrecieron cosas así  
465. De tu infancia desde tu nacimiento hasta los diez años ¿hay algún otro recuerdo  
466. importante de tu niñez específicamente?  
467. Esa fue la época que mi papa me llevaba a Monserrate  
468. Y bueno yo en la casa jugaba con muchos niños con vecinitos y había un patio  
469. muy grande y yo corría en ese patio, hacia lo que quería, jugaba con piedras,  
470. tierra, trompos, me gustaba jugar con más niños que niñas porque mi hermano  
471. era más o menos contemporáneo y él se llevaba a sus amigos, ellos eran mis  
472. amigos, entonces siempre nos dejaron hacer muchas cosas que hoy en día uno  
473. no le deja a los niños hacer, porque se ensucia, yo volvía ese patio una nada y  
474. nunca me decían nada, entonces uno compara y ve la diferencia y pues era muy  
475. feliz además era líder como que siempre me gustaba, ser como líder, yo ponía  
476. la tienda, tomaba la iniciativa  
477. Qué momento vivido durante tu pasado que pudieras realizar ,Hoy te gustaría  
478. repetir? Un momento que haya significado mucho y pudieras revivirlo  
479. Bueno fue una época de adolescente, viví muy poquito de adolescente porque  
480. me case muy joven, entonces seguí estudiando y había un grupo de danzas  
481. Y me encanta bailar, de hecho mis hijas las dos últimas como que heredaron  
482. esa parte, me encantaba danzar, me encantaba participar en concursos de baile  
483. y es Una etapa que si se pudiese volver a vivir lo haría ,  
484. porque fui muy feliz en esa etapa  
485. Cuál es el momento más importante que has vivido en tu vida hasta hoy?  
486. No tengo uno importante tengo varios  
487. Uno significativo que tú digas este es muy importante  
488. Pero en este momento, hay muchos momentos importantes,

489. cuando tú te gradúas es un momento importante, cuando nacen tus hijos es un  
490. momento importante, cuando ellos se gradúan , son muchos momentos  
491. importantes y satisfactorios que tú tienes a lo largo de tu vida, solo uno es  
492. difícil , porque cada cosa tiene su significado y la gran importancia  
493. Que recuerdos significados recuerdas haber vivido durante los últimos cinco años?  
494. Pues obviamente el proceso de cáncer que tuve, porque ya no lo tengo, se dice  
495. que el cáncer es incurable, que no tiene cura, pero cuando un doctor no  
496. recuerdo el nombre que es el director del oncológico en un papel que me  
497. mando me dice que ya la Señora L. M ya no tiene cáncer, él lo dijo  
498. como con la tutela, como justificando su proceso, cuando él lo escribe yo digo  
499. ya no lo tengo, lo dijo el médico, lo dice él, entonces es como algo significativo,  
500. que te digan ya no lo tienes  
501. ¿Algún otro que recuerdes durante estos últimos cinco años?  
502. Del 2010 al 2015 momentos significativo, además de todo el proceso  
503. que viviste con el cáncer, que otro momento puede ser positivo o negativo  
504. Pero que signifique mucho para ti?  
505. Negativos son obviamente tanto como positivos hay muchos, porque  
506. que de positivo tiene tener cáncer, nada es un negativo grandísimo  
507. que te quiten un seno y te hagan la mastectomía es algo negativo,  
508. y muy significativo en la vida de cualquier ser humano,  
509. porque de hecho tengo un compañero que tiene cáncer en la tetilla,  
510. entonces para cualquier ser humano es fuerte, entonces negativo hay mucho  
511. en el proceso hay si todo en la quimioterapia, en la radioterapia tuve una  
512. quemadura horrible, no duele porque tú te acuestas y una maquina te pasa y  
513. no te duele pero las consecuencias el dolor, en la terapia a mí me quitaron  
514. ganglios de hecho no podía ni si quiera levantar el brazo.  
515. ¿Ya ahora tienes toda la movilidad?  
516. Si toda, porque yo hago mucho ejercicio, fui a terapia y me aprendí la terapia,  
517. porque primero la EPS no te la vuelve a dar , y segundo la idea es que se la  
518. aprenda uno, que eso es lo que hago los martes especialmente en el gimnasio,  
519. que lo hago más por salud que por vanidad, entonces las cosas como tu las

520. **aprovechas como tú las enfoques, entonces me ha servido muchísimo,**  
521. **porque tengo mis ganglios perfectos.**  
522. **¿Qué recuerdos agradables conservas del último año vivido?**  
523. **Bueno tengo muchos**  
524. **Citemos tres recuerdos importantes**  
525. **Bueno, el más importarme para mí, fue el poderme reunir con mis hijos,**  
526. **los que viven en el exterior y mis nietos, es muy difícil porque viven en Europa,**  
527. **son cinco personas que viven allí que son el esposo y las tres hijas de ellos**  
528. **Es decir mis tres nietas, el reunirnos era muy difícil porque**  
529. **de pronto viene uno o voy yo pero el estar todos reunidos era muy difícil,**  
530. **entonces Dios me regalo de navidad el poder tenerlos a todos,**  
531. **y estuve muy feliz de ver los niños tan grandes de ver mi familia cómo ha**  
532. **evolucionado, poder compartir la cena, el asado, todo lo que uno hace en**  
533. **familia, eso no lo podíamos hacer en los últimos cuatro años por lo que te digo,**  
534. **ellas están lejos, mis dos hijas, mi otra hija vive en Buenos Aires, entonces en**  
535. **que todos tratamos de ayudarnos para que todos pudiéramos estar fue**  
536. **grandioso, de lo más significativo del 2014 y entrando el 2015 porque fue**  
537. **también año nuevo,tuvimos un proyecto que no se nos dio pero fue una gran**  
538. **experiencia, no se dio el negocio pero compramos una finca en tenjo muy**  
539. **bonita, muy linda íbamos a hacer un proyecto de casas campestres, entonces**  
540. **como que soñamos bien alto, no se dio porque la licencia no nos la otorgaban**  
541. **para construir ese tipo de vivienda, haya solamente se puede construir parques,**  
542. **hospitales, era urbano pero le colocan una palabra que es dotacional, solo se**  
543. **pueden construir determinadas construcciones, que sea algo social entonces no**  
544. **era nuestro objetivo, pero fue una experiencia bonita que soñamos, otra**  
545. **experiencia fue que mis dos hijas se graduaron una de universidad y otra de**  
546. **bachillerato entonces es una satisfacción que uno siente,**  
547. **una alegría grandísima, son emociones y felicidad que le llega a uno,**  
548. **es el esfuerzo muy grande de muchas personas**  
549. **¿Qué momentos significativos has vivido durante el último mes?**  
550. **El que mi niña este aprendiendo a hablar inglés me ha hecho feliz este último**

551. mes, que está tomando un curso intensivo en una escuela muy buena, moderna,  
552. como fuera del contexto, me ha hecho feliz.
553. ¿Qué momento significativo has vivido durante la última semana?
554. El compartir con mi esposo el almuerzo de fin de semana, que lo tratamos de  
555. hacer más especial salimos a Sopo, nos comemos un postrecito,  
556. tratamos de que sea diferente a la cotidianidad de todos los días,  
557. soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial  
558. donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia  
559. y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la  
560. lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento  
561. mucha satisfacción y trato de no faltar nunca, porque santifican el agua entre  
562. otras cosas, en donde vivo siempre tengo un espacio confidencial para orar,  
563. aunque yo oro en cualquier parte de hecho cuando estoy  
564. en la ducha hago una meditación.
565. ¿Qué momento importante has vivido hoy?
566. El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante,  
567. y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien,  
568. el otro importante fue la consulta con mi doctora que me dijo que todo estaba  
569. bien, el compartir el almuerzo con mi niña, son momentos importantes
570. ¿tienes planes para los últimos días?
571. Planes siempre trato de realizar, por ejemplo mañana por la Mañana  
572. tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas  
573. que no conozco y una o dos amigas que conozco,  
574. vamos a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo  
575. que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me  
576. comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por  
577. poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la  
578. venta de una casa y un Apartamento que necesitamos venderlo pronto,  
579. también quiero ir a cine, me gusta ir a cine vamos con mi esposo y la niña  
580. vamos los dos, me gusta ir a cine porque uno como que se transporta  
581. a otra realidades, no me gusta las películas de miedo

582. **pero si me gusta ir a cine disfrutar unas palomitas**
583. **¿Te has propuesto desarrollar actividades en tu hogar?**
584. **Si claro, por decir algo ayer embetune mis muebles, siempre trato de hacer**
585. **una actividad de organizar, casi no me gusta que venga la empleada**
586. **me gusta hacerlo yo, porque en si yo lo hago como a mí me gusta,**
587. **porque me gusta la privacidad, me gusta cambiar las cosas de sitio**
588. **¿tienes sueños por cumplir en este tiempo? ¿Cuáles te gustaría cumplir?**
589. **Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible de algo**
590. **No se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante,**
591. **tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es**
592. **que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la**
593. **cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar**
594. **por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso**
595. **es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años,**
596. **entonces quisiera que me saliera pronto,**
597. **otro sueño quiero ir a Buenos Aires, quiero ir porque no lo conozco con mi**
598. **esposo y con mi hija. y eso serían los tres sueños.**
599. **¿Cómo te gustaría ser recordada cuando no estés en este mundo?**
600. **Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo**
601. **mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el**
602. **Bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a**
603. **saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos**
604. **siempre hay gente que lo quiere o que no lo quieren, es como lo normal del ser**
605. **humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si**
606. **pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila.**
607. **¿Crees que estas preparada para morir?**
608. **No creo que esté preparada**
609. **¿Crees que algún día vas a estar preparada?**
610. **Si se que algún día lo estaré, en este momento no me quisiera morir, entonces**
611. **no pienso que esté preparada, si bueno si Dios dijo un día Luz Mercedes nos**
612. **montamos al tren me imagino que en el momento tendrá que ser, pero que yo**

613. me prepare para morir no, me preparo para vivir ,
614. pero si organice las exequias entonces compre un programa exequial,
615. para que mi familia no esté en la angustia económica, siempre procuro tenerlo
616. para la familia es como la formalidad que hay para ese momento
617. ¿Si tuvieras la oportunidad de hacerlo le dirías algo a la mayoría de personas que
618. van por la vida desperdiciando su tiempo y creyendo que nunca van a morir?
619. Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan
620. Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir
621. Como pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza
622. que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud
623. con un mundo por delante entonces pienso que uno la vida la debe amar
624. muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar,
625. gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir,
626. gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente que
627. luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra
628. enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas
629. y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo
630. desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio.
631. ¿Y qué mensaje les dirías a esos adolescentes específicamente?
632. Pues e mensaje más grande es amarte a ti mismo y amar la vida
633. Y como dicen amar a Dios sobre todas las cosas como dicen los mandamientos,
634. es verdad hay que hacerlo de esa forma, en primer Lugar amar a Dios sobre
635. todas las cosas, amarse uno mucho ,quererse, cuidarse y amar la vida con todos
636. los sin sabores que tiene porque no es fácil, muchas veces pasa uno situaciones
637. difíciles, de dificultades económicas, emocionales,
638. tantas cosas pero siempre la vida es bella.
639. ¿Cuáles son tus fortalezas en la actualidad? A nivel físico, emocional
640. Pues el estar actualmente bien de salud, pienso que mi emocionalidad no sé si
641. sea la palabra correcta es equilibrada, fortalezas pues como el ser receptivo y
642. aprender todos los días, todos los días uno aprende, las personas todos los días
643. creces con las adversidades con lo bueno con lo malo siempre debes crecer

644. **tanto emocional como espiritual, tu estas creciendo y aprendiendo**
645. Y ¿valores que te definen hoy día? Es decir Luz Mercedes es una persona...
646. ¿Cuáles podrías decir que serían esos valores?
647. **Pues yo siempre he sido una persona luchadora, le he inculcado eso a mis hijos**
648. **y a mis hijas, siempre he tenido como la verraquera de meterme en proyectos**
649. **grandes, pequeños, de salir adelante, de estar activa,**
650. **de o sea son valores que uno tiene que inculcarse uno mismo,**
651. **porque nadie te va a decir tu eres perfecta, también tengo muchos defectos**
652. **y también he tenido muchas falencias pero lo que me fortalece pienso**
653. **que es también la constancia de hacer algún proyecto, el transmitirle los**
654. **consejos a mis hijos animarlos, afortunadamente hoy las comunicaciones**
655. **son grandiosas nosotros tenemos un grupo en whatsapp que se llama familia**
656. **bonita y como estamos regados como por todo lado, en un momento en que se**
657. **cruzan los horarios y no nos podemos hablar y como halla es de día y aquí es**
658. **noche, estamos trabajando o están estudiando etc. entonces cuando nos**
659. **podemos conectar todos entonces es grandioso y como la comunicación entre**
660. **todos fluye y nos damos consejos mutuos en esos, como yo soy la mama soy la**
661. **que mas derecho tengo a dar consejos, entonces soy la que como que les dice**
662. **pero todos son personas**
663. **muy valiosas en ese aspecto, yo le digo a mi hija que ella debió ser escritora**
664. **porque ella escribe hermoso o abogada que se yo**
665. ¿Cómo te ves en 6 meses?
666. **Pues lo que te decía la idea es el negocio , la idea es el poder viajar**
667. Lo relacionas mucho a los sueños ya como unos hechos
668. **Exacto quisiera pues tener esa y pues igual seguir con salud,**
669. **verme ojala con unos kilitos menos,**
670. **un poquito menos de hecho con este tratamiento, sube uno de peso, me subí 6**
671. **kilos y es muy difícil bajarlos, es el tamoxifeno, es la medicina que uno**
672. **consume, entonces así tú hagas dieta, si tiende uno a subir de pesito**
673. ¿Logras identificar lo que sientes y piensas a diario?
674. Es decir te das ese tiempo para ti misma, de preguntarte como me siento ¿Que estoy

675. pensando hoy?, para la autorreflexión...
676. **Pues de hecho cuando uno medita hace mucha reflexión, con uno mismo**
677. **y claro que me autocritico, digo hay yo no debí decirle a aquella persona,**
678. **de pronto cometí una imprudencia o de pronto deje de hacerlo,**
679. **de decir algo que tenía que decir claro uno lo hace,**
680. **entonces uno siempre tiene que hacer como un balance,**
681. **en las noches yo tengo un librito que leo que es para la noche**
682. **y ahí, aplican como un salmo, y tú en ese salmo como que lo aplicas hacia la**
683. **vida y te después haces como el resumen del día**
684. **y al mismo tiempo los salmos dan como consejos**
685. **se puede tomar para la vida, entonces eso lo hago por las noches 5 minuticos**
686. **¿Has logrado descubrir tus potencialidades en este tiempo?**
687. **De pronto después de haber salido de todo el tratamiento algunas nuevas,**
688. **cosas que no sabías que podías hacer y en este último tiempo**
689. **has podido decir huy puedo hacer esto**
690. **Bueno uno de pronto se vuelve un poquito más seguro, porque uno crea**
691. **seguridad de pronto uno le da pena x o y cosas, ya no tanto, por bobadas**
692. **realmente son bobadas que uno crea igual a uno ya le resbala,**
693. **no hay que ser como tan cuadriculado en muchas cosas**
694. **Eso en ese sentido alguna otra cosa que puedas decir**
695. **luz mercedes después de toda esa experiencia logro...que no sabía que podía hacer**
696. **Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso**
697. **fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así**
698. **lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no**
699. **siempre he estado, este como se dice así en la inmunda,**
700. **no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles,**
701. **porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy**
702. **consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy**
703. **fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como**
704. **anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar,**
705. **nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta,**



706. nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá,  
707. ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película,  
708. empezó a llenársenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo  
709. lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios  
710. mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos,  
711. que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama  
712. todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el  
713. relajó, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila  
714. y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos hecho de  
715. menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas,  
716. entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia,  
717. pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza  
718. y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo  
719. y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la  
720. lancha, entonces yo decía fijate que uno no descubre eso sino hasta una  
721. vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico  
722. pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago.  
723. Gracias a Dios siempre he estado como con la bendición de mi señor.  
724. ¿Cómo te describirían tus familiares y amigos después de haber vivido la etapa que  
725. viviste?  
726. Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera,  
727. entonces me sienten como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy  
728. valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir  
729. y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía,  
730. de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre pensar que va a salir  
731. bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la  
732. convicción de algo, esa energía que tú emanar es positiva, como cuando tú  
733. dices, hay me voy a enfermar, te enfermas,  
734. si porque es como la energía que el universo le trae a uno.  
735. ¿Crees que con tu enfermedad otras personas se afectaron durante el proceso?  
736. Familia, amistades...

737. Yo creo que la familia cercana se afecta, tanto emocional como el convivir  
738. económicamente se afecta, claro, por ejemplo, ya yo no podía producir lo que  
739. antes producía, se afectó mi niña porque era a quien yo le mandaba  
740. a Buenos Aires dinero para ayudarla, ella tuvo que trabajar,  
741. ella si le ha gustado trabajar afortunadamente siempre ha hecho algo como  
742. alterno para poderse ayudar, entonces, eso le ayudo mucho, pero ya yo no le  
743. podía ayudar con la misma capacidad de antes, entonces se afectó muchísimo,  
744. se afectó emocionalmente ellos, tienen que haberse afectado  
745. porque de hecho el que su mama este con una enfermedad tan grave  
746. como es el cáncer, a mi niña María Paula yo pienso que le afecto mucho  
747. a pesar de que siempre era la más fuerte de todas,  
748. tanto así que en una curación que vino a visitarme la niña de Buenos Aires,  
749. por casualidad esa vez me toco cirugía entonces como en mi proceso no me  
750. podía mojar un seno y el otro si, entonces para ducharse uno pues es incómodo,  
751. por lo general uno la niña lo ayuda que a ponerse la toalla,  
752. que al vendaje, cosas así, la de Buenos Aires, se mareo,  
753. y salió y se acostó en la cama porque no podía de la angustia,  
754. María Paula pues como esta tan acostumbrada ella es de una,  
755. como si nada, entonces la misma porque le ha tocado como vivir conmigo todo  
756. el proceso, entonces la fortaleció, y bueno de hecho a veces el psicólogo  
757. del colegio me decía que la veía llorando, obviamente eso tiene que estarla  
758. afectando en algún momento y claro porque ella es una niña, y como todas sus  
759. hermanas y sus sobrinas se fueron, ella estaba más solita afrontar  
760. Que movilizo verlos a ello en ti?  
761. A mí me generaba obviamente tristeza, de ver que ellos hayan tenido que ver  
762. esa vivencia, me sentí también como pues el empuje de demostrarles  
763. que eso también me ayudaba en parte a mí porque yo me mostraba más  
764. valiente, más tranquila, no me duele nada, estoy perfecta, que ellos me vieran  
765. bien, para que se sintieran bien, para que obviamente si me ven así triste,  
766. llorando ellos van a estar mal entonces no,  
767. siempre saque como esa fuerza para estar mejor.

768. ¿Qué sientes al ver a otras personas que pasan por el proceso que tú pasaste?
769. **Mmm hace poco se sentó al lado mío, una señora ella empezó a contarme su**
770. **proceso, me inspiro una ternura impresionante, me inspiro, como quería como**
771. **abrazarla, si me entiendes, era una desconocida ósea la acababa de conocer,**
772. **pero ella se puso a contarme y yo me puse a escucharla,**
773. **todo lo que ella estaba viviendo, sintiendo, fue como un desahogo que ella tuvo**
774. **en ese momentico, mientras nos daban un papel algo así,**
775. **entonces si me inspiro como muchas ternura, como tristeza, como bueno al**
776. **mismo tiempo, pues le di consejo le di valor, trate de proyectar alegría, no de**
777. **decir a pobrecita, no pero si me hizo sentir como un poquito de nostalgia.**
778. De revivir todo eso que tú ya pasaste
779. **Si y como yo en las oraciones que hago digo que, pues ojala que eso se vaya de**
780. **este mundo, que no le toque vivirlo a nadie, a ninguna mujer ni a ningún ser**
781. **humano, siempre pues en mis oraciones digo algo así,**
782. **dentro de las peticiones que uno tiene personales,**
783. **que se fuera esa enfermedad y muchas otras , digamos esta porque me ha**
784. **tocado vivirla.**
785. ¿Logras expresar el afecto a tus seres queridos?
786. **Si claro, me gusta abrazarlos, los abrazo con mucho amor,**
787. **todas las veces que me es posible,**
788. **de hecho cuando nos levantamos con mi niña nos abrazamos,**
789. **si casi nadie lo hace, nos abrazamos, nos saludamos, siempre somos emotivos,**
790. **cariñosos, siempre nos decimos que nos amamos,**
791. ¿Crees que ellos hacen que tengan una mejor relación, una mejor comunicación?
792. El expresar el afecto
793. **Claro, expresar afecto es muy sano, pienso que es hasta terapia ,**
794. **entonces el que te digan te amo, que te quiero, que te aprecio,**
795. **todo eso es muy bonito, decírselo a las personas más cercanas más aun,**
796. **decírselo a una amiga también.**
797. Si pudieras ubicarte en el lugar de alguno de tus seres queridos que pensarías o
798. sentirías frente a tu condición? Es decir si tú hubiera sido tu hija o tu esposo, que

799. pensarías de ti...
800. Hay no sé pero digo yo que ojala a mí me pase todo lo malo,  
801. y que a ellos no les pase nada, si tiene que pasar algo malo,  
802. pienso que no les pase nada malo ni que ellos estén en mi posición,  
803. por el contrario, oro y siempre estoy pensando en que nunca les sucede de  
804. hecho porque uno dice hay que los genes, que de pronto le puede dar a una hija  
805. o a una nieta, o todo eso entonces digo oro a Dios y le pido que se quede ahí en  
806. mi, si lo tuve que vivir y soportar lo hago yo, pero no ellos y menos a mis seres  
807. queridos y que nunca ojala estén, que se cierre ahí el ciclo.
808. ¿Cómo podrías ayudar a otras personas hoy en día?
809. Aparte de cómo tú decías contarles las historia, has pensado en otra forma de ayudar  
810. a las personas, no solo mujeres que estén diagnósticas, sino en general.
811. Pues, cuando voy a estas fundaciones casi siempre,  
812. también he ido a ámese, estas fundaciones casi siempre hacen como un círculo,  
813. y este círculo no me gusta ir mucho porque está la señora que  
814. se pone a coser y coser y pintar o trabajos manuales y como que todas hablan  
815. del mismo tema todo el tiempo, entonces no me parece como, bueno no sé, la  
816. idea es algo diferente, si olvidarse de ese tema, pero cuando tengo la  
817. oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan,  
818. siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia  
819. las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno,  
820. que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como  
821. es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía, yo fui más sin  
822. embargo el médico que me hizo la ecografía fallo porque él dijo eso es normal  
823. esos nódulos son normales  
824. y eso hizo que me venga en un año y eso hizo que creciera más,  
825. avanzara más y que mi tratamiento fuera más agresivo,  
826. fallo el concepto del médico, el debió decir hay algo, mejor una biopsia,  
827. hacer otro proceso que es más riguroso, desafortunadamente me toco ese  
828. médico que era como cumplió su horario de trabajo fue y firmo su planilla  
829. para que le pagaran, y no estaba ahí trabajando porque si él en ese momento

830. me manda a una biopsia solamente mandar una orden porque cuando la  
831. doctora me dijo cuanto hace que le hicieron , yo iba juiciosa a mis controles, y  
832. me decían que era normal, entonces ella dijo pero como no la han mandado  
833. antes a una biopsia, yo dije pues ya que, no me iba a desgastar peleando con ese  
834. ser, lamentablemente sigue dando exámenes a otras personas,  
835. sin el criterio, esa es una falla, porque si debí de presionar,  
836. de cuestionarme, por su culpa que no me mando a hacerme un examen pude  
837. morir y no me parece siendo ya como un señor mayor, no me acuerdo el  
838. nombre, de hecho no se trata de perjudicarlo, pero si debe haber un criterio  
839. medico más responsable, entonces también uno debe insistir, yo debí pedir otra  
840. segunda opinión, me dormí, me confié porque dije a esta bien en un año voy y  
841. luego al otro año voy si así como 3 años todo eso hizo que mi tratamiento fuese  
842. más agresivo y estar a punto de morir, siempre hay que pedir una segunda  
843. opinión, conocerse uno mismo insistir, si hay que luchar contra el sistema,  
844. pues luchar.  
845. ¿Ese sería como el mensaje que tú dejarías a otros a través de la experiencia que  
846. viviste?  
847. Si claro, uno debe ser como mas no se...  
848. yo dije no solo fue culpa del médico, también fue culpa mía  
849. porque si yo digo voy a pedir una segunda opinión de otro médico,  
850. de pronto de otro como la doctora que me toco después, que me formulo la  
851. biopsia que en mi caso fue lo único que determino que había cáncer.  
852. Bueno, y ¿Qué estrategias utilizaste durante el tratamiento,  
853. para no estar limitada y poder realizar tus actividades diarias?  
854. Me aferre a Dios sobre todo y tuve mentalmente la convicción y seguridad  
855. que yo podía vencer, con las primeras quimios al día siguiente  
856. asistía al grupo de yoga, con mi peluca y mi traje blancocomo todas las demás,  
857. las ultimas fueron mas fuertes, cuando me recuperaba , me acicalaba  
858. y salía con alguna amiga, al centro comercial, de compras o almorzar,  
859. en fin, socialice y trate de seguir adelante, que lo que tenia que vivir  
860. era solo un sueño( quimios, cirugías,radioterapias, y hospitales)

- 861. cuando pasaban volvía a seguir mi vida**
- 862. Finalmente, ¿Qué crees que te hace falta, para mostrar al mundo
- 863. una mejor versión de ti?
- 864. Como todo ser humano cada día aprendo de las personas**
- 865. y de las situaciones buenas o malas que nos hacen crecer cada vez más,**
- 866. aprecio cada momento de vida y esto se refleja en mi**
- 867. y es lo que proyecto hacia los demás**
- 868. L.M muchas gracias por tu tiempo, por contar tu historia y por permitirnos
- 869. conocer un poco de ti a través de la entrevista
- 870. Con mucho Gusto**

**MATRIZ DE ANALISIS POR CATEGORIA: B.B**

**Tabla 5.** Matriz de análisis por categoría B.B

<b>CATEGORIA: Valores</b>			
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
Sensibles	<p>“Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE A: 19-20)</p> <p>“Bueno, pues es que trabajo en las tardes hasta muy tarde de la noche, entonces pues realmente no me queda así como más tiempo” (U.S. PARTICIPANTE A: 22-23)</p> <p>“Si tuve que aplazar un tiempo y me demore obviamente en graduarme porque yo tenía como una fecha para graduarme, me demore un poco más, pero, pues que me haya ido como mal y todo eso...no....pues que me toco aplazar realmente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 105-108)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer</p>	<p>Son los valores de mayor subjetividad, según Martínez, hacen referencia a la preferencia de bienes que generan goce y placer, basado en el agrado o desagrado que producen, es decir que conducen al placer, la alegría y el esparcimiento.</p>	<p>Para B.B el placer y/o gozo son encontrados principalmente en la música y la lectura, sin embargo tengo la sensación que en las circunstancias de un tratamiento médico y quirúrgico tan complejo, se convirtieron en una fuente de esparcimiento, que le permitían distanciarse del dolor, los medicamentos, los exámenes, las cirugías entre otros.</p> <p>Ahora bien, el hecho de aplazar sus estudios, genero una ambivalencia entre lo que quería en la actualidad y los cambios que se tenían que generar, afectando desde luego su futuro.</p> <p>Siento que aunque B.B no lo manifieste el hecho de que su cuerpo presentara cambios tan repentinos, la lleva a tomar una postura diferente</p>

	<p>algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir, entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor, eso me pasaba mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque pero al final es todo lo que ha guardado, entonces como que emocionalmente dejo fluir lo que siento” (U.S. PARTICIPANTE A: 220-226)</p>		<p>para consigo misma, aprendiendo que la belleza está más allá del físico y que su bienestar tenía que ser reflejo de cómo se sintiera aun tras haber pasado por varias cirugías.</p> <p>Considero que lo más complicado para B.B está directamente relacionado con la manera que canaliza sus emociones, ser tan reservada hace que enmascare y refleje mucha fortaleza, por eso los libros y la música se concierte en ese escape alentador de una realidad que es ineludible.</p>
Vitales	<p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A: 26-32)</p> <p>“Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería</p>	<p>Estos valores están enfocados en el bienestar, es decir que se encuentran subordinados a sentimientos como: salud, vigorosidad, productividad y la fuerza vital, adicionalmente a los bienes económicos o de otra índole que los facilitan.</p>	<p>Siendo una mujer tan joven, B.B se enfrenta a una enfermedad como el cáncer de seno que cambia totalmente su percepción de muchas cosas en su vida, entre tanto, los planes trazados a mediano plazo, tenían que ser sometidos a grandes cambios, ya que las cirugías no le permitían llevar su vida como antes.</p> <p>Su búsqueda del bienestar se vio enmarcada en leer mucho, temas de</p>



	<p>hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. PARTICIPANTE A: 41-47)</p> <p>“Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas y hasta cierto punto es muy frustrante pero también pues uno saca fuerza de ese mismo dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 65-69)</p> <p>“Leo mucho, después que sucedió lo de mi enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemoción entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. PARTICIPANTE A: 76-81)</p> <p>“Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado, digamos la parte de las cirugías y todo esto y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un</p>		<p>crecimiento personal, como la Bioneuroemoción, estar sometida a tantos tratamientos generaron frustración en un principio, puedo decir que profundo dolor aunque ella no lo manifieste.</p> <p>Del mismo modo, ser sobreviviente de cáncer de seno se convierte en una oportunidad para ser más fuerte, vigorosa y productiva, tanto que aprende a reconocer los llamados que su cuerpo hace con más responsabilidad, tengo la sensación que antes de conocer el diagnóstico, B.B tenía una postura diferente de la vida y su salud no era un tema tan importante por el hecho de ser joven.</p> <p>En la actualidad, tiene 22 años y puedo decir que es más consciente de las implicaciones que trae consigo estar enfermo, por ello manifiesta los cuidados que debe tener, haciéndose los controles y tomando los medicamentos que el médico considere oportunos para que su calidad de vida no se vea afectada por una recidiva del cáncer de seno.</p>
--	---	--	--

	<p>acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 86-92)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p> <p>“En ese momento, pues yo estuve muy acompañada por mis familiares y amigos, mucho, todo el tiempo</p>		
--	--	--	--

casi alguien estaba conmigo acompañándome, por ejemplo en cosas muy tontas como ver un programa de televisión o una película, pero entonces todo esto te ayuda mucho a no sentirse solo y digamos que también tuve mis momentos de soledad, porque uno necesita ese tiempo como de introspección y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 191-200)

“Pues digamos que obviamente con la salud emocional uno queda como, digo física, uno queda como mm, como decirlo, como prevenido, entonces cualquier cosa uno como que le presta más atención a los llamados del cuerpo, no...obviamente todo el tiempo tienes que estar en controles y verificando que todo esté bien; emocionalmente también como que me preocupo mucho por mí misma, me entiendes, como que no y no permito tanto que lo exterior me afecte a tal punto, que no se, que me produzca digamos un dolor de estómago o algo así si no me preocupo mucho por estar en bienestar lo más que se pueda hay cosas que son difíciles de manejar pero en general si trato de estar bien” (U.S. PARTICIPANTE A: 207-217)

Estéticos	<p>“Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado, digamos la parte de las cirugías y todo esto y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 86-92)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arréglame las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre me ha gustado tener mis cosas, no de pronto tan ordenadas, pero si en mi orden, porque me gusta tenerlas de cierto modo” (U.S. PARTICIPANTE A: 118-119)</p>	Están orientados en aquellas reacciones que tienen los seres humanos de agrado, aprobación y aprecio que generan armonía, orden, belleza etc.	<p>Estar enferma no hizo que se quedara en casa llorando y aunque los cambios en su estilo de vida fueron evidentes, me parece muy valioso que B.B estuvo alerta en los cuidados que su apariencia personal necesitaba, para sentirse bella, sin importar que tuviera drenajes en los senos y cicatrices.</p> <p>Me parece importante y valioso en B.B que aunque fuese tan joven, la madurez que adquiere tras el proceso vivido mantienen su estilo particular reflejando armonía y a su modo orden.</p>
Intelectuales	<p>“No, creo que estoy trabajando en eso, siempre, todos los días como en tomar conciencia de las cosas que no quiero eeee demostrar y las cosas que me gustaría cambiar de mi misma y siempre trato cada día de sacar una mejor de mí misma” (U.S. PARTICIPANTE A: 71-74)</p> <p>“Leo mucho, después que sucedió lo de mi</p>	Están directamente relacionados con la búsqueda de la sabiduría.	Debo decir que si existió una búsqueda de la sabiduría, por parte de B.B en aspectos como: leer, investigar, estudiar Gastronomía e idiomas, lo que más destaco es que en su búsqueda logra sanar temas de su pasado, perdonar, perdonarse y vivir su vida

	<p>enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemocion entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. PARTICIPANTE A: 76-81)</p> <p>“Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado, digamos la parte de las cirugías y todo esto y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 86-92)</p> <p>“Pues yo trate de ir a clase lo más que podía, obviamente los postoperatorios habían unos largos y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir, pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía, habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy muy grave pues ir a clase” (U.S. PARTICIPANTE A: 97-103)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir</p>		<p>con más intensidad.</p> <p>Me parece muy valioso destacar que pese a los cuidados que debía tener tras las cirugías B.B nunca abandono sus sueños, aunque tuvo que aplazar varios semestres, hoy es Gastrónoma y ya se encuentra trabajando.</p> <p>Me sorprende que una mujer tan joven se interese tanto por “Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles, cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas cosas”, puedo decir que es una persona que se exige mucho intelectualmente.</p>
--	---	--	---

	<p>mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“No, estuve estudiando italiano, un tiempo y luego francés y pues si básicamente hacia eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 128-129)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quiera, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 197-200)</p> <p>“Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles, cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas cosas” (U.S. PARTICIPANTE A: 202-203)</p>		
Éticos	<p>“No, creo que estoy trabajando en eso, siempre, todos los días como en tomar conciencia de las cosas que no quiero eeee demostrar y las cosas que me gustaría cambiar de mi misma y siempre trato cada día de sacar una mejor de mí misma” (U.S.</p>	<p>En estos valores se ve reflejado el valor del bien y la perfección de la persona, en la justicia, la honestidad, la sinceridad, solidaridad.</p>	<p>B.B. es una mujer muy perfeccionista, en su búsqueda por ser mejor persona, hace fuertes cuestionamientos para consigo misma, manifestando que trabaja en tomar conciencia de aquello</p>

	<p>PARTICIPANTE A: 71-74)  “Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado, digamos la parte de las cirugías y todo esto y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 86-92)  “Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)  “Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que</p>		<p>que debe y que no debe cambiar.</p> <p>Aunque se cuestiona y se juzga muy duro, este proceso de enfermedad le permiten quererse mucho más, aceptarse y atesorar los valores, cualidades, habilidades y destrezas que la caracterizan.</p> <p>Me conmueve mucho que siendo una mujer tan joven, se diera la oportunidad de compartir con las investigadoras su testimonio, a partir de 57 preguntas pudimos conocer su sinceridad, solidaridad y honestidad.</p>
--	---	--	--

	<p>ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p>		
Sagrados	<p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A: 36-38)</p> <p>“Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. PARTICIPANTE A: 41-47)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no se pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy</p>	<p>Estos valores están enfocados en la búsqueda incansable del ser absoluto, fundamentado en la persona como sumo bien o en Dios para quienes son creyentes, estos valores brindan una vivencia de proximidad o alejamiento de aquello santo, es decir que hablamos de Dios, la fe, los valores religiosos, la trascendencia, la dignidad, el máximo bien posible.</p>	<p>Mientras la entrevistaba, me di cuenta que B.B no es una persona de iglesias, sin embargo tengo la certeza de que el pronóstico de enfermedad la sensibilizo fundamentando su creencia en Dios a su manera.</p> <p>Tener cáncer cambio su percepción de vida, aunque ella dice que nunca pensó en la muerte, siento que pensar en ello fue el medio para que su fe le permitieran sentir la presencia de Dios, sentirse más tranquila y luchar por vivir.</p> <p>Me causo mucha confusión el darme cuenta que la muerte si causa muchos conflictos en una persona, aunque parece evidente, nunca se contemplan los hechos como son, ya que tenemos</p>



	<p>personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 138-146)</p> <p>“Siempre he creído como en un Dios pero tal vez esto reforzó mucho más mi relación con el” (U.S. PARTICIPANTE A: 148-149)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Pues digamos que todo se, en un momento todo se detuvo, yo tenía como un pensamiento muy acelerado, yo quería todo ya, bueno aun todavía no soy muy paciente, pero yo tenía como muchas ideas en que las cosas eran ya yaya, y no tenía como...vivía muy acelerada si me entiendes” (U.S.</p>		<p>la tendencia como seres humanos de enmascarar nuestras emociones y pensamientos y aunque B.B se mostró y fue muy valiente, siento que tuvo mucho miedo de morir siendo tan joven, sin embargo este proceso que no elige vivir rompen esa barrera con sus familiares, amigos, consigo misma y con Dios, de quien siento estaba alejada o tal vez no existía una relación.</p>
--	---	--	---

	<p>PARTICIPANTE A: 165-169)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“sí, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p>		
Creación	<p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le</p>	<p>Estos valores de creación se caracterizan por ser encontrados por el ser humano en acciones en las que descubre el sentido en aquello que se da al mundo, en las creaciones, en los aportes, son interiorizados en el DAR a nivel profesional, personal, familiar, en sociedad.</p>	<p>Las huellas que dejamos en el mundo las pude apreciar en B.B., en primer lugar en su forma de mostrarle a las personas que la rodean, familiares y amigos que el autoexamen es una forma de prevención, gracias a ello se da cuenta que tiene un carcinoma insitu, además de brindar con su experiencia de vida una voz de ánimo,</p>

	<p>cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)</p> <p>“Pues, sobre todo mis experiencias labórales, he tenido ya dos trabajos diferentes entonces es algo donde uno puede aprender mucho y donde uno conoce mucha gente, gente chévere, gente no tan chévere y compartir con mucha gente nueva, se abre un mundo diferente cuando uno está trabajando, también en el último año por fin me pude graduar, entonces eso fue como muy importante para mi... básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 377-383)</p> <p>“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si</p>	<p>La realización concreta de estos valores de creación es el trabajo, la realización que encuentra el hombre en aquello que genera satisfacción personal, que integra la capacidad de dar de sí mismo por medio de una profesión que le hace participe en la comunidad y en la sociedad.</p> <p>La capacidad de dar, es descubierta por el hombre a través de habilidades y destrezas en tareas o trabajos que le permiten mostrar sus cualidades, es decir que lo más importante no es la profesión, porque para ello hay muchas personas, lo realmente significativo e importante es el estilo y la esencia como se ejerce ese un conocimiento adquirido, que le facilita dar a la sociedad, según Frankl “en nuestro trabajo, existe algo personal y específico que da un carácter único e insustituible a su existencia y con ello un sentido a la vida” (Martínez, 2010, p.77)</p> <p>Por otra parte, no solo en el trabajo es</p>	<p>de aliento a otras mujeres con el mismo diagnóstico, nunca infundiendo lastima, solo alentando a seguir adelante y a dar la batalla hasta el final.</p> <p>En segundo lugar, después de vencer el cáncer y poder graduarse como gastronoma, B.B. comienza su vida laboral, aunque solo tiene unos meses trabajando, ha logrado entablar buenas relaciones con sus compañeros y sobre todo ha mostrado su talento en la cocina, actualmente, en el restaurante Mórvida, como ella dice:</p> <p>“hay gente chévere y gente no tan chévere, pero se aprende mucho”, es decir tengo la impresión que B.B. despliega sentido de vida con su estilo particular de manejarse en la cocina.</p> <p>Fue un proceso largo y difícil el que tuvimos que pasar como investigadoras para encontrar la población, siento que B.B. quería contar su historia y darse cuenta si tiene claridad de su pasado, su presente y su futuro, pero lo que más me gusto fue ver como algunas presuntas movilizaron su capacidad de</p>
--	---	--	--

	<p>propriadamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)</p> <p>“Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja Bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenia de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)</p> <p>“Todo eso tiene un precio y a veces de las maneras más duras uno se da cuenta de que uno no es inmortal digámoslo así y que lo esencial de la vida, son las cosas pequeñas, son las más importantes, entonces es eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 454-457)</p> <p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Si, eee pues me di cuenta como de mi capacidad</p>	<p>desarrollado este valor, en el aspecto personal también se tiene la posibilidad de dar, es conclusión son las huellas que dejamos en el mundo.</p>	<p>darle a otros un poco de quien ella es.</p> <p>El trabajo es un medio que nos permite mostrar lo que somos, a B.B. le apasiona la pastelería y su idea de ser independiente y tener su propio negocio le permiten verse a sí misma de otra manera pero sirviendo sus mejores creaciones al público.</p> <p>Fue muy emotivo darme cuenta que todo lo que B.B. está buscando le permiten dejar huella, por quien fue, es y quien puede llegar a ser.</p> <p>Ser fuerte, no es nada fácil y menos con un diagnostico como el cáncer de seno, aunque ella no lo dijo, siento que se ponía todo el tiempo en el lugar de sus familiares, por eso se mostraba tan madura a pesar de dolor y el sufrimiento siempre fue optimista y nunca contemplo el hecho de morir.</p>
--	--	---	--

para aprender, a través de la lectura y también como ser autodidacta digamos a mí me gusta mucho la repostería, entonces yo hacía mis inventos, mis creaciones y mis experimentos y entonces si...yo buscaba por internet o donde fuera y siempre me ha gustado es la repostería, entonces en ese sentido soy muy autodidacta” (U.S. PARTICIPANTE A: 541-547)

“Si por lo menos sé que con mi hermana somos muy cercanas y a ella le dio muy duro todo el proceso de mi cáncer casi que en algún momento ella quería como sentirlo por mi porque hay momentos muy difíciles no entonces, mm pienso que ella es una de esas personas y obviamente mis papas porque uno se da cuenta que a los demás les afecta y eso es bueno y malo bueno porque uno se da cuenta que le importa a la gente malo porque uno no quiere que los demás estén mal por uno” (U.S. PARTICIPANTE A: 555-563)

“Trataba de actuar lo más normal posible, no me daba a la pena ni al dramatismo, que pobrecita...no...entonces eso ayudo un poco porque claro cuando dan un diagnostico como este, se lo dan a uno pero también a tus familiares, entonces si ellos lo ven a uno bien, no es tan duro para ellos” (U.S. PARTICIPANTE A: 565-569)

“Si yo a alguien así trato de hablarle, claro que cada quien es diferente y lleva su proceso y muchas veces si no quieren que uno se inmiscuya pues uno tiene

	<p>que respetarlo, pero si es posible decirles les digo que es pasajero y algo de lo que uno puede aprender mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 576-579)</p> <p>“Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 596-601)</p> <p>“Pues tal vez, es que es tan difícil cuando uno ya lo ha vivido, pero algo que no me parece que sientan, nunca, cuando una persona con cualquier tipo de diagnóstico fuerte es la lastima, pienso que tal vez es como tratar de ayudarla pero no con lastima, no dejarla echase a la pena, pero nunca lastima” (U.S. PARTICIPANTE A: 604-608)</p> <p>“Pienso que de pronto como que la única manera que yo puedo ayudarlos es a través de mi experiencia, entonces si alguien me quiere escuchar yo pues estoy dispuesta a decir y mostrar que se puede lograr” (U.S. PARTICIPANTE A: 610-613)</p>		
Experiencia	<p>“Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE A:19-20)</p> <p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea a imagen corporal cuando cambia, las cirugías,</p>	Lo valores de experiencia se caracterizan por ser encontrados en todo aquello que recibo del mundo, percibiendo lo que me dan, por ejemplo en la vivencia amorosa se encuentra sentido al recibir de otro	Las huellas que más importante que dejado el mundo en B.B, gira en torno a sus vivencias con el cáncer de seno, conocer el diagnostico a los 19 años marco significativamente su forma de ver la vida, las decisiones que tenía

	<p>las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A:26-32)</p> <p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A:36-38)</p> <p>“Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. PARTICIPANTE A: 41-47)</p> <p>“Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas y hasta cierto punto es muy frustrante pero también pues uno saca fuerza de ese mismo dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 65-69)</p> <p>“Leo mucho, después que sucedió lo de mi</p>	<p>amor, cariño, atención pero también lo asumo al dar un poco de amor, es decir que “el yo es el yo solamente en el tu”</p> <p>Por medio de las vivencias es posible cumplir el sentido de la existencia humana, es decir que en la vida de un ser humano hay puntos culminantes que marcan la diferencia en cuanto a sentido se trata y algunos instantes sin importar que sean fugaces pueden proyectar sentido en tiempo presente y futuro.</p> <p>Por su parte “ser en el mundo significa ser el uno con el otro. El mundo adquiere su principal significación en el existencialismo en el otro, en el tu”. La existencia humana está siempre relacionada con otro ser, yo llego a ser a través de mi relación con el tú, es decir que vivencia algo o alguien brinda coherencia e identidad personal, porque cada ser humano no se crea se descubre, pero se descubre en esta interacción con los demás y su contexto.</p>	<p>planteadas cambian su curso de acción, pero no son descartadas del todo, replanteo su amor propio, mejora las relaciones que tiene con otras personas, trabaja su impaciencia y definitivamente despliego sentido de vida.</p> <p>Me conmueve muchísimo el hecho de que su hermana quisiera vivir lo que B.B. estaba enfrentando con el cáncer, puedo decir que fue muy importante saber que era tan importante para sus familiares y amigos, por eso se mostró tan fuerte durante los dos años de tratamiento quirúrgico y médico.</p> <p>Quiero resaltar el momento en que B.B. reconoce que gracias al optimismo de los médicos ella se aferra a una posibilidad de estar curada, su calidez humana le permite sobrellevar los postoperatorios con tranquilidad y responsabilidad, asumiendo los cambios físicos y emocionales con madurez.</p> <p>Siento que para B.B. sentirse útil, ser independiente y contar las facultades</p>
--	---	--	--

	<p>enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemoción entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. PARTICIPANTE A: 76-81)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno está pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arrégname las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por</p>	<p>Frankl concluye diciendo “una relación con un semejante en la que se reconoce a este como ser humano. De esto se desprende que al semejante no se le utiliza como simple medio para un fin” (Martínez, 2010, p.79), es decir que una vivencia es no es simple, porque configuran a cada persona, llenando de contenido la vida.</p>	<p>físicas para ejercer su profesión la llena de más visión para verse en situación de manera distinta, el tener trabajo le brindan autorrealización, seguridad y bienestar, trabajar en Mórbita le abre las puertas laborales y de crecimiento personal.</p> <p>Me parece que B.B. antes del diagnóstico era una persona que tomaba distancia de sus seres queridos, no porque no los amara, siento que en parte estaba colocándole límites claros a su independencia, sin embargo fueron sus padres y hermanos quienes vivieron intensamente el tratamiento médico y por esta razón se establece un acercamiento y por fin ella permite que ellos le den su cariño y se establezca una cercanía.</p>
--	---	--	--



compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)

“Pues digamos que todo se, en un momento todo se detuvo, yo tenía como un pensamiento muy acelerado, yo quería todo ya, bueno aun todavía no soy muy paciente, pero yo tenía como muchas ideas en que las cosas eran ya yaya, y no tenía como...vivía muy acelerada si me entiendes” (U.S. PARTICIPANTE A: 165-169)

“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)

“y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S.

PARTICIPANTE A: 197-200)

“Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles, cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas cosas” (U.S.

PARTICIPANTE A: 202-203)

“Pues digamos que obviamente con la salud emocional uno queda como, digo física, uno queda como mm, como decirlo, como prevenido, entonces cualquier cosa uno como que le presta más atención a los llamados del cuerpo, no...obviamente todo el tiempo tienes que estar en controles y verificando que todo esté bien; emocionalmente también como que me preocupo mucho por mí misma, me entiendes, como que no y no permito tanto que lo exterior me afecte a tal punto, que no se, que me produzca digamos un dolor de estómago o algo así si no me preocupo mucho por estar en bienestar lo más que se pueda hay cosas que son difíciles de manejar pero en general si trato de estar bien” (U.S. PARTICIPANTE A: 207-217)

“No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir, entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor, eso me pasaba mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque pero al final es todo lo que ha guardado, entonces como que emocionalmente dejo fluir lo

que siento” (U.S. PARTICIPANTE A: 220-226)

“O bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 250-254)

“es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano l diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado” (U.S. PARTICIPANTE A: 260-263)

“Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta que personas siempre están para uno y en el hospital siempre fue un muy buen trato, llamaban que como estaba, ahorita donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también entonces se preocupan mucho por cómo estas” (U.S. PARTICIPANTE A: 273-278)

“Pues lo que te digo, eeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE

	<p>A: 282-284)</p> <p>“Pues uno se empieza a dar cuenta como de los pequeños milagros y esas cosas y uno dice es milagroso el hecho de estar acá después de pasar por todo el proceso y los niños todo esto, es muy milagroso, entonces si hay muchas cosas que de pronto todo está en contra pero es como, como decirlo contra todas las posibilidades y si me mostro que la vida puede ser muy maravillosa” (U.S. PARTICIPANTE A: 288-293)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, yo dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“Mm, pues no sé yo tuve una infancia como muy feliz en general, pues yo crecí con mi hermana todo el tiempo, nos llevamos a penas 4 años entonces la relación con ella, bueno de niñas nos peleábamos mucho, pero siempre hemos sido muy cercanas, entonces pues todo el tiempo que yo pasaba con ella que salíamos a jugar, compartíamos los mismos amiguitos, todo esto entonces eso fue muy importante, tenerla a ella tal vez mientras yo estaba creciendo” (U.S. PARTICIPANTE A: 339-346)</p>		
--	---	--	--

	<p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Mm, muchas veces, bueno terminar de estudiar porque me toco aplazar varios ciclos, y yo quería graduarme ya yaya entonces no pude terminar en ese momento, me toco esperar, jajaja y tener paciencia hasta cuando ya se pudo y cuadre fechas y pude entregar lo que me faltaba, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 510-514)</p> <p>“Pues tal vez, es que es tan difícil cuando uno ya lo ha vivido, Pero algo que no me parece que sientan, nunca, cuando una persona con cualquier tipo de diagnóstico fuerte es la lastima, pienso que tal vez es como tratar de ayudarla pero no con lastima, no dejarla echase a la pena, pero nunca lastima” (U.S. PARTICIPANTE A: 604-608)</p>		
Actitud	<p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea a imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el</p>	<p>Estos valores implican una toma de postura por parte de los seres humanos ante situaciones límite y el destino inevitable, es decir que se desarrollan en el momento que los</p>	<p>Considero que este es el camino que le permite a B.B. encontrar el verdadero sentido de la vida, me refiero a su enfermedad, fue el cáncer de seno el que permite que en medio de la lucha,</p>

<p>tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A:26-32)</p> <p>“Pero los otros no, yo me decía no más y no porque no me voy a morir por eso, entonces trataba de no tomarme estos analgésicos más que todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 58-59)</p> <p>“Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas y hasta cierto punto es muy frustrante pero también pues uno saca fuerza de ese mismo dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 65-69)</p> <p>“Pues yo trate de ir a clase lo más que podía, obviamente los postoperatorios habían unos largos y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir, pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía, habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy grave pues ir a clase(U.S. PARTICIPANTE A: 97-103)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno</p>	<p>valores de creación y experiencia no pueden llevarse a cabo, porque están enfrentándose a un destino inquebrantable.</p> <p>Una de las características de este valor es su manera de ser descubierta por el hombre en medio, a pesar o a partir del sufrimiento, en una lucha constante, en medio de la superación de aciertos y desaciertos, aprendiendo de las dificultades.</p> <p>Desde el instante que los valores de actitud se incorporan al campo de múltiples categorías en valores que tiene las personas, se empieza a comprender que la existencia humana no puede carecer nunca de sentido porque la vida conserva su sentido hasta la muerte, es decir “no es lo que me pasa, sino lo que hago con lo que me pasa, lo que importa”</p> <p>La actitud con la que se enfrentan cada una de las situaciones que se nos presentan en la vida es la que hace la apertura de los valores con los cuales se trasciende en la vida misma, según</p>	<p>las tribulaciones inesperadas de la vida y las dificultades, asumir un papel protagónico, unas responsabilidades, el tener cáncer marco su vida para bien; B.B. dice:</p> <p>“el proceso del cáncer es algo que obviamente lo marca a uno muchísimo y más en la edad que yo estaba, yo tenía apenas 19 años, entonces eso realmente me marco bastante y siento que de alguna manera me dio mucha fuerza, entonces no lo recuerdo como algo malo sino como algo muy bueno, porque he tenido mucho aprendizaje a raíz de eso”</p> <p>Otra de las situaciones que influyo mucho en un cambio positivo para su futuro fue el asumir con criterio propio que aplazar varios semestres era la mejor opción para dedicarle tiempo a su salud, porque los postoperatorios eran largos y requerían cuidados específicos, actualmente es una mujer sobreviviente de cáncer de seno que logro enfrentarse a su destino y por fin se gradúa como gastronoma.</p>
---	--	---

	<p>mismo, como ir al salón de belleza, arrégrame las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no se pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 138-146)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p>	<p>Frankl “la vida del hombre no se colma solamente creando y gozando, sino también sufriendo...”(Martínez, 2010, p.80-81)</p>	
--	--	--	--

<p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p> <p>“Pues digamos que obviamente con la salud emocional uno queda como, digo física, uno queda como mm, como decirlo, como prevenido, entonces cualquier cosa uno como que le presta más atención a los llamados del cuerpo, no...obviamente todo el tiempo tienes que estar en controles y verificando que todo esté bien; emocionalmente también como que me preocupo mucho por mí misma, me entiendes, como que no y no permito tanto que lo exterior me afecte a tal punto, que no se, que me</p>		
---	--	--



produzca digamos un dolor de estómago o algo así si no me preocupo mucho por estar en bienestar lo más que se pueda hay cosas que son difíciles de manejar pero en general si trato de estar bien” (U.S. PARTICIPANTE A: 207-217)

“No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir, entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor, eso me pasaba mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque pero al final es todo lo que ha guardado, entonces como que emocionalmente dejo fluir lo que siento” (U.S. PARTICIPANTE A: 220-226)

“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada Y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea

algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)

“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284)

“Pues uno se empieza a dar cuenta como de los pequeños milagros y esas cosas y uno dice es milagroso el hecho de estar acá después de pasar por todo el proceso y los niños todo esto, es muy milagroso, entonces si hay muchas cosas que de pronto todo está en contra pero es como, como decirlo contra todas las posibilidades y si me mostro que la vida puede ser muy maravillosa” (U.S. PARTICIPANTE A: 288-293)

“Sí, yo no fui de pronto de enclaustrarme y de no salir de hecho hasta alguna vez salí y me descompense pues porque ya no quería quedarme más encerrada pero entonces no fue como una traba, bueno en algunos aspecto si me toco como nada que hacer, pero en general viví mi vida común y corriente” (U.S. PARTICIPANTE A: 299-303)

“Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo

que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 305-309)

“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo ese proceso, Y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)

“Me quiero mucho más y me respeto, me valoro mucho más y también no me juzgo tanto entonces me encuentro menos defectos” (U.S. PARTICIPANTE A: 470-471)

“Si, no yo no realmente no me di como a la pena, pobrecita de mi no puedo hacerlo, no yo trate de seguir mi vida normal, y de echo lo hago en la medida de lo posible lo hago, yo trabajo , yo salgo...normal” (U.S. PARTICIPANTE A: 505-507)

“No pensaba en eso, yo no pensaba en me va a

doler, o me duele, me duele, me duele, si no que trataba de tener la mente ocupada en otra cosa, leer en fin...pienso que ayuda mucho no pensar en el dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 515-518)

“Si, eee pues me di cuenta como de mi capacidad para aprender, a través de la lectura y también como ser autodidacta digamos a mí me gusta mucho la repostería, entonces yo hacía mis inventos, mis creaciones y mis experimentos y entonces si...yo buscaba por internet o donde fuera y siempre me ha gustado es la repostería, entonces en ese sentido soy muy autodidacta” (U.S. PARTICIPANTE A: 541-547)

“Trataba de actuar lo más normal posible, no me daba a la pena ni al dramatismo, que pobrecita...no...entonces eso ayudo un poco porque claro cuando dan un diagnostico como este, se lo dan a uno pero también a tus familiares, entonces si ellos lo ven a uno bien, no es tan duro para ellos” (U.S. PARTICIPANTE A: 565-569)

“Si, lo que te decía siempre he querido estudiar fuera, mm hubo cosas que tuve que dejar de lado, pero siempre hay cosas que no voy a dejar atrás por

	<p>nada” (U.S. PARTICIPANTE A: 582-584)</p> <p>“Mm, no tanto eso sino tal vez el hecho de ser gastronomía es algo enteramente físico, y yo tenía el brazo muy afectado, para mí fue como difícil, porque era volver a empezar y tal vez yo pienso que hubiera sino más fácil si hubiera dejado a un lado la gastronomía y hubiera empezado otra cosa o hecho otra cosa porque es algo muy físico y de las manos entonces como que no fui capaz y me dije de algún modo tendrá que suceder” (U.S. PARTICIPANTE A: 586-593)</p>		
--	---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 6. Matriz de análisis por categoría B.B

<b>CATEGORIA: Sentido del Sufrimiento</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Pero los otros no, yo me decía no más y no porque no me voy a morir por eso, entonces trataba de no tomarme estos analgésicos más que todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 58-59)</p> <p>“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284)</p> <p>“Pues uno se empieza a dar cuenta como de los pequeños milagros y esas cosas y uno dice es milagroso el hecho de estar acá después de pasar por todo el proceso y los niños todo esto, es muy milagroso, entonces si hay muchas cosas que de pronto todo está en contra pero es como, como decirlo contra todas las posibilidades y si me mostro que la vida puede ser muy maravillosa” (U.S. PARTICIPANTE A: 288-293)</p> <p>“Si lo que te digo me hizo como más fuerte, me dio más fortaleza espiritualmente” (U.S. PARTICIPANTE A: 296)</p> <p>“Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenía de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)</p> <p>“Pues creo que eee como te dijera, como que no es una decisión que uno pueda</p>	<p>El sufrimiento es un camino para la realización humana, para Frankl hay dos tipos de sufrimiento, el reparable que le permite al hombre tomar postura ante las circunstancias actuales y el irreparable que lleva a la persona a la búsqueda de recursos propios para enfrentar enfermedad, fracaso, pérdidas etc.</p> <p>El sufrimiento hace parte de la existencia del hombre, donde a lo largo del “ejercicio” de vivir, el ser humano está expuesto a heridas emocionales que entorpecen la comprensión y desconciertan el espíritu,</p>	<p>En este sentido, ponerse en los zapatos de una persona como B.B no es nada fácil, siento profunda admiración y respeto hacia ella, porque no debe ser nada fácil con tan solo 19 años, vivir experiencias que no podemos elegir, que no esperamos y que marcan la vida en diferentes áreas y aspectos.</p> <p>Considero que el sufrimiento en ella estuvo más en el plano físico, porque las cirugías fueron muy complejas y complicaron su manera de sentir, pensar, actuar, permitiéndole adquirir recursos propios y adoptar estrategias para en medio del dolor seguir</p>

<p>tomar, entonces en cualquier momento por cualquier cosa, o sea por las cosas más ilógicas, la gente muere, si sucediera en este momento o en los próximos días, si me iría tranquila porque he hecho o como decirlo no tengo cuentas pendientes y pues digamos que quiero hacer muchas más cosas todavía pero si llegara el momento pues nada que hacer, pero si me iría como tranquila” (U.S. PARTICIPANTE A: 443-449)</p> <p>“Todo eso tiene un precio y a veces de las maneras más duras uno se da cuenta de que uno no es inmortal digámoslo así y que lo esencial de la vida, son las cosas pequeñas, son las más importantes, entonces es eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 454-457)</p>	<p>en tanto que el sufrimiento es múltiple y de diversa intensidad u origen (Pinedo, 2014).</p>	<p>con sus proyectos y su vida.</p> <p>Me parece muy gratificante el hecho de que haya llegado el perdón para consigo misma en este proceso inesperado y tan complejo.</p>
--	---	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 7. Matriz de análisis por categoría B.B

<b>CATEGORIA: Libertad</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Sí, yo no fui de pronto de enclaustrarme y de no salir de hecho hasta alguna vez salí y me descompense pues porque ya no quería quedarme más encerrada pero entonces no fue como una traba, bueno en algunos aspecto si me toco como nada que hacer, pero en general viví mi vida común y corriente” (U.S. PARTICIPANTE A: 299-303)</p> <p>“Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 305-309)</p> <p>“Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-406)</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)</p> <p>“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo</p>	<p>Frankl (1990), manifiesta que “el hombre es esencialmente un ser que trasciende las necesidades. Ciertamente existe solo en relación con las necesidades pero en una relación libre respecto a ellas” (p.93).</p> <p>En este orden de ideas, es gracias a la libertad que el hombre decide sobre sí mismo, la libertad es finita cuando el ser humano no es libre de condicionamientos, sino que es libre con respecto a la actitud como los asume.</p> <p>La libertad tiene tres tipos: frente a los instintos, la herencia y el medio</p>	<p>Los seres humanos tienen la concepción de que siempre han y serán libres, B.B no es la excepción, aunque es una mujer que tiene claridad de sus proyectos, el cáncer sí marco su vida y cambia positivamente su personalidad</p> <p>Permitirse valorar lo que tiene y las personas que componen su mundo circundante, en especial su familia, fue una de sus elecciones, aunque mostrar su fortaleza en todo momento era su filosofía.</p> <p>Ser libre, con una responsabilidad tan grande como tener cáncer no es nada</p>



<p>ese proceso, y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)</p> <p>“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)</p> <p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Me quiero mucho más y me respeto, me valoro mucho más y también no me juzgo tanto entonces me encuentro menos defectos” (U.S. PARTICIPANTE A: 470-471)</p> <p>“Si yo era muy dura no solo conmigo sino también de pronto con los demás entonces yo tenía como esa visión de blanco o negro entonces me he dado cuenta que uno no puede señalar porque las condiciones de todo el mundo son muy diferentes” (U.S. PARTICIPANTE A: 473-476)</p> <p>“Mm, el respeto, la responsabilidad y la honestidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 488)</p>	<p>ambiente.</p> <p>En síntesis, la libertad es posibilidad y permite el despliegue del autodistanciamiento.</p>	<p>fácil, sin embargo estos cuestionamientos llevan a B.B soñar a largo plazo, a terminar sus estudios, a trabajar, a acercarse a sus seres queridos, a leer, investigar, pero lo más importante a vivir su vida con plenitud e intensidad.</p> <p>La autocomprension y autorregulación tienen un protagonismo a posteriori en B.B, ahora ella es sobreviviente de cáncer de seno, se quiere y se respeta mucho más, cree en sí misma y en sus potencialidades, habilidades y destrezas, se respeta y se responsabiliza se sus decisiones buenas o malas.</p> <p>Tengo la sensación que fue el cáncer de seno el que hizo que B.B realmente fuera y se sintiera libre.</p>
---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**Tabla 8.** Matriz de análisis por categoría B.B

<b>CATEGORIA: Responsabilidad</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas y hasta cierto punto es muy frustrante pero también pues uno saca fuerza de ese mismo dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 65-69)</p> <p>“Muchas cosas, yo soy una persona como muy independiente entonces he tenido la costumbre de no depender mucho de las demás personas, entonces hubo cosas en las que yo nunca cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 313-315)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, o dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“Si claro, también con mis amigos siempre, yo tengo unas amigas muy cercanas y en esos momentos también lo estuvieron y en general trataban de tratarme lo más normal posible, no como hay pobrecita...no si no me trataban normal, entonces en la medida de lo posible yo seguía mi vida normal, yo trataba de ir a mis clases y</p>	<p>Los seres humanos para empezar, son libres para ser responsables, es decir puede ser responsable porque es libre.</p> <p>Según Gismondi (1990), la responsabilidad del hombre se manifiesta en su capacidad de dar respuesta a los problemas y a las tareas que le vienen dadas a lo largo de la vida, es decir la capacidad del hombre para realizar significados para la propia existencia.</p> <p>En síntesis, son unicidad y singularidad de la existencia humana y va unida a las manifestaciones espirituales humanas, es decir que despliega la autotranscendencia.</p>	<p>Al ser libre, B.B tuvo la oportunidad de asumir las responsabilidades que tiene en su vida, ahora que es una mujer sobreviviente de cáncer debe comprometerse con su salud en primera instancia, es decir su bienestar se convirtió en una prioridad.</p> <p>Es de admirar la manera como ella asume su enfermedad, a pesar de las limitaciones de las cirugías que le realizaron, siempre se mostró independiente, segura y capaz ante sus seres queridos y amigos; se retó a sí misma para que su rehabilitación fuera más rápida y menos dolorosa, no solo físicamente sino</p>

<p>obviamente no te van a decir pobrecita la niña que no pudo venir, no” (U.S. PARTICIPANTE A: 324-329)</p> <p>“No, a mí me trataron normal siempre y los cuidados fueron más del aspecto físico, porque emocionalmente como que siempre fue como lo mismo” (U.S. PARTICIPANTE A: 331-332)</p> <p>“Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-406)</p> <p>“No la verdad no porque casi yo no permanezco acá en mi casa, realmente no es algo que me interese mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 408-409)</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)</p> <p>“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo ese proceso, y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)</p> <p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para</p>		<p>emocionalmente tanto para ella como para su familia, esta vivencia se convierte en una oportunidad de cambio, en la que cada quien asume sus propias responsabilidades y las implicaciones que trae consigo el tener la capacidad de decidir y de actuar “libre albedrío”</p> <p>Aunque no lo veo como una responsabilidad en ella, el ser libre de cáncer le permite generar promoción y prevención para que otras chicas se hagan el autoexamen, ya que fue la manera como B.B se da cuenta de que tenía cáncer, y sin duda es la forma más sencilla de conocer nuestro cuerpo y los cambios que se presentan son una alerta para protegerlo de cualquier peligro que se pueda presentar.</p>
--	--	--

<p>todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Mm, yo pienso que mi mayor fortaleza es la espiritual y siento que si uno está equilibrado emocionalmente, como que todo fluye” (U.S. PARTICIPANTE A: 478-479)</p> <p>“He aprendido a ser más paciente, con lo vivido, pero siento que aún me falta entonces hay cosas que te enseñan o eres paciente o eres paciente no hay de otra entonces trato de respirar y mirar mejor las cosas, lo he mejorado pero falta un poco todavía” (U.S. PARTICIPANTE A: 483-486)</p> <p>“Mm, el respeto, la responsabilidad y la honestidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 488)</p>		
---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 9. Matriz de análisis por categoría B.B

<b>CATEGORIA: Recursos Noológicos</b>			
<b>SUBCATEGORIA: Autodistanciamiento</b>			
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
Autocomprensión	<p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A: 26-32)</p> <p>“Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. PARTICIPANTE A: 41-47)</p> <p>“Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas y hasta cierto punto es muy frustrante pero también pues uno saca fuerza de ese mismo dolor” (U.S.</p>	<p>La autocomprensión es un elemento que integra el conocimiento que se tiene de sí mismo, con el fin de monitorear, seguir, descubrir, asumir, la participación activa en cada momento de la vida, lo que le permite a la persona leerse en situaciones particulares.</p> <p>Para Martínez, (2005), estos recursos al tener características antropológicamente ineludibles, ejercen una autoconciencia reflexiva.</p> <p>Por su parte, los seres humanos a diferencia de</p>	<p>La autocomprension que percibo en B.B. me genera una sensación de tranquilidad, pues observo como logro y logra verse a sí misma de manera positiva, optimista y responsable, descubriendo que tener cáncer de seno no es una limitante para vivir, por el contrario con el pasar del tiempo se fue convirtiendo en una fuente de aprendizaje muy significativo.</p> <p>B.B. encuentra en su enfermedad, un sin número de oportunidades, descubriendo que en la vida hay que hacer pausas activas, que las decisiones que se toman no tiene una respuesta inmediata y que los sueños se pueden cumplir aunque se tengan que aplazar, es decir que</p>

	<p>PARTICIPANTE A: 65-69)  “Leo mucho, después que sucedió lo de mi enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemoción entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. PARTICIPANTE A: 76-81)  “Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado, digamos la parte de las cirugías y todo esto y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 86-92)  “Pues yo trate de ir a clase lo más que podía, obviamente los postoperatorios habían unos largos y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir, pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía, habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy grave pues ir a clase(U.S. PARTICIPANTE A: 97-103)  “Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arréglame las uñas,</p>	<p>los animales tienen una facultad indiscutiblemente humana, el conocido libre albedrío que está facilitando el darse cuenta de lo que pasa (circunstancias), se piensa y se siente.  Cada persona se encuentra confrontada con situaciones para realizar su sentido, posibilitando la realización de nosotros mismos mediante el desempeño de diferentes tareas, es decir cada situación es un llamamiento que debemos escuchar y al que debemos obedecer.  El ser humano no sólo busca un sentido en la vida, sino que también lo encuentra a través de recursos que va identificando, es decir que el sentido se percibe en</p>	<p>atemporal y aespacialmente, se genera una reflexión que le posibilita afirmarse a sí misma en situación.  Por otra parte, una de las circunstancias que forjaron su autocomprensión, se da en la actitud asumida por B.B. al interiorizar positivamente los cambios físicos que se presentarían, amando su cuerpo cirugía tras cirugías, aprendiendo a consentir cada cambio, cada cicatriz, cada rehabilitación y cada medicamento que debía tomar, de esta manera transformo su dolor y su sufrimiento en algo muy positivo y constructor de sentido de vida.  Vivir con cáncer de seno, durante dos años, cambia totalmente la percepción de B.B. en su presente y futuro, descubriendo que vivir siendo tan impaciente no le estaba garantizando que sus planes se cumplieran en el tiempo pensado, por el contrario, algunas decisiones</p>
--	---	---	---

	<p>consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Pues digamos que todo se, en un momento todo se detuvo, yo tenía como un pensamiento muy acelerado, yo quería todo ya, bueno aun todavía no soy muy paciente, pero yo tenía como muchas ideas en que las cosas eran ya yaya, y no tenía como...vivía muy acelerada si me entiendes” (U.S. PARTICIPANTE A: 165-169)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a</p>	<p>hecho de hacer, de crear y significar.</p> <p>Adicionalmente, se logra una autocomprension al ver un sentido al experimentarlo y vivirlo, por ejemplo al amar, o al apreciar lo nuevo que le brinda la vida y o al vislumbrar como nos dice Frankl “a la comprensión de sí mismo, autocomprension, que como decimos es inmediata e indirecta, la conciencia de sí mismo, la autoconciencia sin más, el tener conciencia de algo que también es de suyo intencional, y en tanto que lo es, representa un tener consiente, de modo que al fin la autoconciencia equivale a una conciencia propiamente dicha.</p> <p>La intencionalidad y la reflexividad de que</p>	<p>tomadas antes del diagnóstico no tenían objetivos claros, de esta manera se da cuenta que solo hasta el momento que es confrontada con su enfermedad empieza a verse a sí misma de una forma distinta, realizando actividades que le generan placer como leer, escuchar música, aprender idiomas y explorar las diferentes facetas de su profesión como Gastrónoma.</p> <p>De cierta forma, la actitud asumida por B.B. transforma su dolor físico y emocional en una construcción con múltiples significados, el sufrimiento ineludible que tuvo que enfrentar le permiten crecer como persona, como profesional y le facilitan el hecho de ponerse en el lugar de otros, puedo apreciar que a pesar de que se encontraba sobrellevando un diagnostico tan complejo e inesperado, su proyecto de vida se engrandeció, aunque tuvo que aplazar varios semestres, logra graduarse como profesional en gastronomía y en la actualidad trabaja en el restaurante Mórvida.</p>
--	--	--	---

	<p>ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 197-200)</p> <p>“Pues digamos que obviamente con la salud emocional uno queda como, digo física, uno queda como mm, como decirlo, como prevenido, entonces cualquier cosa uno como que le presta más atención a los llamados del cuerpo, no...obviamente todo el tiempo tienes que estar en controles y verificando que todo esté bien; emocionalmente también como que me preocupo mucho por mí misma, me entiendes, como que no y no permito tanto que lo exterior me afecte a tal punto, que no se, que me produzca digamos un dolor de estómago o algo así si no me preocupo mucho por estar en bienestar lo más que se pueda hay cosas que son difíciles de manejar pero en general si trato de estar bien” (U.S. PARTICIPANTE A: 207-217)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, o dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“Si claro, también con mis amigos siempre, yo tengo unas amigas muy cercanas y en esos momentos también lo estuvieron</p>	<p>acabamos de hablar son la que constituyen la doble trascendencia de lo espiritual” (Martínez, 2009, p. 85-86)</p> <p>Del mismo modo, el individuo ve sentido en una situación desesperada ante la que se encuentra indefenso, una situación inesperada, que no puede cambiar, como una enfermedad, que cuestiona su intelecto, lo confronta y lo encuentra consigo mismo, con sus multiplicidad posibilidades, en este tipo de casos la autocomprension es desplegada por medio de la actitud y la postura con la que se enfrenta a su destino irremediable e inmutable, esta actitud le permite dejar constancia de algo que sólo el hombre tiene la capacidad de</p>	<p>Aunque ella no lo manifestó, estoy convencida que la independencia que ella busca no es solo en el plano laboral, el hecho de ser una mujer muy independiente le permiten verse en situación en un futuro promisorio y lleno de oportunidades de crecimiento personal.</p> <p>Tengo que admitir que durante la entrevista, sentí gran admiración por una mujer que a su corta edad cuenta con la madurez suficiente de decidir lo que quiere para su vida con un alto grado de responsabilidad; puedo asegurar que tener cáncer de seno nunca fue una limitante para que B.B. viviera su vida intensamente, cada experiencia la hizo más fuerte, más sensible, cada cirugía era un reto físico y psicológico, exigiéndose muchos más a sí misma tomando distancia de sus propios prejuicios, adicionalmente se enfrentó a sus peores miedos y hasta a su peor verdugo “ella misma”.</p>
--	---	---	--



	<p>y en general trataban de tratarme lo más normal posible, no como hay pobrecita...no si no me trataban normal, entonces en la medida de lo posible yo seguía mi vida normal, yo trataba de ir a mis clases y obviamente no te van a decir pobrecita la niña que no pudo venir, no” (U.S. PARTICIPANTE A: 324-329)</p> <p>“No, a mí me trataron normal siempre y los cuidados fueron más del aspecto físico, porque emocionalmente como que siempre fue como lo mismo” (U.S. PARTICIPANTE A: 331-332)</p> <p>“Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-406)</p> <p>“No la verdad no porque casi yo no permanezco acá en mi casa, realmente no es algo que me interese mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 408-409)</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)</p> <p>“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para</p>	<p>hacer: el hecho de transformar su dolor y su sufrimiento en algo positivo.</p> <p>Sin duda, la vida es considerada una cadena de circunstancias en las que él y solo el mismo se ve envuelto, es decir tiene que regular de un modo u otro su pensamiento para cada caso y situación, realizando un seguimiento objetivo, con un sentido definitivo que le reclama y concierne a cada individuo.</p> <p>Esa autocomprensión que es característica de sí mismo, le dice al ser humano que ha de procurar de todas las maneras posibles y a su alcance, ir en busca de ese sentido, encontrarlo y hacerlo solo suyo, tomando distancia de</p>	
--	---	--	--

	<p>empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo ese proceso, y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)</p> <p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Mm, yo pienso que mi mayor fortaleza es la espiritual y siento que si uno está equilibrado emocionalmente, como que todo fluye” (U.S. PARTICIPANTE A: 478-479)</p> <p>“He aprendido a ser más paciente, con lo vivido, pero siento que aún me falta entonces hay cosas que te enseñan o eres paciente o eres paciente no hay de otra entonces trato de respirar y mirar mejor las cosas, lo he mejorado pero fala un poco todavía” (U.S. PARTICIPANTE A: 483-486)</p> <p>“Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja Bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenia de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)</p>	<p>aquello que restringe sus procesos cognitivos.</p>	
--	--	---	--

	<p>“Si, eee pues me di cuenta como de mi capacidad para aprender, a través de la lectura y también como ser autodidacta digamos a mí me gusta mucho la repostería, entonces yo hacía mis inventos, mis creaciones y mis experimentos y entonces si...yo buscaba por internet o donde fuera y siempre me ha gustado es la repostería, entonces en ese sentido soy muy autodidacta” (U.S. PARTICIPANTE A: 541-547)</p> <p>“Si por lo menos sé que con mi hermana somos muy cercanas y a ella le dio muy duro todo el proceso de mi cáncer casi que en algún momento ella quería como sentirlo por mí porque hay momentos muy difíciles no entonces, mm pienso que ella es una de esas personas y obviamente mis papas porque uno se da cuenta que a los demás les afecta y eso es bueno y malo bueno porque uno se da cuenta que le importa a la gente malo porque uno no quiere que los demás estén mal por uno” (U.S. PARTICIPANTE A: 555-563)</p> <p>“Trataba de actuar lo más normal posible, no me daba a la pena ni al dramatismo, que pobrecita...no...entonces eso ayudo un poco porque claro cuando dan un diagnostico como este, se lo dan a uno pero también a tus familiares, entonces si ellos lo ven a uno bien, no es tan duro para ellos” (U.S. PARTICIPANTE A: 565-569)</p> <p>“Si yo a alguien así trato de hablarle, claro que cada quien es diferente y lleva su proceso y muchas veces si no quieren que uno se inmiscuya pues uno tiene que respetarlo, pero si es posible decirles les digo que es pasajero y algo de lo que uno puede aprender mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 576-579)</p> <p>“Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como</p>		
--	--	--	--

	<p>decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 596-601)</p> <p>“Pues tal vez, es que es tan difícil cuando uno ya lo ha vivido, pero algo que no me parece que sientan, nunca, cuando una persona con cualquier tipo de diagnóstico fuerte es la lastima, pienso que tal vez es como tratar de ayudarla pero no con lastima, no dejarla echase a la pena, pero nunca lastima” (U.S. PARTICIPANTE A: 604-608)</p> <p>“Pienso que de pronto como que la única manera que yo puedo ayudarlos es a través de mi experiencia, entonces si alguien me quiere escuchar yo pues estoy dispuesta a decir y mostrar que se puede lograr” (U.S. PARTICIPANTE A: 610-613)</p>		
Autorregulación	<p>“Bueno, pues es que trabajo en las tardes hasta muy tarde de la noche, entonces pues realmente no me queda así como más tiempo” (U.S. PARTICIPANTE A: 22-23)</p> <p>“Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. PARTICIPANTE A: 41-47)</p> <p>“No, creo que estoy trabajando en eso, siempre, todos los días como en tomar conciencia de las cosas que no quiero eeee demostrar y las cosas que me gustaría cambiar de mi misma y</p>	<p>La autorregulación se caracteriza por permitirle al ser humano distanciarse de sí mismo con el fin de oponerse a su paralelismo psicofísico.</p> <p>En palabras de Frankl “contrariamente al paralelismo psicofísico, hay algo que podemos llamar el antagonismo psicoético facultativo.</p>	<p>Al realizar la transcripción detallada de la entrevista, empiezo a comprender la verdadera esencia de la autorregulación, B.B. tiene la capacidad de distanciarse de sí misma para oponerse a su paralelismo psicofísico, lo hace de manera espontánea, natural y responsable, de manera que una enfermedad como el cáncer de seno diagnosticado a los 19 años cambia por completo su manera de verse en el mundo, su concepción de vida, sus planes a futuro.</p>

	<p>siempre trato cada día de sacar una mejor de mí misma” (U.S. PARTICIPANTE A: 71-74)</p> <p>“Pues yo trate de ir a clase lo más que podía, obviamente los postoperatorios habían unos largos y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir, pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía, habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy muy grave pues ir a clase(U.S. PARTICIPANTE A: 97-103)</p> <p>“Si tuve que aplazar un tiempo y me demore obviamente en graduarme porque yo tenía como una fecha para graduarme, me demore un poco más, pero, pues que me haya ido como mal y todo eso...no...pues que me toco aplazar realmente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 105-108)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quiera, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal</p>	<p>Este responde a la capacidad del hombre para distanciarse de lo psicofísico, en lugar de identificarse con los instintos se distancia de ellos” (Martínez, 2009, p.88)</p> <p>Uno de los elementos clave es referido en la capacidad que muestran las personas de ser proactivas y no reactivas ante aquello que piensan y sienten, lo que quiere decir que la autorregulación no es identificada solo a nivel interno, ya que de antemano es adoptada una postura ante lo externo, es decir, no solo hace referencia a la distancia consigo mismo sino como expresa Frankl:</p> <p>“es la capacidad de poner distancia a las situaciones exteriores, de ponernos</p>	<p>Tener la capacidad de poder determinar aspectos generadores de cambio como el hecho de tener que aplazar el semestre, someterse a varias cirugías, cambiar su rutina diaria, género en un principio mucha frustración, malestar emocional y enojo, sin embargo B.B. logra oponerse a su paralelismo psicofísico tomando distancia de sus prejuicios, temores e inseguridades.</p> <p>Considero que lo más difícil para B.B., fue el hecho de manejar, controlar y regular su impaciencia, antes del diagnóstico las decisiones que tomaba, los proyectos que se trazaba y las experiencias que le daba la vida eran controladas de manera rigurosa por ella misma, pero no existía el tiempo ni la paciencia en su diccionario de la vida, por ende saber que tenía cáncer de seno la hizo como ella misma refiere “bajar la velocidad” (U.S: PARTICIPANTE A: 171), pero lo</p>
--	--	--	--

	<p>cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p> <p>“y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 197-200)</p> <p>“No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir, entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor, eso me pasaba mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque pero al final</p>	<p>firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos”.</p> <p>El sufrimiento es ineludible, hace parte de la existencia, en definitiva se convierte en el órgano que se activa en la búsqueda incansable del sentido, no es tarea fácil aceptar que elementos como el malestar psicofísico o la incertidumbre, afecten el alcance de los objetivos y la búsqueda de significantes en la vida misma.</p> <p>Es importante aclarar que la capacidad espiritual es uno de los componentes innatos en el ser humano, permite que la autorregulación este en equilibrio, la confronta, no</p>	<p>más significativo es esa comprensión que ella misma hace sobre lo que siente, piensa y quiere hacer.</p> <p>Con B.B. tuve sentimientos encontrados, porque muchas veces los límites de los sueños los ponemos solo nosotros mismos, con el solo hecho de sentir miedo a que las cosas no salgan como fueron planeadas, en ocasiones ni lo intentamos y me doy cuenta que el sentido de vida es desplegado a plenitud en situaciones extremas como el cáncer y es meritorio ver como B.B. busca hasta encontrarse con ella misma, aferrándose a la vida; además consigo apreciar su vitalidad, tranquilidad, sencillez, madurez pero sobretudo fuerza haciéndome sentir gran admiración hacia ella.</p> <p>En definitiva, como dice la vieja premisa distinguir no es separar y eso lo comprendí al escuchar el testimonio de B.B.</p>
--	---	--	--

	<p>es todo lo que ha guardado, entonces como que emocionalmente dejo fluir lo que siento” (U.S. PARTICIPANTE A: 220-226)</p> <p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)</p> <p>“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre</p>	<p>constríne, porque se da conscientemente, por lo tanto es diferente manejarse a sí mismo que reprimirse.</p> <p>Finalmente y para concluir, la autorregulación es un elemento que regula los procesos cognitivos y emotivos en cada persona, el carácter de reconciliación con el aspecto psicofísico le permite detenerse, satisfacer o aplazar disposiciones o características netamente humanas.</p>	
--	---	---	--

	<p>todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284)</p> <p>“Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 305-309)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, o dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“No, a mí me trataron normal siempre y los cuidados fueron más del aspecto físico, porque emocionalmente como que siempre fue como lo mismo” (U.S. PARTICIPANTE A: 331-332)</p> <p>“Pues, sobre todo mis experiencias labóreales, he tenido ya dos trabajos diferentes entonces es algo donde uno puede aprender mucho y donde uno conoce mucha gente, gente chévere, gente no tan chévere y compartir con mucha gente nueva, se abre un mundo diferente cuando uno está trabajando, también en el último año por fin me pude graduar, entonces eso fue como muy importante para mí...básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 377-383)</p> <p>“Tal vez el hecho de que tome decisiones que van afectar, o que van a cambiar mi futuro, pienso que eso es en lo que más pienso</p>		
--	--	--	--



	<p>en este momento” (U.S. PARTICIPANTE A: 385-387)</p> <p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Me quiero mucho más y me respeto, me valoro mucho más y también no me juzgo tanto entonces me encuentro menos defectos” (U.S. PARTICIPANTE A: 470-471)</p> <p>“Si yo era muy dura no solo conmigo sino también de pronto con los demás entonces yo tenía como esa visión de blanco o negro entonces me he dado cuenta que uno no puede señalar porque las condiciones de todo el mundo son muy diferentes” (U.S. PARTICIPANTE A: 473-476)</p> <p>“He aprendido a ser más paciente, con lo vivido, pero siento que aún me falta entonces hay cosas que te enseñan o eres paciente o eres paciente no hay de otra entonces trato de respirar y mirar mejor las cosas, lo he mejorado pero fala un poco todavía” (U.S. PARTICIPANTE A: 483-486)</p> <p>“Mm, muchas veces, bueno terminar de estudiar porque me toco aplazar varios ciclos, y yo quería graduarme ya yaya entonces no pude terminar en ese momento, me toco esperar, jajaja y tener paciencia hasta cuando ya se pudo y cuadre fechas y pude entregar lo que me faltaba, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 510-514)</p> <p>“No pensaba en eso, yo no pensaba en me va a doler, o me</p>		
--	---	--	--

	<p>duele, me duele, me duele, si no que trataba de tener la mente ocupada en otra cosa, leer en fin...pienso que ayuda mucho no pensar en el dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 516-518)</p> <p>“Lo que te digo siempre he sido muy independiente, entonces intente seguir así lo más que pude, claro habían cosas, casi digamos que imposibles pero en general trate de seguir normal” (U.S. PARTICIPANTE A: 520-522)</p> <p>“No tanto como un recurso físico creo que no, mm yo siempre trate de...como el brazo lo tenía inmovilizado yo trate de recuperarlo lo más rápido que yo pude, entonces yo ni siquiera quise ir a terapia de rehabilitación sino que yo sola lo movía y yo intentaba hasta que había un punto que no se dejaba más, pero yo trataba y subía mi mano por la espalda y trataba de subir la mano por la pared, cosas así” (U.S. PARTICIPANTE A: 524-529)</p> <p>“Sí, creo que es un aprendizaje uno cuando crece como que calla su interior, por así decirlo, entonces eee no se permite sentir lo que uno realmente siente sino lo que se supone debe sentir, entonces he aprendido como a escucharme que hay cosas que no me gustan, que no quiero hacer y que hay sentimientos que por más que sean feos, como enojarse por alguna cosa es lo que uno siente, entonces he permitido escucharme más” (U.S. PARTICIPANTE A: 533-538)</p>		
Autoproyección	<p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus</p>	<p>La autoproyección es el recurso que le permite al individuo verse a sí mismo de manera diferente.</p> <p>Además, tiene la</p>	<p>Siento que la autoproyección es un recurso que B.B. despliega desde las experiencias vividas con el cáncer de seno, este diagnóstico apresurado en su vida le ha permitido reconocer quien es,</p>

	<p>cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A: 26-32)</p> <p>“Si, como explicarlo...me cambio totalmente como mi percepción de muchas cosas en la vida, me hizo como pensar nuevamente que era lo que quería hacer a futuro, porque digamos que mis planes eran totalmente diferentes y pues a raíz de eso tuve que...yo estaba estudiando, entonces aplazar y bueno mil cosas, bueno entonces tuve que pensar nuevamente en lo que quería hacer y hacia donde quería ir” (U.S. PARTICIPANTE A: 41-47)</p> <p>“No, creo que estoy trabajando en eso, siempre, todos los días como en tomar conciencia de las cosas que no quiero eeee demostrar y las cosas que me gustaría cambiar de mi misma y siempre trato cada día de sacar una mejor de mí misma” (U.S. PARTICIPANTE A: 71-74)</p> <p>“Leo mucho, después que sucedió lo de mi enfermedad y pues hay una terapia que es muy alternativa que se llama Bioneuroemoción entonces como que me metí a investigar, me metí mucho en ese cuento y he leído mucho sobre el tema, entonces eso te ayuda como a sanar muchas cosas del pasado, a perdonar, como a vivir al día, pero o sea...bien, ser estable en todo sentido” (U.S. PARTICIPANTE A: 76-81)</p> <p>“habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy muy grave pues ir a clase” (U.S. PARTICIPANTE A: 101-103)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso,</p>	<p>particularidad de concebir que el ser humano puede llegar a ser mejor persona, en la medida que identifique atemporal y aespacialmente sus posibilidades de cambio, explorando en el contenido que se encuentre inmerso la espiritualidad humana enfocada en su reflexividad.</p> <p>En palabras de Frankl (1994c) “Y este mi ser persona significa libertad, libertad para convertirme en personalidad. Ésta es libertad de la propia facticidad y libertad para la propia existencialidad. Es libertad de ser así y libertad para convertirse en algo diferente” (Martínez, 2009, p. 91).</p> <p>No existe ninguna situación en la vida que realmente carezca de</p>	<p>verse así misma en situaciones límite, comprender su presente para cambiar su futuro y creer que puede ser mejor persona.</p> <p>Actualmente, B.B. está libre de cáncer, los tratamientos médicos, las cirugías, la rehabilitación física y psicológica fueron para ella una escuela, desde el momento que se entera que tiene esta enfermedad, es confrontada con su espiritualidad humana, su libertad y su existencia, al punto de convertir todo su enojo y frustración en una forma más segura de ser ella misma.</p> <p>Cuando una mujer como B.B. se enfrenta al cáncer de seno, lo más difícil de manejar son los cambios físicos que se presentaran a lo largo del tratamiento y claro que fue complicado pero a la vez representativo, porque las cicatrices que ahora tiene su cuerpo, las ama y hacen parte de quien ella es, en la actualidad.</p>
--	---	---	--

	<p>entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arrégrame las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quieta, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como</p>	<p>sentido, siempre está la opción de proyectar y de ver un futuro distinto al actual, los aspectos aparentemente negativos de la existencia humana, en especial los mencionados por Frankl en la triada trágica el dolor, la culpa y la muerte, pueden llegar a transformarse en este ámbito en algo positivo, cuando se afrontan con la postura y actitud correctas, es decir que se autoproyecta el verse como mero proceso y no como mero suceso.</p> <p>Desde esta perspectiva, el ser humano cuenta con las facultades para comprender, regular y proyectar su propia existencialidad, anticipándose a todo aquello que quiere realizar, por lo tanto se entiende</p>	<p>El aprendizaje adquirido por B.B. tras su enfermedad, la sensibilizó con su género, al punto de promover la promoción y prevención del cáncer de seno con una herramienta sencilla y al alcance de todas: el autoexamen, mientras haya vida hay esperanza y es el resultado final de una experiencia como estas.</p> <p>Tener sueños, planes a futuro tan claros, con 22 años, tras ganarle la batalla a un diagnóstico como el cáncer de seno, es admirable y trascendental para mí, creo fielmente que la vida es una caja de sorpresas, pero está en cada persona permitirse crecer, cambiar y mejorar.</p> <p>No podemos cambiar el sufrimiento que trae consigo la vida, pero si podemos modificar nuestra actitud para llegar a ser mejores personas y puedo decir con toda propiedad que B.B. lo hizo, tener cáncer cambio su forma de ver la vida, porque ahora es más</p>
--	---	---	---

	<p>que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p> <p>“En ese momento, pues yo estuve muy acompañada por mis familiares y amigos, mucho, todo el tiempo casi alguien estaba conmigo acompañándome, por ejemplo en cosas muy tontas como ver un programa de televisión o una película, pero entonces todo esto te ayuda mucho a no sentirse solo y digamos que también tuve mis momentos de soledad, porque uno necesita ese tiempo como de introspección y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 191-200)</p> <p>“No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir, entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor, eso me pasaba</p>	<p>que:</p> <p>“En todo momento el hombre debe decidir, para bien o para mal, cuál será el monumento de su existencia...normalmente el hombre se fija únicamente en la rastrojera de lo transitorio y pasa por alto el fruto de lo ya granado del pasado de donde, de una vez por todas el recupera todas sus acciones, todos sus goces y sufrimientos”</p> <p>Para finalizar, Frankl, (1991), (p.117), citado por Maurial, (2009), (p.56) afirma “Nada puede deshacerse y nada puede volverse hacer. Yo diría que haber sido es la forma más segura de ser”, en definitiva la búsqueda de la mejor versión de sí mismo está al alcance, aun cuando situaciones límites</p>	<p>positiva, optimista y perseverante.</p> <p>En el plano profesional logra vencer sus miedos y alcanza el título de Gastrónoma, después de aplazar varios ciclos, de pensar en cambiar de carrera y de someterse a la rehabilitación de sus brazos, logra dominar su impaciencia y le da tiempo a sus manos de vivenciar nuevamente el arte de cocinar, pero sobre todo de hacer pastelería que es lo que apasiona a B.B.</p>
--	--	---	--

	<p>mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque pero al final es todo lo que ha guardado, entonces como que emocionalmente dejo fluir lo que siento” (U.S. PARTICIPANTE A: 220-226)</p> <p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)</p> <p>“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me</p>	<p>generen desequilibrio en el presente, la ventaja de ello es garantizar un futuro promisorio.</p>	
--	---	---	--

	<p>desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, yo dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“Mm, la verdad ninguno, o sea tengo muy buenos recuerdos y eso, pero no me gusta tanto mirar hacia el pasado sabes, no me enfoco tanto en eso sino que miro más como hacia adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 359-361)</p> <p>“Yo creo que todo el proceso del cáncer es algo que obviamente lo marca a uno muchísimo y más en el edad que yo estaba, yo tenía apenas 19 años, entonces eso realmente me maco bastante y siento que de alguna manera me dio mucha fuerza, entonces no lo recuerdo como algo malo tal vez, sino como algo bueno, porque he tenido mucho aprendizaje a raíz de eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 365-369)</p> <p>“Pues, sobre todo mis experiencias labórales, he tenido ya dos trabajos diferentes entonces es algo donde uno puede aprender mucho y donde uno conoce mucha gente, gente chévere, gente no tan chévere y compartir con mucha gente nueva, se abre un mundo diferente cuando uno está trabajando, también en el último año por fin me pude graduar, entonces eso fue como muy importante para mí...básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 377-383)</p>		
--	---	--	--

	<p>”Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-406)</p> <p>“Huy, es una pregunta muy difícil, jajaja Bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenía de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)</p> <p>“Eeeee bueno sobretodo como la moralidad, yo me eduque en un colegio de monjas y ellos te inculcan muchas cosas de lo prohibido, lo que está mal y muchas veces lo que está mal, no es tan malo para todo el mundo, entonces uno tiene que respetar a los demás y no hacerle daño a nadie, ni a uno mismo, obviamente pero hay muchas cosas de esa moralidad de doble filo que no comparto de lo que me inculcaron hace muchos años” (U.S. PARTICIPANTE A: 460-466)</p> <p>“Me quiero mucho más y me respeto, me valoro mucho más y también no me juzgo tanto entonces me encuentro menos defectos” (U.S. PARTICIPANTE A: 470-471)</p> <p>“He aprendido a ser más paciente, con lo vivido, pero siento que aún me falta entonces hay cosas que te enseñan o eres paciente o eres paciente no hay de otra entonces trato de respirar y mirar mejor las cosas, lo he mejorado pero fala un poco todavía” (U.S. PARTICIPANTE A: 483-486)</p> <p>“Si, no yo no realmente no me di como a la pena, pobrecita de</p>		
--	--	--	--



	<p>miNo puedo hacerlo, no yo trate de seguir mi vida normal, y de echo lo hago En la medida de lo posible lo hago, yo trabajo , yo salgo...normal” (U.S. PARTICIPANTE A: 505-507)</p> <p>“Mm, muchas veces, bueno terminar de estudiar porque me toco aplazar varios ciclos, y yo quería graduarme ya yaya entonces no pude terminar en ese momento, me toco esperar, jajaja y tener paciencia hasta cuando ya se pudo y cuadre fechas y pude entregar lo que me faltaba, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 510-514)</p> <p>“No pensaba en eso, yo no pensaba en me va a doler, o me duele, me duele, me duele, si no que trataba de tener la mente ocupada en otra cosa, leer en fin...pienso que ayuda mucho no pensar en el dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 516-518)</p> <p>“No tanto como un recurso físico creo que no, mm yo siempre trate de...como el brazo lo tenía inmovilizado yo trate de recuperarlo lo más rápido que yo pude, entonces yo ni siquiera quise ir a terapia de rehabilitación sino que yo sola lo movía y yo intentaba hasta que había un punto que no se dejaba más, pero yo trataba y subía mi mano por la espalda y trataba de subir la mano por la pared, cosas así” (U.S. PARTICIPANTE A: 524-529)</p> <p>“Si, eee pues me di cuenta como de mi capacidad para aprender, a través de la lectura y también como ser autodidacta digamos a mí me gusta mucho la repostería, entonces yo hacía mis inventos, mis creaciones y mis experimentos y entonces si...yo buscaba por internet o donde fuera y siempre me ha gustado es la repostería, entonces en ese sentido soy muy autodidacta” (U.S. PARTICIPANTE A: 541-547)</p>		
--	---	--	--

<b>SUBCATEGORIA: Autotrascendencia</b>			
Diferenciación	<p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A: 36-38)</p> <p>“entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo, o sea...pues obviamente necesitas que te ayuden a ciertas cosas” (U.S. PARTICIPANTE A: 66-67)</p> <p>“Siempre he creído como en un Dios pero tal vez esto reforzó mucho más mi relación con el” (U.S. PARTICIPANTE A: 148-149)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-245)</p> <p>“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)</p> <p>“Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta que personas siempre están para uno y en el hospital siempre fue un muy buen trato, llamaban que como</p>	<p>Reconocer a otro individuo como un legítimo otro, es una facultad que va interiorizando cada persona, con sus experiencias, sus elecciones y sus objetivos intencionales.</p> <p>La diferenciación es un elemento cargado de significados porque le permite al hombre encontrarse con otro ser humano:</p> <p>“El encuentro es una relación con un semejante en la que se reconoce a éste como ser humano” (Frankl, 1994a, citado por Martínez, 2009)</p> <p>Dirigirse a algo o alguien significativo le permite al ente espiritual (estar junto a) otro ente de la misma</p>	<p>Aunque B.B. no tiene una religión definida, manifiesta creer y amar a Dios, lo reconoce, lo significa por el hecho de estar presente simbólicamente, dando un poco de esperanza y aprendizaje en medio de las pruebas que estaban predestinadas para su vida, para ella es su Dios personal (U.S:A 143).</p> <p>Es curioso pero B.B. logro mantener sus relaciones interpersonales y familiares intactas, el hecho de querer llevar su vida como si nada estuviera pasando, le permitió a las personas que la rodeaban tratarla naturalmente, sin que sentimientos de lástima, que son inevitables fueran tan evidentes en todo el proceso.</p> <p>Para estar junto a otro B.B. reconoce que puede ayudar a otras mujeres con esta misma enfermedad, dando una voz de aliento, diciéndoles que todo estará</p>

	<p>estaba, ahorita donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también entonces se preocupan mucho por cómo estas” (U.S. PARTICIPANTE A: 273-278)</p> <p>“entonces tenía muchas y me gustaba tenerlas peinadas, cambiarlas de ropa, hacerles ropa, entonces esto era para mí era muy importante, era casi que mi vida en ese entonces” (U.S. PARTICIPANTE A: 454-456)</p> <p>“Si yo era muy dura no solo conmigo sino también de pronto con los demás entonces yo tenía como esa visión de blanco o negro entonces me he dado cuenta que uno no puede señalar porque las condiciones de todo el mundo son muy diferentes” (U.S. PARTICIPANTE A: 473-476)</p> <p>“Si por lo menos sé que con mi hermana somos muy cercanas y a ella le dio muy duro todo el proceso de mi cáncer casi que en algún momento ella quería como sentirlo por mi porque hay momentos muy difíciles no entonces, mm pienso que ella es una de esas personas y obviamente mis papas porque uno se da cuenta que a los demás les afecta y eso es bueno y malo bueno porque uno se da cuenta que le importa a la gente malo porque uno no quiere que los demás estén mal por uno” (U.S. PARTICIPANTE A: 555-563)</p> <p>“Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 596-601)</p> <p>“Pues tal vez, es que es tan difícil cuando uno ya lo ha vivido,</p>	<p>clase</p> <p>En concordancia, Frankl afirma “El ente espiritual no solo es capaz de estar junto a” otro ente, sino que también puede, en especial “estar junto a un ente de la misma clase, es decir, junto a un ente igualmente espiritual, es decir, del mismo tipo.</p> <p>Este “estar junto a” del ente espiritual a otro ente espiritual, este “estar junto a” entre entes espirituales, lo llamamos “estar junto al otro” (Martínez, 2009, p.94)</p>	<p>bien, siempre y cuando luchen por lo que quieren tener y llegar a ser en la vida, entonces de cierta forma hasta yo misma al escucharla me doy cuenta que las pequeñas cosas de la vida son las que más se disfrutan y marca positivamente en un mañana.</p> <p>La diferenciación que identifico en B.B. me hace creer que antes del diagnóstico no era muy buena la relación que llevaba consigo misma, porque se juzgaba con mucha dureza, tal vez al no salir las cosas como ella esperaba, sin embargo la fortaleza espiritual que despliega y el reconocer quien es y como es, le facilitan un proceso de perdón y de introspección.</p> <p>Me da la impresión que B.B. en algún momento sintió lastima por ella misma y aunque se aferró a la vida tuvo que encontrar las herramientas necesarias para poderle encontrar sentido a la vida y poder disfrutar de la compañía de quienes están en su mundo</p>
--	--	---	---

	<p>pero algo que no me parece que sientan, nunca, cuando una persona con cualquier tipo de diagnóstico fuerte es la lastima, pienso que tal vez es como tratar de ayudarla pero no con lastima, no dejarla echase a la pena, pero nunca lastima” (U.S. PARTICIPANTE A: 604-608)</p> <p>“Pienso que de pronto como que la única manera que yo puedo ayudarlos es a través de mi experiencia, entonces si alguien me quiere escuchar yo pues estoy dispuesta a decir y mostrar que se puede lograr” (U.S. PARTICIPANTE A: 610-613)</p>		circundante.
Afectación	<p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A: 36-38)</p> <p>“Pues es frustrante y digamos que por el tipo de cirugías que a mí me hicieron, entonces muchas veces uno no se puede valer por uno mismo” (U.S. PARTICIPANTE A: 65-66)</p> <p>“y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 88-92)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arréglame las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese</p>	<p>La afectación es un elemento de la autotranscendencia que se caracteriza por generar un impacto emocional producto de estar junto a un valor o al mismo sentido.</p> <p>En definitiva el hombre sufre por un sentimiento que no es capaz de clasificar y al que nadie puede responder Schopenhauer decía “la humanidad entre la necesidad y el sufrimiento”, es decir que solo se puede escapar del vacío existencial sabiendo</p>	<p>Curiosamente, percibo un alto grado de afectación positiva que genera resonancia afectiva y despliegue de sentido de vida; por ejemplo en la relación estrecha que tiene B.B. con su hermana mayor, de 23 años (en el momento del cáncer de seno)...me conmueve saber que todo el proceso médico, de tratamientos, cirugías, drenajes, reconstrucciones y demás quisiera ser vivido por su hermana, me imagino que fue un tratamiento tan invasivo que aunque B.B. se mostrara fuerte marco significativamente el comportamiento y el sentir de su hermanita; sin embargo B.B también fue tocada por el sentir de sus seres queridos impactándola</p>

	<p>tiempo por estar tan quiera, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no se pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 138-146)</p> <p>“Siempre he creído como en un Dios pero tal vez esto reforzó mucho más mi relación con el” (U.S. PARTICIPANTE A: 148-149)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad</p>	<p>cómo llenarlo, dejando que se encuentre en la base de la autorrealización humana con la múltiples posibilidades a su alcance.</p> <p>Adicionalmente, el ser humano es capaz de dejarse tocar por el valor o el sentido que capta (sentidos), es decir que hay resonancia afectiva en presencia de algo o alguien.</p> <p>Por otra parte, según Martínez, (2010), la afectación en el mundo de la libertad, la afectación en la dimensión de los valores y el sentido, se reconoce en criterios de duración, extensión y divisibilidad, fundamentación, satisfacción y relatividad de lo captado, siendo ideal cuando la afectación es más alta en términos de la espiritualidad humana,</p>	<p>emocionalmente.</p> <p>Como B.B. se encontraba estudiando gastronomía tuvo que aplazar varios semestres porque las cirugías que le realizaron tenían 2 o 3 meses de recuperación, además de todo tuvo que manejar la relación que tenía con la impaciencia ya que la cirugía de los ganglios le impidió cocinar por bastante tiempo, llevándola a una controversia de si debía o no continuar con sus estudios, en ese sentido me pongo en el lugar de B.B. y me doy cuenta lo difícil que pudo ser para ella, no poder hacer lo que uno quiere en realidad debe ser muy frustrante, en definitiva lo que sentí hacia ella fue mucho respeto y orgullo de ver que los limites para bien o para mal te los pones tú.</p> <p>Ponerse en los zapatos de otro sin dejarse afectar, no es tarea fácil, sin embargo B.B. ya vivió el cáncer de seno con todo lo bueno y lo malo que representa en su vida,</p>
--	---	--	---

	<p>porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“sí, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p> <p>“En ese momento, pues yo estuve muy acompañada por mis familiares y amigos, mucho, todo el tiempo casi alguien estaba conmigo acompañándome, por ejemplo en cosas muy tontas como ver un programa de televisión o una película, pero entonces todo esto te ayuda mucho a no sentirse solo y digamos que también tuve mis momentos de soledad, porque uno necesita ese tiempo como de introspección y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 191-200)</p> <p>“Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles, cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas</p>	<p>cuando lo captado se acerca más al valor absoluto, encontrándose allí aquellos valores relacionados con lo estético, el conocimiento, lo ético y lo sagrado, mientras que en dimensiones diferentes a la psicológica la afectación se debe a objetos intencionales de menor altura que generan un empuje distinto, de menor durabilidad, mas divisible, menos puro y de menor profundidad como es el caso de los valores sensibles y los vitales, no queriendo decir en absoluto que estos valores no le sean justos y necesarios al hombre.</p>	<p>es muy agradable ver como no se permite sentir ni que otros sientan lastima por esta enfermedad, las palabras de aliento que se pueden brindar son muchas y se nota que es un orgullo para ella haberle ganado la batalla siendo tan joven e inmadura, ella es un ejemplo para muchos de nosotros.</p>
--	---	---	---

	<p>cosas” (U.S. PARTICIPANTE A: 202-203)</p> <p>“No yo aprendí que lo mejor de las emociones es dejarlas fluir, entonces si uno necesita llorar pues llora, si está enojado pues este enojado porque si uno se traga eso es peor después, es como si como dicen una bomba y uno se va llenando y llenando y en el momento en el que explota es peor, eso me pasaba mucho antes, que uno explotaba y ni sabía porque pero al final es todo lo que ha guardado, entonces como que emocionalmente dejo fluir lo que siento”(U.S. PARTICIPANTE A: 220-226)</p> <p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado de ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es</p>		
--	--	--	--

	<p>muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)</p> <p>“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)</p> <p>“Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta que personas siempre están para uno y en el hospital siempre fue un muy buen trato, llamaban que como estaba, ahorita donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también entonces se preocupan mucho por cómo estas” (U.S. PARTICIPANTE A: 273-278)</p> <p>“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284)</p> <p>“Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si</p>		
--	---	--	--



	<p>pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 305-309)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, yo dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“Mm, pues no sé yo tuve una infancia como muy feliz en general, pues yo crecí con mi hermana todo el tiempo, nos llevamos a penas 4 años entonces la relación con ella, bueno de niñas nos peleábamos mucho, pero siempre hemos sido muy cercanas, entonces pues todo el tiempo que yo pasaba con ella que salíamos a jugar compartíamos los mismos amiguitos, todo esto entonces eso fue muy importante, tenerla a ella tal vez mientras yo estaba creciendo” (U.S. PARTICIPANTE A: 339-346)</p> <p>“Mm, la verdad ninguno, o sea tengo muy buenos recuerdos y eso, pero no me gusta tanto mirar hacia el pasado sabes, no me enfoco tanto en eso sino que miro más como hacia adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 359-361)</p> <p>“Bueno pues que me gradué, que mas, pues todo mi proceso del cáncer, el diagnóstico, las cirugías, bueno me dijeron que ya estaba bien, que más así” (U.S. PARTICIPANTE A: 371-372)</p> <p>“Si yo era muy dura no solo conmigo sino también de pronto con los demás entonces yo tenía como esa visión de blanco o negro entonces me he dado cuenta que uno no puede señalar</p>		
--	--	--	--

	<p>porque las condiciones de todo el mundo son muy diferentes” (U.S. PARTICIPANTE A: 473-476)</p> <p>“Si por lo menos sé que con mi hermana somos muy cercanas y a ella le dio muy duro todo el proceso de mi cáncer casi que en algún momento ella quería como sentirlo por mi porque hay momentos muy difíciles no entonces, mm pienso que ella es una de esas personas y obviamente mis papas porque uno se da cuenta que a los demás les afecta y eso es bueno y malo bueno porque uno se da cuenta que le importa a la gente malo porque uno no quiere que los demás estén mal por uno” (U.S. PARTICIPANTE A: 555-563)</p> <p>“Mm, no tanto eso sino tal vez el hecho de ser gastronomía es algo enteramente físico, y yo tenía el brazo muy afectado, para mí fue como difícil, porque era volver a empezar y tal vez yo pienso que hubiera sino más fácil si hubiera dejado a un lado la gastronomía y hubiera empezado otra cosa o hecho otra cosa porque es algo muy físico y de las manos entonces como que no fui capaz y me dije de algún modo tendrá que suceder” (U.S. PARTICIPANTE A: 586-593)</p> <p>“Pienso que de pronto como que la única manera que yo puedo ayudarlos es a través de mi experiencia, entonces si alguien me quiere escuchar yo pues estoy dispuesta a decir y mostrar que se puede lograr” (U.S. PARTICIPANTE A: 610-613)</p>		
Entrega	<p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con... digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus</p>	<p>La entrega es una cordial invitación a la realización del sentido, como es evidente los seres humanos no solo se dejan afectar por la falta de</p>	<p>La afectación es el mecanismo idóneo para desencadenar la entrega que se resume en la realización del sentido, B.B. es una mujer que a sus 22 años tiene la suficiente madurez para encontrar</p>

	<p>cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A: 26-32)</p> <p>“Pues yo trate de ir a clase lo más que podía, obviamente los postoperatorios habían unos largos y por los drenaje y esas cosas como que no era muy conveniente salir, pero yo trataba de ir a mis clases siempre que podía, habían momentos en que ya no podía hacerlo, porque faltar uno o dos meses no es conveniente, entonces dije no aplacemos, pero yo trataba digamos si no era muy muy grave pues ir a clase” (U.S. PARTICIPANTE A: 97-103)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, Leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quieta, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no se pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el</p>	<p>sentido sino que la interacción con otros puede afectar también, como dice Frankl:</p> <p>“El hombre no llega a ser realmente hombre y no llega a ser plenamente él mismo sino cuando se entrega a una tarea, cuando no hace caso de sí mismo o se olvida de sí mismo al ponerse al servicio de una causa o al entregarse al amor de otra persona”</p> <p>La entrega es un elemento integral, en primer lugar cuando el ser humano logra distinguirse de otro, alcanza la diferenciación, en segundo lugar cuando son captados valores y se percibe resonancia afectiva, alcanza la afectación y finalmente cuando el individuo sale hacia algo que no es el mismo en busca del</p>	<p>la autorrealización que tanto buscamos los seres humanos, el cáncer de seno le permite crecer como persona, conocerse mejor y ejercer su libertad con responsabilidad.</p> <p>Tengo la sensación de que antes de que B.B. conociera el diagnostico era una mujer impulsiva, acelerada y malgeniada; actualmente veo a una mujer sobreviviente de un carcinoma intraductal insitu, que logra el título de gastronoma tras varias aplazadas de semestre, tiene planes de viajar a Canadá a estudiar idiomas y un complemento de su carrera, pero lo que más resalto en ella es el amor propio que descubre en medio del tratamiento médico, lo más significativo es que aprende a querer su cuerpo, las cicatrices que aparecen y lo que representan para su presente y su futuro.</p> <p>Con respecto al sentido de la vida, pienso que B.B. tiene muchos recursos y valores interiorizados</p>
--	---	--	---

	<p>camino y de algún lado saldremos adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 138-146)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p>	<p>sentido, llega a la entrega y en conclusión el ser humano autotrasciende sus capacidades intencionales para autorrealizarse.</p> <p>Para concluir “En todo momento el hombre debe decidir, para bien o para mal, cuál será el monumento de su existencia.</p> <p>Normalmente el hombre se fija únicamente en la rastrojera de lo transitorio y pasa por alto el fruto ya granado del pasado de donde, de una vez por todas, él recupera todas sus acciones, todos sus goces y sufrimientos.</p>	<p>que le permitirán con el paso de los años fortalecer su personalidad, su carácter y su temperamento, me gusta mucho lo que ella dice “el cáncer me mostro que la vida puede ser maravillosa”</p> <p>“Nada puede deshacerse y nada puede volverse a hacer. Yo diría que haber sido es la forma más segura de ser” (Frankl, 1991: p 117, citado por Martínez, 2010)</p>
--	---	--	--

	<p>“En ese momento, pues yo estuve muy acompañada por mis familiares y amigos, mucho, todo el tiempo casi alguien estaba conmigo acompañándome, por ejemplo en cosas muy tontas como ver un programa de televisión o una película, pero entonces todo esto te ayuda mucho a no sentirse solo y digamos que también tuve mis momentos de soledad, porque uno necesita ese tiempo como de introspección y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 191-200)</p> <p>“Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles, cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas cosas” (U.S. PARTICIPANTE A: 201-203)</p> <p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba</p>		
--	---	--	--

	<p>enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)</p> <p>“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)</p> <p>“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284)</p> <p>“Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y</p>		
--	--	--	--

	<p>hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 305-309)</p> <p>“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, yo dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)</p> <p>“Yo creo que todo el proceso del cáncer es algo que obviamente lo marca a uno muchísimo y más en el edad que yo estaba, yo tenía apenas 19 años, entonces eso realmente me maco bastante y siento que de alguna manera me dio mucha fuerza, entonces no lo recuerdo como algo malo tal vez, sino como algo bueno, porque he tenido mucho aprendizaje a raíz de eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 365-369)</p> <p>“Pues, sobre todo mis experiencias labórales, he tenido ya dos trabajos diferentes entonces es algo donde uno puede aprender mucho y donde uno conoce mucha gente, gente chévere, gente no tan chévere y compartir con mucha gente nueva, se abre un mundo diferente cuando uno está trabajando, también en el último año por fin me pude graduar, entonces eso fue como muy importante para mi...básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 377-383)</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande</p>		
--	---	--	--

	<p>veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)</p> <p>“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo ese proceso, y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)</p> <p>“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)</p> <p>“Mm, yo pienso que mi mayor fortaleza es la espiritual y siento que si uno está equilibrado emocionalmente, como que todo fluye” (U.S. PARTICIPANTE A: 478-479)</p> <p>“Si, no yo no realmente no me di como a la pena, pobrecita de mí no puedo hacerlo, no yo trate de seguir mi vida normal, y de echo lo hago en la medida de lo posible lo hago, yo trabajo , yo salgo...normal” (U.S. PARTICIPANTE A: 505-507)</p> <p>“Mm, muchas veces, bueno terminar de estudiar porque me toco aplazar varios ciclos, y yo quería graduarme ya yaya entonces no pude terminar en ese momento, me toco esperar, jajaja y tener paciencia hasta cuando ya se pudo y cuadre fechas y pude entregar lo que me faltaba, entonces eso” (U.S.</p>		
--	---	--	--



	<p>PARTICIPANTE A: 510-514)</p> <p>“No pensaba en eso, yo no pensaba en me va a doler, o me duele, me duele, me duele, si no que trataba de tener la mente ocupada en otra cosa, leer en fin...pienso que ayuda mucho no pensar en el dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 516-518)</p> <p>“No tanto como un recurso físico creo que no, mm yo siempre trate de...como el brazo lo tenía inmovilizado yo trate de recuperarlo lo más rápido que yo pude, entonces yo ni siquiera quise ir a terapia de rehabilitación sino que yo sola lo movía y yo intentaba hasta que había un punto que no se dejaba más, pero yo trataba y subía mi mano por la espalda y trataba de subir la mano por la pared, cosas así” (U.S. PARTICIPANTE A: 524-529)</p> <p>“Si, lo que te decía siempre he querido estudiar fuera, mm hubo cosas que tuve que dejar de lado, pero siempre hay cosas que no voy a dejar atrás por nada” (U.S. PARTICIPANTE A: 582-584)</p> <p>“Mm, no tanto eso sino tal vez el hecho de ser gastronomía es algo enteramente físico, y yo tenía el brazo muy afectado, para mí fue como difícil, porque era volver a empezar y tal vez yo pienso que hubiera sino más fácil si hubiera dejado a un lado la gastronomía y hubiera empezado otra cosa o hecho otra cosa porque es algo muy físico y de las manos entonces como que no fui capaz y me dije de algún modo tendrá que suceder” (U.S. PARTICIPANTE A: 586-593)</p> <p>“Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más</p>		
--	---	--	--

	<p>abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 596-601)</p> <p>“Pienso que de pronto como que la única manera que yo puedo ayudarlos es a través de mi experiencia, entonces si alguien me quiere escuchar yo pues estoy dispuesta a decir y mostrar que se puede lograr” (U.S. PARTICIPANTE A: 610-613)</p>		
--	---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**MATRIZ DE ANALISIS POR CATEGORIA: C.B.****Tabla 10.** Matriz de análisis por categoría C.B

<b>CATEGORIA: Valores</b>			
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
Sensibles	<p>“Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B: 9-12).</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84).</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88).</p> <p>“Mis paseos con mi hermana no lo cambio por nada” (U.S. PARTICIPANTE B: 262).</p> <p>“Al pueblo, ella vivía en Pacho Cundinamarca, y las vacaciones eran en julio y en diciembre, más que todo en julio porque en diciembre la pasaba con mi mami, en julio la feria, bailes, las caminatas por el</p>	<p>Los valores son cualidades que resuenan afectivamente en el ser humano, lo atraen, e invitan a generar diferentes acciones que construyan vida y le concedan un sentido a la misma, en este contexto los valores sensibles se descubren en el mundo, en la medida en que el ser humano realiza actividades que generan en él una sensación de goce/placer.</p> <p>En este sentido para la participante B los valores sensibles se presentan principalmente en: la realización de actividades cotidianas, en los momentos significativos que ha tenido en su vida familiar, y finalmente en esa proyección de viajes que tiene a futuro.</p>	<p>Esta clase de valor en C.B. se encuentran principalmente relacionado con su ámbito familiar y social, en la medida en que continuamente encuentra una sensación de gozo/placer al estar con su familia, en este sentido puedo mencionar que el hecho de estar junto a sus seres queridos y compartir con ellos momentos felices, le ha permitido comprender el verdadero significado de disfrutar cada momento de su existencia.</p> <p>En este orden de ideas para C.B también es importante realizar actividades como (ver televisión, leer, ir cine, salir a restaurantes) entre otras, en las cuales percibo que encuentra un medio de esparcimiento que le permite verse a sí misma desde una perspectiva libre y sana en medio de su circunstancia, encontrando así nuevos placeres al pensar así mismo en sus sueños, enfocados principalmente en</p>

	<p>rio, coger naranjas de la finca era muy rico muy tranquilo” (U.S. PARTICIPANTE B: 264-267).</p> <p>“Muy feliz, la pasábamos delicioso” (U.S. PARTICIPANTE B: 269).</p> <p>“El día del grado de mi hijo Arturo como odontólogo “(U.S. PARTICIPANTE B: 276).</p> <p>“Que ya mi hijo realizo uno de sus primeros pasos como profesional” (U.S. PARTICIPANTE B: 278).</p> <p>“Muy orgullosa, feliz, súper orgullosa, porque era el que menos esperaba uno porque él era muy loquito, desjuiciado, y me respondió súper bien, respondió al esfuerzo que se hizo para sacarlo adelante en la carrera” (U.S. PARTICIPANTE B: 280-282).</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337-339).</p> <p>Seguir viajando</p> <p>“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343-344).</p>		<p>realizar viajes, en donde se puede ver como ella misma encuentra esa sensación plena de felicidad, al realizar, y cumplir, esas actividades y esos sueños, que hacen que encuentre un verdadero sentido de estar y de asumirse en su mundo.</p>
Vitales	<p>“Al principio total confusión, miedo de lo que podría pasar, mucha tristeza porque lo primero que pensé fue en la muerte cuando leí las mamografías los resultados para mi yo ya estaba invadida, cuando me mandaron hacer todos los exámenes de los huesos, del estómago, la ecografía esa ansiedad, de</p>	<p>Esta clase de valor hace referencia a la sensación de bienestar, que se encuentra constituida en el ser humano en la manera como realiza acciones que favorecen, conserven, o restituyan su salud y su vida.</p>	<p>Ser una mujer sobreviviente de cáncer de seno le permitió a C.B reflexionar y comprender la verdadera importancia de estar bien y sentirse bien en términos de salud.</p>

	<p>leer los resultados de saber cómo iban a salir, la incertidumbre, es duro. ya después de un tiempo sentí nostalgia de lo que me paso, cada que recuerdo me da nostalgia, pero ahorita sé que estoy bien, con ganas de salir adelante después de haber pasado por esta situación” (U.S. PARTICIPANTE B: 15-22).</p> <p>“Si mi motivación principal fue y siempre ha sido el amor a la vida eso es lo primordial lo que lo mueve a uno” (U.S. PARTICIPANTE B: 33-34).</p> <p>“Si amo la vida, es muy bonito estar vivo y la segunda el amor a mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B: 36).</p> <p>“Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar, le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo, le baje un poquito a las horas de trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras, me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario” (U.S. PARTICIPANTE B: 63-69).</p> <p>“me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme” (U.S. PARTICIPANTE B: 95).</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino deje los malos hábitos como fumar”</p>	<p>En este orden de ideas para C.B la presencia de los valores vitales estuvo vinculada con ese proceso de autocomprension que hizo de sí misma en medio de su enfermedad, en este caso esta reflexión, permitió la adaptación de nuevos hábitos y pensamientos que se orientaran hacia una sensación de bienestar y cuidado personal.</p> <p>Esas acciones se hicieron visibles a través del cambio en sus hábitos alimenticios, la disminución que hizo en el consumo de bebidas alcohólicas, dejo de fumar, cambios en su rutina laboral, y finalmente a nivel cognitivo prevaleció una motivación personal, que le permitió mantenerse en una calidad de vida optima en medio de su circunstancia.</p>	<p>En este aspecto percibo que el hecho de haber pasado por esta experiencia le permitió modificar muchos hábitos a favor de su propio bienestar personal, es así como ella misma se preocupa ahora por fortalecer y mantener ese autocuidado personal, por medio del cual ha mejorado su relación consigo misma, y de igual manera le ha permitido centrar su atención en generar cada día una mejor calidad de vida.</p> <p>Por otro lado veo importante mencionar esa fuerza vital que siempre mantuvo C.B en el transcurso de su enfermedad, la cual le permitió prevalecer y continuar a pesar de las circunstancias doloras y adversas que se presentaron durante su proceso.</p> <p>Este suceso me cuestiona en la manera en como los seres humanos utilizamos y manejamos esa motivación interior, que en ocasiones pasa por nuestra vida siendo invisible al no prestarle la verdadera importancia que requiere.</p> <p>En este contexto asumo que es primordial detenernos por un momento y hacernos preguntas como ¿cuál es mi motivación en</p>
--	---	--	---

	<p>(U.S. PARTICIPANTE B: 97-98).</p> <p>“Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada, ahora soy más centrada tome más conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en mi salud y en todo lo relacionado conmigo” (U.S. PARTICIPANTE B: 101-103).</p> <p>“Si claro nunca la perdí” (U.S. PARTICIPANTE B: 111).</p> <p>“No, porque si hay casos, por ejemplo hubo una compañerita que entro en shock y que es depresiva un domingo me escribió Claudia estoy mal, me quiero matar, me quiero suicidar, le dije niña levántese coja una escoba y póngase a hacer oficio, deje de estar pensando en esas cosas” (U.S. PARTICIPANTE B: 113-116).</p> <p>“Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan muchas cosas por hacer, como ser abuela, ver a mis hijos realizados profesionalmente, y lo mas importante como motivación a nivel personal es lograr pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a descansar mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 118-122).</p> <p>“Bueno todas son importantes desde el momento del desayuno, no puedo dejar de darle las gracias a Dios por el nuevo día, realizar mi trabajo” (U.S. PARTICIPANTE B: 125-126).</p> <p>“Si porque me siento contenta con mi trabajo con lo</p>		<p>este momento?, en la medida en que nos cuestionemos así mismos sobre nuestra existencia y sobre un ¿para qué vivirla?, tendremos una claridad y una visión más optimista, que nos permitirá vencer cualquier situación de nuestra vida.</p> <p>Como le sucedió a C.B que al tener una fuerza motivacional clara, le permitió asumir una nueva postura frente a los momentos difíciles que acontecieron al inicio y durante su enfermedad.</p>
--	---	--	--

	que hago y eso mejora mi manera de ver mi vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 128-129).		
Estéticos	<p>“En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 72-79).</p>	<p>Se denomina valores estéticos a aquellas valoraciones o apreciaciones subjetivas que se realizan de los objetos, del mundo, y el orden, en este sentido se generan reacciones de agrado o aprecio de acuerdo al valor de belleza y armonía percibida por el ser humano.</p> <p>Para la participante B el descubrimiento de este valor se hizo presente en acciones concretas, como en mantener el orden en su vivienda, y el sentirse bien consigo misma respecto al cuidado que mantuvo en su belleza personal, durante y después de haber sobrevivido a una enfermedad como el cáncer de seno</p>	<p>Es significativo como transforma al ser humano pasar por una situación difícil, en este aspecto puedo percibir como para C.B haber sobrevivido a un cáncer, le permitió no solo hacer cambios en su rutina diaria si no también en su belleza exterior, en este sentido percibo que en ella se presenta una nueva concepción de lo que es la belleza la cual va mas allá de una figura esbelta.</p> <p>En este contexto es de valorar en C.B la importancia que siempre mantuvo en relación a su cuidado personal y al orden en su espacio, el cual se fortaleció y mejoro aun más en el transcurso de su enfermedad.</p> <p>A través de esta circunstancia logro percibir y comprender que a pesar de cualquier dificultad que se tenga en términos de salud, siempre se debe mantener ese cuidado personal que configura nuestra verdadera belleza como mujeres.</p>

Intelectuales	<p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84).</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88).</p>	<p>Se encuentran presentes en la búsqueda continua que hace el ser humano en relación al conocimiento, en este aspecto esta clase de valor generan una perfección en el ser humano, en la manera como orienta su existencia hacia una búsqueda continua de la sabiduría.</p>	<p>La búsqueda de conocimiento en C.B se configura a partir de ese gusto que tiene por la lectura, sin embargo logre comprender que a pesar de que este valor se hace presente en C.B no se logra desplegar totalmente. En este sentido pienso que ella es consciente de lo importante que es fortalecer su parte intelectual, sin embargo por factores externos como su trabajo no se ha permitido para sí misma tomarse un tiempo para lograr desplegar a mayor intensidad esta clase de valores.</p> <p>Desde mi perspectiva asumo que sería importante que C.B fortaleciera ese gusto que tiene por la lectura, en la medida en que este sería un recurso satisfactorio para su crecimiento intelectual y así mismo para comprender a mayor magnitud la transformación de su vida, por medio de la adquisición de nuevos saberes encontrados a través de la literatura. En este aspecto pienso que siempre es importante que en el ser humano siempre se mantenga esa búsqueda continua por la sabiduría, desde la cual podrá construir y dar un sentido continuo a su existencia humana.</p>
---------------	---	--	---



<p>Éticos</p>	<p>“Bueno al haber pasado por mi situación me sirvió porque pienso que me hacen falta cosas, he cambiado pero todos los días hay cositas que cambiar más que todo el criticar a los demás, me gustaría corregir no criticar tanto que cada quien viva su vida y ya, también a futuro me gustaría hacer un curso de algo, no he pensado sobre qué pero si me gustaría porque me ayudaría a ser una mejor persona a través del aprendizaje de cosas nuevas” (U.S. PARTICIPANTE B: 55-60).</p> <p>“Si hubo cambios respecto a tomar las cosas con más calma en lo personal, en mi vida familiar, en lo laboral no ser tan acelerada, en si la situación lo pone a uno a pensar en ser una mejor persona dejando los vicios como fumar ahora veo la vida con más tranquilidad y por eso he cambiado el ritmo de hacer las cosas ahora las realizo con más lentitud y cuidado” (U.S. PARTICIPANTE B: 105-109).</p> <p>“En si pienso y siento que genero cambios que mejoraron mi vida, ahora hago las cosas con tranquilidad, antes me afanaba mucho por hacer las cosas, pero ahora me tomo mi tiempo además ahora siento más temor de Dios y me preocupo por ser mejor persona por si acaso debo partir el día de mañana ganarme un lugarcito haya arriba” (U.S. PARTICIPANTE B: 195-199).</p>	<p>Esta clase de valores son criterios que guían al ser humano a actuar de manera responsable, libre, y honesta, buscando siempre el buen obrar humano ante cualquier circunstancia de la vida.</p> <p>En este contexto la presencia de estos valores son descubiertos en la participante B en la manera como se percibe así misma.</p> <p>Es a través de ese proceso de autocomprension que se da en ella, en donde se manifiesta una nueva imagen de sí misma y así mismo se instaure esa necesidad por cambiar.</p> <p>En este orden de ideas este valor se hace visible en C.B en la medida en que busca y se interesa por ser una mejor persona, alcanzando esa perfección personal precedida por el obrar bien y sentirse bien consigo misma y con su mundo.</p>	<p>Como seres humanos tenemos conciencia de que no somos perfectos, desde esta concepción identifico que este valor se hace visible en C.B en la manera como ella ve sus propios defectos como persona.</p> <p>En este contexto logro percibir como C.B logra reflexionar y se preocupa cada día como ella misma menciona “por ser mejor persona”.</p> <p>En este sentido puedo expresar que es posible que el haber pasado por una enfermedad como el cáncer de seno cuyo sinónimo principal es la muerte, le permitió a C.B tener una nueva visión de la vida, es así como se genera en ella una búsqueda por su perfección personal, para así sentirse bien consigo misma dejando una buena imagen moral de su existencia.</p> <p>Desde este aspecto pienso que no hay necesidad de estar pasando por una situación límite de la vida para tener una actitud integra ante la misma.</p> <p>En este caso asumo que es importante que como seres humanos hagamos lo posible por alcanzar esa perfección personal,</p>
---------------	---	--	--

			orientando nuestra vida hacia un buen obrar humano que marque la diferencia de nuestra existencia en el mundo.
Sagrados	<p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en dios” (U.S. PARTICIPANTE B: 27).</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, a creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B: 29-30).</p> <p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre mas a él volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento uno una paz, una tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 90-93).</p>	<p>Son los valores que se comprenden como los más importantes y decisivos para la existencia humana.</p> <p>Esta clase de valores se descubren continuamente en el acercamiento con Dios, y con toda la concepción de lo santo y lo divino.</p> <p>En este sentido la vivencia de estos valores para la participante B fue y aun continúa siendo importante en su vida.</p> <p>En este orden de ideas ese vinculo continuo que mantuvo con Dios y con su Fe le permitió posicionarse de otra forma en medio de su circunstancia, al descubrir la verdadera importancia de estar respaldada por Dios antes durante y después de su enfermedad.</p>	<p>Nuestra existencia humana se encuentra vinculada hacia una creencia en un ser absoluto (Dios), en este sentido muchos seres humanos construyen una fe incondicional hacia su ámbito espiritual.</p> <p>Desde esta aspecto logro percibir que C.B no es la excepción, por esta razón identifiqué que siempre ha mantenido su creencia espiritual, sin embargo a través de su relato respecto a su experiencia de haber pasado por una enfermedad como el cáncer de seno, percibo que esa creencia se ha fortalecido construyendo de esta manera un compromiso continuo de Fe y esperanza en Dios.</p> <p>En este sentido comprendo que ese compromiso de fe hacia Dios le permitió tener una mayor confianza en sí misma, la cual la condujo a mantener una estabilidad emocional, que le permitió sentirse tranquila durante y después de haber sobrevivido a su enfermedad.</p> <p>Este compromiso que tiene C.B de Fe</p>

			<p>absoluta hacia Dios, me hace pensar en lo importante que es para nosotros como seres humanos tener una creencia religiosa o espiritual, debido a que este suceso nos permitiría ubicarnos y ver desde otra perspectiva alguna situación difícil o limite por la cual estuviéramos pasando.</p> <p>De igual manera pienso que esa confianza en el ámbito espiritual se instauraría como algo sano en nuestra conciencia, que nos daría una fuerza vital para trascender ante cualquier circunstancia de la vida. .</p>
Creación	<p>“pues en estos días que estuve hablando con unos amigos que no tenían ni idea, entonces el impacto para ellos fue de preocupación y tranquilidad porque saben que ya estoy bien, además le comente a todos mis compañeros poquitos, días antes de que me hicieran la cirugía para que se enteraran” (U.S. PARTICIPANTE B: 141-144).</p> <p>“les envié un correo electrónico a todos contándoles por lo que estaba pasando recomendándoles que no tuvieran esa mala costumbre de no llevar los exámenes al médico y que me acompañaran en una campaña “ el día del sombrerito “fue como el 19 de octubre una campaña en honor a las mujeres que se les ha caído el cabello por el tratamiento de la quimioterapia, entonces les mandé un correo conté mi historia, posteriormente se hizo un video aquí en</p>	<p>Esta clase de valor se constituye a través de lo que el ser humano deja en el mundo es decir la contribución que la persona deja como huella para ser recordado a través de sus propias creaciones.</p> <p>En este caso la persona constituye una realización a nivel personal en la medida en que ofrece algo a la sociedad.</p> <p>Desde este aspecto el ser humano genera una creencia de ser útil, lo cual permite que se instaure un sentido de vida que prevalece de</p>	<p>Esta clase de valor se hace visible en C.B. cuando a través de su enfermedad genera una idea de confeccionar un “cojín de corazón”, el cual como ella misma menciona “es un recurso que le sirve para descansar el brazo mejorando la sensación de dolor para así poder continuar con sus actividades normalmente”.</p> <p>En este sentido observo que C.B. instaura la idea de seguir creando este accesorio, para ofrecerlo a diferentes fundaciones y de esta manera colaborar a muchas mujeres que están pasando o han pasado por la misma situación.</p>

	<p>la Dian, comunicación internas me hizo un video para transmitir mi mensaje a todos los compañeros a nivel nacional, y por Facebook también a mis amistades”(U.S. PARTICIPANTE B: 146-153).</p> <p>“Si a raíz del video y a raíz de la campaña me llegaron muchos mensajes, entre ellos el de varias compañeras que están en el mismo proceso o un poquito más delicadas, igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo de mi circunstancia como por ejemplo el cuidarse más su salud, tener una vida sana tranquila sin resentimientos porque también he leído que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito el comentar mi experiencia” (U.S. PARTICIPANTE B: 155-161).</p> <p>“Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal porque es depresiva entonces decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui a la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno, y así comenzamos escribirnos por Facebook a pesar de que no nos conocemos en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella, otra</p>	<p>manera positiva, generando nuevas formas de percibirse en su mundo y en su realidad.</p>	<p>En este contexto la idea de C.B. de pensar en generar una creación y compartirla con otras personas que pasan por su misma experiencia, me hace reflexionar y cuestionarme acerca de si estoy o no creando algo para el mundo y por eso comienzo a pensar en lo importante que es dejar una huella de nuestra existencia en la sociedad un recuerdo que tenga ese significado positivo para otros.</p> <p>Desde este aspecto me parece positivo que C.B. haya construido ese pensamiento creativo y que así mismo este haciendo ese llamado a otras personas a que contribuyan en su proyecto, permitiendo así nuevas formas de percibirse a sí misma como una persona creadora transformando así la realidad de otros.</p>
--	---	---	--

	<p>compañerita de Cúcuta también me llamo para el día de la mujer me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento” (U.S. PARTICIPANTE B: 167-178).</p> <p>“Si claro porque se siente uno bien, es alentador y gratificante” (U.S. PARTICIPANTE B: 180).</p> <p>Bueno en mí pensamiento me gustaría que me recordaran como una persona alegre, buena gente, humilde, sincera, y luchadora (U.S. PARTICIPANTE B: 358-359).</p> <p>“Bueno como te contaba confeccione en medio de mi circunstancia un cojín “mi cojín corazón” ese es un recurso que me sirve para descansar el brazo, así no me duele tanto esa parte de la Arcila y puedo seguir realizando mis actividades normalmente, por eso tengo la idea de hacer una campaña en donde mis compañeras me colaboren haciendo de a cinco cojines para llevarlos a una fundación, y así colaborar a otras mujeres” (U.S. PARTICIPANTE B: 430-435).</p> <p>“Si claro siempre trato de ser muy cariñosa con mis hijos de decirles te quiero entre otras cosas, y con eso noto que genera mucha confianza en la relación con ellos además de que me consideren como una amiga para ellos y una confidente”(U.S. PARTICIPANTE B: 465-468).</p>		
Experiencia	“Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia,	Los valores de experiencia son aquellas vivencias que han dejado	Las huellas que generan un valor de experiencia en C.B. son relacionadas con

	<p>reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B: 9-12).</p> <p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en dios” (U.S. PARTICIPANTE B: 27).</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, a creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B: 29-30).</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo”. (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84).</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88).</p> <p>“Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejor dicho es único se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados, claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos en general, estuvieron pendientes con mensajes, muestras de cariño,</p>	<p>una huella o un significado para la persona, en este contexto esta clase de valores son percibidos concretamente en ciertas acciones como son el conocer alguien especial, haber visitado algún lugar significativo, recordar momentos especiales de la infancia, haber leído algún libro, el compartir en familia entre otros.</p> <p>En este sentido estos valores se configuran a través de lo que la persona recibe de su vida, del mundo y de los demás.</p> <p>Desde este aspecto se menciona que en esta clase de valores es admitido incluir las experiencias pico de Maslow y las experiencias estéticas como ver una buena obra de arte o las maravillas naturales.</p> <p>Sin embargo el ejemplo más importante para lograr descubrir y percibir esta clase de valor es a través de la otra persona, es decir en el sentimiento del amor, es a través de nuestro amor, en donde podemos</p>	<p>actividades que generan un placer para ella misma realizarlas como son estar con sus amigas, con sus hijos, en general todo lo relacionado con su contexto familiar deja en ella una experiencia de sentido significativa.</p> <p>Respecto a su infancia C.B. describe esta etapa de manera positiva recordando principalmente el vínculo afectivo que tenía con su hermana, el cual siento que se hacía visible en los momentos en los cuales tenía un reencuentro con ella que les permitía compartir momentos maravillosos, así mismo recuerda muy especialmente su etapa de adolescencia en donde percibo como si ella quisiera revivir esa parte, al movilizar en ella sensaciones de libertad y emociones positivas que en la actualidad le gustaría vivir nuevamente.</p> <p>Igualmente percibí la gran importancia que tiene para C.B. sus hijos al mencionar sus dos embarazos y el hecho de que en su actualidad aun pueda compartir momentos especiales con ellos, el verlos realizados en sus carreras profesionales, es una huella muy significativa, para ella</p>
--	---	---	---

	<p>solidaridad, y la fundación a la que fui Ámese pues no fui si no una sola vez pero si sentí el respaldo el apoyo la tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 183-189).</p> <p>“es bastante alentador ver que la gente lo quiere y lo estima a uno ver que uno no está solo eso es bonito, le levanta a uno la moral y le da a uno tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 192-193).</p> <p>“el encontrarme con mi hermana en vacaciones porque como mis padres eran separados, entonces ella vivía con mi papa y yo viví con mi mama, y la felicidad de que fueran vacaciones para reunirnos las dos, entonces yo me iba al pueblo a pasar mis vacaciones con ella esa es la época más bonita como de los diez, doce, catorce años” (U.S. PARTICIPANTE B: 239-243).</p> <p>“Mis paseos con mi hermana no lo cambio por nada” (U.S. PARTICIPANTE B: 262).</p> <p>“Al pueblo, ella vivía en Pacho Cundinamarca, y las vacaciones eran en julio y en diciembre, más que todo en julio porque en diciembre la pasaba con mi mami, en julio la feria, bailes, las caminatas por el rio, coger naranjas de la finca era muy rico muy tranquilo” (U.S. PARTICIPANTE B: 264-267).</p> <p>“Muy feliz, la pasábamos delicioso” (U.S. PARTICIPANTE B: 269).</p> <p>“El día del grado de mi hijo Arturo como odontólogo” (U.S. PARTICIPANTE B: 276).</p> <p>“Que ya mi hijo realizo uno de sus primeros pasos</p>	<p>inducir a nuestro amado a desarrollar un sentido, y así lograr nuestro propio sentido.</p>	<p>además de mencionar momentos especiales con su hermano.</p> <p>En este contexto siento que C.B. se centra mucho en las otras personas al percibir esas huellas de sentido a través de otros, y considero que es allí en donde se despliega un verdadero valor de experiencia en ese reencuentro con el otro.</p> <p>Este hecho me hace pensar en lo importante que es configurar esas vivencias significativas a través de las relaciones con las otras personas, y así mismo me cuestiona acerca de no pensar tanto en mi misma y en lo significativo que he vivido, sino más bien en esos recuerdos que tengo con las otras personas que es donde considero que esta el verdadero sentido al vivir plenamente un momento significativo</p> <p>Por otro lado en general logre detectar solo en el algunas situaciones esas vivencias significativas para sí misma al haber nombrado su enfermedad y su etapa de adolescencia, estos sucesos pienso que dejan un recuerdo significativo para ella, en la medida en que el hecho de haber</p>
--	---	---	---

	<p>como profesional” (U.S. PARTICIPANTE B: 278).</p> <p>“Muy orgullosa, feliz, súper orgullosa, porque era el que menos esperaba uno porque él era muy loquito, desjuiciado, y me respondió súper bien, respondió al esfuerzo que se hizo para sacarlo adelante en la carrera”(U.S. PARTICIPANTE B: 280-282).</p> <p>“Mis hijos, es decir los dos embarazos, ha sido lo más hermoso doloroso pero hermoso” (U.S. PARTICIPANTE B: 284-285).</p> <p>“Porque es lo más lindo que tengo, mis hijos, hay muchos momentos felices, momentos bonitos en la vida, pero ese ha sido el más significativo para mí, los más importantes” (U.S. PARTICIPANTE B: 287-289).</p> <p>Mis 18 años mis 17 años, mi colegio hasta que me gradué, la juventud la adolescencia (U.S. PARTICIPANTE B: 291-292).</p> <p>Vivía uno tranquilo sin responsabilidades (U.S. PARTICIPANTE B: 294).</p> <p>Salir a tabernas, musicales en vivo, la banda, la papayera, más que todo esas fueron mis actividades de los 16, 17 eso si salíamos todos en familia mi mama, mi hermana ,mi novio, yo todos salíamos nada de salir solita, fue una época muy bonita también, los 19, 20 años (U.S. PARTICIPANTE B: 296-299).</p> <p>“Estar con mi hermano, con mi familia, mis salidas con mi hermano que él no es de tabernas, es una persona cultural él es de conciertos, la he pasado</p>		<p>pasado por una etapa de desarrollo y por el suceso de una enfermedad, marca en sí misma un cambio de un antes y un después, en donde recibió de su propia vida momentos significativos para ella</p>
--	---	--	---



	<p>rico con mi hermano” (U.S. PARTICIPANTE B: 301-303).</p> <p>“Estar en familia, reunirme con mis tres hijos, que hayan logrado viajar estar acá, tres cuatro días pero bueno reunidos en casa con mucho amor” (U.S. PARTICIPANTE B: 305-306).</p> <p>“Estar dedicada a mis hijos, y a compartir con ellos, eso es algo diferente a lo que hago en mi rutina diaria y muy significativo para mí como madre” (U.S. PARTICIPANTE B: 317-318).</p>		
Actitud	<p>“Al principio total confusión, miedo de lo que podría pasar, mucha tristeza porque lo primero que pensé fue en la muerte cuando leí las mamografías los resultados para mi yo ya estaba invadida, cuando me mandaron hacer todos los exámenes de los huesos, del estómago, la ecografía esa ansiedad, de leer los resultados de saber cómo iban a salir, la incertidumbre, es duro. ya después de un tiempo sentí nostalgia de lo que me paso, cada que recuerdo me da nostalgia, pero ahorita sé que estoy bien, con ganas de salir adelante después de haber pasado por esta situación” (U.S. PARTICIPANTE B: 15-22).</p> <p>“Bueno mirándome a mí misma pienso y siento una profunda felicidad, tranquilidad, y mucha fe de que voy a seguir bien” (U.S. PARTICIPANTE B: 24-25).</p> <p>“En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que</p>	<p>Estos valores son definidos como el testimonio personal que tiene el ser humano ante la vida, desde esta perspectiva se describe que estos valores se construyen a partir de la capacidad que tiene la persona de encontrar un sentido a su sufrimiento, logrando transformar una tragedia personal en un triunfo, siendo, por lo tanto, la facultad más humana del hombre (Gómez, 2014)</p> <p>En este contexto prevalece la idea de que la existencia del hombre conserva hasta en los peores momentos, un sentido, es decir que siempre le será posible al hombre, aún reducido a la mayor de las miserias, lograr los valores de</p>	<p>En este sentido considero que C.B. mantuvo siempre una postura positiva ante su vida y así mismo ante su enfermedad, que como ella misma menciona no está preparada y no pensaba en realidad vivir ese suceso que fue algo muy inesperado para ella pero que así mismo saco unas fuerzas muy interiores para poder superar la enfermedad.</p> <p>Desde mi perspectiva es allí en donde verdaderamente se encuentra ese sentido oculto que se hace visible en la medida en que C.B. genera esa sensación de triunfo al haber transformado su enfermedad en una experiencia positiva para ella, que le permitió para sí misma desplegar aún más su lucha, su valentía y un compromiso incansable con su vida al no dejarse</p>

	<p>quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 72-79).</p> <p>“me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme” (U.S. PARTICIPANTE B: 95).</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino deje los malos hábitos como fumar” (U.S. PARTICIPANTE B: 97-98).</p> <p>“Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada, ahora soy más centrada tome más conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en mi salud y en todo lo relacionado conmigo” (U.S. PARTICIPANTE B: 101-103).</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B: 163-165).</p>	actitud.	<p>vencer ni deteriorar por dicha situación.</p> <p>Este suceso me hace colocar a C.B. como un ejemplo a seguir en mi vida personal en relación a que ella siempre mantuvo esa actitud positiva y emprendedora para vivir en medio de su circunstancia, en este contexto considero que esa actitud fue el valor principal que le permitió ser una sobreviviente de cáncer de seno y encontrar un nuevo sentido a su propia existencia.</p>
--	--	----------	--

<p>“En si toca uno tiene que sacar fuerzas muy interiores para enfrentar lo que le toca a uno, no hay que dejarse vencer porque si no eso es peor, si hubiera caído en depresión otra hubiera sido la historia, mis compañeras siempre me dicen que es de admirar de que nunca se me vio decaer que siempre con los chistes con las risas todo el mundo estaba aterrado que el semblante que como me veían de bien, ahora me siento más fuerte porque hay que saber afrontar las cosas, es duro pero no imposible”. (U.S. PARTICIPANTE B: 206-212).</p>		
---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 11. Matriz de análisis por categoría C.B

<b>CATEGORIA: Sentido del Sufrimiento</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“En algunos casos sentí un nudo en la garganta como de tristeza, como de agobio, como de rabia, de impotencia a raíz del dolor de que ya no podía correr, encima me subí a un transmilenio lleno y a la bajada casi que me empujaron, casi me caigo encima de un bebecito, al tenerme me apreté y me dolió, entonces llegue con la depre de ver lo limitada que me sentía para muchas cosas en especial para muchas actividades físicas, para arreglar la casa, para colgar un gancho tengo que hacerlo con mucha lentitud, porque me duele, pero con el tiempo he aprendido a manejar esas recaídas y esas situaciones externas colocándome a pensar en que a pesar de todo tengo mi salud y mi movilidad completa y no me hace falta ninguna parte de mi cuerpo y ya después de un rato sigo como si nada, en mis cosas de trabajo y mi rutina diaria” (U.S. PARTICIPANTE B: 38-48).</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B: 163-165).</p> <p>“En si pienso y siento que genero cambios que mejoraron mi vida, ahora hago las cosas con tranquilidad, antes me afanaba mucho por hacer las cosas, pero ahora me tomo mi tiempo además ahora siento más temor de Dios y me preocupo por ser mejor persona por si acaso debo partir el día de mañana ganarme un lugarcito haya arriba” (U.S. PARTICIPANTE B: 195-199).</p> <p>“No igualmente sigo realizando mis actividades comparto con mi familia, salgo con mis amigas, claro que lo hago ya mas moderadamente, y además trato de disfrutar y</p>	<p>El sufrimiento es una experiencia que provoca en el ser humano una reflexión y un renacimiento para su propia vida.</p> <p>En este sentido se comprende que la persona siempre encontrara un ¿por qué? y un ¿para qué? Vivir, al enfrentarse como una víctima impotente, ante situaciones difíciles e inesperadas que inevitablemente hacen parte de su existencia humana.</p> <p>En este contexto es a través de ese sufrimiento que el ser humano despliega esas potencialidades, las cuales se hacen visibles en la manera como la persona transforma</p>	<p>Cada ser humano vive situaciones difíciles e ineludibles en su diario vivir, pero solo aquel que es capaz de convertir ese sufrimiento en una experiencia de victoria dará un nuevo paso hacia la madurez total de su existencia.</p> <p>En este aspecto pienso que el sufrimiento en C.B, se hizo visible en algunas situaciones en las cuales ella se sentía limitada para realizar actividades que antes continuamente desarrollaba, es así como se da en ella ese sentimiento de impotencia y dolor al no poder ejercer su autonomía como antes.</p>

<p>valorar cada instante de vida que tengo al lado de todos” (U.S. PARTICIPANTE B: 201-203).</p> <p>“En si toca uno tiene que sacar fuerzas muy interiores para enfrentar lo que le toca a uno, no hay que dejarse vencer porque si no eso es peor, si hubiera caído en depresión otra hubiera sido la historia, mis compañeras siempre me dicen que es de admirar de que nunca se me vio decaer que siempre con los chistes con las risas todo el mundo estaba aterrado que el semblante que como me veían de bien, ahora me siento más fuerte porque hay que saber afrontar las cosas, es duro pero no imposible”. (U.S. PARTICIPANTE B: 206-212).</p> <p>“Bueno en mí pensamiento me gustaría que me recordaran como una persona alegre, buena gente, humilde, sincera, y luchadora” (U.S. PARTICIPANTE B: 358-359).</p> <p>“Yo creo que no uno sabe que tiene que morir se tiene una idea pero uno como que no la acepta todavía” (U.S. PARTICIPANTE B: 361-362).</p> <p>“En la actualidad después de haber pasado por todo este proceso puedo decir que me puedo irme tranquila, me voy tranquila porque mis hijos no quedan desprotegidos, ya se defienden solos” (U.S. PARTICIPANTE B: 376-378).</p> <p>“No lo había pensado, pero si me gustaría seria como aprovechen cada instante, quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 381-386).</p>	<p>una tragedia en un triunfo, siendo capaz de dar una nueva visión de su existencia en medio de su circunstancia.</p> <p>En este orden de ideas para la participante B el haber pasado y triunfado ante una enfermedad incurable, inevitable, e ineludible como cáncer de seno, le ha permitido dar un testimonio de vida y de lucha incansable ante cualquier situación difícil, es allí en donde el ser humano encuentra un sentido a su sufrimiento, en la manera como toma una postura de madurez personal en medio de su enfermedad</p>	<p>Desde esta circunstancia para mi es importante mencionar como C.B a pesar de esas circunstancias difíciles asume una nueva postura frente a su situación.</p> <p>Esta nueva actitud le permite descubrir un nuevo sentido frente a su sufrimiento. En la medida en que es capaz de “colocarse en los zapatos del otro “.</p> <p>Esta metáfora es comprendida en la manera como C.B logra hacer conciencia en medio de su dolor, de que hay otras personas que están pasando por situaciones más extremas que ella, como lo expresa en una parte de su discurso “colocándome a pensar en que a pesar de todo tengo mi salud y mi movilidad completa y no me hace falta ninguna parte de mi cuerpo”.</p>
---	---	---

		<p>En este sentido es de admirar como ella trasciende de manera positiva y sana frente a su situación, dándole un nuevo sentido tanto a su vida como al hecho de pensar algún día en su muerte.</p> <p>Esta nueva postura que genero C.B ante las situaciones de dolor que percibió durante su enfermedad, pienso que le ha servido para crear en ella misma un nuevo significado y valor a su propia vida. En este contexto asumo que ella se percibe así misma de manera diferente logrando transformar su enfermedad en una experiencia de crecimiento personal, que le permitió cambiar y madurar en su pensar ante la vida y la mejor forma de vivirla a pesar de cualquier sufrimiento o situación difícil que ocurra en la existencia.</p>
--	--	---

Fuente: Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 12. Matriz de análisis por categoría C.B

<b>CATEGORIA: Libertad</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Al saber el diagnostico si se limita uno primero porque se echa a la pena las primeras semanas uno no quiere saber de nada, además después de la cirugía se limita uno de muchas cosas, pero en si la libertad siempre la tuve para realizar cualquier actividad limitada un poco pero siempre mantuve la idea de seguir haciendo mis cosas porque quería, además después fui tomando las cosas con calma, y siempre mantuve la idea de que la vida continuaba normal, después ya nada de sustos nada de miedos” (U.S. PARTICIPANTE B: 215- 221).</p> <p>“Haciendo lo que me gusta cómo salir a bailar pasear, claro que dentro de un límite, respecto a mi salud y mi propio cuidado” (U.S. PARTICIPANTE B: 223- 224).</p> <p>“Bueno descansar, y adelantar trabajos de la oficina, así a largo plazo no tengo nada proyectado todavía” (U.S. PARTICIPANTE B: 320- 321).</p> <p>“No he hecho nada, por lo que he estado con mis hijos, aunque son muchachos grandes le quitan a uno tiempo, ya mañana se va el ultimo de mis hijos y ya me dedicare hacer otras actividades, a poner en marcha el proyecto de los “cojines de corazón” (U.S. PARTICIPANTE B: 323- 326).</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337- 339).</p> <p>“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343- 344).</p> <p>“Bueno de pronto si se me ha presentado un nuevo valor como el querer darle a la</p>	<p>La dimensión de la libertad se hace presente en el hombre en la medida en que tiene capacidad de elegir y elegirse ante los condicionamientos biológicos, psicológicos, y sociales de su existencia.</p> <p>Desde esta perspectiva se manifiesta que la existencia en una persona no depende ni de su herencia, su educación o el medio que lo rodea, en caso contrario la vida depende de la propia persona es decir de la decisión que tome en medio de esos límites.</p> <p>En esta medida el hombre será libre en la manera como sea capaz de elegir una</p>	<p>La libertad para la participante B es ejercida en la manera como hace una autocomprension de sí misma en medio de su enfermedad, este suceso le permite a C.B elegirse como una mujer libre para seguir desarrollando sus roles como mujer al ser madre, y amiga, entre otros.</p> <p>Igualmente C.B asume una nueva postura de mantenerse en su trabajo y seguir realizando todas esas actividades que la hacen sentir bien, desde las cuales también se puede asumir en ella una sensación de libertad, al realizar dichas actividades dentro de ciertos</p>

<p>gente es decir ayudar a la gente, compartir, la entrega, lo he hecho en poquito porque no soy muy dada a hablar mucho, soy muy introvertida pero quiero dar más se me dificulta un poquito las relaciones publicas, pero si quiero hacerlo quiero compartir mi experiencia y mis creaciones como el “cojín de corazón” con las personas que lo necesitan” (U.S. PARTICIPANTE B: 389- 394).</p>	<p>postura frente a todos las condiciones o circunstancias de su existencia, ya sea para dejarse restringir o ya sea para superarlas haciendo uso de su poder de autotrascendencia.</p> <p>Finalmente es posible considerar que la verdadera libertad no es "hacer lo que se quiera" o "hacer todo lo que nos plazca" ,en caso contrario el hecho de ser libre se comprende básicamente en esa capacidad de elegir y responder a las situaciones que la vida nos presenta</p>	<p>parámetros, que le permiten verse de otra manera a pesar de estar pasando por una enfermedad como el cáncer de seno.</p> <p>En este sentido esta actitud que asume C.B me hace reflexionar acerca de la importancia de sabernos elegir en medio de cualquier circunstancia de la vida, así mismo me hace pensar en lo valioso de ejercer nuestra libertad la cual es un recurso potencial que nos puede permitir vernos en nuestro presente de otra manera. Es así como a partir de esa libertad que adquirió C.B se permitió pensar en sus sueños y metas, adquiriendo de esta manera una capacidad de proyección personal, que en determinadas ocasiones la hizo sentir saludable en medio de su condición de enfermedad.</p>
---	---	--

Fuente: Beltrán, Galindo & Molano, (2015)



Tabla 13. Matriz de análisis por categoría C.B

<b>CATEGORIA: Responsabilidad</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar, le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo, le baje un poquito a las horas de trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras, me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario” (U.S. PARTICIPANTE B: 63-69).</p> <p>“Bueno seguí con mi rutina de trabajo y organizar mi casa, salir, claro que todo más relajado más despacio con más tranquilidad hacia y hago las cosas, porque ya no se tiene la misma agilidad ni la misma disposición física pero en si todo sigue igual” (U.S. PARTICIPANTE B: 226- 229).</p> <p>“Bueno descansar, y adelantar trabajos de la oficina, así a largo plazo no tengo nada proyectado todavía” (U.S. PARTICIPANTE B: 320-321).</p> <p>“No he hecho nada, por lo que he estado con mis hijos, aunque son muchachos grandes le quitan a uno tiempo, ya mañana se va el ultimo de mis hijos y ya me dedicare hacer otras actividades, a poner en marcha el proyecto de los “cojines de corazón” (U.S.</p>	<p>En la medida en que el ser humano es libre tendrá la elección para realizar valores y posibles actividades en medio de su existencia, en este sentido el vivir no implica solo elegir libremente si no también responsabilizarse.</p> <p>Es así como la responsabilidad se incluye en medio de esa sensación de libertad que posee la persona en la manera en cómo se pregunta por una “para que” en medio de su existencia.</p> <p>En este orden de ideas se asume que el sentido de la responsabilidad se descubre, en la medida en que la persona se da cuenta que hay tareas que solo a ella misma le corresponde realizar.</p>	<p>En este contexto para C.B este sentido de responsabilidad está comprendido en esa conciencia que tiene hacia un “deber ser” en medio de su circunstancia.</p> <p>Este deber ser se ve reflejado en la manera como ella misma continua realizando de una forma más tranquila y relajada sus actividades cotidianas, así como también prevalece esa preocupación por su salud y su cuidado personal.</p> <p>En estas acciones concretas se descubre esa capacidad de responsabilidad en medio de su circunstancia, en la manera como C.B realiza y asume actividades que solo ella puede</p>

<p>PARTICIPANTE B: 323- 326).</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337- 339).</p> <p>“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343- 344).</p> <p>“Bueno de pronto si se me ha presentado un nuevo valor como el querer darle a la gente es decir ayudar a la gente, compartir, la entrega, lo he hecho en poquito porque no soy muy dada a hablar mucho, soy muy introvertida pero quiero dar más se me dificulta un poquito las relaciones publicas, pero si quiero hacerlo quiero compartir mi experiencia y mis creaciones como el “cojín de corazón” con las personas que lo necesitan” (U.S. PARTICIPANTE B: 389- 394).</p>		<p>realizar y que así mismo le ayudan a elegir una actitud saludable que hace que ella se mantenga y trascienda de una manera eficaz en medio de su enfermedad.</p> <p>En este orden de ideas la responsabilidad también se hizo presente en la participante B en la manera como a partir de ser una sobreviviente de cáncer de seno, descubre en ella misma nuevos valores que la invitan a ese “deber ser” a través de acciones como el querer ayudar a la gente compartiendo su propio testimonio y así mismo sus propias creaciones como el “cojín de corazón”, es a partir de esa entrega hacia otras acciones, en donde también se configura esa capacidad de elección determinada por la autotrascendencia.</p>
---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 14. Matriz de análisis por categoría C.B

<b>CATEGORIA: Recursos Noológicos</b>			
<b>SUBCATEGORIA: Autodistanciamiento</b>			
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
Autocomprensión	<p>“Al principio total confusión, miedo de lo que podría pasar, mucha tristeza porque lo primero que pensé fue en la muerte cuando leí las mamografías los resultados para mi yo ya estaba invadida, cuando me mandaron hacer todos los exámenes de los huesos, del estómago, la ecografía esa ansiedad, de leer los resultados de saber cómo iban a salir, la incertidumbre, es duro. ya después de un tiempo sentí nostalgia de lo que me paso, cada que recuerdo me da nostalgia, pero ahorita sé que estoy bien, con ganas de salir adelante después de haber pasado por esta situación” (U.S. PARTICIPANTE B: 15- 22).</p> <p>“Bueno mirándome a mi misma pienso y siento que una profunda felicidad, tranquilidad, y mucha fe de que voy a seguir bien” (U.S. PARTICIPANTE B: 24- 25).</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, a creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B: 29-30).</p> <p>En algunos casos sentí un nudo en la garganta como de tristeza, como de agobio, como de rabia, de impotencia a raíz del dolor de que ya no podía correr encima me subí a un transmilenio lleno y a la bajada casi que me empujaron, casi me caigo</p>	<p>La vivencia de la autocomprensión implica que la persona tenga una conciencia de sí mismo, es decir que la persona sea capaz de generar una reflexión que le permita encontrarse consigo misma.</p> <p>Esta capacidad se hizo visible en C.B en la medida en que identifica sus propios sentimientos, pensamientos, y emociones, en determinadas situaciones o circunstancias de su enfermedad, esta circunstancia permite que ella misma asuma una nueva postura de verse y sentirse en cada etapa de su enfermedad.</p>	<p>En la medida como C.B. presenta su relato en relación al cáncer se hace visible su proceso de reflexión y autoconocimiento en relación a lo que vivió y así mismo a como lo vivió.</p> <p>En este contexto siento que para C.B. el haber pasado por este proceso de enfermedad le hizo descubrir muchas cosas frente a sí misma, en la manera como construyo esa capacidad de comprender sus propios sentimientos, pensamientos y emociones en relación a lo que le acontecía en cada momento de su enfermedad.</p> <p>En este sentido la forma como se</p>

	<p>encima de un bebecito, al tenerme me apreté y me dolió, entonces llegue con la depre de ver lo limitada que me sentía para muchas cosas en especial para muchas actividades físicas, para arreglar la casa, para colgar un gancho tengo que hacerlo con mucha lentitud, porque me duele, pero con el tiempo he aprendido a manejar esas recaídas y esas situaciones externas colocándome a pensar en que a pesar de todo tengo mi salud y mi movilidad completa y no me hace falta ninguna parte de mi cuerpo y ya después de un rato sigo como si nada, en mis cosas de trabajo y mi rutina diaria(U.S. PARTICIPANTE B: 38-48).</p> <p>“Bueno al haber pasado por mi situación me sirvió porque pienso que me hacen falta cosas, he cambiado pero todos los días hay cositas que cambiar más que todo el criticar a los demás, me gustaría corregir no criticar tanto que cada quien viva su vida y ya, también a futuro me gustaría hacer un curso de algo, no he pensado sobre qué pero si me gustaría porque me ayudaría a ser una mejor persona a través del aprendizaje de cosas nuevas” (U.S. PARTICIPANTE B: 55-60).</p> <p>“Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar, le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo le baje un poquito a las horas de trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras, me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario” (U.S. PARTICIPANTE B: 63-69).</p> <p>“En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho</p>	<p>Por otro lado se manifiesta que esta categoría es un condicionante de cambio para el ser humano, al hacer visible lo que tiene que modificar, de lo que tiene que tomar distancia o ante que tiene que asumir una nueva actitud.</p>	<p>percibe así misma C.B. respecto a su situación hizo movilizar en mi misma muchas preguntas acerca de cómo asumo ciertas circunstancias que han pasado por mi vida y que han sido difíciles para mí.</p> <p>En este caso pienso y me identifico con C.B. respecto a la creencia firme y solida que manifiesta en su relación con Dios, porque pienso que ante cualquier situación de la vida siempre debe prevalecer esa creencia en lo espiritual para así mismo poder salir adelante.</p> <p>Así mismo me cuestiono a mi misma en la forma como concibo en ciertas ocasiones mi propia existencia ante situaciones insignificantes que me acontecen.</p> <p>En este caso reflexiono a partir de ciertas respuestas que expreso C.B. en relación a la vivencia de su propia enfermedad y a como</p>
--	---	---	--

	<p>porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 72-79).</p> <p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre mas a él volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento uno una paz, una tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 90-93).</p> <p>“me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme” (U.S. PARTICIPANTE B: 95).</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino deje los malos hábitos como fumar” (U.S. PARTICIPANTE B: 97-98).</p> <p>“Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada, ahora soy más centrada tome más conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en mi salud y en todo lo relacionado conmigo” (U.S. PARTICIPANTE B: 101-103).</p> <p>“Si hubo cambios respecto a tomar las cosas con más calma en lo personal, en mi vida familiar, en lo laboral no ser tan acelerada, en si la situación lo pone a uno a pensar en ser una mejor persona dejando los vicios como fumar ahora veo la vida</p>		<p>prevaleció la actitud en si misma de no dejarse vencer y de seguir luchando, esta actitud genero en mi una identificación al tener un mismo pensamiento de perseverancia y lucha ante cualquier circunstancia.</p>
--	--	--	---

	<p>con más tranquilidad y por eso he cambiado el ritmo de hacer las cosas ahora las realizo con más lentitud y cuidado” (U.S. PARTICIPANTE B: 105-109).</p> <p>“Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan muchas cosas por hacer , como ser abuela, ver a mis hijos realizados profesionalmente, y lo mas importante como motivación a nivel personal es lograr pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a descansar mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 118-122).</p> <p>“Igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo de mi circunstancia como por ejemplo el cuidarse más su salud, tener una vida sana tranquila sin resentimientos porque también he leído que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito el comentar mi experiencia” (U.S. PARTICIPANTE B: 157-161).</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B: 163-165).</p> <p>“En si pienso y siento que genero cambios que mejoraron mi vida, ahora hago las cosas con tranquilidad, antes me afanaba mucho por hacer las cosas, pero ahora me tomo mi tiempo además ahora siento más temor de Dios y me preocupo por ser mejor persona por si acaso debo partir el día de mañana ganarme un lugarcito haya arriba” (U.S. PARTICIPANTE B: 195-199).</p> <p>“En si toca uno tiene que sacar fuerzas muy interiores para enfrentar lo que le toca a uno, no hay que dejarse vencer</p>		
--	--	--	--

	<p>porque si no eso es peor, si hubiera caído en depresión otra hubiera sido la historia, mis compañeras siempre me dicen que es de admirar de que nunca se me vio decaer que siempre con los chistes con las risas todo el mundo estaba aterrado que el semblante que como me veían de bien, ahora me siento más fuerte porque hay que saber afrontar las cosas, es duro pero no imposible”. (U.S. PARTICIPANTE B: 206-212).</p> <p>“Al saber el diagnostico si se limita uno primero porque se echa a la pena las primeras semanas uno no quiere saber de nada, además después de la cirugía se limita uno de muchas cosas, pero en si la libertad siempre la tuve para realizar cualquier actividad limitada un poco pero siempre mantuve la idea de seguir haciendo mis cosas porque quería, además después fui tomando las cosas con calma, y siempre mantuve la idea de que la vida continuaba normal, después ya nada de sustos nada de miedos” (U.S. PARTICIPANTE B: 215- 221).</p> <p>“Honestidad, nobleza, trabajadora, responsable en mi trabajo con mi familia, luchadora, tranquila” (U.S. PARTICIPANTE B: 414- 415).</p> <p>“Como una mujer muy valiente, y luchadora dedicada a su familia” (U.S. PARTICIPANTE B: 444).</p> <p>“Para las personas que están comenzando a que lo tomen con calma, con tranquilidad, es todo un proceso la noticia es impactante pero va pasando con los días, las semanas, lo va aceptando uno lo va asimilando y sale uno adelante con una buena y nueva actitud frente a la vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 483-486).</p>		
Autorregulación	“Bueno trato de pensar en otras cosas como cosas bonitas y así se me olvida, o el trabajo me hace olvidar mis momentos de	Es una capacidad específicamente humana de	En este caso C.B. durante el transcurso de su enfermedad

	<p>depresión por el dolor, en si trato de hacer otras cosas en donde me sienta mejor y así no pienso en el dolor y ya después se me pasa, es por ratos” (U.S. PARTICIPANTE B: 50-53).</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B: 163-165).</p> <p>“Físicamente si queda uno limitado bastante ya uno no tiene la misma actividad física, una estrategia que he utilizado es hacer las cosas de una manera tranquila y relajada, además de no pensar en el dolor manteniendo mi mente ocupada en mi trabajo, leyendo, estar con mis amigas, y en ocasiones con mis hijos, todas esas actividades me permitían no pensar en el dolor y ya poco a poco se me pasaba” (U.S. PARTICIPANTE B: 423-428).</p>	<p>lograr apartarse y tomar distancia de los padecimientos del organismo psicofísico.</p> <p>De igual manera esta autorregulación no solo es a nivel interno sino también a nivel externo como lo afirma Frankl (1999) “es la capacidad de poner distancia a las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos.”</p> <p>En este contexto se puede afirmar que esta característica es generadora de la autodisciplina humana, en la medida en que la persona tiene la capacidad de ejercerse a pesar de las disposiciones o características internas y ser proactivo y no reactivo.</p>	<p>mantuvo siempre presente una buena actitud ante su proceso, en la medida en que fue construyendo esa comprensión de sí misma frente a su enfermedad.</p> <p>Esta circunstancia le permitió trascender de manera diferente durante los episodios de dolor y malestar psicofísico que se presentaron durante su enfermedad.</p> <p>En este sentido genero nuevas rutinas en su trabajo y en su vida diaria, así mismo actividades como el compartir con otras personas significativas para ella momentos agradables.</p> <p>Estos cambios en su rutina y el compartir con su entorno social momentos agradables le permitieron manejar esos episodios de malestar físico, construyendo de esta manera a nivel personal una destreza eficaz para regular y enfrentar de</p>
--	---	--	---



			<p>manera satisfactoria la realidad que le aconteció durante su proceso de enfermedad.</p> <p>Esta capacidad que mantuvo C.B. de manejar de forma eficaz ese malestar psicofísico, me coloca a pensar en que es importante tomar esa nueva postura frente a lo que no se puede cambiar, de igualmente me pregunto si en mi misma habrá esa capacidad de distanciarme de mi propio organismo psicofísico.</p> <p>En este contexto asumo que en ocasiones es importante hacerlo para así no dejarse vencer por esas situaciones límite que nos coloca el destino, igualmente pienso que en la medida en que uno se conozca así mismo se podrá desplegar esa capacidad de no limitarse de ninguna forma ante cualquier circunstancia de la vida</p>
--	--	--	--

Autoproyección	<p>“sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarlo y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 74-79).</p> <p>“Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan muchas cosas por hacer , como ser abuela, ver a mis hijos realizados profesionalmente, y lo mas importante como motivación a nivel personal es lograr pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a descansar mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 118-122).</p> <p>“En si pienso y siento que genero cambios que mejoraron mi vida, ahora hago las cosas con tranquilidad, antes me afanaba mucho por hacer las cosas, pero ahora me tomo mi tiempo además ahora siento más temor de Dios y me preocupo por ser mejor persona por si acaso debo partir el día de mañana ganarme un lugarcito haya arriba” (U.S. PARTICIPANTE B: 195-199).</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337- 339).</p> <p>“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343- 344).</p> <p>“Ahora que recuerdo otro proyecto seria sacar un apartamento</p>	<p>La autoproyección es la capacidad que tiene el ser humano de verse a sí mismo de otra manera, encontrando así, los valores y sentidos depositados que lo atraen para cambiar, en este contexto la persona tiene la capacidad de verse en el futuro siendo distinto a como se es en la actualidad.</p> <p>En este sentido el hombre establece una capacidad para evaluar lo dado en su conciencia, observando lo que realmente implica dicha proyección, es decir el precio del cambio y del esfuerzo.</p> <p>De esta manera el ser humano genera vínculos entre lo deseado y los posibles obstáculos para lograrlo, las pérdidas a asumir por cambiar, así como las reacciones de lo externo ante las nuevas</p>	<p>Percibo que para C.B. esta capacidad de autoproyección está relacionada en algunos casos a ese reconocimiento que tuvo de sí misma durante el transcurso de su enfermedad, este suceso le permitió tener más conciencia acerca de generar una nueva imagen y pensar más en sus motivaciones y en su cuidado personal.</p> <p>Esta preocupación por su autoimagen pienso que la hace verse a sí misma de otra manera en la medida en que hay un proceso de reflexión que le permite verse en un futuro con otro estilo de vida diferente al que tiene en su presente.</p> <p>Igualmente se da en ella ese deseo de vivir mejor al tener claridad sobre sus sueños, metas, y proyectos.</p> <p>En este aspecto desde mi modo</p>
----------------	---	---	---

	<p>pero ya propio con mi hijo ahorita que regrese él con su novia están ahorrando, entonces tenemos proyecto de comprar, yo me quedo en el apartamento y ellos se van para Buenos Aires a hacer el rural, me quedo tres añitos mientras regresan, entonces ese es mi proyecto vivienda nueva este año para seguir teniendo mejor vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 347- 352).</p> <p>“Bueno en mi pensamiento me gustaría que me recordaran como una persona alegre, buena gente, humilde, sincera, y luchadora” (U.S. PARTICIPANTE B: 358- 359).</p> <p>“En seis meses me veo en casa nueva, me veo acá con mi hijo trabajando juicioso ahorrando para sus proyectos de estudio, me veo bien sana completamente sana” (U.S. PARTICIPANTE B: 417- 418)</p>	<p>actitudes y formas de vida asumidas.</p>	<p>de pensar es algo positivo para ella en la medida en que logro vencer completamente esos limitantes de su enfermedad, así mismo se ve de manera diferente en su actualidad en la medida en que prevalece esa motivación de verse en un futuro mejor.</p>
--	--	---	---

**SUBCATEGORIA: Autotranscendencia**

<p>Diferenciación</p>	<p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en dios” (U.S. PARTICIPANTE B: 27).</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, a creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B: 29-30).</p> <p>“Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejor dicho es único se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados, claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos en general, estuvieron pendientes con mensajes, muestras de cariño, solidaridad, y la fundación a la que fui Ámese pues no fui si no una sola vez pero si sentí el respaldo el apoyo la tranquilidad”(U.S. PARTICIPANTE B: 183-189).</p>	<p>Es la vivencia que tiene la persona al encontrarse con otro ser humano lo cual genera un reconocimiento del otro como un ser independiente de la otra persona.</p> <p>Desde este aspecto esta capacidad de diferenciación le permite a la persona no fundirse en el otro, esto trasciende de una forma positiva al generar vínculos</p>	<p>En C.B. esta capacidad de diferenciación está configurada a partir de esa autenticidad que mantuvo como persona en medio de su enfermedad, al mantener esas características propias que le permitieron establecer esa diferencia entre ella y otro, generando una transcendencia positiva en la manera de asumir ciertas posturas frente a sí misma respecto a su vivencia de la enfermedad en relación a otros</p>
-----------------------	--	--	--

	<p>“Como una mujer muy valiente, y luchadora dedicada a su familia” (U.S. PARTICIPANTE B: 444).</p> <p>“Estaría desecha, como lo está el, porque una cosa es uno” (U.S. PARTICIPANTE B: 475).</p> <p>“Si fuera yo, creo que seguiría luchando hasta el final por vivir y por tener una mejor actitud hacia la vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 478-479).</p>	<p>espirituales y personales auténticos, obtener soporte social y convivir de una forma adecuada, al lograr describir lo propio y lo personal de sí mismo.</p> <p>En este sentido el desplegar esta capacidad le permite al ser humano mantener su autenticidad sin permitir que el contexto lo absorba, reconociendo que es lo propio y lo ajeno, que características le pertenecen a él como persona y cuales son “prestadas”, manteniendo límites interpersonales adecuados.</p>	<p>Otro aspecto fundamental que observo en C.B. es la capacidad que tuvo al legitimar a ese otro en medio de su proceso de enfermedad, reconociendo esa vivencia que tuvieron sus familiares, compañeros de trabajo, y entidades, respecto a ese acompañamiento continuo que mantuvieron durante y después de su proceso medico.</p> <p>Igualmente es importante percibir como C.B. siempre está orientada hacia un ámbito espiritual que le permite trascender de forma positiva en medio de su situación, al ver y sentir ese acompañamiento reconociendo así a ese otro como un ser supremo (Dios), que la ha acompañado y le ha permitido sobrevivir a su enfermedad, esta circunstancia ha generado a que en ella haya un compromiso más autentico y fortalecido con lo espiritual.</p>
Afectación	<p>“Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar</p>	<p>La afectación es ese impacto emocional que se produce cuando se “esta junto a” un valor o un</p>	<p>En esta categoría observo que C.B. logro desplegar esa afectación en la medida en que a través de su proceso de enfermedad logro</p>

	<p>con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B: 9-12).</p> <p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en dios” (U.S. PARTICIPANTE B: 27).</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, a creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B: 29-30).</p> <p>“En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 72-79).</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84).</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88).</p> <p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre mas a él volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento uno una paz, una</p>	<p>sentido, es la capacidad de dejarse tocar por el valor o el sentido captado.</p> <p>En este contexto se genera una connotación donde el ser humano percibe de manera distinta todo lo que acontece en su realidad haciendo visible esos valores sensibles, vitales, estéticos y sagrados, que le permiten un nivel más propio de satisfacción y afectación hacia la vida.</p> <p>En este contexto se despliega la espiritualidad humana en la manera como la persona construye esa nueva visión del mundo, al dirigirse continuamente hacia esos valores que le permiten configurar un sentido de cambio en la forma de ver su vida.</p>	<p>experimentar una relación positiva con sus valores sensibles, éticos, vitales, y sagrados.</p> <p>En este contexto logre percibir que todos los valores fueron desplegados de alguna forma por C.B.</p> <p>Sin embargo siento que en términos de duración e intensidad falto proyectar mejor los valores intelectuales, en este sentido pienso que C.B. debería tomar ese tiempo para sí misma y desarrollar actividades en donde genere nuevos aprendizajes que fomente su sabiduría, permitiendo que exista una nueva connotación del mundo y de sí misma a través del despliegue de este tipo de valores en su diario vivir.</p>
--	---	---	--

	<p>tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 90-93).</p> <p>“me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme” (U.S. PARTICIPANTE B: 95).</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino deje los malos hábitos como fumar” (U.S. PARTICIPANTE B: 97-98).</p> <p>“Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada, ahora soy más centrada tome más conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en mi salud y en todo lo relacionado conmigo” (U.S. PARTICIPANTE B: 101-103).</p> <p>“Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan muchas cosas por hacer , como ser abuela, ver a mis hijos realizados profesionalmente, y lo mas importante como motivación a nivel personal es lograr pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a descansar mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 118-122).</p> <p>“Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal ,porque es depresiva entonces decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui a la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno, y así comenzamos escribarnos por Facebook a pesar de que no nos conocemos en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella otra compañerita de Cúcuta también me llamo</p>		
--	--	--	--

	<p>para el día de la mujer me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento”(U.S. PARTICIPANTE B: 167-178).</p> <p>“Si claro porque se siente uno bien, es alentador y gratificante”(U.S. PARTICIPANTE B: 180).</p> <p>“No lo había pensado, pero si me gustaría seria como aprovechen cada instante, quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida”(U.S. PARTICIPANTE B: 381-386).</p>		
Entrega	<p>“les envié un correo electrónico a todos contándoles por lo que estaba pasando recomendándoles que no tuvieran esa mala costumbre de no llevar los exámenes al médico y que me acompañaran en una campaña “ el día del sombrero “fue como el 19 de octubre una campaña en honor a las mujeres que se les ha caído el cabello por el tratamiento de la quimioterapia, entonces les mande un correo conté mi historia, posteriormente se hizo un video aquí en la Dian, comunicación internas me hizo un video para transmitir mi mensaje a todo los compañeros a nivel nacional, y por Facebook también a mis amistades”(U.S. PARTICIPANTE B: 146-153).</p> <p>“Si a raíz del video y a raíz de la campaña me llegaron muchos mensajes, entre ellos el de varias compañeras que están en el mismo proceso o un poquito más delicadas, igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo de mi circunstancia como</p>	<p>En esta categoría se establece una realización de sentido en la medida en que el hombre se aparta de sí mismo dejando a un lado sus propios intereses y las características egoístas que no le permiten verse de otra manera.</p> <p>En este contexto el ser humano trasciende al pensar en una causa a la cual servir, de esta manera el ser humano se permite</p>	<p>La experiencia de entrega en C.B. desde mi punto de vista está caracterizada principalmente en ayudar a otros a través de su experiencia de ser sobreviviente de cáncer, generando así en otros que están una nueva forma de aceptar su enfermedad desde una visión sana.</p> <p>En este caso esta manera de servicio y ayuda a otros desde mi pensar asumo que se construyó a partir de la vivencia de su enfermedad y ha prevaleció a tal</p>

	<p>por ejemplo el cuidarse más su salud, tener una vida sana tranquila sin resentimientos porque también he leído que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito el comentar mi experiencia”. (U.S. PARTICIPANTE B: 155-161).</p> <p>“Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal ,porque es depresiva entonces decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui a la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno, y así comenzamos escribirnos por Facebook a pesar de que no nos conocemos en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella otra compañerita de Cúcuta también me llamo para el día de la mujer me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento”(U.S. PARTICIPANTE B: 167-178).</p> <p>“Si claro porque se siente uno bien, es alentador y gratificante” (U.S. PARTICIPANTE B: 180).</p> <p>“Si he notado que quiero ayudar a otros a través de la experiencia de haber pasado por esta situación, por eso quiero participar más activamente con esta causa de apoyar campañas y informarme más del tema para igualmente poder transmitirlo a la gente que está pasando o a pasado por esta experiencia””(U.S. PARTICIPANTE B: 437-440).</p>	<p>vivir desde un sentido en la medida en que se entrega por completo a una tarea.</p> <p>Es decir al ponerse al servicio de una causa o al entregar su experiencia o el amor a otra persona</p>	<p>punto que ha generado en C.B. una necesidad de ir mas haya haciendo visible nuevas potencialidades y estrategias para seguir al servicio de otros a través de la ayuda.</p> <p>Esto lo percibo cuando C.B. hace referencia de vincularse como voluntaria y al haber realizado campañas como el “día del sombrero” estas estrategias manifiestan esa ideología de entrega instaurada en C.B.</p>
--	--	--	--



	<p>“Si claro siempre trato de ser muy cariñosa con mis hijos de decirles te quiero entre otras cosas, y con eso noto que genera mucha confianza en la relación con ellos además de que me consideren como una amiga para ellos y una confidente” (U.S. PARTICIPANTE B: 465-468).</p> <p>“Para las personas que están comenzando a que lo tomen con calma, con tranquilidad, es todo un proceso la noticia es impactante pero va pasando con los días, las semanas, lo va aceptando uno lo va asimilando y sale uno adelante con una buena y nueva actitud frente a la vida y ya más activamente sería apoyar a fundaciones ir agregarme como voluntaria” (U.S. PARTICIPANTE B: 483-488).</p> <p>“Si mucho me siento bien al entregar a otras personas algo de mí misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 496).</p>		
--	---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**MATRIZ DE ANALISIS POR CATEGORIA: L.M****Tabla 15.** Matriz de análisis por categoría L.M

<b>CATEGORIA: Valores</b>			
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
Sensibles	<p>“¿Actividades?, Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto” (U.S. PARTICIPANTE C: 5-6 )</p> <p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” (U.S. PARTICIPANTE C: 111-120 )</p> <p>“Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo, porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ... muchas otras cosas, te cambia la vida, entonces ¿Qué haces? tienes que</p>	<p>La participante posee una clara y concreta escala de valores personales, que la movilizan a actuar, en la que se destacan como ejes de motivación principal, la familia, la salud y su formación espiritual.</p> <p>Es decir que, a través de algunos bienes definidos por Martínez, E. (2009) como: “acciones, personas, objetos, pensamientos, imágenes o ideas en donde pueden ser depositados varios valores” (p. 34) ella logra establecer de forma amplia y profunda que es aquello que la moviliza a actuar y como a diario puede tomar decisiones de acuerdo a esos bienes.</p> <p>Actividades como: hacer ejercicio, practicar yoga, compartir tiempo en</p>	<p>Particularmente los valores sensibles, poseen un gran valor y significado personal para L.M, reflejándose en elementos como: una estructura familiar firme, un trabajo productivo, una estabilidad económica y un proyecto de vida organizado.</p> <p>No obstante afrontar el cáncer de seno con algunos recursos propios contruidos a lo largo de su historia, la confrontan con aquellas actividades, personas y lugares, que debe modificar a favor de su salud y satisfactoria recuperación.</p> <p>Es en este punto, de confrontación y reflexión, que ella logra acceder como fuente de motivación y fortaleza, a aquellas actividades que “le alegran la vida” y le permiten disfrutarla,</p>

	<p>buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar, el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno, a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone y cree que siempre va a ver un tiempo para después y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con personas, que de pronto no lo hacía, con amigas” (U.S. PARTICIPANTE C: 145-155 )</p> <p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales” (U.S PARTICIPANTE C: 178-183)</p> <p>“En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés, reforzar mis idiomas, me gusta mucho, pero no así que me mate, esa etapa ya como prueba superada, pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy</p>	<p>familia, asistir a seminarios y viajar, hacen parte del repertorio de aquellos valores sensibles, que describe sus gustos particulares, permitiendo hacer visible a través de estas acciones, las preferencias de bienes que esta participante posee, y de las cuales obtiene mayor satisfacción y placer.</p>	<p>independiente de las condiciones en que lo pueda hacer.</p> <p>La elección de determinadas actividades que generan placer y agrado, también se transforman en el camino idóneo para que ella logre afrontar episodios de dolor, angustia y temor, durante el transcurso de su enfermedad. Permitiendo ver “desde afuera”, la riqueza que existen en la posibilidad que tenemos como seres humanos, de elegir cuáles van a ser aquellas actividades, personas, lugares y cosas que nos van a permitir aprender, crecer y disfrutar de la vida.</p>
--	--	---	--

averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” (U.S. PARTICIPANTE C:186-195)

“Todo es importante, lo que tú hagas todo debe ser importante, por sencillas que parezcan o sean, el poder organizar tu casa, el poder salir a hacer ejercicio ,el reunirme con un grupo de personas, Compartir sus alegrías, sus triunfos y sus tristezas, porque todo en la vida es como con alegrías y tristezas, todo eso pues es importante” (U.S. PARTICIPANTE C:275-280)

“No, son muchas actividades y yo a todas les doy importancia, tampoco me gusta ser rutinaria, de que todos los días tengo que hacer lo mismo, todos los días cambio, siempre trato de buscar el cambio.... igual uno siempre tiene rutinas, porque no es fácil uno estar cambiando todos los días, pero trato de que no sea tan monótono” ( U.S. PARTICIPANTE C : 285-289)

“Esa fue la época que mi papa me llevaba a Monserrate, y bueno yo en la casa jugaba con muchos niños con vecinitos y había un patio muy grande y yo corría en ese patio, hacia lo que quería, jugaba con piedras, tierra, trompos, me gustaba jugar con más niños que niñas porque mi hermano era más o menos contemporáneo y él se llevaba a sus amigos, ellos eran mis amigos, entonces siempre

	<p>nos dejaron hacer muchas cosas que hoy en día uno no le deja a los niños hacer, porque se ensucia, yo volvía ese patio una nada y nunca me decían nada, entonces uno compara y ve la diferencia y pues era muy feliz además era líder como que siempre me gustaba, ser como líder, yo ponía la tienda, tomaba la iniciativa” ( U.S. PARTICIPANTE C :467-476)</p>		
Vitales	<p>“Pues emociones positivas y emociones negativas, porque bueno digamos el comenzar es difícil, un proceso de una cirugía que te quiten un seno, que estés como deforme es muy difícil, luego en el proceso ya que vas tú mejorando, que ya te vas sintiendo mejor y estéticamente mejor, eso también influye en que emocionalmente se sienta uno mejor, como tú te veas en un espejo, pues te vas a sentir mejor” ( U.S. PARTICIPANTE C: 11-16)</p> <p>“La creación de Dios es perfecta, nunca va a ser igual, pero se hace como se dice lo máximo posible, que es lo que hacen los cirujanos y lo que uno aporta como ser humano. Y pues de las emociones, las negativas, pues todo esto la angustia, el miedo, el sentirse motilado por decirlo así, no sé si sea la palabra adecuada” (U.S. PARTICIPANTE C: 18-22)</p> <p>“El sentirse en que si se te empieza a caer el cabello, eso es lo de menos porque te pones una gorra, una peluca, pero igual la sensación de sentirlo es fuerte, ¿por qué? por vanidad del ser humano y más nosotras las mujeres, entonces es fuerte, esa</p>	<p>Cuando hacemos referencia a valores vitales, directamente estamos hablando del bienestar en el ser humano.</p> <p>Por tanto, la clase de bienes en los que se depositan los valores vitales, hace referencia a acciones, emociones, personas, cosas, entre otras que permiten, dar cuenta de “la salud, vigorosidad y fuerza vital” (Martínez, E. 2009, p.33) de la persona, además de las fuentes de captación económica para suplir, los aspectos anteriormente mencionados.</p> <p>En este orden de ideas, y para el caso particular de esta participante, todas aquellas elecciones durante su cotidianidad que afectaban elementos como: la salud y la estabilidad emocional, física y económica, hablan</p>	<p>Para L.M, la salud, la vigorosidad, la parte económica y el bienestar en general, en todos los aspectos de su vida, son un factor relevante y de continuo cuidado y atención.</p> <p>A través del relato de su historia antes, durante y después del cáncer de seno, puedo notar como los valores vitales siempre han sido parte de su cotidianidad, pues desde las acciones que efectuaba como mujer empresaria, madre y esposa desarrollaba actividades que fortalecían el bienestar personal y familiar.</p> <p>Sin embargo, el impacto de las cirugías y los tratamientos médicos para “curarse” del cáncer, movilizaron una mayor preocupación por su salud y el cuidado de la misma, llevándola a efectuar acciones a favor del</p>

	<p>parte es fuerte, el proceso de sentir que esa medicina que te aplican, como es la quimioterapia, tú sientes que entra a tu cuerpo a hacerte un bien, pero es que las consecuencias son fuertes, como que se te debilitan las uñas, que se te cae el pelo, que de una u otra forma tus facciones se tornan como nerviosas, porque todo es una alteración metabólica total y el sentir que esta medicina lo que hace en ese momento, tú crees que es como un veneno, que te haces daño, si porque estas vomitando, porque estas no puedes comer, porque todo te sabe feo, te duele la cabeza, los ojos, los oídos, los huesos, es algo que es muy difícil descifrarlo, porque como tú dices el que vive en si eso es el que de pronto podría entenderte, entonces el ya tratar de que eso pase y recuperarse uno, ya como que le devuelve a uno la emoción de tranquilidad, la emoción de a través de que su proceso va mejorar, que va mejorando, que va finalizando su protocolo y que todo va bien, ya se siente uno pues más relajado, más feliz, más tranquilo” ( U.S. PARTICIPANTE C: 24-42)</p> <p>“Durante el tratamiento, el dolor cuando la reconstrucción, a mi me hicieron, tu sabes, que hay varias clases de reconstrucción, la mía era introducir un expansor en la misma cirugía de la mastectomía, en ese mismo proceso me pusieron un expansor, y luego hay que inyectarlo para que la piel vaya cediendo y luego lo cambian por una prótesis, entonces este proceso fue bastante doloroso para mí,</p>	<p>de la presencia de valores de orden vital en su existencia.</p>	<p>restablecimiento de una condición física y emocional saludable.</p> <p>Por tanto un despliegue a mayor profundidad de sus valores vitales, le permitieron en mayor amplitud, sensibilizarse y tomar conciencia de la importancia del cuidado de su salud, que en su caso además de afectar la imagen personal y como mujer, también afecto la estabilidad de quienes la rodeaban, en la medida que tomar decisiones a favor del continuo control y bienestar de L.M, repercuten hasta la actualidad en los planes y elecciones familiares.</p> <p>No obstante y aunque ella no hace mayor referencia por considerarlo “un capítulo de su vida que ya paso” en esa preocupación por su “bienestar”, considero aun hace falta “conquistar” la apropiación completa de una imagen saludable integral, que no dependa del concepto de terceros o que la desestabilicen emocionalmente, a razón de un dolor físico aparente o transitorio, como ella misma lo cita.</p>
--	--	--	---

fue horroroso, ósea al comienzo no, pero ya las ultimas yo decía no no no eso es mucho dolor, sentí dolor fuerte, igual te dan medicina y todo y eso aplaca un poquito, pero si fue fuerte” ( U.S. PARTICIPANTE C :74-81)

“Pues, bueno hay un dicho que dice el que quiere marrones aguanta tirones, yo decía hay Dios mío esto es muy duro, y fueron así los únicos, porque pues las demás cirugías son lo normal que no son tampoco tan... sino puntos, pues de cuidarse de incomodidad si, la primera fue una cirugía pues terrible por todo, ya después las otras que me han hecho (U.S. PARTICIPANTE C :83-88)

“4 cirugías, después de la primera, como 4 procesos, de que hay que colocar anestesia general, de que me hicieron también mamoplastia”(U.S. PARTICIPANTE C :90-91)

“El proceso de la mastectomía, te quitan el seno, y luego la reconstrucción y cuando esta la reconstrucción, la mamoplastia es que tratan de dejar el otro seno al mismo nivel” (U.S. PARTICIPANTE C :95-97)

“Porque obviamente vas a quedar desnivelada, quedan entonces ... y tratan de acomodar las dos, me hicieron también ese proceso, entonces , ya sentía como que cada vez iba y me sentía mejor y eso hacía que también mi parte emocional también se sintiese mejor” (U.S. PARTICIPANTE C :99-102)

“Exacto, entonces cada cirugía pues son las molestias, que los puntos, pero ya digamos que después de lo fuerte ya todo es ...” (U.S. PARTICIPANTE C: 104-105)

“Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo, porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ... muchas otras cosas, te cambia la vida, entonces ¿Qué haces? tienes que buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar, el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno, a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone y cree que siempre va a ver un tiempo para después y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con personas, que de pronto no lo hacía, con amigas” (U.S. PARTICIPANTE C: 145-155 )

“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” (U.S. PARTICIPANTE C: 237-242)

“Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen



muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, o sea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. PARTICIPANTE C:245-253)

“ Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida, amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos, tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer más cosas” (U.S. PARTICIPANTE C:267-272)

“Todo es importante, lo que tú hagas todo debe ser importante, por sencillas que parezcan o sean, el poder organizar tu casa, el poder salir a hacer ejercicio ,el reunirme con un grupo de personas, Compartir sus alegrías, sus triunfos y sus tristezas, porque todo en la vida es como con alegrías y tristezas, todo eso pues es importante” (U.S. PARTICIPANTE C:275-280)

“Si, así sea poquito, de hecho aprendí a hacer una

meditación en la ducha y la hago siempre, entonces el día que no la hago, digo yo, hay me faltó hacer, la meditación” (U.S. PARTICIPANTE C:292-294)

“Si, de pronto esa, pero igual cambio, o sea por ejemplo digo hoy voy a meterme al internet porque necesitamos vender esas casas, entonces voy a ponerlas en tales y tales plataformas, cosas diferentes” (U.S. PARTICIPANTE C:296-298)

“Pero igual uno tiene que estar prevenido, tiene que estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S. PARTICIPANTE C:323-326)

“Adicional a la medicina general que uno tiene, que tu pues vas ,que me duele una uña , que me duele que se yo , un dolor de estómago el cuello, no se justifica irse al oncólogo por eso” (U.S. PARTICIPANTE C:328-330)

“Si toda, porque yo hago mucho ejercicio, fui a terapia y me aprendí la terapia, porque primero la EPS no te la vuelve a dar , y segundo la idea es que se la aprenda uno, que eso es lo que hago los martes especialmente en el gimnasio, que lo hago más por salud que por vanidad, entonces las cosas como tu las aprovechas como tú las enfoques, entonces me ha servido muchísimo, porque tengo mis ganglios perfectos ( U.S. PARTICIPANTE C: 516-521)

“Planes siempre trato de realizar, por ejemplo

	<p>mañana por la mañana tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas que no conozco y una o dos amigas que conozco, vamos a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la venta de una casa y un Apartamento que necesitamos venderlo pronto”(U.S. PARTICIPANTE C:571-578)</p>		
Estéticos	<p>“Pues emociones positivas y emociones negativas, porque bueno digamos el comenzar es difícil, un proceso de una cirugía que te quiten un seno, que estés como deforme es muy difícil, luego en el proceso ya que vas tú mejorando, que ya te vas sintiendo mejor y estéticamente mejor, eso también influye en que emocionalmente se sienta uno mejor, como tú te veas en un espejo, pues te vas a sentir mejor” ( U.S. PARTICIPANTE C: 11-16)</p> <p>“La creación de Dios es perfecta, nunca va a ser igual, pero se hace como se dice lo máximo posible, que es lo que hacen los cirujanos y lo que uno aporta como ser humano. Y pues de las emociones, las negativas, pues todo esto la angustia, el miedo, el sentirse motilado por decirlo así, no sé si sea la palabra adecuada”( U.S. PARTICIPANTE C: 18-22)</p>	<p>Los valores estéticos hacen énfasis en aquellos bienes direccionados a la “armonía, el orden y la belleza” en cada una de las áreas de la cotidianidad del ser humano, incluso ante la imagen propia.</p> <p>En relación a L.M, este es uno de los valores que está presente en aquellas actividades relevantes para su desarrollo personal.</p> <p>Ella es una mujer que se preocupa tanto por su apariencia física e interior, como por la “belleza” y “armonía” presente en los contextos externos, es el caso de algunos</p>	<p>La participante C, es una mujer que a través de su imagen personal da cuenta de la presencia este tipo de valores en su cotidianidad.</p> <p>A través de su aspecto personal, el orden en su hogar y su discurso, deja ver a quien le conoce, la importancia que le atribuye a la parte estética en su vida, no solo ligada a un “verse bien” sino también a un “sentirse bien”.</p> <p>Tal cual como lo manifiesta en sus intervenciones, el desarrollo de valores estéticos, fue una de los elementos que le permitieron un mejor afrontamiento</p>

	<p>“El sentirse en que si se te empieza a caer el cabello, eso es lo de menos porque te pones una gorra, una peluca, pero igual la sensación de sentirlo es fuerte, ¿por qué? por vanidad del ser humano y más nosotras las mujeres, entonces es fuerte, esa parte es fuerte” (U.S. PARTICIPANTE C:24-27)</p> <p>“4 cirugías, después de la primera, como 4 procesos, de que hay que colocar anestesia general, de que me hicieron también mamoplastia” (U.S. PARTICIPANTE C :90-91)</p> <p>“El proceso de la mastectomía, te quitan el seno, y luego la reconstrucción y cuando esta la reconstrucción, la mamoplastia es que tratan de dejar el otro seno al mismo nivel” (U.S. PARTICIPANTE C :95-97)</p> <p>“Porque obviamente vas a quedar desnivelada, quedan entonces ... y tratan de acomodar las dos, me hicieron también ese proceso, entonces , ya sentía como que cada vez iba y me sentía mejor y eso hacía que también mi parte emocional también se sintiese mejor” (U.S. PARTICIPANTE C :99-102)</p> <p>“Exacto, entonces cada cirugía pues son las molestias, que los puntos, pero ya digamos que después de lo fuerte ya todo es ...” (U.S. PARTICIPANTE C: 104-105)</p> <p>“Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo, porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ... muchas otras cosas, te</p>	<p>ejemplos textuales como: el orden en su hogar, el arreglo personal y la decisión de realizarse intervenciones quirúrgicas con el fin de una imagen estética y femenina, similar a la que tenía anterior al padecimiento del cáncer de seno.</p>	<p>del cáncer y sus implicaciones.</p> <p>Dar prioridad, al “embellecimiento” del cuerpo, la mente, el espíritu y el contexto, podría decirse que fue un punto a favor de una buena recuperación, donde aun después de intervenciones dolorosas como la mastectomía que directamente afectaban su autoestima e imagen como mujer, elige realizarse otras cirugías para favorecer la recuperación de su seno.</p> <p>Dichas acciones, hablan de cómo los valores estéticos, son entonces de relevancia para la construcción de una imagen propia mejor y más completa,</p> <p>Finalmente, considero que L.M, es una mujer muy valiente y que permite a través de su vida e historia, dejar una “moraleja” a nosotras como mujeres, de la importancia del cuidado personal y de los contextos donde habitamos, no solo en termino de “vanidad y ostentación” como a veces solía pensar desde el prejuicio, si no en términos de</p>
--	---	--	---

cambia la vida, entonces ¿Qué haces? tienes que buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar, el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno, a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone y cree que siempre va a ver un tiempo para después y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con personas, que de pronto no lo hacía, con amigas” (U.S. PARTICIPANTE C: 145-155 )

“Siempre, o sea nunca lo he dejado, antes lo hacía más, porque obviamente mi trabajo me lo exigía, el hecho por ejemplo de que tenía que estar cepillándome todos los días ya ahora no es tan frecuente, pero igualmente nunca descuido mi apariencia personal, pues pienso que toda mujer debe mantenerla siempre a las edades que se tenga y a los recursos siempre tratar uno de estar como bien puestecito” (U.S. PARTICIPANTE C: 158-164)

“Siempre, me gusta remodelar, siempre cuando tengo la oportunidad, porque todo es dinero, pero nosotros siempre estamos pendientes de remodelar o muebles, o casa, de hecho vendemos casas en tenjo, mi esposo trabaja en el área de construcción, entonces siempre tenemos una o dos casas vendiendo y el remodela aquí todo, ósea siempre se

identidad, de cómo a través del embellecimiento propio y en conjunto tanto externo como interno del ser, se puede llegar a construir un imagen y auto-imagen personal más profunda e integral.

	<p>está aquí, o sea es importante como tú te rodees de ambiente, así sea humilde, así sea todo pero pues que sea como armónico como limpio, que así sean dos cositas pues que las tengas bonitas, como limpiecitas, si todo eso a cualquier ser humano le hace bien y más cuando uno está sensible, levanta más el ánimo” (U.S. PARTICIPANTE C:166-175)</p> <p>“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” (U.S. PARTICIPANTE C:237-242)</p> <p>“tiene que estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S. PARTICIPANTE C: 324-326)</p>		
Intelectuales	<p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me</p>	<p>Los valores intelectuales, permiten a través de su realización, el encuentro de la sabiduría y el conocimiento reflexivo, este último, no en términos académicos, sino más bien en cuanto a trascendencia del ser, como aquel que conoce y que actúa o elige desde</p>	<p>Si bien es cierto, que para L.M los valores intelectuales, no tienen un amplio despliegue, al brindar prioridad a la consecución de otros tipos de valores (mencionados en otros párrafos de la matriz), cabe resaltar que aquellos bienes en los que busca la</p>

<p>gusta leer, ver los documentales” (U.S. PARTICIPANTE C:178-183)</p> <p>“En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés, reforzar mis idiomas, me gusta mucho, pero no así que me mate, esa etapa ya como prueba superada, pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” (U.S. PARTICIPANTE C:186-195)</p> <p>“Si, así sea poquito, de hecho aprendí a hacer una meditación en la ducha y la hago siempre, entonces el día que no la hago, digo yo, hay me falta hacer, la meditación” (U.S. PARTICIPANTE C: 292-294)</p> <p>“Si, de pronto esa, pero igual cambio, ósea por ejemplo digo hoy voy a meterme al internet porque necesitamos vender esas casas, entonces voy a ponerlas en tales y tales plataformas, cosas diferentes”(U.S. PARTICIPANTE C:296-298)</p> <p>“Planes siempre trato de realizar, por ejemplo mañana por la mañana tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas que no conozco y una o dos amigas que conozco, vamos</p>	<p>lo que conoce.</p> <p>Al hablar de la vida de la participante C, este valor toma sentido, en mayor proporción durante el afrontamiento del cáncer que ella posee, pues a través de la elección de un estilo de vida saludable y de mayor “trascendencia”, adopta hábitos como: la práctica de yoga y la asistencia a seminarios, que le permiten enriquecer su conocimiento personal y específicamente adquirir sabiduría.</p>	<p>adquisición de sabiduría, son relevantes en la medida que, se desarrollan a favor de una recuperación favorable de su enfermedad, además de la mejora de su calidad de vida.</p> <p>Aunque siento que LM, no es tan consciente del potencial que logra desarrollar a través de actividades como: la asistencia seminarios, cursos de inglés o pintura y la meditación, y cree hacerlo para aprender algo nuevo, distensionar el organismo u ocupar el tiempo libre, la práctica de las mismas, de manera indirecta, le permiten construir conceptos personales y ante la vida con sabiduría.</p> <p>Quizás si fuera más consciente de cómo la consecución de valores intelectuales no tienen que ver con la “edad” o una etapa específica de la vida, podría permitirse desarrollar en mayor amplitud aquellas actividades que favorezcan flexibilizar el repertorio de la parte intelectual en su vida.</p>
--	---	---

	<p>a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la venta de una casa y un apartamento que necesitamos venderlo pronto” (U.S. PARTICIPANTE C:571-578)</p> <p>“Pues de hecho cuando uno medita hace mucha reflexión, con uno mismo y claro que me autocritico, digo hay yo no debí decirle a aquella persona, de pronto cometí una imprudencia o de pronto deje de hacerlo, de decir algo que tenía que decir claro uno lo hace, entonces uno siempre tiene que hacer como un balance, en las noches yo tengo un librito que leo que es para la noche y ahí, aplican como un salmo, y tú en ese salmo como que lo aplicas hacia la vida y te después haces como el resumen del día y al mismo tiempo los salmos dan como consejos se puede tomar para la vida, entonces eso lo hago por las noches 5 minuticos” (U.S. PARTICIPANTE C:676-685)</p>		
Éticos	<p>“la idea es seguir unos sus tratamientos, sus convicciones religiosas, de hecho pues hay gente que no cree en Cristo que son judíos, trabaje con ellos durante 25 años y nunca deje de creer en Cristo, es como tu tengas tu carácter formado y tus convicciones y que se yo , cosas que le hayan</p>	<p>Cuando hablamos de valores éticos, hacemos referencia a aquellos bienes, que describen, el obrar del ser humano de forma “correcta”, libre y en relación a los valores éticos o morales como: el respeto, la</p>	<p>Especialmente, L.M, a través del diagnostico y posterior tratamiento del cáncer de seno, logro atribuir un significado personal más profundo, al despliegue de valores que repercutieran positivamente en su</p>



	<p>enseñado a uno desde niño y llega a grande y me volví judía, no, toda la vida fui católica y hasta que me muera pues lo seré y cosas así entonces uno toma, va allí y toma lo bueno como cuando te repito haces yoga, eso es como tú te relajas, te acercas entonces estas nutriendo cuerpo, mente y espíritu” (U.S. PARTICIPANTE C:225-233)</p> <p>“Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, o sea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. PARTICIPANTE C:245-253)</p> <p>“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se</p>	<p>honestidad, la solidaridad, el amor, entre otros.</p> <p>Partiendo de este concepto y en relación a L.M, los valores éticos, son manifiestos en su vida, específicamente a través de la lectura que hace de las situaciones a su alrededor, y de cómo ella toma decisiones y asume la vida en general a partir de la construcción de lo que significa para sí misma, el “buen obrar” o el hacer lo “correcto”, tanto a nivel personal, como familiar y social.</p>	<p>formación personal y en la vida de otras personas.</p> <p>Es decir, que a través de su experiencia logro conectarse con la importancia de “ser en el mundo” de la mejor forma posible, retribuyendo de alguna manera el privilegio, que para ella significa estar viva y estar sana.</p> <p>En este orden de ideas, los valores éticos, le permiten el despliegue del agradecimiento, la solidaridad, el respeto, la honestidad y la compasión.</p> <p>Dichos valores éticos, le permiten a L.M, no solo mirarse a sí misma como alguien que vivió una experiencia difícil, si no mirar a su alrededor a otras personas e identificar como podría ayudarlas, “actuando bien”, de cierta forma siguiendo aquello que Frankl llamo, la voz de la conciencia.</p>
--	---	---	---

lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga” (U.S. PARTICIPANTE C:256-265)

“Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo” (U.S. PARTICIPANTE C:332-343)

“de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó, y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para

que me cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal” (U.S. PARTICIPANTE C:349-358)

“Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el Bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos siempre hay gente que lo quiere o que no lo quieren, es como lo normal del ser humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila” (U.S. PARTICIPANTE C:600-606)

“Pues de hecho cuando uno medita hace mucha reflexión, con uno mismo y claro que me autocritico, digo hay yo no debí decirle a aquella persona, de pronto cometí una imprudencia o de pronto deje de hacerlo, de decir algo que tenía que decir claro uno lo hace, entonces uno siempre tiene que hacer como un balance, en las noches yo tengo un librito que leo que es para la noche y ahí, aplican como un salmo, y tú en ese salmo como que lo aplicas hacia la vida y te después haces como el resumen del día y al mismo tiempo los salmos dan

	<p>como consejos se puede tomar para la vida, entonces eso lo hago por las noches 5 minuticos” (U.S. PARTICIPANTE C:676-685)</p> <p>“Si y como yo en las oraciones que hago digo que, pues ojala que eso se vaya de este mundo, que no le toque vivirlo a nadie, a ninguna mujer ni a ningún ser humano, siempre pues en mis oraciones digo algo así, dentro de las peticiones que uno tiene personales, que se fuera esa enfermedad y muchas otras , digamos esta porque me ha tocado vivirla” (U.S. PARTICIPANTE C:779-784)</p> <p>“Como todo ser humano cada día aprendo de las personas y de las situaciones buenas o malas que nos hacen crecer cada vez más, aprecio cada momento de vida y esto se refleja en mi y es lo que proyecto hacia los demás “ (U.S. PARTICIPANTE C : 864-867)</p>		
Sagrados	<p>“Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso” (U.S. PARTICIPANTE C:50-54)</p> <p>“Bueno, yo pienso que de pronto aumenta, en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también</p>	<p>Los valores sagrados, están direccionados a la “búsqueda del ser “absoluto” fundamentado en la persona como sumo bien, o en Dios para quienes son Creyentes” (Martínez, E, 2009, p.33), es decir que para el caso particular de L.M los valores sagrados son desplegados en la relación a la búsqueda de Dios y el establecimiento de una relación con El.</p>	<p>En este punto, es importante mencionar, la trascendencia que tiene para L.M, la presencia de Dios en su vida y la posibilidad que ella atribuye a Él, de estar viva.</p> <p>Cuando hacía preguntas respecto a la exploración de la figura de Dios, de lo espiritual y del trascender en su vida, , ella me llevo a un lugar de su casa, donde tenía un altar, con velas, flores y figuras alusivas a su religión, es decir</p>

practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más, de hecho fui donde Santiago rojas, no sé si lo has oído, que es un médico que sale a veces en televisión, salía en RCN con Jota Mario todos los días, no sé si ahora sale, bueno el hecho es que ellos manejan una medicina que dice que uno se crea estas enfermedades, las emociones crean los canceres etc., de pronto puede ser, uno en la vida, yo he tenido tristezas grandes, perdidas muy grandes, entonces tal vez todo eso empieza a pensar que pudo pasar y uno dice tiene que afianzar, él dice tiene que afianzar su espiritualidad, también de hecho la fe con que tú te tomes, él le da góticas a uno, es una terapia floral, esa gótica te da amor, alegría, perdón, no sé que dicen las góticas y uno se las toma convencido de ello, pues eso es más la mente pienso yo, que en si el agüita que te estás tomando y entonces es como que uno de ahí aprende a acercarse un poquito más a Dios, antes yo no pensaba nada de eso, porque uno está en otro cuento, pero ahí todo eso uno dice, bueno si enriquece su vida espiritual, si lo quiere hacer, y si se le presenta la oportunidad, a mí una amiga me llevo, entonces es como si por algo a uno Dios le pone a personas en el camino, entonces y a los que yo le puedo recomendar pues lo recomiendo, como él dice no es que esto remplaza un

Sin embargo, hablar de lo sagrado, también hace referencia al despliegue de la trascendencia y al dignidad humana como el fin más alto en la escala de valores de una persona.

Partiendo del concepto dado anteriormente y en relación a la participante C, podemos decir entonces que ella es una mujer que despliega amplia y profundamente, los valores sagrados en su vida, a través de acciones como: la oración, la meditación, la asistencia a misa y el amor propio.

que para ella “traer” a Dios a su hogar es importante, sumado a la relación que hace de la creencia en un ser supremo con la práctica de actividades como: asistir a misa, ser de una religión específica y tener convicciones coherentes con lo que profesa la misma.

No obstante, y dejando de lado un poco mi prejuicio, frente a determinadas religiones que quizás “predican pero no aplican” lo que predicán, especialmente L.M, es una mujer cercana a Dios, incluso podría decir que existe una conexión fuerte con Dios, en la que a través de lo que recibe, ejerce la posibilidad de transmitir lo que aprende, acercándose como ser humano a su parte trascendental.

Finalmente, también hay un significativo despliegue en ella de valores sagrados, a través de prácticas como la meditación, que demandan de ella un alto nivel de concentración y

	<p>tratamiento, es un adicional, complemento, si porque si las señoras van a tomarse sus gólicas, y dejan de hacer sus quimios pues se mueren o se empeoran, la idea es seguir unos sus tratamientos, sus convicciones religiosas, de hecho pues hay gente que no cree en Cristo que son judíos, trabaje con ellos durante 25 años y nunca deje de creer en Cristo, es como tu tengas tu carácter formado y tus convicciones y que se yo , cosas que le hayan enseñado a uno desde niño y llega a grande y me volví judía, no, toda la vida fui católica y hasta que me muera pues lo seré y cosas así entonces uno toma, va allí y toma lo bueno como cuando te repito haces yoga, eso es como tú te relajas, te acercas entonces estas nutriendo cuerpo, mente y espíritu”  (U.S. PARTICIPANTE C:199-233)</p> <p>“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” (U.S. PARTICIPANTE C:237-242)</p> <p>“Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer,</p>	trascendencia del ser.
--	---	------------------------

no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, ósea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. PARTICIPANTE C: 245-253)

“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga”(U.S. PARTICIPANTE C:256-265)

“Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida, amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos, tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer

	<p>más cosas”(U.S. PARTICIPANTE C: 267-272)</p> <p>“que no me falte orar, de pronto eso sería como que me hace falta algo siempre” (U.S. PARTICIPANTE C: 290)</p> <p>“Si, así sea poquito, de hecho aprendí a hacer una meditación en la ducha y la hago siempre, entonces el día que no la hago, digo yo, hay me faltó hacer, la meditación” (U.S. PARTICIPANTE C:292-294)</p> <p>“soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento mucha satisfacción y trato de no faltar nunca, porque santifican el agua entre otras cosas, en donde vivo siempre tengo un espacio confidencial para orar, aunque yo oro en cualquier parte de hecho cuando estoy en la ducha hago una meditación” (U.S. PARTICIPANTE C: 557-564)</p> <p>“Pues de hecho cuando uno medita hace mucha reflexión, con uno mismo y claro que me autocritico, digo hay yo no debí decirle a aquella persona, de pronto cometí una imprudencia o de pronto deje de hacerlo, de decir algo que tenía que decir claro uno lo hace, entonces uno siempre tiene que hacer como un balance, en las noches yo tengo un librito que leo que es para la noche y ahí, aplican como un salmo, y tú en ese salmo como que lo</p>		
--	--	--	--



	<p>aplicas hacia la vida y te después haces como el resumen del día y al mismo tiempo los salmos dan como consejos se puede tomar para la vida, entonces eso lo hago por las noches 5 minuticos” (U.S. PARTICIPANTE C:676-685)</p> <p>“Gracias a Dios siempre he estado como con la bendición de mi señor” (U.S. PARTICIPANTE C: 723)</p> <p>“Si y como yo en las oraciones que hago digo que, pues ojala que eso se vaya de este mundo, que no le toque vivirlo a nadie, a ninguna mujer ni a ningún ser humano, siempre pues en mis oraciones digo algo así, dentro de las peticiones que uno tiene personales, que se fuera esa enfermedad y muchas otras , digamos esta porque me ha tocado vivirla” (U.S. PARTICIPANTE C:779-784)</p> <p>“Me aferre a Dios sobre todo y tuve mentalmente la convicción y seguridad que yo podía vencer, con las primeras quimios al día siguiente asistía al grupo de yoga, con mi peluca y mi traje blanco como todas las demás” ( U.S. PARTICIPANTE C: 854-856)</p> <p>“Como todo ser humano cada día aprendo de las personas y de las situaciones buenas o malas que nos hacen crecer cada vez más, aprecio cada momento de vida y esto se refleja en mi y es lo que proyecto hacia los demás “ (U.S. PARTICIPANTE C : 864-867)</p>		
Creación	“Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en	El hombre en el encuentro con su ser espiritual, logra fijar su mirada no	Durante su relato L.M, referencia algunos momentos donde a través de

<p>las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo” (U.S. PARTICIPANTE C:332-343)</p> <p>“soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento mucha satisfacción y trato de no faltar nunca” (U.S. PARTICIPANTE C : 557-561)</p> <p>“Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir , ¿Cómo? pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud con un mundo por</p>	<p>solo hacia sí mismo, sino hacia otros.</p> <p>En el proceso de ser en el mundo y estar en el mismo, a través de dar, encuentra sentido y satisfacción, que se traduce en realización personal.</p> <p>Es decir que, a través de la realización de valores de creación, es posible, dar al mundo de todo aquello que se posee, no solo en términos materiales, sino también a través de la experiencia adquirida, el conocimiento sobre un tema, la entrega de sentimientos y la realización de actividades que aporten al bienestar de otros.</p> <p>En palabras de Acevedo (2005) lograr el despliegue de dar desinteresadamente significa que “ el ser humano necesita convivir, pero además necesita consistir (...) esta dimensión humana postula el reconocimiento del “otro” (p.49)</p> <p>En relación a la participante C, los valores de creación se hacen presentes, a través de la capacidad</p>	<p>su propia vivencia, tiene la capacidad de aconsejar y/o orientar a personas que se encuentran afrontando un diagnóstico de cáncer.</p> <p>Es decir que, desde el proceso vivenciado durante 5 años, logra no solo hacer toda una comprensión y reflexión del proceso vivido, sino también pensar en aquellas personas que podrían verse beneficiadas, al escuchar lo que ella aprendió.</p> <p>No obstante, al escucharla se generaba en mí la inquietud frente a la posibilidad de un mayor despliegue de tipo de valores, debido a la riqueza del aprendizaje que obtuvo L.M en su proceso. Tal cuestionamiento a razón de que muchas veces nuestras acciones hacia el darse a otros, es limitada y se subestima el gran valor de la experiencia traducido en acciones/creaciones.</p> <p>Sin embargo, y a pesar de la sensación personal y posible mayor despliegue de bienes direccionados, al dar, L.M centra de su posibilidad de “ayudar” a</p>
---	---	---

	<p>delante entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir” (U.S. PARTICIPANTE C:619-625)</p> <p>“el transmitirle los consejos a mis hijos animarlos, afortunadamente hoy las comunicaciones son grandiosas nosotros tenemos un grupo en whatsapp que se llama familia bonita y como estamos regados como por todo lado, en un momento en que se cruzan los horarios y no nos podemos hablar y como halla es de día y aquí es noche, estamos trabajando o están estudiando etc. entonces cuando nos podemos conectar todos entonces es grandioso y como la comunicación entre todos fluye y nos damos consejos mutuos en esos, como yo soy la mama soy la que mas derecho tengo a dar consejos, entonces soy la que como que les dice pero todos son personas muy valiosas en ese aspecto” (U.S. PARTICIPANTE C:653-663)</p> <p>“Mmm hace poco se sentó al lado mío, una señora ella empezó a contarme su proceso, me inspiro una ternura impresionante, me inspiro, como quería como abrazarla, si me entiendes, era una desconocida ósea la acababa de conocer, pero ella se puso a contarme y yo me puse a escucharla, todo lo que ella estaba viviendo, sintiendo, fue como un desahogo que ella tuvo en ese momentico, mientras nos daban un papel algo así, entonces si me inspiro</p>	<p>que tiene de dar a otros (familia, amigos y sociedad) no solo en la vida cotidiana y desde sus diferentes roles, sino también a partir de la experiencia adquirida durante el proceso de diagnostico, tratamiento y curación del cáncer de seno.</p>	<p>otros y contribuir a terceros, especialmente en su contexto familiar, pues durante diferentes intervenciones, hace mención a como en su rol de madre y esposa continuamente piensa en ellos, actúa por ellos y da lo mejor de sí misma, para permitir no solo su crecimiento sino el de su familia.</p>
--	---	---	--

	<p>como muchas ternura, como tristeza, como bueno al mismo tiempo, pues le di consejo le di valor, trate de proyectar alegría, no de decir a pobrecita, no pero si me hizo sentir como un poquito de nostalgia (U.S. PARTICIPANTE C:769-777)</p> <p>“Si claro, me gusta abrazarlos, los abrazo con mucho amor, todas las veces que me es posible, de hecho cuando nos levantamos con mi niña nos abrazamos, si casi nadie lo hace, nos abrazamos, nos saludamos, siempre somos emotivos, cariñosos, siempre nos decimos que nos amamos” (U.S. PARTICIPANTE C:786-790)</p> <p>“pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía” (U.S. PARTICIPANTE C:816-821)</p>		
Experiencia	<p>“¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto”(U.S. PARTICIPANTE C: 5-6)</p> <p>“ le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado, por ponerme con personas claves en ese proceso, como son: los médicos, las enfermeras, las psicólogas, que se yo todo un equipo</p>	<p>Una de las formas de construir el sentido de la vida, es a través del encuentro con otros seres humanos, en el que es posible tanto dar como recibir de los otros.</p> <p>Las relaciones basadas en esa dinámica de retroalimentación y</p>	<p>L.M es una mujer que describe su vida como una bendición y atribuye gran valor a la posibilidad de estar viva y tener la oportunidad de a diario compartir con sus seres queridos, aprender cosas nuevas, disfrutar los paisajes, poder levantarse sin dolor, entre otras.</p>

	<p>que uno busca, que tienes que buscarlo y sacar de eso el mayor provecho, entonces es ese proceso” (U.S. PARTICIPANTE C:43-47)</p> <p>“Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso, yo tengo 4 hijos, pero los 3 hijos pues ya una vive en Italia, la otra en Buenos Aires y mi hijo que está casado con su esposa, entonces mi niña siempre ha estado cerca, mi esposo que ha sido fundamental en este proceso, porque me ha ayudado mucho emocionalmente, dándome valor, dándome animo, apoyándome, como brindándome ese amor y ese cariño incondicional, que no importa que estés así, eso es lo de menos, lo importante es que estés viva, entonces eso es como un aire un...” (U.S. PARTICIPANTE C:50-62)</p> <p>“Si un aliciente puede ser la palabra, un aliciente muy grande” (U.S. PARTICIPANTE C: 64)</p> <p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un</p>	<p>muestra real y sincera e afecto, fueron definidas por Buber como relaciones yo-tu donde cada quien da lo mejor de sí y se permite ser, aprendiendo de tal relación.</p> <p>Este encuentro mediado por el reconocimiento del valor de cada ser humano, como un otro legítimo permite el despliegue de valores de experiencia en los que literalmente el hombre recibe de los otros.</p> <p>Englobando ese concepto de “otros” como el mundo y todos aquellos que pertenecen al mundo (Dios, personas, naturaleza, etc.), de los cuales es posible captar sentido.</p> <p>En el ejercicio de “vivir” el ser humano disfruta, al recibir de otros.</p>	<p>Lograr esa sensibilidad frente a todo lo que el mundo y quienes lo integran le ofrece, ha sido una de las herramientas importantes para el despliegue del sentido en la vida.</p> <p>Siendo importante puntualizar, como aunque antes de su enfermedad tenía un despliegue de valores de creación, después del diagnostico y tratamiento médico-quirúrgico, logra un mayor encuentro con este tipo de valores, atribuyendo un sentido más profundo al mundo y lo que recibe a diario del mismo.</p> <p>Particularmente cuando escucho la forma en que hace referencia a la plena vivencia y disfrute de su familia, sus actividades, sus amistades y su vida misma, me siento conmovida y confrontada, con este estilo de asumir la vida, porque muchas veces, aun teniendo todas las posibilidades de disfrutar la existencia, me centro en la inmediatez de las experiencias.</p> <p>Como tal, de L.M frente a su</p>
--	---	--	--

	<p>seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales” (U.S. PARTICIPANTE C:178-183)</p> <p>“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga”(U.S. PARTICIPANTE C:256-265)</p> <p>“Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta quien está con uno y quien no está, de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa “ (U.S. PARTICIPANTE C:346-351)</p> <p>“Mi hijo también estuvo pendiente, pues significo un gran apoyo” (U.S. PARTICIPANTE C: 362)</p> <p>“Si claro, es muy importante el que uno se sienta que lo aman, que lo quieren, que se preocupan, es importante, aunque hay momentos donde tú quieres</p>		<p>despliegue de experiencia, me queda una invitación a disfrutar a mayor profundidad los detalles de la vida diaria.</p>
--	--	--	---

	<p>estar solo” (U.S. PARTICIPANTE C:364-366)</p> <p>“Los momentos de mi infancia, tenía un papa muy consentidor, entonces él los domingos me llevaba a pasear a Monserrate y yo era feliz, era feliz cuando me llevaban muñecas, esas muñecas que tenían harto pelo, así monas” (U.S. PARTICIPANTE C:455-458)</p> <p>“Bueno, el más importarme para mí, fue el poderme reunir con mis hijos, los que viven en el exterior y mis nietos, es muy difícil porque viven en Europa, son cinco personas que viven allí que son el esposo y las tres hijas de ellos Es decir mis tres nietas, el reunirnos era muy difícil porque de pronto viene uno o voy yo pero el estar todos reunidos era muy difícil, entonces Dios me regalo de navidad el poder tenerlos a todos, y estuve muy feliz de ver los niños tan grandes de ver mi familia cómo ha evolucionado, poder compartir la cena, el asado, todo lo que uno hace en familia, eso no lo podíamos hacer en los últimos cuatro años por lo que te digo, ellas están lejos, mis dos hijas, mi otra hija vive en Buenos Aires, entonces en que todos tratamos de ayudarnos para que todos pudiéramos estar fue grandioso, de lo más significativo del 2014 y entrando el 2015 (U.S. PARTICIPANTE C:525-536)</p> <p>“otra experiencia fue que mis dos hijas se graduaron una de universidad y otra de bachillerato entonces es una satisfacción que uno siente, una alegría</p>		
--	--	--	--

	<p>grandísima, son emociones y felicidad que le llega a uno, es el esfuerzo muy grande de muchas personas” (U.S. PARTICIPANTE C:544-548)</p> <p>“soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento mucha satisfacción y trato de no faltar nunca, porque santifican el agua entre otras cosas, en donde vivo siempre tengo un espacio confidencial para orar, aunque yo oro en cualquier parte de hecho cuando estoy en la ducha hago una meditación” (U.S. PARTICIPANTE C:557-564)</p> <p>“ El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante, y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien, el otro importante fue la consulta con mi doctora que me dijo que todo estaba bien, el compartir el almuerzo con mi niña, son momentos importantes “ /U.S. PARTICIPANTE C: 566-569)</p> <p>“Gracias a Dios siempre he estado como con la bendición de mi señor” (U.S. PARTICIPANTE C:723)</p>		
Actitud	<p>“entonces el ya tratar de que eso pase y recuperarse uno, ya como que le devuelve a uno la emoción de tranquilidad, la emoción de a través de que su proceso va mejorar, que va mejorando, que va</p>	<p>Los valores de actitud, son aquellos que hacen referencia al poder de resistencia del espíritu, en la medida que son desplegados, cuando el ser</p>	<p>Durante el relato de L.M, su historia durante el padecimiento del cáncer y todas sus implicaciones, en la mayoría de las intervenciones, hace visible, la</p>



	<p>finalizando su protocolo y que todo va bien, ya se siente uno pues más relajado, más feliz, más tranquilo, le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado, por ponerme con personas claves en ese proceso” (U.S. PARTICIPANTE C:38-44)</p> <p>“Porque obviamente vas a quedar desnivelada, quedan entonces ... y tratan de acomodar las dos, me hicieron también ese proceso, entonces , ya sentía como que cada vez iba y me sentía mejor y eso hacía que también mi parte emocional también se sintiese mejor” (U.S. PARTICIPANTE C:99-102)</p> <p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” (U.S. PARTICIPANTE C:111-120)</p> <p>“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes</p>	<p>humano, se enfrenta a situaciones que implican profundo dolor a nivel físico y/o emocional.</p> <p>Al respecto, Frankl nos habla de las situaciones ineludibles de la vida, a las que “el ser espiritual” es capaz de sobreponerse, logra traspasar el sufrimiento, a través de la actitud, como aquel valor que le permite al hombre elegirse, en medio del dolor.</p> <p>Por tanto, adoptar una postura diferente frente a lo “inesperado” de la vida, permite al hombre desplegar sentido, direccionado a responderle a la vida, más que a reclamarle, encontrando respuesta a preguntas como él: ¿para qué? y ¿Cómo? , direccionadas a la reflexión y la movilización de acción a favor de una mejor versión personal.</p> <p>Finalmente el valor de actitud tiene entonces una connotación especial en la escala de valores, pues se encuentra dentro campo del poder de trascendencia del espíritu.</p>	<p>actitud como una de los valores fundamentales, que le permitió afrontar la enfermedad, el dolor de las cirugías, la recuperación, el miedo, la angustia y todas aquellas emociones producto de su experiencia.</p> <p>De tal forma, que la actitud, fue el medio para oponerse a su organismo psicofísico y lograr, “rescatar” de cada vivencia dolorosa, aspectos positivos.</p> <p>Es importante resaltar, que la atribución de sentido a una situación inevitable como el cáncer, para L.M, también implicó incluir a su familia y sus proyectos como fuentes de motivación para encontrar “fortaleza” y asumir su realidad a favor de su bienestar y favorable recuperación.</p> <p>Pensar en ese proceso desde la postura como mujer. Me confronta frente a la actitud personal que yo adoptaría al enfrentarme a una situación de dolor físico inevitable, no obstante necesario para regresar a un bienestar físico e interno.</p>
--	---	--	--

	<p>acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga”(U.S. PARTICIPANTE C:256-265)</p> <p>“ Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida, amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos, tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer más cosas” (U.S. PARTICIPANTE C:267-272)</p> <p>“yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo, como se dice prueba superada” (U.S. PARTICIPANTE C:355-359)</p> <p>“Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir Como pueden atentar contra sus vidas no me</p>		<p>Esta confrontación, me permite comprender la importancia que para L.M represento, elegir una actitud diferente y de lucha, ante un pronóstico de 5 años de vida. Su actitud de “prepararse para vivir y no para morir” le permitió curarse aun sobrepasando el dictamen médico y el dolor inevitable durante el tratamiento y la reconstrucción.</p>
--	---	--	---

<p>cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud, con un mundo por delante entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir, gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente que luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio “ (U.S. PARTICIPANTE C:619-630)</p> <p>“Pues el mensaje más grande es amarte a ti mismo y amar la vida y como dicen amar a Dios sobre todas las cosas como dicen los mandamientos, es verdad hay que hacerlo de esa forma, en primer Lugar amar a Dios sobre todas las cosas, amarse uno mucho ,quererse, cuidarse y amar la vida con todos los sin sabores que tiene porque no es fácil, muchas veces pasa uno situaciones difíciles, de dificultades económicas, emocionales, tantas cosas pero siempre la vida es bella (U.S. PARTICIPANTE C:632-638)</p> <p>“Bueno uno de pronto se vuelve un poquito más seguro, porque uno crea seguridad de pronto uno le</p>		
--	--	--

<p>da pena x o y cosas, ya no tanto, por bobadas realmente son bobadas que uno crea igual a uno ya le resbala, no hay que ser como tan cuadriculado en muchas cosas” (U.S. PARTICIPANTE C:690-693)</p> <p>“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este como se dice así en la inmunda, no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila” (U.S. PARTICIPANTE C:696-703)</p> <p>“Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera, entonces me siento como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre pensar que va a salir bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la convicción de algo, esa energía que tú emanar es positiva, como cuando tú dices,</p>		
--	--	--

hay me voy a enfermar, te enfermas, si porque es como la energía que el universo le trae a uno”(U.S. PARTICIPANTE C:726-734)

“A mí me generaba obviamente tristeza, de ver que ellos hayan tenido que ver esa vivencia, me sentí también como pues el empuje de demostrarles que eso también me ayudaba en parte a mí porque yo me mostraba más valiente, más tranquila, no me duele nada, estoy perfecta, que ellos me vieran bien, para que se sintieran bien, para que obviamente si me ven así triste, llorando ellos van a estar mal entonces no, siempre saque como esa fuerza para estar mejor”(U.S. PARTICIPANTE C:761-767)

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 16. Matriz de análisis por categoría L.M

<b>CATEGORIA: Sentido del sufrimiento</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, o sea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. PARTICIPANTE C:245-253)</p> <p>“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga”(U.S. PARTICIPANTE C:256-265)</p> <p>“Pues, cuando es según el momento, porque si estamos un ejemplo tomándonos unas onces o un té con unas amigas, pues que pereza tratar el tema, si me explico, porque no me gusta que me</p>	<p>Para distintos teóricos logoterapeúticos, el sufrimiento, es uno de elementos inherentes a la existencia humana, en la medida que es de carácter inevitable e innegable, específicamente cuando se sufre respecto a situaciones como: enfermedades, privación de la libertad, pérdida de un ser querido y/o catástrofes naturales.</p> <p>La aclaración de dolor inevitable, en la medida que el sentido del sufrimiento, es una capacidad que se referencia hacia dolor que es inevitable, del cual el hombre no puede elegir vivirlo o no, a diferencia del dolor evitable que es posible no vivenciarlo.</p> <p>Ahora bien, aclarando el concepto de sufrimiento, es relevante, mencionar</p>	<p>Quizás cuando hablamos del cáncer como una enfermedad de alto impacto para la vida del hombre, inmediatamente pensamos en sufrimiento y muerte, por la etiqueta social que la misma tiene, además de las estadísticas, que muestran una significativa tasa de mortalidad por esta enfermedad.</p> <p>No obstante, a manera personal muchos no logramos trascender en el sentido de la enfermedad y las posibles cosas a rescatar en medio de la inevitabilidad de la misma.</p> <p>Son dichos aspectos anteriormente mencionados, lo que me hacen admirar ampliamente la laborar que L.M, efectuó frente a su enfermedad y el sentido en medio del sufrimiento.</p> <p>Pues no solo fue un diagnóstico, un</p>

pobreteen, y que pobrecita o que me miren con lastima, hay no, si me entiendes, entonces mucha gente ni sabe que lo tuve, debe ser determinado momento, porque pues uno tiene que tratar de estar normal, es como pues el denominador común de todo cierto, entonces no me gusta hacer alusión a esto, eso es como un capítulo cerrado, ya, si se tiene que hablar o se presenta la oportunidad pues los positivo y sale, porque no me voy a, hay me paso, imagínese, yo lloraba, yo me la pasaba enferma, o sea como victimizarse más, no, porque pienso que uno no lo debe hacer nunca, en nada, con nadie, si lo sienten o uno de pronto lo transmitió pues bueno ya toco, de malas para uno pero no ...” (U.S. PARTICIPANTE C:301-312)

“Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta quien está con uno y quien no está, de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó, y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo, como se dice prueba superada” (U.S PARTICIPANTE C : 346-359)

“Pues obviamente el proceso de cáncer que tuve, porque ya no lo tengo, se dice que el cáncer es incurable, que no tiene cura, pero cuando un doctor no recuerdo el nombre que es el director del

como el mismo adquiere un “sentido” significativo, en la medida que permite, a través de la elección de una actitud correcta para asumirlo el crecimiento personal y la trascendencia del ser.

Al respecto, Acevedo (2005) nos dice que: “ se pueden rescatar tres aspectos positivos, en lo negativo del dolor: el valor de prestación, de crecimiento y de madurez”(p.51)

Es decir que, el sentido del sufrimiento hace más bien alusión a aquello que Frankl llamo, “la capacidad de sufrimiento”, en tanto que capacidad implica, transformación, reflexión y trascendencia del ser.

Solo sufriendo y en medio del dolor, el hombre tiene la posibilidad de elegir “capacitarse” para sufrir, y en tal elección, asumir una actitud productiva y profunda frente al ser y el hacer,

tratamiento para la enfermedad, sino también intervenciones quirúrgicas que afectaban directamente su imagen personal y su estabilidad física durante la recuperación.

Factores como: el no poder mover bien los brazos, las curaciones, el no poder realizar actividades por sí sola, hablan del “potencial” que existe en el sufrimiento, pues 5 años después ella cuenta su historia, y referencia aun lo positivo.

Incluso puede comprender la enfermedad como un capítulo superado, que hoy el día le permite disfrutar con mayor profundidad y amplitud la vida que aun tiene y que creía de acuerdo a pronósticos médicos solo permitiría 5 años de vida.

oncológico en un papel que me mando me dice que ya la Señora luz Mercedes ya no tiene cáncer, él lo dijo como con la tutela, como justificando su proceso, cuando él lo escribe yo digo ya no lo tengo, lo dijo el médico, lo dice él, entonces es como algo significativo, que te digan ya no lo tienes” (U.S. PARTICIPANTE C:494-500)

“Negativos son obviamente tanto como positivos hay muchos, porque que de positivo tiene tener cáncer, nada es un negativo grandísimo que te quiten un seno y te hagan la mastectomía es algo negativo, y muy significativo en la vida de cualquier ser humano, porque de hecho tengo un compañero que tiene cáncer en la tetilla, entonces para cualquier ser humano es fuerte, entonces negativo hay mucho en el proceso hay si todo en la quimioterapia, en la radioterapia tuve una quemadura horrible, no duele porque tú te acuestas y una maquina te pasa y no te duele pero las consecuencias el dolor, en la terapia a mí me quitaron ganglios de hecho no podía ni si quiera levantar el brazo” (U.S. PARTICIPANTE C:505-514)

“Si toda, porque yo hago mucho ejercicio, fui a terapia y me aprendí la terapia, porque primero la EPS no te la vuelve a dar , y segundo la idea es que se la aprenda uno, que eso es lo que hago los martes especialmente en el gimnasio, que lo hago más por salud que por vanidad, entonces las cosas como tu las aprovechas como tú las enfoques, entonces me ha servido muchísimo, porque tengo mis ganglios perfectos”(U.S. PARTICIPANTE C:516-521)

“entrando el 2015 porque fue también año nuevo, tuvimos un proyecto que no se nos dio pero fue una gran experiencia, no se dio el negocio pero compramos una finca en tenjo muy bonita, muy linda íbamos a hacer un proyecto de casas campestres, entonces como que soñamos bien alto, no se dio porque la licencia no nos la



otorgaban para construir ese tipo de vivienda, haya solamente se puede construir parques, hospitales, era urbano pero le colocan una palabra que es dotacional, solo se pueden construir determinadas construcciones, que sea algo social entonces no era nuestro objetivo, pero fue una experiencia bonita que soñamos” (U.S. PARTICIPANTE C:536-544)

“Si se que algún día lo estaré, en este momento no me quisiera morir, entonces no pienso que esté preparada, si bueno si Dios dijo un día Luz Mercedes nos montamos al tren me imagino que en el momento tendrá que ser, pero que yo me prepare para morir no, me preparo para vivir , pero si organice las exequias entonces compre un programa exequial, para que mi familia no esté en la angustia económica, siempre procuro tenerlo para la familia es como la formalidad que hay para ese momento” (U.S. PARTICIPANTE C:610-616)

“Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir Como pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud, con un mundo por delante entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir, gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente que luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio” (U.S. PARTICIPANTE C:619-630)

“Pues el mensaje más grande es amarte a ti mismo y amar la vida Y como dicen amar a Dios sobre todas las cosas como dicen los mandamientos, es verdad hay que hacerlo de esa forma, en primer Lugar amar a Dios sobre todas las cosas, amarse uno mucho ,quererse, cuidarse y amar la vida con todos los sin sabores que tiene porque no es fácil, muchas veces pasa uno situaciones difíciles, de dificultades económicas, emocionales, tantas cosas pero siempre la vida es bella” (U.S. PARTICIPANTE C:632-638)

“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este como se dice así en la inmunda, no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila” (U.S. PARTICIPANTE C: 696-703)

“Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera, entonces me siento como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre pensar que va a salir bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la convicción de algo, esa energía que tú emanar es positiva, como cuando tú dices, hay me voy a enfermar, te enfermas, si porque es como la energía que el universo le trae a uno” (U.S. PARTICIPANTE C:726-734)

“Si y como yo en las oraciones que hago digo que, pues ojala que eso se vaya de este mundo, que no le toque vivirlo a nadie, a

ninguna mujer ni a ningún ser humano, siempre pues en mis oraciones digo algo así, dentro de las peticiones que uno tiene personales, que se fuera esa enfermedad y muchas otras , digamos esta porque me ha tocado vivirla” (U.S. PARTICIPANTE C:779-784)

“ Hay no sé pero digo yo que ojala a mí me pase todo lo malo, y que a ellos no les pase nada, si tiene que pasar algo malo, pienso que no les pase nada malo ni que ellos estén en mi posición, por el contrario, oro y siempre estoy pensando en que nunca les sucede de hecho porque uno dice hay que los genes, que de pronto le puede dar a una hija o a una nieta, o todo eso entonces digo oro a Dios y le pido que se quede ahí en mi, si lo tuve que vivir y soportar lo hago yo, pero no ellos y menos a mis seres queridos y que nunca ojala estén, que se cierre ahí el ciclo” (U.S. PARTICIPANTE C:800-807)

“Me aferre a Dios sobre todo y tuve mentalmente la convicción y seguridad que yo podía vencer, con las primeras quimios al día siguiente asistía al grupo de yoga, con mi peluca y mi traje blanco como todas las demás, las ultimas fueron más fuertes, cuando me recuperaba , me acicalaba y salía con alguna amiga, al centro comercial, de compras o almorzar, en fin, socialice y trate de seguir adelante, que lo que tenía que vivir era solo un sueño ( quimios, cirugías, radioterapias, y hospitales) cuando pasaban volvía a seguir mi vida” (U.S. PARTICIPANTE C: 854-861)

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 17. Matriz de análisis por categoría L.M

<b>CATEGORIA: Libertad</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza , que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico , el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga , tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE C:122-140)</p> <p>“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno</p>	<p>La libertad consiste en la capacidad que tiene el hombre de tomar una postura reflexiva y trascendencia durante cada una de las experiencias que hacen parte de la vida.</p> <p>Por tanto, asumir una postura viene acompañado, de hacer elecciones, que direccionaran a una persona hacia uno u otro camino.</p> <p>Noblejas, nos plantea la libertad frente a tres aspectos de la vida: los instintos, la herencia y el medio ambiente, estos tres factores Frankl, los referencio como condicionantes en la existencia del ser humano, mas sin embargo, no determinantes, a través de la elección del hombre, pues siempre existe la posibilidad del “ser libre” a pesar de cualquier condicionamiento biológico,</p>	<p>Aunque la libertad es una de las capacidades inherentes al hombre, de acuerdo a lo propuesto por Frankl, a propósito de su situación en los campos de concentración, puede que no todas las personas, eligen ser libres conscientemente, pues considero que depende del tipo de elecciones que hagan, si se “sientan o no libres”.</p> <p>No obstante, y para el caso de L.M, ella bajo su condición de enferma de cáncer, toma decisiones a favor de un mejor pronóstico para su tratamiento y restablecimiento tanto físico como emocional.</p> <p>Es decir que ella es libre aun ante el cáncer, libre para elegirse como mujer, madre, amiga, esposa y trabajadora, que sigue ejerciendo sus roles durante y después de la enfermedad, sin dejarse limitar por los posibles efectos</p>

<p>respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga”(U.S. PARTICIPANTE C:256-265)</p> <p>“Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida, amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos, tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer más cosas” (U.S. PARTICIPANTE C:267-272)</p> <p>“A ya, siempre tengo ese temor de que cualquier dolor malestar que siento digo hay Dios mío será que volvió, siempre hay un temor, un pensamiento, pero trato de que no, eso no es nada, eso o sea yo como que me pregunto y me contesto, no eso no es nada, trato de que no intervenga pero obviamente uno dice, hay le duele determinado lugar del cuerpo, el estomago o algo, hay Dios mío que será, será algo grave, no sé qué, tiene uno temores, no sé si se quiten algún día, por ahora no se me han quitado, trato si de no darles tanta importancia” (U.S PARTICIPANTE C : 315-323)</p> <p>“ Libre si me siento por ejemplo de en la actualidad de no estar trabajando y dependiendo en los hoteles como me tocaba pues depender, de un horario, de un protocolo, de un uniforme, todo lo que conlleva ser uno empleado, en este momento tengo la libertad</p>	<p>psicológico y social.</p> <p>Por tal razón, y en el caso de la participante C, aun en medio del “condicionante: cáncer”, ella tiene la posibilidad de elegirse como una mujer libre y valiente ante el mismo, con la capacidad de asumir nuevas acciones aun en medio las dificultades esperadas de la enfermedad.</p> <p>“El destino nos hace humanos porque nos fuerza a escoger entre las potencialidades disponibles y, por lo tanto, a hacer uso de nuestra libertad” (Lukas,2006,p. 26)</p>	<p>colaterales del cáncer y su tratamiento.</p> <p>Cabe resaltar que para la participante C, parte importante de sus elecciones y su posicionamiento frente a su enfermedad, está en el valor que atribuye a una vida en conjunto, donde su familia, contribuye de forma directa e indirecta, a una mejor versión de ella, para hacer resistencia ante el cáncer y por ende elegir libremente.</p> <p>Finalmente, la libertad que asume para tomar decisiones a favor de cambios positivos para el afrontamiento del cáncer, la direccionan hacia el autodistanciamiento, como otra de las capacidades inherentes al espíritu.</p>
---	--	--

de que tengo mi tiempo, trabajo con mi esposo independiente entonces un día me dedico solo a computador a trabajar, otro fin de semana nos vamos para allá solo a vender, entonces como que manejamos o yo manejo más mi tiempo, porque él es el que está produciendo” (U.S. PARTICIPANTE C:415-423)

“Claro tu siempre tienes que estar súper atado porque tú no puedes faltar a una quimio, yo no podía viajar, a mí se me presentaron dos viajes y yo no los pude hacer porque si me voy pierdo mi tratamiento y que es prioridad, prioridad es su tratamiento porque es su vida entonces si es súper atadura, de hecho todavía yo digo, Dios mío me tengo que ir, pero me tengo que tomar las pastillas, la vez pasada que me fui un mes entonces tenía que pensar en llevarme la otra provisión, se me acabaron allá y allá tuve que comprarlas, gracias a Dios lleve la historia porque el doctor Bello me dijo, llévala por si cualquier cosa, porque como tienes prótesis, nosotros los colombianos en las revisiones, que lleva , que no lleva y me sirvió mucho, porque allá se me acabaron y me toco allá en oncología comprarlas, entonces uno tiene bastantes ataduras, al proceso de que tienes que ir a control cada mes , esos son ataduras, que tienes que depender de esa medicina, entonces si me voy a ir tres meses tengo que primero consultar con el médico” (U.S. PARTICIPANTE C:431-446)

“Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera, entonces me siento como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre

pensar que va a salir bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la convicción de algo, esa energía que tú emanas es positiva, como cuando tú dices, hay me voy a enfermar, te enfermas, si porque es como la energía que el universo le trae a uno” (U.S. PARTICIPANTE C:726-734)

“Pues, cuando voy a estas fundaciones casi siempre, también he ido a ámese, estas fundaciones casi siempre hacen como un círculo, y este círculo no me gusta ir mucho porque está la señora que se pone a coser y coser y pintar o trabajos manuales y como que todas hablan del mismo tema todo el tiempo, entonces no me parece como, bueno no sé, la idea es algo diferente, si olvidarse de ese tema, pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía, yo fui más sin embargo el médico que me hizo la ecografía fallo porque él dijo eso es normal esos nódulos son normales y eso hizo que me venga en un año y eso hizo que creciera más, avanzara más y que mi tratamiento fuera más agresivo, falló el concepto del médico, el debió decir hay algo, mejor una biopsia, hacer otro proceso que es más riguroso, desafortunadamente me toco ese médico que era como cumplió su horario de trabajo fue y firmo su planilla para que le pagaran, y no estaba ahí trabajando porque si él en ese momento me manda a una biopsia solamente mandar una orden porque cuando la doctora me dijo cuanto hace que le hicieron, yo iba

<p>juiciosa a mis controles, y me decían que era normal, entonces ella dijo pero como no la han mandado antes a una biopsia, yo dije pues ya que, no me iba a desgastar peleando con ese ser, lamentablemente sigue dando exámenes a otras personas, sin el criterio, esa es una falla, porque si debí de presionar, de cuestionarme, por su culpa que no me mando a hacerme un examen pude morir y no me parece siendo ya como un señor mayor, no me acuerdo el nombre, de hecho no se trata de perjudicarlo, pero si debe haber un criterio medico más responsable, entonces también uno debe insistir, yo debí pedir otra segunda opinión, me dormí, me confié porque dije a esta bien en un año voy y luego al otro año voy si así como 3 años todo eso hizo que mi tratamiento fuese más agresivo y estar a punto de morir, siempre hay que pedir una segunda opinión, conocerse uno mismo insistir, si hay que luchar contra el sistema, pues luchar” (U.S. PARTICIPANTE C:811-844)</p>		
---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)



Tabla 18. Matriz de análisis por categoría L.M

<b>CATEGORIA: Responsabilidad</b>		
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
<p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” (U.S. PARTICIPANTE C: 111-120)</p> <p>“ Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza , que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no</p>	<p>La libertad humana, como un ejercicio continuo de tomar decisiones ante la vida, implica a su vez responsabilidad, en la medida en que siempre habrá de elegir, y asumir las consecuencias tanto positivas como negativas de sus elecciones.</p> <p>La responsabilidad, hace parte de las manifestaciones del espíritu, por ende, trabaja en conjunto con la libertad pues “el hombre es libre para ser responsable; dicho de otra forma, puede ser responsable porque es libre, libertad y responsabilidad son inseparables” (Noblejas, 1994, p.82).</p> <p>Además, según Luna (2011), el ser responsable ante las decisiones y los actos, implica un constante ejercicio reflexivo en torno al ser y el deber ser, extendiéndose así el poder de elección hacia sí mismo, como hacia quienes</p>	<p>Partiendo de la premisa de que ser libre es ser responsable y viceversa, frente a la participante C, podemos decir que asume una postura responsable ante su vida, pues cada elección que realizo durante la enfermedad, le permitió avanzar a favor de su recuperación y el restablecimiento de las condiciones físicas, emocionales y familiares óptimas.</p> <p>De cierta forma, su ejercicio responsable le permitió responder a aquellas preguntas que la vida le hizo, entorno su capacidad para luchar y continuar o rendirse y limitarse a una posición pasiva ante el destino.</p> <p>Sin embargo, en una de las intervenciones, en que ella hacía referencia, al “no sentirse libre” de la</p>

puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico , el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga , tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE C:122-140)

“Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, ósea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. PARTICIPANTE C:245-253)

“Bueno ,uno crea o no , crea libertades según tu vida yo por ejemplo todavía no me siento totalmente libre y decir no tengo ninguna atadura no , porque si tiene las ataduras a su hogar, a los hijos, a lo económico, porque tú quisiera por ejemplo viajar todo el tiempo pero económicamente no puedes cosas así” (U.S. PARTICIPANTE C:405-409)

“Claro tu siempre tienes que estar súper atado porque tú no puedes faltar a una quimio, yo no podía viajar, a mí se me presentaron dos viajes y yo no los pude hacer porque si me voy pierdo mi tratamiento y que es prioridad, prioridad es tu tratamiento porque

rodean al ser humano.

rigurosidad con que debe seguir su tratamiento de control posterior a la enfermedad, considero le hace falta comprender en mayor profundidad, la riqueza de su postura responsable que asume ante tal hecho; pues en la medida que valora su existencia, toma una decisión, que a pesar de no ser del todo de su agrado, le permite ser responsable por su vida y el cuidado de la misma.

Finalmente, considero que la toma decisiones en medio del afrontamiento de una enfermedad como el cáncer, donde están implícitos el dolor, el temor y la angustia, algunas veces no es un proceso fácil, sin embargo, L.M es una mujer que elige y lo hace responsablemente, dirigiéndose de esta forma a favorables decisiones y el despliegue de la capacidad de autotranscendencia.

es su vida entonces si es súper atadura, de hecho todavía yo digo, Dios mío me tengo que ir, pero me tengo que tomar las pastillas, la vez pasada que me fui un mes entonces tenía que pensar en llevarme la otra provisión, se me acabaron allá y allá tuve que comprarlas, gracias a Dios lleve la historia porque el doctor Bello me dijo, llévala por si cualquier cosa, porque como tienes prótesis, nosotros los colombianos en las revisiones, que lleva , que no lleva y me sirvió mucho, porque allá se me acabaron y me toco allá en oncología comprarlas, entonces uno tiene bastantes ataduras, al proceso de que tienes que ir a control cada mes , esos son ataduras, que tienes que depender de esa medicina, entonces si me voy a ir tres meses tengo que primero consultar con el médico” (U.S. PARTICIPANTE C:431-446)

“No es como que tu estas bien totalmente y claro que lo puedes hacer pero todo tiene que ser con que el médico te lo diga, que tienes que llevar etc., Uno piensa no hay problema, pero si el día que no te tomes la medicina pues puedes recaer entonces uno tiene que siempre ser juicioso” (U.S. PARTICIPANTE C:448-452)

“ en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta, nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenárenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno

esta como se dice en el relajo, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos echó de menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago” (U.S. PARTICIPANTE C:702-722)

“Pues, cuando voy a estas fundaciones casi siempre, también he ido a ámese, estas fundaciones casi siempre hacen como un círculo, y este círculo no me gusta ir mucho porque está la señora que se pone a coser y coser y pintar o trabajos manuales y como que todas hablan del mismo tema todo el tiempo, entonces no me parece como, bueno no sé, la idea es algo diferente, si olvidarse de ese tema, pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía, yo fui más sin embargo el médico que me hizo la ecografía fallo porque él dijo eso es normal esos nódulos son normales y eso hizo que me venga en un año y eso hizo que creciera más, avanzara más y que mi tratamiento fuera más agresivo, falló el concepto del médico, el debió decir hay algo, mejor una biopsia, hacer otro proceso que es más riguroso, desafortunadamente me toco ese médico que era

<p>como cumplió su horario de trabajo fue y firmo su planilla para que le pagaran, y no estaba ahí trabajando porque si él en ese momento me manda a una biopsia solamente mandar una orden porque cuando la doctora me dijo cuanto hace que le hicieron , yo iba juiciosa a mis controles, y me decían que era normal, entonces ella dijo pero como no la han mandado antes a una biopsia, yo dije pues ya que, no me iba a desgastar peleando con ese ser, lamentablemente sigue dando exámenes a otras personas, sin el criterio, esa es una falla, porque si debí de presionar, de cuestionarme, por su culpa que no me mando a hacerme un examen pude morir y no me parece siendo ya como un señor mayor, no me acuerdo el nombre, de hecho no se trata de perjudicarlo, pero si debe haber un criterio medico más responsable, entonces también uno debe insistir, yo debí pedir otra segunda opinión, me dormí, me confié porque dije a esta bien en un año voy y luego al otro año voy si así como 3 años todo eso hizo que mi tratamiento fuese más agresivo y estar a punto de morir, siempre hay que pedir una segunda opinión, conocerse uno mismo insistir, si hay que luchar contra el sistema, pues luchar” (U.S. PARTICIPANTE C:811-844)</p> <p>“Si claro, uno debe ser como mas no se...yo dije no solo fue culpa del médico, también fue culpa mía porque si yo digo voy a pedir una segunda opinión de otro médico, de pronto de otro como la doctora que me toco después, que me formulo la biopsia que en mi caso fue lo único que determino que había cáncer” (U.S. PARTICIPANTE C:847-851)</p>		
---	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

Tabla 19. Matriz de análisis por categoría L.M

<b>CATEGORIA: Recursos Noológicos</b>			
<b>SUBCATEGORIA: Autodistanciamiento</b>			
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Transformación en lenguaje psicológico</b>	<b>Reducción Fenomenológica (Reacciones o prejuicios de los investigadores)</b>
Autocomprensión	<p>“Pues emociones positivas y emociones negativas, porque bueno digamos el comenzar es difícil, un proceso de una cirugía que te quiten un seno, que estés como deforme es muy difícil, luego en el proceso ya que vas tú mejorando, que ya te vas sintiendo mejor y estéticamente mejor, eso también influye en que emocionalmente se sienta uno mejor, como tú te veas en un espejo, pues te vas a sentir mejor (...) La creación de Dios es perfecta, nunca va a ser igual, pero se hace como se dice lo máximo posible, que es lo que hacen los cirujanos y lo que uno aporta como ser humano. Y pues de las emociones, las negativas, pues todo esto la angustia, el miedo, el sentirse motilado por decirlo así, no sé si sea la palabra adecuada (...) El sentirse en que si se te empieza a caer el cabello, eso es lo de menos porque te pones una gorra, una peluca, pero igual la sensación de sentirlo es fuerte, ¿por qué? por vanidad del ser humano y más nosotras las mujeres, entonces es fuerte, esa parte es fuerte, el proceso de sentir que esa medicina que te aplican, como es la quimioterapia, tú sientes que entra a tu cuerpo a hacerte un bien, pero es que las consecuencias son fuertes, como que se te debilitan las uñas, que se te cae el pelo,</p>	<p>A diario el ser humano se encuentra inmerso en diversas situaciones, que de forma directa e indirecta lo invitan a elegir y actuar de una determinada forma, haciendo uso de un ejercicio comprensivo alrededor de todos los factores relevantes para la toma de decisiones.</p> <p>Ahora bien, este proceso de “evaluación” y comprensión frente a la existencia y lo que el mundo presenta a la misma, movilizan al hombre hacia lo que</p>	<p>La participante C, es una mujer que en las diferentes esferas en las que se desenvuelve en su cotidianidad, busca desarrollar sus funciones de la mejor forma posible.</p> <p>Por ende, durante la realización de cada una de las actividades que hacen parte de sus roles como: madre, esposa, trabajadora y amiga principalmente, efectúa un ejercicio reflexivo consciente de sus capacidades, fortalezas, debilidades y cosas por mejorar.</p> <p>A este proceso lo podemos llamar autocomprensión, que en el caso de L.M, ha estado presente antes durante y después del cáncer de seno.</p>

	<p>que de una u otra forma tus facciones se tornan como nerviosas, porque todo es una alteración metabólica total y el sentir que esta medicina lo que hace en ese momento, tú crees que es como un veneno, que te haces daño, si porque estas vomitando, porque estas no puedes comer, porque todo te sabe feo, te duele la cabeza, los ojos, los oídos, los huesos, es algo que es muy difícil descifrarlo, porque como tú dices el que vive en si eso es el que de pronto podría entenderte, entonces el ya tratar de que eso pase y recuperarse uno, ya como que le devuelve a uno la emoción de tranquilidad, la emoción de a través de que su proceso va mejorar, que va mejorando, que va finalizando su protocolo y que todo va bien, ya se siente uno pues más relajado, más feliz, más tranquilo, le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado, por ponerme con personas claves en ese proceso, como son: los médicos, las enfermeras, las psicólogas, que se yo todo un equipo que uno busca, que tienes que buscarlo y sacar de eso el mayor provecho, entonces es ese proceso” (U.S. PARTICIPANTE C:11-47)</p> <p>“Bueno, cuando a mi me diagnosticaron nunca sentí ningún dolor, nunca tuve ninguna manifestación de incomodidad, de nada, o sea fue como que sientes una masita y que esa masita entonces el médico determina que hay que sacar un examen y otro y otro y ya cuando hicieron una biopsia, determinaron que había un cáncer, entonces hasta ahí nunca sentí dolor ni nada. ¿Cuándo sentí dolor? Sentí el malestar causa de la quimio” (U.S. PARTICIPANTE C:67-72)</p> <p>“Durante el tratamiento, el dolor cuando la reconstrucción, a mi me hicieron, tu sabes, que hay varias clases de reconstrucción, la mía era introducir un expansor en la misma cirugía de la</p>	<p>Frankl denomino, la capacidad de autocomprension, inscrita en el marco de la libertad del hombre.</p> <p>La autocomprensión podemos interpretarla como aquella capacidad inherente al hombre, para “verse” y reflexionar en torno a las diferentes experiencias a las que se enfrenta a lo largo de su existencia.</p> <p>Este concepto de verse, traducido al propuesto por Frankl, como el “darse cuenta”, de todos aquellos aspectos internos y externos, que afectan el ser espiritual del hombre, a partir de lo que vive.</p> <p>Es decir que, el ejercicio de la autocomprension, permite al ser humano, realizar un proceso</p>	<p>No obstante, a partir de su relato, se evidencia, como ella a propósito del diagnostico y tratamiento de su enfermedad, logra desplegar a mayor profundidad, la autocomprension, como un recurso que le permite, verse en situación, no solo a través del dolor o el sufrimiento, sino desde las decisiones a tomar para favorecer su recuperación y restablecimiento integral.</p> <p>Verse frente a un diagnostico de cáncer seno, en un estadio avanzado, donde el pronóstico medico, no era del todo favorable, la coloco en una posición existencial, que demandaba de sí misma, un amplio ejercicio reflexivo para “responderle” a la vida y asumir su realidad, teniendo como precedente una actitud que le permitiera luchar y avanzar incluso ante sus condicionantes físicos.</p> <p>Considero que cuando ella relata toda su historia en relación al cáncer, lo hace con “aires” de</p>
--	--	--	---

	<p>mastectomía, en ese mismo proceso me pusieron un expansor, y luego hay que inyectarlo para que la piel vaya cediendo y luego lo cambian por una prótesis, entonces este proceso fue bastante doloroso para mí, fue horroroso, ósea al comienzo no, pero ya las ultimas yo decía no no no eso es mucho dolor, sentí dolor fuerte, igual te dan medicina y todo y eso aplaca un poquito, pero si fue fuerte” (U.S. PARTICIPANTE C:74-81)</p> <p>“Pues, bueno hay un dicho que dice el que quiere marrones aguanta tirones, yo decía hay Dios mío esto es muy duro, y fueron así los únicos, porque pues las demás cirugías son lo normal que no son tampoco tan... sino puntos, pues de cuidarse de incomodidad si, la primera fue una cirugía pues terrible por todo, ya después las otras que me han hecho” (U.S. PARTICIPANTE C:83-88)</p> <p>“Porque obviamente vas a quedar desnivelada, quedan entonces ... y tratan de acomodar las dos, me hicieron también ese proceso, entonces , ya sentía como que cada vez iba y me sentía mejor y eso hacía que también mi parte emocional también se sintiese mejor” (U.S. PARTICIPANTE C:99-102)</p> <p>“Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza , que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y</p>	<p>íntimamente introspectivo que lo moviliza a descubrir sus debilidades, fortalezas, potencialidades y riesgos, frente a la vida misma y todas aquellas partes que la constituyen, como lo son: las decisiones, la imagen propia, la concepción el mundo, la actitud frente a la existencia, entre otras.</p> <p>Cuando hablamos de la autocomprension como un recurso, que pertenece a la capacidad del autodistanciamiento, hacemos referencia, a ese potencial presente en el ser para distanciarse de sí mismo, y direccionar su “mirada” hacia una comprensión propia y personal, crítica, congruente y profunda de la existencia.</p> <p>Según Frankl (1997) “A</p>	<p>victoria y agradecimiento, pues aunque fue un proceso duro, largo y confrontador, este le permitió sacar la mejor versión de sí misma, retándola a tomar decisiones y actuar de una manera que creía no podía hacerlo.</p> <p>Es decir que su amplio y profundo ejercicio autocomprensivo, le permitió ir más allá de un diagnostico medico y ser, de forma autentica y trascendente.</p> <p>L.M, después de su recuperación del tratamiento por el cáncer de seno, logra una comprensión más amorosa de sí misma, darse cuenta de su libertad y responsabilidad durante todo el proceso de afrontamiento y movilizar conexiones entre las diferentes esferas sociales de su vida a su favor.</p>
--	---	--	--



	<p>muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico , el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga , tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE C:122-140)</p> <p>“pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando” (U.S. PARTICIPANTE C:189-192)</p> <p>“bueno el hecho es que ellos manejan una medicina que dice que uno se crea estas enfermedades, las emociones crean los canceres etc., de pronto puede ser, uno en la vida, yo he tenido tristezas grandes, perdidas muy grandes, entonces tal vez todo eso empieza a pensar que pudo pasar y uno dice tiene que afianzar, él dice tiene que afianzar su espiritualidad, también de hecho la fe con que tú te tomes, él le da góticas a uno, es una terapia floral, esa gótica te da amor, alegría, perdón, no sé que dicen las góticas y uno se las toma convencido de ello, pues eso es más la mente pienso yo, que en si el agüita que te estás tomando y entonces es como que uno de ahí aprende a</p>	<p>través de su libertad, el ser humano es, no sólo capaz de distanciarse del mundo, es capaz de distanciarse de sí mismo.</p> <p>En otras palabras, puede adoptar una actitud respecto de sí mismo; como persona espiritual, puede escoger determinada actitud ante el propio carácter psicológico” (p.8)</p>	
--	---	--	--

	<p>acercarse un poquito más a Dios, antes yo no pensaba nada de eso, porque uno está en otro cuento” (U.S. PARTICIPANTE C: 207-217)</p> <p>“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” (U.S PARTICIPANTE C: 237-242)</p> <p>“A ya, siempre tengo ese temor de que cualquier dolor malestar que siento digo hay Dios mío será que volvió, siempre hay un temor, un pensamiento, pero trato de que no, eso no es nada , eso o sea yo como que me pregunto y me contesto, no eso no es nada, trato de que no intervenga pero obviamente uno dice, hay le duele determinado lugar del cuerpo, el estomago o algo, hay Dios mío que será, será algo grave, no sé qué, tiene uno temores, no sé si se quiten algún día, por ahora no se me han quitado, trato si de no darles tanta importancia, pero igual uno tiene que estar prevenido, tiene que estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S PARTICIPANTE C : 315-326)</p> <p>“ Si claro, es muy importante el que uno se sienta que lo aman, que lo quieren, que se preocupan, es importante, aunque hay momentos donde tú quieres estar solo, por ejemplo en la quimio, decía déjenme sola porque cuando me traían la señora,</p>		
--	---	--	--

	<p>entonces ella comenzaba que el caldito que no sé qué y uno hasta el olor le afecta, entonces era como peor, y uno está muy sensible” (U.S PARTICIPANTE C : 364-368)</p> <p>“Bueno ,uno crea o no , crea libertades según tu vida yo por ejemplo todavía no me siento totalmente libre y decir no tengo ninguna atadura no , porque si tiene las ataduras a su hogar, a los hijos, a lo económico, porque tú quisiera por ejemplo viajar todo el tiempo pero económicamente no puedes cosas así, uno siempre tiene. Ahora los temores uno siempre, temor hay de, va a volver con algún dolor que le da, se me rompieron estos vasitos antier hay eso será grave, que susto, cosas así entonces siempre pienso que uno no tiene total libertad, no sé en qué momento la tenga” (U.S PARTICIPANTE C : 405-413)</p> <p>“Si claro, por decir algo ayer embetune mis muebles, siempre trato de hacer una actividad de organizar, casi no me gusta que venga la empleada me gusta hacerlo yo, porque en si yo lo hago como a mí me gusta, porque me gusta la privacidad, me gusta cambiar las cosas de sitio” (U.S PARTICIPANTE C : 584-587)</p> <p>“Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos siempre hay gente que lo quiere o que no lo quieren, es como lo normal del ser humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila” (U.S PARTICIPANTE C : 600-606)</p> <p>“No creo que esté preparada” (U.S PARTICIPANTE C : 608)</p> <p>“Si se que algún día lo estaré, en este momento no me quisiera</p>		
--	---	--	--

	<p>morir, entonces no pienso que esté preparada, si bueno si Dios dijo un día Luz Mercedes nos montamos al tren me imagino que en el momento tendrá que ser, pero que yo me prepare para morir no, me preparo para vivir” (U.S PARTICIPANTE C : 610-613)</p> <p>“Pues el estar actualmente bien de salud, pienso que mi emocionalidad no sé si sea la palabra correcta es equilibrada, fortalezas pues como el ser receptivo y aprender todos los días, todos los días uno aprende, las personas todos los días creces con las adversidades con lo bueno con lo malo siempre debes crecer tanto emocional como espiritual, tu estas creciendo y aprendiendo” (U.S PARTICIPANTE C : 640-644)</p> <p>“Pues yo siempre he sido una persona luchadora, le he inculcado eso a mis hijos y a mis hijas, siempre he tenido como la verraquera de meterme en proyectos grandes, pequeños, de salir adelante, de estar activa, de o sea son valores que uno tiene que inculcarse uno mismo, porque nadie te va a decir tu eres perfecta, también tengo muchos defectos y también he tenido muchas falencias pero lo que me fortalece pienso que es también la constancia de hacer algún proyecto, el transmitirle los consejos a mis hijos, animarlos” (U.S PARTICIPANTE C : 647-654)</p> <p>“Pues de hecho cuando uno medita hace mucha reflexión, con uno mismo y claro que me autocritico, digo hay yo no debí decirle a aquella persona, de pronto cometí una imprudencia o de pronto deje de hacerlo, de decir algo que tenía que decir claro uno lo hace, entonces uno siempre tiene que hacer como un balance, en las noches yo tengo un librito que leo que es para la noche y ahí, aplican como un salmo, y tú en ese salmo como</p>		
--	--	--	--

	<p>que lo aplicas hacia la vida y te después haces como el resumen del día y al mismo tiempo los salmos dan como consejos se puede tomar para la vida, entonces eso lo hago por las noches 5 minuticos” (U.S PARTICIPANTE C : 676-685)</p> <p>“Bueno uno de pronto se vuelve un poquito más seguro, porque uno crea seguridad de pronto uno le da pena x o y cosas, ya no tanto, por bobadas realmente son bobadas que uno crea igual a uno ya le resbala, no hay que ser como tan cuadriculado en muchas cosas” (U.S PARTICIPANTE C : 690-693)</p> <p>“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este como se dice así en la inmunda, no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta, nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenárenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el relajo, estaban era en el piso yo me quede</p>		
--	--	--	--

	<p>aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos echó de menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico, pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago” (U.S PARTICIPANTE C : 696-722)</p> <p>“A mí me generaba obviamente tristeza, de ver que ellos hayan tenido que ver esa vivencia, me sentí también como pues el empuje de demostrarles que eso también me ayudaba en parte a mí porque yo me mostraba más valiente, más tranquila, no me duele nada, estoy perfecta, que ellos me vieran bien, para que se sintieran bien, para que obviamente si me ven así triste, llorando ellos van a estar mal entonces no siempre saque como esa fuerza para estar mejor” (U.S PARTICIPANTE C : 761-767)</p> <p>“Pues, cuando voy a estas fundaciones casi siempre, también he ido a ámese, estas fundaciones casi siempre hacen como un circulo, y este círculo no me gusta ir mucho porque está la señora que se pone a coser y coser y pintar o trabajos manuales y como que todas hablan del mismo tema todo el tiempo, entonces no me parece como, bueno no sé, la idea es algo diferente, si olvidarse de ese tema” (U.S PARTICIPANTE C : 811-816)</p> <p>“ yo dije no solo fue culpa del médico, también fue culpa mía porque si yo digo voy a pedir una segunda opinión de otro</p>		
--	--	--	--

	<p>médico, de pronto de otro como la doctora que me toco después, que me formulo la biopsia que en mi caso fue lo único que determino que había cáncer” (U.S PARTICIPANTE C : 848-851)</p> <p>“Como todo ser humano cada día aprendo de las personas y de las situaciones buenas o malas que nos hacen crecer cada vez más, aprecio cada momento de vida y esto se refleja en mi y es lo que proyecto hacia los demás “ (U.S. PARTICIPANTE C : 864-867)</p>		
Autorregulación	<p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” (U.S. PARTICIPANTE C: 111-120)</p> <p>“Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza , que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía</p>	<p>La autorregulación, podemos comprenderla, como aquella capacidad que tiene el hombre para regular de forma consciente y voluntaria procesos físicos, cognitivos y emotivos, que requieren ser controlados, para favorecer su bienestar.</p> <p>Ahora bien, cuando se hace referencia a la autorregulación como una capacidad potencial en el hombre, debemos remitirnos a la relevancia que atribuyo Frankl a la “riqueza” de su</p>	<p>L.M, durante todo el proceso que vivió a partir del diagnostico de cáncer, logro desarrollar paulatinamente, practicas y hábitos que favorecieron el cuidado de su salud y por ende la mejora de su calidad de vida.</p> <p>Acciones concretas como: cambiar de espacios, hacer ejercicio, cambiar de actividad laborar, practicar yoga y hacer meditación, han sido elementos que le permitieron desplegar la capacidad de autorregulación, pues como ella misma lo cita, fue a través de dichas actividades que logro tomar distancia del dolor físico y emocional que representaba no solo el tratamiento contra el cáncer</p>

	<p>estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico, el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando, trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga, tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE C:122-140)</p> <p>“gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más, de hecho fui donde Santiago rojas, no sé si lo has oído” (U.S. PARTICIPANTE C:201-204)</p> <p>“siempre hay un temor, un pensamiento, pero trato de que no, eso no es nada, eso o sea yo como que me pregunto y me contesto, no eso no es nada, trato de que no intervenga pero obviamente uno dice, hay le duele determinado lugar del cuerpo, el estomago o algo, hay Dios mío que será, será algo grave, no sé qué, tiene uno temores, no sé si se quiten algún día, por ahora no se me han quitado, trato si de no darles tanta importancia, pero igual uno tiene que estar prevenido, tiene que</p>	<p>despliegue, pues en a medida que el ser humano logre autorregularse, abra colocado distancia respecto a su organismo psicofísico “controlando” todos aquellos instintos, sensaciones y emociones que no favorecen su crecimiento personal y domino propio.</p> <p>Además, Gerónimo Acevedo, nos plantea la capacidad que tiene el hombre de distanciarse de lo psicofísico, (susceptible de enfermar), a través de la autorregulación, como recurso que permite la toma de postura ante “el dolor”.</p> <p>Pues, el hombre que enferma, no es el órgano enfermo, más bien es un ser con la capacidad de existir mas allá de su</p>	<p>sino también las cirugías a las que se sometió, para recuperar su seno.</p> <p>Es decir que ella, durante su lucha contra el cáncer, tuvo claro que cambios debía realizar en su estructura de vida para sobrepasar las implicaciones físicas e internas del tratamiento, dando lugar a la resistencia de su espíritu frente a una parte de su cuerpo enferma, y posibilitando la construcción de resultados satisfactorios.</p> <p>Podría decir que a través de los cambios efectuados por L.M durante su proceso de tratamiento y recuperación del cáncer, logra “hacerse dueña de sí misma” conquistando su organismo psicofísico y orientándose hacia el despliegue de su ser netamente espiritual.</p> <p>Además, frente a esta capacidad me es importante mencionar, como su postura radical y dispuesta a asumir riesgos, para mejorar su bienestar y estabilidad en los</p>
--	---	---	--



	<p>estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S. PARTICIPANTE C:317-326)</p> <p>“Si claro, es muy importante el que uno se sienta que lo aman, que lo quieren, que se preocupan, es importante, aunque hay momentos donde tú quieres estar solo, por ejemplo en la quimio, decía déjenme sola porque cuando me traían la señora, entonces ella comenzaba que el caldito que no sé qué y uno hasta el olor le afecta, entonces era como peor, y uno está muy sensible” (U.S. PARTICIPANTE C:364-368)</p> <p>“ Si toda, porque yo hago mucho ejercicio, fui a terapia y me aprendí la terapia, porque primero la EPS no te la vuelve a dar , y segundo la idea es que se la aprenda uno, que eso es lo que hago los martes especialmente en el gimnasio, que lo hago más por salud que por vanidad, entonces las cosas como tu las aprovechas como tú las enfoques, entonces me ha servido muchísimo, porque tengo mis ganglios perfectos” (U.S. PARTICIPANTE C:516-521)</p> <p>“no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta, nos fuimos y</p>	<p>padecimiento.</p> <p>Es decir que, la autorregulación es precisamente, el ejercicio de asumir una postura “sana”, distanciada del posible dolor físico, emocional o incluso prácticas que impliquen una afectación para el ser.</p> <p>La capacidad de autorregulación, permite al ser humano, elegir que hacer frente a sus pensamientos, sentimientos e incluso estados internos, que impiden el óptimo despliegue de su existencia.</p> <p>A su vez, regular los procesos propios de su ser, permite al hombre movilizarse hacia la proactividad y la disciplina personal.</p>	<p>diferentes contextos de su vida cotidiana, me confronto, con la responsabilidad que cada quien tiene como ser humano de asumir su presente y tomar decisiones para mejorarlo.</p> <p>Quizás en algunas ocasiones, por escuchar los “ruidos” alrededor de la existencia, no decido hacer lo que corresponde, para no dar lugar a aquello en el que el cuerpo no debe decidir y he optado por una postura un poco más conformista.</p>
--	--	--	---

	<p>se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenárenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el relajó, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos echó de menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico, pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago” (U.S. PARTICIPANTE C:700-722)</p> <p>“A mí me generaba obviamente tristeza, de ver que ellos hayan tenido que ver esa vivencia, me sentí también como pues el empuje de demostrarles que eso también me ayudaba en parte a mí porque yo me mostraba más valiente, más tranquila, no me duele nada, estoy perfecta, que ellos me vieran bien, para que se sintieran bien, para que obviamente si me ven así triste, llorando ellos van a estar mal entonces no, siempre saque como esa</p>	<p>Finalmente Frankl (1999) la define como “ la capacidad de poner distancia a las situaciones exteriores, de ponernos firmes en relación a ellas; pero somos capaces no solamente de poner distancia con el mundo, sino también con nosotros mismos” (p.9)</p>	
--	---	---	--

	<p>fuerza para estar mejor” (U.S. PARTICIPANTE C:761-767)</p> <p>“Me aferre a Dios sobre todo y tuve mentalmente la convicción y seguridad que yo podía vencer, con las primeras quimios al día siguiente asistía al grupo de yoga, con mi peluca y mi traje blanco como todas las demás, las ultimas fueron más fuertes, cuando me recuperaba , me acicalaba y salía con alguna amiga, al centro comercial, de compras o almorzar, en fin, socialice y trate de seguir adelante, que lo que tenía que vivir era solo un sueño (quimios, cirugías, radioterapias, y hospitales) cuando pasaban volvía a seguir mi vida” (U.S. PARTICIPANTE C: 854-861)</p>		
Autoproyección	<p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca (...) Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza , que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes</p>	<p>Cuando Frankl, referenciaba el potencial del ser humano a lo largo de su existencia, atribuyo diferentes características, al espíritu de hombre, en el que consideraba, se encontraba la capacidad del autodistanciamiento, cuyo fin es la posibilidad de distanciarse de sí mismo, para verse de una forma diferente.</p> <p>Verse no solo en términos de lo que ya fue y lo que es, sino también como lo</p>	<p>Cuando L.M, desde el principio de su relato, describe como una de las primeras decisiones que toma es cambiar su rutina de trabajo y dedicarse de lleno a la realización de su tratamiento para curar el cáncer, permite comprender como desde el comienzo de la enfermedad, logra visualizar cambios pertinentes a favor de una imagen futura sana; específicamente cuando cita que “tienes que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo”, alude a esta capacidad de verse en presente y actuar para proyectarse a un mejor futuro al</p>

	<p>que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico, el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando, trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga, tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo”( U.S PARTICIPANTE C:111-140</p> <p>“ si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” ( U.S PARTICIPANTE C: 192-195)</p> <p>“Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no no, eso no, eso sí, mejor dicho se vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, ósea como</p>	<p>que se hará de sí mismo, a través de las elecciones personales.</p> <p>Es precisamente en la imagen de lo que el hombre puede ser a futuro, en la que se centra la autoproyección.</p> <p>La autoproyección, le permite al ser humano tomar distancia de quien se es, para movilizarse hacia un querer ser a futuro.</p> <p>Por ende, tener la visión de un hombre diferente que se puede llegar a ser, permite la implementación de cambios en presente, direccionados a una mejor versión de sí mismo a futuro.</p> <p>Cuando se despliega la capacidad de la autoproyección, el hombre es capaz de tener una</p>	<p>cual espera llegar.</p> <p>Esta visión mejorada que ella tiene de sí misma a futuro, es entonces la que le permite también, tener claridad en torno a sus metas a corto, mediano y largo plazo.</p> <p>Es decir que, su capacidad de autoproyección, durante el proceso de diagnóstico, tratamiento y culminación de la enfermedad, tomó un lugar importante en su existencia, en la medida que le permitieron captar sentido a favor de la “posibilidad” de vivir y vivir bien.</p> <p>Después de aquellas elecciones en medio del proceso de tratamiento, y ya catalogada como una sobreviviente, L.M logra reconocer como esa imagen que tuvo de un futuro posible, le permitió afrontar de una mejor forma el cáncer, además de movilizar en ella, la capacidad para disfrutar la vida a partir del presente sin dejar de lado un futuro que le es posible</p>
--	--	--	---

	<p>cumplir cosas enfatizadas” (U.S PARTICIPANTE C: 245-253)  “tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer más cosas” (U.S PARTICIPANTE C: 269-272)  “yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien” (U.S PARTICIPANTE C: 355-356)  “Planes siempre trato de realizar, por ejemplo mañana por la Mañana tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas que no conozco y una o dos amigas que conozco, vamos a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la venta de una casa y un Apartamento que necesitamos venderlo pronto, también quiero ir a cine, me gusta ir a cine vamos con mi esposo y la niña vamos los dos, me gusta ir a cine porque uno como que se transporta a otra realidades” (U.S PARTICIPANTE C: 571-581)  “ Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible de algo No se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante, tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea</p>	<p>visión propia con mayor amplitud y profundidad.  La visión de un hombre mejor a futuro desde el presente inmediato, lo posiciona a su vez entre la tensión del ser y el deber ser, tal confrontación, de carácter productivo, pues posibilita el direccionamiento del ser humano hacia la elección, acompañada de responsabilidad por lo que hará de su vida y la forma en que lograra una imagen integral mejorada a futuro.  Según Frankl (1994) “El hombre como debe ser anticipa, al hombre como es. De este modo ese anticiparse es la condición de toda posibilidad, de toda variabilidad: de toda autodeterminación, autoconfiguración y autoeducación” (p.10).</p>	<p>alcanzar.  No obstante, aunque el despliegue de la capacidad auto proyectiva está presente, queda en mi la sensación, de faltar un poco mas de profundidad en el despliegue de la misma, en relación a todos los roles de su vida cotidiana, pues la mayoría de referencias que hace en torno al futuro, apuntan a su existencia personal y familiar, dejando un poco de lado algunos otros roles en lo que podría verse a futuro como: sobreviviente, a propósito del amplio aprendizaje obtenido a razón de su enfermedad.</p>
--	---	---	---

	<p>de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto, otro sueño quiero ir a Buenos Aires, quiero ir porque no lo conozco con mi esposo y con mi hija. y eso serían los tres sueños” (U.S PARTICIPANTE C: 589-598)</p> <p>“Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el Bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos siempre hay gente que lo quiere o que no lo quieren, es como lo normal del ser humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila” (U.S PARTICIPANTE C: 600-606)</p> <p>“Si se que algún día lo estaré, en este momento no me quisiera morir, entonces no pienso que esté preparada, si bueno si Dios dijo un día Luz Mercedes nos montamos al tren me imagino que en el momento tendrá que ser, pero que yo me prepare para morir no, me preparo para vivir , pero si organice las exequias entonces compre un programa exequial, para que mi familia no esté en la angustia económica, siempre procuro tenerlo para la familia es como la formalidad que hay para ese momento” (U.S PARTICIPANTE C: 610-616)</p> <p>“Pues lo que te decía la idea es el negocio , la idea es el poder viajar” (U.S PARTICIPANTE C: 666)</p> <p>“Exacto quisiera pues tener esa y pues igual seguir con salud, verme ojala con unos kilitos menos, un poquito menos de hecho con este tratamiento, sube uno de peso, me subí 6 kilos y es muy difícil bajarlos” (U.S PARTICIPANTE C: 668-671)</p>		
--	--	--	--

<b>SUBCATEGORIA: Autotrascendencia</b>			
Diferenciación	<p>“ Le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado, por ponerme con personas claves en ese proceso, como son: los médicos, las enfermeras, las psicólogas, que se yo todo un equipo que uno busca, que tienes que buscarlo y sacar de eso el mayor provecho, entonces es ese proceso” (U.S. PARTICIPANTE C: 43-47)</p> <p>“ Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso, yo tengo 4 hijos, pero los 3 hijos pues ya una vive en Italia, la otra en Buenos Aires y mi hijo que está casado con su esposa, entonces mi niña siempre ha estado cerca, mi esposo que ha sido fundamental en este proceso, porque me ha ayudado mucho emocionalmente, dándome valor, dándome animo, apoyándome, como brindándome ese amor y ese cariño incondicional, que no importa que estés así, eso es lo de menos, lo importante es que estés viva, entonces eso es como un aire un...” (U.S. PARTICIPANTE C :50-62)</p> <p>“ te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño, tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico , el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal</p>	<p>La autotrascendencia, es descrita por Frankl, como aquella capacidad del espíritu humano que le permite, abandonarse así mismo, para acercarse al encuentro con otros seres humanos u otros elementos del mundo circundante.</p> <p>Es por tal razón que en el acercamiento sincero y cercano a otros, aparece la diferenciación como uno de los recursos que posibilita el estar con el otro, no solo mediante la dinámica de dar y recibir, sino también a través del reconocimiento de las emociones, pensamientos y sentimientos de ese otro con el que el hombre se encuentra.</p> <p>Es decir que, en el ejercicio de ver y</p>	<p>L.M durante el proceso de diagnóstico, tratamiento y recuperación del cáncer de seno, pudo identificar como un evento de tal magnitud para sí misma, afecto a quienes estaban a su alrededor, algunos de forma directa y otros de forma indirecta.</p> <p>En ella se ve reflejada la capacidad de reconocer como otro u otros vivieron junto a ella el proceso de “lucha” frente al cáncer, dentro de los que destaca con gran recordación: su esposo, hijos y profesionales de la salud.</p> <p>De cierta forma, reconocer y legitimar el dolor, que tanto ella como las personas que la amaban, vivían desde el diagnostico hasta la recuperación del cáncer, fue un recurso que le permitió encontrar motivación intrínseca, para superar el sufrimiento y avanzar a su meta y convicción personal de ser sobreviviente.</p>

	<p>como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga , tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE C: 132-140)</p> <p>“tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S. PARTICIPANTE C: 324-326)</p> <p>“En esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas ” (U.S. PARTICIPANTE C :338-342)</p> <p>“Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta quien está con uno y quien no está, de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó, y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo, como</p>	<p>dimensionar al otro, como importante pero diferente a sí mismo, logra desplegar la capacidad de diferenciación, que le permite la legitimización de un algo o un alguien, con quien se encuentra a lo largo de su existencia.</p> <p>Como lo menciona Frankl diferenciar, significa “estar junto al otro”</p> <p>En definitiva, el ser humano trasciende en la medida en que logra dirigir sus acciones no solo hacia sí mismo, sino hacia otros, es decir que su intencionalidad es movilizadora hacia algo o alguien.</p> <p>Dicha intencionalidad, desprovista de un egoísmo personal y por el contrario direccionada a la identificación del otro y su</p>	<p>Además, es importante mencionar que para el caso particular de L.M, ella legitima en ese proceso de acompañamiento la figura de Dios como ese otro que también la acompaña y “esta con ella”, del cual recibe fuerza, convicción y dirección, es decir que para ella represento tanto como su familia una fuente de motivación para esta lucha contra el cáncer.</p> <p>Por otro lado, en este valor fue imposible no encontrarme con las emociones y sentimientos que ella describe como “paciente” respecto a su familia y como los veía afectados, porque escuchar la perspectiva “del paciente” como aquel que sufre pero que reconoce el sufrimiento de quienes lo aman a causa de su dolor personal, me conmueve.</p> <p>Además, en mi caso personal, viví el cáncer como familiar, y escuchar como quien enferma no es ajeno a dolor de los que lo aman, me permite comprender la</p>
--	---	---	---



	<p>se dice prueba superada” (U.S. PARTICIPANTE C: 346-359)</p> <p>“Mi hijo también estuvo pendiente, pues significo un gran apoyo” (U.S. PARTICIPANTE C : 362)</p> <p>“ Los momentos de mi infancia, tenía un papa muy consentidor, entonces él los domingos me llevaba a pasear a Monserrate y yo era feliz, era feliz cuando me llevaban muñecas, esas muñecas que tenían harto pelo” (U.S. PARTICIPANTE C: 455-457)</p> <p>“otra experiencia fue que mis dos hijas se graduaron una de universidad y otra de bachillerato entonces es una satisfacción que uno siente, una alegría grandísima, son emociones y felicidad que le llega a uno, es el esfuerzo muy grande de muchas personas” (U.S. PARTICIPANTE C: 544-548)</p> <p>“El que mi niña este aprendiendo a hablar inglés me ha hecho feliz este último mes, que está tomando un curso intensivo en una escuela muy buena, moderna, como fuera del contexto, me ha hecho feliz” (U.S. PARTICIPANTE C: 550-552)</p> <p>“El compartir con mi esposo el almuerzo de fin de semana, que lo tratamos de hacer más especial salimos a Sopo, nos comemos un postrecito, tratamos de que sea diferente a la cotidianidad de todos los días” (U.S. PARTICIPANTE C: 554-556)</p> <p>“El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante, y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien, el otro importante fue la consulta con mi doctora que me dijo que todo estaba bien, el compartir el almuerzo con mi niña, son momentos importantes” (U.S. PARTICIPANTE C: 566-569)</p> <p>“ Yo creo que la familia cercana se afecta, tanto emocional como el convivir económicamente se afecta, claro, por ejemplo, ya yo no podía producir lo que antes producía, se afectó mi niña</p>	<p>relevancia como figura importante en la existencia de la persona.</p>	<p>importancia y trascendencia de este recurso dentro del afrontamiento de una enfermedad, en este caso el cáncer.</p> <p>Finalmente cabe anotar como, a través del reconocimiento del dolor a causa de su enfermedad, logra conectarse con el género femenino desde dos perspectivas: primero con otras mujeres que se encuentran en la misma situación y también sufren, y segundo con la responsabilidad de promover en otras mujeres el autoexamen, como medida preventiva. Estas posturas reflejan, esa capacidad de “ colocarse en los zapatos de otras” con las cuales logra identificarse</p>
--	--	--	---

porque era a quien yo le mandaba a Buenos Aires dinero para ayudarla, ella tuvo que trabajar, ella si le ha gustado trabajar afortunadamente siempre ha hecho algo como alerno para poderse ayudar, entonces, eso le ayudo mucho, pero ya yo no le podía ayudar con la misma capacidad de antes, entonces se afectó muchísimo, se afectó emocionalmente ellos, tienen que haberse afectado porque de hecho el que su mama este con una enfermedad tan grave como es el cáncer, a mi niña María Paula yo pienso que le afecto mucho a pesar de que siempre era la más fuerte de todas, tanto así que en una curación que vino a visitarme la niña de Buenos Aires, por casualidad esa vez me toco cirugía entonces como en mi proceso no me podía mojar un seno y el otro si, entonces para ducharse uno pues es incómodo, por lo general uno la niña lo ayuda que a ponerse la toalla, que al vendaje, cosas así, la de Buenos Aires, se mareo, y salió y se acostó en la cama porque no podía de la angustia, María Paula pues como esta tan acostumbrada ella es de una, como si nada, entonces la misma porque le ha tocado como vivir conmigo todo el proceso, entonces la fortaleció, y bueno de hecho a veces el psicólogo del colegio me decía que la veía llorando, obviamente eso tiene que estarla afectando en algún momento y claro porque ella es una niña, y como todas sus hermanas y sus sobrinas se fueron, ella estaba más solita afrontar” (U.S. PARTICIPANTE C: 737-759)

“Mmm hace poco se sentó al lado mío, una señora ella empezó a contarme su proceso, me inspiro una ternura impresionante, me inspiro, como quería como abrazarla, si me entiendes, era una desconocida ósea la acababa de conocer, pero ella se puso a contarme y yo me puse a escucharla, todo lo que ella estaba

	<p>viviendo, sintiendo, fue como un desahogo que ella tuvo en ese momentico, mientras nos daban un papel algo así, entonces si me inspiro como muchas ternura, como tristeza, como bueno al mismo tiempo, pues le di consejo le di valor, trate de proyectar alegría, no de decir a pobrecita, no pero si me hizo sentir como un poquito de nostalgia” (U.S. PARTICIPANTE C: 769-777)</p> <p>“ Hay no sé pero digo yo que ojala a mí me pase todo lo malo, y que a ellos no les pase nada, si tiene que pasar algo malo, pienso que no les pase nada malo ni que ellos estén en mi posición, por el contrario, oro y siempre estoy pensando en que nunca les sucede de hecho porque uno dice hay que los genes, que de pronto le puede dar a una hija o a una nieta, o todo eso entonces digo oro a Dios y le pido que se quede ahí en mi, si lo tuve que vivir y soportar lo hago yo, pero no ellos y menos a mis seres queridos y que nunca ojala estén, que se cierre ahí el ciclo” (U.S PARTICIPANTE C: 800-807)</p> <p>“pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía” ( U.S. PARTICIPANTE C: 816-821)</p>		
Afectación	<p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el</p>	<p>La afectación podemos comprenderla como la percepción afectiva presente en el ser humano frente a la existencia de sentido y valores en medio</p>	<p>A manera personal, considero que es este uno de los recursos noologicos, que mayor despliegue tuvo, a propósito del padecimiento del cáncer de seno en L.M.</p>

	<p>tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” ( U.S. PARTICIPANTE C : 111-120)</p> <p>“Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo, porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ... muchas otras cosas, te cambia la vida, entonces ¿Qué haces? tienes que buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar, el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno, a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone y cree que siempre va a ver un tiempo para después y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con personas, que de pronto no lo hacía, con amigas” (U.S. PARTICIPANTE C : 145-155)</p> <p>“ Bueno, yo pienso que de pronto aumenta , en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más, de hecho fui donde Santiago rojas, no sé si lo has oído, que es un médico que sale a veces en televisión, salía en RCN con Jota Mario todos los días, no sé si ahora sale, bueno el hecho es que ellos manejan una medicina que dice que uno se crea estas enfermedades, las emociones crean los canceres etc. , de pronto puede ser, uno en la vida, yo he tenido tristezas</p>	<p>de su cotidianidad.</p> <p>Es decir, que desarrollar la capacidad de afectación, implica una “sensibilidad” amplia y profunda hacia la búsqueda del sentido, capaz de hallarse en cada una de las experiencias que a diario el hombre experimenta.</p> <p>Cuando el hombre se permite conectarse con aquello que antes eres pasajero, por ejemplo un atardecer, podemos hablar de su movilización hacia el despliegue de la afectación.</p> <p>Esta capacidad de dejarse impactar por el sentido y los valores, también le posiciona en la dualidad constante del deber ser y el ser, tensión que lo mueve a hacer uso de su conciencia para elegir aquello que le</p>	<p>Verse enfrentada a emociones, pensamientos y sentimientos alrededor de la muerte, el cambio de estilos de vida y el sufrimiento, la direccionaron a valorar la vida y conectarse a ella, con mayor sensibilidad y apropiación de su valor.</p> <p>No en vano, describe su presente (como sobreviviente) como una oportunidad de vivir y amar a diario.</p> <p>Cuando escucho a L.,M describir su vida como una bendición y un privilegio que Dios le ha dado, logro percibir como ella atribuye gran parte de su recuperación a la “soberanía” de Dios, de tal forma, que vivencia su vida a travesada por una continua actitud de agradecimiento hacia Él y por ende hacia todas aquellas cosas que recibe del mundo circundante.</p> <p>Esa actitud agradecida ante la vida, le permite acercarse con mayor profundidad hacia el despliegue de</p>
--	--	---	---

	<p>grandes, perdidas muy grandes, entonces tal vez todo eso empieza a pensar que pudo pasar y uno dice tiene que afianzar, él dice tiene que afianzar su espiritualidad, también de hecho la fe con que tú te tomes, él le da gólicas a uno, es una terapia floral, esa gótica te da amor, alegría, perdón, no sé que dicen las gólicas y uno se las toma convencido de ello, pues eso es más la mente pienso yo, que en si el agüita que te estás tomando y entonces es como que uno de ahí aprende a acercarse un poquito más a Dios, antes yo no pensaba nada de eso, porque uno está en otro cuento, pero ahí todo eso uno dice, bueno si enriquece su vida espiritual, si lo quiere hacer, y si se le presenta la oportunidad, a mí una amiga me llevo, entonces es como si por algo a uno Dios le pone a personas en el camino” (U.S. PARTICIPANTE C: 199-220)</p> <p>“ y hasta que me muera pues lo seré y cosas así entonces uno toma, va allí y toma lo bueno como cuando te repito haces yoga, eso es como tú te relajas, te acercas entonces estas nutriendo cuerpo, mente y espíritu” (U.S. PARTICIPANTE C : 231-233)</p> <p>“ Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga” (U.S. PARTICIPANTE C :</p>	<p>es de mayor valor a su espiritualidad humana.</p> <p>Sin embargo, al hacer referencia a la tensión entre el ser y el deber, entra de nuevo a mención la libertad y responsabilidad con el hombre es capaz de dejar tocar por el sentido, direccionando sus acciones hacia la trascendencia del ser.</p> <p>No obstante, es importante mencionar como, la afectación puede estar permeada, por la escala de valores personales que cada persona construye a lo largo de su vida y a través de la cual, realiza una “estratificación” de lo que más vale para su crecimiento personal.</p> <p>Finalmente, para Frankl (2001) la afectación</p>	<p>valores que posibilitan la construcción de sentido.</p> <p>Para su caso, valores sensibles, vitales, estéticos, sagrados y de experiencia, tienen mayor despliegue, a causa de caracterizarse como aquellos de lo que se recibe del mundo o de otros, y a partir de los cuales se construye un bienestar personal integral.</p> <p>No obstante, frente a valores intelectuales, éticos y de creación, L.M. podría movilizarse a mayor extensión, aprovechando el privilegio que tiene, de ser una mujer independiente, con estabilidad económica y que cuenta con el apoyo de su familia de forma incondicional para emprender proyectos y realizar acciones dirigidas hacia este tipo de valores.</p>
--	---	---	---

	<p>256-265)  “Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida, amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos, tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer más cosas” (U.S. PARTICIPANTE C :267-272)</p> <p>“ Todo es importante, lo que tú hagas todo debe ser importante, por sencillas que parezcan o sean, el poder organizar tu casa, el poder salir a hacer ejercicio ,el reunirme con un grupo de personas, compartir sus alegrías, sus triunfos y sus tristezas, porque todo en la vida es como con alegrías y tristezas, todo eso pues es importante” (U.S. PARTICIPANTE C :275-280)</p> <p>“ Si claro, es como uno aprecia cada detalle de la vida, cada viaje que tú haces, por ejemplo fui a Italia , cuando estuve en Italia y yo decía gracias Dios por poderme dar la oportunidad de venir a visitar mi hija, de ver esos paisajes tan lindos, esas culturas tan diferentes, esas ciudades que tal vez no uno las ve por televisión pero ya vivirlas esa oportunidad yo decía hay tan rico, entonces lo disfrute al máximo, lo disfruté muchísimo cosas así, entonces uno disfruta cada cosa, si tú vas por decir algo a Medellín, tú ya hay vas al pueblito paisa y lo disfrutas, todo lo que tú haces lo disfrutas al máximo, es un regalo que Dios te da, es un privilegio que tienes, siempre debes estar agradecido, de poder comer una comida deliciosa, en un sitio lindo, tantas cosas, aprendes la capacidad de ver la vida es como más enriquecedora” (U.S. PARTICIPANTE C :389-400)</p> <p>“Pero en este momento, hay muchos momentos importantes,</p>	<p>consiste en: “La dinámica en un campo de tensión, cuyos polos están representados por el hombre y el sentido que le requiere” (p.13-14).</p>	
--	--	---	--

	<p>cuando tú te gradúas es un momento importante, cuando nacen tus hijos es un momento importante, cuando ellos se gradúan , son muchos momentos importantes y satisfactorios que tú tienes a lo largo de tu vida, solo uno es difícil , porque cada cosa tiene su significado y la gran importancia” (U.S. PARTICIPANTE C :488-492)</p> <p>“ El compartir con mi esposo el almuerzo de fin de semana, que lo tratamos de hacer más especial salimos a Sopo, nos comemos un postrecito, tratamos de que sea diferente a la cotidianidad de todos los días, soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento mucha satisfacción y trato de no faltar nunca, porque santifican el agua entre otras cosas, en donde vivo siempre tengo un espacio confidencial para orar, aunque yo oro en cualquier parte de hecho cuando estoy en la ducha hago una meditación” (U.S. PARTICIPANTE C :554-564)</p> <p>“ El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante, y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien, el otro importante fue la consulta con mi doctora que me dijo que todo estaba bien, el compartir el almuerzo con mi niña, son momentos importantes” (U.S. PARTICIPANTE C :566-569)</p> <p>“Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir ¿Cómo? pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud con un mundo por delante</p>		
--	--	--	--

	<p>entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir, gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente que luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio ” (U.S. PARTICIPANTE C :619-630)</p> <p>“Claro, expresar afecto es muy sano, pienso que es hasta terapia , entonces el que te digan te amo, que te quiero, que te aprecio, todo eso es muy bonito, decírselo a las personas más cercanas más aun, decírselo a una amiga también” (U.S. PARTICIPANTE C :793-796)</p>		
Entrega	<p>“Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo” (U.S. PARTICIPANTE C: 332-343)</p>	<p>Cuando Frankl, estuvo en los campos de concentración, pudo comprender a través de su experiencia, como el ser humano conquista la capacidad de la autotranscendencia de forma completa y profunda, cuando logra entregarse a algo más allá, fuera de Él.</p> <p>De cierta forma al</p>	<p>Durante las entrevistas realizadas a la participante C, y a lo largo de cada encuentro, logre comprender como L.M es una mujer, que direcciona su sentido de vida hacia dos esferas principalmente: su bienestar personal y el bienestar de su familia.</p> <p>Cada vez que describe todas aquellas acciones que realiza en su cotidianidad, e incluso que efectuó durante el padecimiento del cáncer, pocas veces deja de citar a</p>



	<p>“ Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta quien está con uno y quien no está, de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó, y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo, como se dice prueba superada” (U.S. PARTICIPANTE C: 346-359)</p> <p>“ soy devota al señor de los milagros, me gusta ir los 14 a una misa especial donde bendicen el agua, la sal, el aceite, y la luz ,entonces ese 14 voy a la iglesia y a veces leo en la misa una parte de la lectura, entonces esa vez participe en la lectura y pues soy devota a esa misa pero si es bonito ir a esa misa, siento mucha satisfacción y trato de no faltar nunca, porque santifican el agua entre otras cosas, en donde vivo siempre tengo un espacio confidencial para orar, aunque yo oro en cualquier parte de hecho cuando estoy en la ducha hago una meditación” (U.S. PARTICIPANTE C: 557-564)</p> <p>“otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi</p>	<p>despojarse de la mirada en un desarrollo propio y personal, decide donarse y olvidarse de sí mismo para direccionarse hacia el amor a otros o la entrega a una causa noble.</p> <p>Es decir que, en la medida en que el ser humano logra distanciarse de sí mismo y se diferencia del o lo otro, se permite entregar y atraer para sí mismo y para otros valores que lo llevan hacia el sentido.</p> <p>Esta postura integradora, lo moviliza hacia fuera de sí, tomando dirección hacia la acción.</p> <p>Cuando se presenta la capacidad de entrega, podemos comprender que existe una espiritualidad ampliamente desplegada en el hombre.</p>	<p>sus seres queridos como aquella fuente de motivación para vivir y disfrutar la vida.</p> <p>Para ella la capacidad de entrega, esta principalmente desplegada a partir de la posibilidad que tiene de dar a los que ama todo de sí misma, en este sentido y en relación a sus seres más cercanos, existe un amplio abandono de sí misma para donarse a ellos como forma de expresión de su profundo amor.</p> <p>De cierta forma, lograr diferenciarse y afectarse en relación a otros y el mundo circundante, le permitió atribuirle amplio sentido a su vida a través del cuidado de otros, tanto durante la enfermedad como en la actualidad.</p> <p>Sin embargo considero que el despliegue de la capacidad de entrega, direccionada a otros contextos podría desarrollarse a mayor profundidad en ella, a causa</p>
--	--	---	---

	<p>esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto” (U.S. PARTICIPANTE C: 591-596)</p> <p>“pero si organice las exequias entonces compre un programa exequial , para que mi familia no esté en la angustia económica, siempre procuro tenerlo para la familia es como la formalidad que hay para ese momento” (U.S. PARTICIPANTE C: 614-616)</p> <p>“Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir Como pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud con un mundo por delante entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir, gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente que luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio” (U.S. PARTICIPANTE C: 619-630)</p> <p>“ Mmm hace poco se sentó al lado mío, una señora ella empezó a contarme su proceso, me inspiro una ternura impresionante, me inspiro, como quería como abrazarla, si me entiendes, era una desconocida ósea la acababa de conocer, pero ella se puso a contarme y yo me puse a escucharla, todo lo que ella estaba viviendo, sintiendo, fue como un desahogo que ella tuvo en ese</p>	<p>“La vida no trasciende de sí misma e longitud en el sentido de su propia propagación, sino en profundidad, en cuanto apunta a valores, o en ANCHURA en la comunidad” (Frankl, 1994, p.274)</p>	<p>de la riqueza espiritual que ella posee en relación a su experiencia de vida y lo que ha podido aprender y construir a través de la misma.</p> <p>No obstante, L.M, va por un buen camino hacia el paulatino y amplio despliegue de la entrega, pues desde acciones como contar a otros su historia, acompañar a quienes atraviesan por la condición en que ella estuvo y orar por ellas, reflejan la disposición que tiene como mujer sobreviviente de cáncer de seno, para aportar a otros a través de su vivencia y el despliegue de sentido de vida en medio de la misma.</p>
--	---	---	--

	<p>momentico, mientras nos daban un papel algo así, entonces si me inspiro como muchas ternura, como tristeza, como bueno al mismo tiempo, pues le di consejo le di valor, trate de proyectar alegría, no de decir a pobrecita, no pero si me hizo sentir como un poquito de nostalgia” (U.S. PARTICIPANTE C: 769-777)</p> <p>“ Si y como yo en las oraciones que hago digo que, pues ojala que eso se vaya de este mundo, que no le toque vivirlo a nadie, a ninguna mujer ni a ningún ser humano, siempre pues en mis oraciones digo algo así, dentro de las peticiones que uno tiene personales, que se fuera esa enfermedad y muchas otras , digamos esta porque me ha tocado vivirla” (U.S. PARTICIPANTE C: 779-784)</p> <p>“Hay no sé pero digo yo que ojala a mí me pase todo lo malo, y que a ellos no les pase nada, si tiene que pasar algo malo, pienso que no les pase nada malo ni que ellos estén en mi posición, por el contrario, oro y siempre estoy pensando en que nunca les sucede de hecho porque uno dice hay que los genes, que de pronto le puede dar a una hija o a una nieta, o todo eso entonces digo oro a Dios y le pido que se quede ahí en mi, si lo tuve que vivir y soportar lo hago yo, pero no ellos y menos a mis seres queridos y que nunca ojala estén, que se cierre ahí el ciclo” (U.S. PARTICIPANTE C: 800-807)</p>		
--	--	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**MATRIZ DE TRIANGULACIÓN DE LA INFORMACIÓN****Tabla 20.** Matriz de triangulación (análisis por categoría Participante A, B y C)

<b>CATEGORIA: Valores</b>		
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Análisis categorial (¿Qué nos dice como investigadoras, desde el enfoque?)</b>
Sensibles	<p>“¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto” (U.S. PARTICIPANTE C: 5-6)</p> <p>“Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B : 9-12)</p> <p>“Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE A: 19-20)</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84)</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” U.S. PARTICIPANTE B: 86-88)</p>	<p>Las participantes A, B y C durante su proceso de tratamiento y rehabilitación del cáncer seno, desarrollaron actividades direccionadas a su crecimiento personal y espiritual, su salud física y el fortalecimiento de vínculos familiares, evidenciándose preferencias y gustos, a favor de su bienestar biopsicosocial.</p> <p>Ejercicios como: leer, ver televisión, ir al gimnasio, escuchar música, practicar yoga, aprender idiomas, ir al cine, salir con amigos e ir a restaurantes, se convirtieron en recursos favorables, para el afrontamiento del dolor físico, emocional y psicológico tras ser sometidas a tratamientos médico-quirúrgicos, que afectaron las diferentes áreas de la cotidianidad de cada una.</p> <p>Por ende el despliegue de este valor, se ve reflejado, en la elección de las actividades anteriormente mencionadas, que generan en cada una de ellas hasta la actualidad sensaciones de agrado o desagrado, placer o gozo.</p>

	<p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho, mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“ Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quieta, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales”(U.S. PARTICIPANTE C: 178-183)</p> <p>“En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés, reforzar mis idiomas, me gusta mucho, pero no así que me mate, esa etapa ya como prueba superada, pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me</p>	
--	---	--

	<p>gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” (U.S. PARTICIPANTE C:186-195)</p>	
Vitales	<p>“Pues emociones positivas y emociones negativas, porque bueno digamos el comenzar es difícil, un proceso de una cirugía que te quiten un seno, que estés como deforme es muy difícil, luego en el proceso ya que vas tú mejorando, que ya te vas sintiendo mejor y estéticamente mejor, eso también influye en que emocionalmente se sienta uno mejor, como tú te veas en un espejo, pues te vas a sentir mejor” ( U.S. PARTICIPANTE C: 11-16)</p> <p>“Al principio total confusión, miedo de lo que podría pasar, mucha tristeza porque lo primero que pensé fue en la muerte cuando leí las mamografías los resultados para mi yo ya estaba invadida, cuando me mandaron hacer todos los exámenes de los huesos, del estómago, la ecografía esa ansiedad ,de leer los resultados de saber cómo iban a salir, la incertidumbre, es duro, ya después de un tiempo sentí nostalgia de lo que me paso, cada que recuerdo me da nostalgia, pero ahorita sé que estoy bien, con ganas de salir adelante después de haber pasado por esta situación” (U.S PARTICIPANTE B: 15-22)</p> <p>“La creación de Dios es perfecta, nunca va a ser igual, pero se hace como se dice lo máximo posible, que es lo que hacen los cirujanos y lo que uno aporta como ser humano. Y pues de las emociones, las negativas, pues todo esto la angustia, el miedo, el sentirse motilado por decirlo así, no</p>	<p>Al ser considerado uno de los valores que permiten la construcción de bienestar personal, se encuentra en las participantes A, B Y C, un despliegue amplio y significativo, de esta categoría, permitiéndoles establecer nuevos hábitos y rutinas diarias, a favor de una mejor calidad de vida.</p> <p>A través de la identificación de aquellas actividades enfocadas en el cuidado de la salud tanto física como emocional, se logra evidenciar en ellas, una mayor consciencia frente a la importancia de aquellos signos de alerta del cuerpo y las posibles acciones a realizar de forma preventiva.</p> <p>Finalmente, los valores vitales, juegan un papel protagónico durante el padecimiento del cáncer, en la medida que permiten a cada de ellas, la construcción de una forma de concebir la vida y atribuirle un valor significativo a la existencia.</p>

	<p>sé si sea la palabra adecuada”( U.S. PARTICIPANTE C: 18-22)</p> <p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea la imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A: 26-32)</p> <p>“El sentirse en que si se te empieza a caer el cabello, eso es lo de menos porque te pones una gorra, una peluca, pero igual la sensación de sentirlo es fuerte, ¿por qué? por vanidad del ser humano y más nosotras las mujeres, entonces es fuerte, esa parte es fuerte, el proceso de sentir que esa medicina que te aplican, como es la quimioterapia, tú sientes que entra a tu cuerpo a hacerte un bien, pero es que las consecuencias son fuertes, como que se te debilitan las uñas, que se te cae el pelo, que de una u otra forma tus facciones se tornan como nerviosas, porque todo es una alteración metabólica total y el sentir que esta medicina lo que hace en ese momento, tú crees que es como un veneno, que te haces daño, si porque estas vomitando, porque estas no puedes comer, porque todo te sabe feo, te duele la cabeza, los ojos, los oídos, los huesos, es algo que es muy difícil descifrarlo, porque como tú dices el que vive en si eso es el que de pronto podría entenderte, entonces el ya tratar de que eso pase y recuperarse uno, ya como que le devuelve a uno la emoción de tranquilidad, la emoción de a</p>	
--	---	--

	<p>través de que su proceso va mejorar, que va mejorando, que va finalizando su protocolo y que todo va bien, ya se siente uno pues más relajado, más feliz, más tranquilo” ( U.S. PARTICIPANTE C :24-42)</p> <p>“Pienso que en mi alimentación yo tenía una alimentación bastante desordenada pero ya la he regulado alimentándome bien aprendiendo a comer, deje de fumar, le baje un poquito al licor, otro aspecto fue en mi salud, que si me duele algo me cuido, en si genere mayor atención en mi auto cuidado, además también me cuide mucho en cuanto a las horas de trabajo le baje un poquito a las horas de trabajo antes yo me quedaba aquí pagaran o no pagaran horas extras, me quedaba siete ocho nueve de la noche ya no, ahora mantengo otro horario” (U.S PARTICIPANTE B: 63-69)</p> <p>“Bueno pues físicamente obviamente todo el proceso es de cuidado, digamos la parte de las cirugías y todo esto y emocionalmente, si tuve acompañamiento psicológico porque esta enfermedad remueve muchas cosas que tal vez uno no, como que no ha sacado, como que tiene enterradas y huuuuu, entonces, si hubo un acompañamiento que me ayudo a destapar muchas cosas que no sabía que estaba cargando” (U.S. PARTICIPANTE A: 86-92)</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino deje los malos hábitos como fumar” (U.S. PARTICIPANTE B: 97-98)</p> <p>“Antes no le colocaba tanto cuidado y atención a eso era como un poco despistada, ahora soy más centrada tome más conciencia de mis cosas, de cuidarme mucho en mi salud y</p>	
--	---	--



	<p>en todo lo relacionado conmigo” (U.S. PARTICIPANTE B: 101-103)</p> <p>“Si hubo cambios respecto a tomar las cosas con más calma en lo personal, en mi vida familiar, en lo laboral no ser tan acelerada, en si la situación lo pone a uno a pensar en ser una mejor persona dejando los vicios como fumar ahora veo la vida con más tranquilidad y por eso he cambiado el ritmo de hacer las cosas ahora las realizo con más lentitud y cuidado” (U.S PARTICIPANTE B: 105-109)</p> <p>“ Si claro nunca la perdí (...) No, porque si hay casos, por ejemplo hubo una compañerita que entro en shock y que es depresiva un domingo me escribió Claudia estoy mal, me quiero matar, me quiero suicidar, le dije niña levántese coja una escoba y póngase a hacer oficio, deje de estar pensando en esas cosas” (U.S. PARTICIPANTE B: 111-116)</p> <p>“Porque amo la vida, es muy bonito estar vivo, además siento que me quedan muchas cosas por hacer , como ser abuela, ver a mis hijos realizados profesionalmente, y lo mas importante como motivación a nivel personal es lograr pensionarme y cambiar de actividades dedicarme a viajar conocer y dedicarme a descansar mucho”(U.S. PARTICIPANTE B: 118-122)</p> <p>“Bueno todas son importantes desde el momento del desayuno, no puedo dejar de darle las gracias a Dios por el nuevo día, realizar mi trabajo” (U.S.PARTICIPANTE B: 125-126)</p> <p>“Si porque me siento contenta con mi trabajo con lo que hago y eso mejora mi manera de ver mi vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 128-129)</p>	
--	---	--

	<p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Después de eso, obviamente a uno le toca bajar la velocidad porque no hay de otra y entonces claro uno se da cuenta que las cosas no son tan blanco, negro y que todo no es tan trascendental, que las cosas pasan realmente, entonces como que la preocupación de hoy ya realmente en 1 o 2 años no van a ser nada, ni siquiera de pronto me acuerde que hace dos años estaba preocupada por tal cosa, entonces eso “ (U.S. PARTICIPANTE A: 171-177)</p> <p>“si, nunca pensé en me voy a morir, desde que me dieron el diagnostico yo sabía que de pronto iba a ser algo muy difícil, pero pues empezando que gracias a Dios, no fue un estadio avanzado que hubiera hecho metástasis o algo así, entonces los médicos empezando, siempre fueron muy positivos y pues bueno, uno se contagia de eso también y yo nunca pensé en morir o no voy a poder...no al contrario pensé yo voy a salir de esto sea como sea” (U.S. PARTICIPANTE A: 181-186)</p>	
--	---	--

	<p>“En ese momento, pues yo estuve muy acompañada por mis familiares y amigos, mucho, todo el tiempo casi alguien estaba conmigo acompañándome, por ejemplo en cosas muy tontas como ver un programa de televisión o una película, pero entonces todo esto te ayuda mucho a no sentirse solo y digamos que también tuve mis momentos de soledad, porque uno necesita ese tiempo como de introspección y también los hubo y pues actualmente, me gusta mucho leer, salir, bueno como conocer, soy muy de pronto ávida de lo nuevo, de conocer muchas cosas, entonces, me gustan mucho los idiomas y leer cosas raras, escuchar mi música en otros idiomas” (U.S. PARTICIPANTE A: 191-200)</p> <p>“Cosas raras como descubrimientos que se creen imposibles, cosas así, curiosidades del mundo, me gusta mucho leer estas cosas” (U.S. PARTICIPANTE A: 202-203)</p> <p>“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” (U.S. PARTICIPANTE C: 237-242)</p> <p>“ Si claro, es como a ti te dicen cáncer y te dicen muerte, cáncer es sinónimo de muerte y entonces digo hay caracoles me voy a morir entonces uno dice estoy en paz con Dios, que me falta por hacer, no no, eso no, eso sí, mejor dicho se</p>	
--	---	--

	<p>vuelve uno un ocho y bueno pues uno también tiene como que aterrizar, pensar en pues aunque yo no estoy preparada para morir, uno debe saber que en cualquier momento pues Dios lo llama, tratar de estar en paz con las personas que lo rodean, con Dios, con uno mismo, hacer el bien todo lo que uno más pueda, ósea como cumplir cosas enfatizadas” (U.S. PARTICIPANTE C: 245-253)</p> <p>“ Siempre, siempre he estado motivada, siempre porque amo la vida, amo vivir, amo mi hija, mi familia, mis otros hijos, mis nietos, tengo 5 nietos entonces tengo si quisiera que mi Dios me diera larga vida, para verlos crecer, así estén lejos, siempre nos estamos viendo en algún momento, para compartir con mi esposo, ojala pudiera hacer más cosas” (U.S. PARTICIPANTE C:267-272)</p> <p>“ Todo es importante, lo que tú hagas todo debe ser importante, por sencillas que parezcan o sean, el poder organizar tu casa, el poder salir a hacer ejercicio ,el reunirme con un grupo de personas, compartir sus alegrías, sus triunfos y sus tristezas, porque todo en la vida es como con alegrías y tristezas, todo eso pues es importante” (U.S PARTICIPANTE C: 275-280)</p> <p>“No, son muchas actividades y yo a todas les doy importancia, tampoco me gusta ser rutinaria, de que todos los días tengo que hacer lo mismo, todos los días cambio, siempre trato de buscar el cambio ... igual uno siempre tiene rutinas, porque no es fácil uno estar cambiando todos los días, pero trato de que no sea tan monótono” ( U.S. PARTICIPANTE C : 285-289)</p> <p>“Si, así sea poquito, de hecho aprendí a hacer una</p>	
--	--	--

	<p>meditación en la ducha y la hago siempre, entonces el día que no la hago, digo yo, hay me faltó hacer, la meditación” (U.S. PARTICIPANTE C:292-294)</p> <p>“Si, de pronto esa, pero igual cambio, ósea por ejemplo digo hoy voy a meterme al internet porque necesitamos vender esas casas, entonces voy a ponerlas en tales y tales plataformas, cosas diferentes” (U.S. PARTICIPANTE C:296-298)</p> <p>“Pero igual uno tiene que estar prevenido, tiene que estar cuidándose más, tú no puedes dejar pasar por alto detalles, siempre consultarlos al médico, entonces y pues también gracias a Dios, uno tiene soporte medico cada mes, y especialistas en oncología” (U.S. PARTICIPANTE C:323-326)</p> <p>“Adicional a la medicina general que uno tiene, que tu pues vas ,que me duele una uña , que me duele que se yo , un dolor de estómago el cuello, no se justifica irse al oncólogo por eso” (U.S. PARTICIPANTE C:328-330)</p>	
Estéticos	<p>“En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma “</p>	<p>Los valores estéticos, es una de las sub-categorías, que menor despliegue presenta en relación a las tres participantes.</p> <p>Aunque de manera individual, la apreciación del cuerpo, la autoimagen y el autocuidado, tienen un valor significativo para el fortalecimiento de su autoestima, al realizar un contraste a nivel general de lo estético, encontramos que cada una direcciona el concepto de belleza hacia intereses particulares donde difieren en la comprensión que realiza de experiencia durante las</p>

	<p>(U.S PARTICIPANTE B: 72-79)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arréglame las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre me ha gustado tener mis cosas, no de pronto tan ordenadas, pero si en mi orden, porque me gusta tenerlas de cierto modo” (U.S. PARTICIPANTE A: 118-119)</p> <p>“Siempre, o sea nunca lo he dejado, antes lo hacía más, porque obviamente mi trabajo me lo exigía, el hecho por ejemplo de que tenía que estar cepillándome todos los días ya ahora no es tan frecuente, pero igualmente nunca descuido mi apariencia personal, pues pienso que toda mujer debe mantenerla siempre a las edades que se tenga y a los recursos siempre tratar uno de estar como bien puestecito” (U.S. PARTICIPANTE C: 158-164)</p> <p>“Siempre, me gusta remodelar, siempre cuando tengo la oportunidad, porque todo es dinero, pero nosotros siempre estamos pendientes de remodelar o muebles, o casa, de hecho vendemos casas en tenjo, mi esposo trabaja en el área de construcción, entonces siempre tenemos una o dos casas vendiendo y el remodela aquí todo, ósea siempre se está aquí, o sea es importante como tú te rodees de ambiente, así sea humilde, así sea todo pero pues que sea como armónico como limpio, que así sean dos cositas pues que las tengas bonitas, como limpiecitas, si todo eso a cualquier ser</p>	<p>intervenciones quirúrgicas.</p> <p>En referencia, al cuidado de los espacios y lugares habitados por cada una de las participantes, encontramos que la participante A, a diferencia de las participantes C Y B, despliega a menor profundidad, la preocupación continua por el orden y embellecimiento de su espacio, priorizando en otros aspectos que favorecen su crecimiento personal.</p>
--	--	---

	humano le hace bien y más cuando uno está sensible, levanta más el ánimo” (U.S. PARTICIPANTE C:166-175)	
Intelectuales	<p>“¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto” (U.S. PARTICIPANTE C: 5-6)</p> <p>“Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B: 9-12)</p> <p>“Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo (U.S. PARTICIPANTE A: 19-20)</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84)</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S.</p>	<p>A través de la realización de actividades como: la lectura, la asistencia a seminarios, la meditación, estudiar idiomas, entre otras, las participantes, logran explorar y fortalecer sus habilidades y destrezas, direccionadas a la búsqueda de sabiduría.</p> <p>Es importante resaltar, en este punto que las participantes B y C, presentan un menor despliegue de esta subcategoría a diferencia de la participante A, quien direcciona la mayoría de sus acciones hacia el desarrollo de su intelecto, explorando aquellas áreas de conocimiento que le resultan de intereses.</p> <p>No obstante, la elección de determinadas actividades durante el padecimiento del cáncer, le permitió a cada una de las participantes, encontrarse consigo mismas, explorar sus capacidades y gustos personales y finalmente, direccionar sus intereses no solo hacia la búsqueda del conocimiento por placer, sino además, el uso de ese aprendizaje para una mejor calidad de vida, durante los tratamientos médicos.</p>

	<p>PARTICIPANTE A : 122-126)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quiera, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales” (U.S. PARTICIPANTE C: 178-183)</p> <p>“En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés, reforzar mis idiomas, me gusta mucho, pero no así que me mate, esa etapa ya como prueba superada, pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” (U.S. PARTICIPANTE C:186-195)</p>	
Éticos	<p>“Bueno al haber pasado por mi situación me sirvió porque pienso que me hacen falta cosas, he cambiado pero todos los días hay cositas que cambiar más que todo el criticar a</p>	<p>Respecto a este subcategoría, es importante mencionar que el despliegue que cada participante realiza frente a lo ético, se direcciona hacía, la construcción de una mejor</p>



	<p>los demás, me gustaría corregir no criticar tanto que cada quien viva su vida y ya, también a futuro me gustaría hacer un curso de algo, no he pensado sobre qué pero si me gustaría porque me ayudaría a ser una mejor persona a través del aprendizaje de cosas nuevas (U.S. PARTICIPANTE B :55-60)</p> <p>“No, creo que estoy trabajando en eso, siempre, todos los días Como en tomar conciencia de las cosas que no quiero eeee demostrar Y las cosas que me gustaría cambiar de mí misma y siempre trato cada día de sacar una mejor de mí misma” (U.S. PARTICIPANTE A: 71-74)</p> <p>“ Como todo ser humano cada día aprendo de las personas y de las situaciones buenas o malas que nos hacen crecer cada vez más, aprecio cada momento de vida y esto se refleja en mi y es lo que proyecto hacia los demás” (U.S. PARTICIPANTE C : 864-867)</p>	<p>versión de sí misma, dando prioridades desde acciones particulares, al crecimiento personal y fortalecimiento de su emocionalidad.</p> <p>Aun cuando el discurso, de cada una de manera particular puntualiza en aspectos que desarrollan la formación ética en su vida cotidiana, durante la triangulación de las entrevistas se encuentra que el punto en común en cuanto a los valores éticos, radica en la capacidad que cada una desarrolla, para ampliar su mundo de valores y el despliegue de los mismos direccionado a la mejora de su calidad de vida.</p>
Sagrados	<p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en Dios” (U.S. PARTICIPANTE B :27)</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, ha creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B:29-30)</p> <p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A: 36-38)</p> <p>“Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia,</p>	<p>El diagnostico de una enfermedad como el cáncer, algunas veces cuestiona a las personas con la búsqueda de lo trascendental y la posibilidad de encontrar respuestas en algo o alguien para su situación (la vida misma, Dios, el universo, entre otros) sin embargo para las participantes, el cáncer fue un proceso, que en cada una movilizo, aunque de manera diferente, la convicción de lo sagrado y la existencia de un Dios, que estuve de una u otra forma con ellas.</p> <p>Es decir que las participantes A, B y C, despliegan de forma particular su vivencia de Dios, donde cada una a través de sus intervenciones, citan la presencia del mismo</p>

<p>que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso” (U.S. PARTICIPANTE C:50-54)</p> <p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre más a el volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento una paz, una tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 90-93)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no sé pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante” (U.S. PARTICIPANTE A: 138-146)</p> <p>“Siempre he creído como en un Dios pero tal vez esto reforzó mucho más mi relación con el” (U.S. PARTICIPANTE A: 148-149)</p> <p>“Bueno, yo pienso que de pronto aumenta , en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por</p>	<p>como relevante durante el proceso vivido, sin embargo es la participante C, quien tiene un mayor despliegue de valores sagrados, a través de la legitimación de la figura de Dios como trascendental en su existencia.</p> <p>No obstante, las participantes A y B, aunque tienen un reconocimiento de la existencia de Dios, sus creencias particulares y acciones en relación a este valor, se orientan hacia una visión completamente singular y particular de su Fe.</p>
---	---

	<p>ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más”(U.S. PARTICIPANTE C:199-204)</p>	
Creación	<p>“pues en estos días que estuve hablando con unos amigos que no tenían ni idea, entonces el impacto para ellos fue de preocupación y tranquilidad porque saben que ya estoy bien, además le comente a todos mis compañeros poquitos, días antes de que me hicieran la cirugía para que se enteraran” (U.S. PARTICIPANTE B: 141-144)</p> <p>“les envié un correo electrónico a todos contándoles por lo que estaba pasando recomendándoles que no tuvieran esa mala costumbre de no llevar los exámenes al médico y que me acompañaran en una campaña “ el día del sombrero” fue como el 19 de octubre una campaña en honor a las mujeres que se les ha caído el cabello por el tratamiento de la quimioterapia, entonces les mande un correo conté mi historia, posteriormente se hizo un video aquí en la Dian, comunicación internas me hizo un video para transmitir mi mensaje a todos los compañeros a nivel nacional, y por Facebook también a mis amistades” (U.S PARTICIPANTE B:146-153 )</p> <p>“Si a raíz del video y a raíz de la campaña me llegaron muchos mensajes, entre ellos el de varias compañeras que están en el mismo proceso o un poquito más delicadas, igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo de mi circunstancia como por ejemplo el cuidarse más su salud, tener una vida sana tranquila sin resentimientos</p>	<p>Frankl nos habla del valor de creación como la posibilidad de entregar algo al mundo a través de acciones concretas o incluso a partir de las labores que se realizan a diario.</p> <p>Respecto a las participantes A, B Y C de la investigación, se encontró que a través del relato de las experiencias vividas durante su tratamiento a las diferentes personas de su contexto cotidiano, logran desplegar la creación, como una forma de aportar al mundo (dar) a partir del aprendizaje construido en relación a su enfermedad.</p> <p>La interiorización y reflexión frente al proceso que las tres participantes vivieron, les permitió hacer un reconocimiento de la importancia de construir sentido de vida a través del “dar” e incluso “darse” como ser humano.</p> <p>No obstante, en ellas se hizo visible, que la acción de entregar a otros, es permeada a través de la resonancia afectiva que tienen respectivamente hacia la vida. su valor y la importancia de cuidarla a través de ejercicios como: el auto cuidado, hábitos saludables y actividades para disfrutarla cotidianamente. .</p>

	<p>porque también he leído que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito el comentar mi experiencia” (U.S PARTICIPANTE B: 155-161 )</p> <p>“Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal ,porque es depresiva entonces decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui a la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno, y así comenzamos escribirnos por Facebook a pesar de que no nos conocemos en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella, otra compañerita de Cúcuta también me llamo para el día de la mujer me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento “ (U.S. PARTICIPANTE B: 167-178)</p> <p>“Si claro porque se siente uno bien, es alentador y gratificante” (U.S. PARTICIPANTE B: 180)</p> <p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento,</p>	
--	--	--

	<p>no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)</p> <p>“Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo” (U.S. PARTICIPANTE C:332-343)</p> <p>“Bueno en mi pensamiento me gustaría que me recordaran</p>	
--	--	--

	<p>como una persona alegre, buena gente, humilde, sincera, y luchadora” (U.S. PARTICIPANTE B: 358-359)</p> <p>“Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja Bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenía de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)</p> <p>“Si claro siempre trato de ser muy cariñosa con mis hijos de decirles te quiero entre otras cosas, y con eso noto que genera mucha confianza en la relación con ellos además de que me consideren como una amiga para ellos y una confidente” (U.S. PARTICIPANTE B : 465-468)</p> <p>“Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 596-601)</p> <p>“Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos siempre hay gente que lo quiere o que no lo</p>	
--	--	--

	<p>quieren, es como lo normal del ser humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila” (U.S. PARTICIPANTE C: 600-606 )</p> <p>“ Si claro, me gusta abrazarlos, los abrazo con mucho amor, todas las veces que me es posible, de hecho cuando nos levantamos con mi niña nos abrazamos, si casi nadie lo hace, nos abrazamos, nos saludamos, siempre somos emotivos, cariñosos, siempre nos decimos que nos amamos” (U.S. PARTICIPANTE C:786-790)</p> <p>“pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía”(U.S. PARTICIPANTE C : 816-821)</p>	
Experiencia	<p>“¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto” (U.S. PARTICIPANTE C: 5-6)</p> <p>“Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B : 9-12)</p> <p>“Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato</p>	<p>Cuando el ser humano, durante su cotidianidad, logra hacer consciencia de aquellas situaciones, personas, actividades o cosas de las que recibe algo para su riqueza personal, se asume que está siendo permeado por el valor de la experiencia; tal como lo visibilizan las participantes de la investigación durante sus respuestas.</p> <p>Cuando ellas hablan de actividades como: Leer, escuchar música, compartir con Dios y con la familia o practicar meditación, no solo hacen referencia a la realización de las mismas para obtener placer o disfrutar la vida, por el</p>

	<p>de hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE A:19-20)</p> <p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en Dios” (U.S. PARTICIPANTE B :27)</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, ha creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B:29-30)</p> <p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A:36-38)</p> <p>“Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso, yo tengo 4 hijos, pero los 3 hijos pues ya una vive en Italia, la otra en Buenos Aires y mi hijo que está casado con su esposa, entonces mi niña siempre ha estado cerca, mi esposo que ha sido fundamental en este proceso, porque me ha ayudado mucho emocionalmente, dándome valor, dándome animo, apoyándome, como brindándome ese amor y ese cariño incondicional, que no importa que estés así, eso es lo de menos, lo importante es que estés viva, entonces eso es como un aire un...” (U.S. PARTICIPANTE C:50-62)</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he</p>	<p>contrario le atribuyen un valor adicional, donde reconocen la importancia de aprender (recibir) a través de las mismas.</p> <p>Finalmente, los tres casos frente a la legitimación de los entes (personas, lugares u organizaciones) de los que recibieron apoyo, acompañamiento y fortaleza, reconocen a la familia, el personal médico, las fundaciones y los compañeros de trabajo. Permittiéndonos comprender la posibilidad que existe de recibir del o lo otro a través de la entrega recíproca.</p>
--	--	---



	<p>hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84)</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88)</p> <p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre mas a el volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento una paz, una tranquilidad “ (U.S. PARTICIPANTE B: 90-93)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“No, estuve estudiando italiano, un tiempo y luego francés y pues si básicamente hacia eso “ (U.S. PARTICIPANTE A:128-129)</p> <p>“ Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quiera, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A:131-134 A)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer,</p>	
--	---	--

	<p>pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no sé Pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante (U.S. PARTICIPANTE A:138-146 A)</p> <p>“Siempre he creído como en un Dios pero tal vez esto reforzó mucho más mi relación con el” (U.S. PARTICIPANTE A:148-149 A)</p> <p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales” (U.S. PARTICIPANTE C:178-183)</p> <p>“Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejor dicho es único se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados, claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos” (U.S. PARTICIPANTE B: 183-186)</p> <p>“En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés, reforzar mis idiomas, me gusta mucho, pero no</p>	
--	---	--

	<p>así que me mate, esa etapa ya como prueba superada, pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” (U.S. PARTICIPANTE C: 186-195)</p> <p>“ Bueno, yo pienso que de pronto aumenta , en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más”(U.S. PARTICIPANTE C: 199-204)</p> <p>“Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta que personas siempre están para uno y en el hospital siempre fue un muy buen trato, llamaban que como estaba, ahorita donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también entonces se preocupan mucho por cómo estas” (U.S. PARTICIPANTE A: 273-278)</p> <p>“Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta quien está con uno y quien no está, de</p>	
--	---	--

	<p>hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa “ (U.S. PARTICIPANTE C:346-351)</p> <p>“Mi hijo también estuvo pendiente, pues significo un gran apoyo” (U.S. PARTICIPANTE C: 362)</p> <p>“Jajaja, bueno hoy la entrevista porque realmente no he hecho mucho mas hoy” (U.S. PARTICIPANTE A: 400)</p> <p>“El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante, y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien, el otro importante fue la consulta con mi doctora que me dijo que todo estaba bien, el compartir el almuerzo con mi niña, son momentos importantes “ (U.S. PARTICIPANTE C: 566-569)</p>	
Actitud	<p>“Pues emociones positivas y emociones negativas, porque bueno digamos el comenzar es difícil, un proceso de una cirugía que te quiten un seno, que estés como deforme es muy difícil, luego en el proceso ya que vas tú mejorando, que ya te vas sintiendo mejor y estéticamente mejor, eso también influye en que emocionalmente se sienta uno mejor, como tú te veas en un espejo, pues te vas a sentir mejor” (U.S. PARTICIPANTE C: 11-16)</p> <p>“Al principio total confusión, miedo de lo que podría pasar, mucha tristeza porque lo primero que pensé fue en la muerte cuando leí las mamografías los resultados para mi yo ya estaba invadida, cuando me mandaron hacer todos los exámenes de los huesos, del estómago, la ecografía esa ansiedad ,de leer los resultados de saber cómo iban a salir, la incertidumbre, es duro, ya después de un tiempo sentí</p>	<p>Gerónimo Acevedo nos habla de la posibilidad que tiene el hombre de transformar una tragedia en la oportunidad de crecimiento e incluso en un triunfo; respecto a la enfermedad nos dice que el hombre puede elegir no ser la enfermedad que le diagnosticaron.</p> <p>Efectivamente en los tres casos analizados durante la investigación se hace visible el valor de actitud, como la posibilidad que ellas tuvieron de elegir una postura positiva en medio de una situación inevitable de vivir como el cáncer.</p> <p>Cuando ellas refieren la posibilidad de conocerse y asumirse de manera diferente ante la vida en medio de su proceso, se direccionan hacia la transformación del cáncer</p>

	<p>nostalgia de lo que me paso, cada que recuerdo me da nostalgia, pero ahorita sé que estoy bien, con ganas de salir adelante después de haber pasado por esta situación” (U.S. PARTICIPANTE B: 15-22 )</p> <p>“La creación de Dios es perfecta, nunca va a ser igual, pero se hace como se dice lo máximo posible, que es lo que hacen los cirujanos y lo que uno aporta como ser humano. Y pues de las emociones, las negativas, pues todo esto la angustia, el miedo, el sentirse motilado por decirlo así, no sé si sea la palabra adecuada”( U.S. PARTICIPANTE C: 18-22)</p> <p>“Bueno mirándome a mi misma pienso y siento que una profunda felicidad, tranquilidad, y mucha fe de que voy a seguir bien” (U.S. PARTICIPANTE B: 24-25 )</p> <p>“El sentirse en que si se te empieza a caer el cabello, eso es lo de menos porque te pones una gorra, una peluca, pero igual la sensación de sentirlo es fuerte, ¿por qué? por vanidad del ser humano y más nosotras las mujeres, entonces es fuerte, esa parte es fuerte, el proceso de sentir que esa medicina que te aplican, como es la quimioterapia, tú sientes que entra a tu cuerpo a hacerte un bien, pero es que las consecuencias son fuertes, como que se te debilitan las uñas, que se te cae el pelo, que de una u otra forma tus facciones se tornan como nerviosas, porque todo es una alteración metabólica total y el sentir que esta medicina lo que hace en ese momento, tú crees que es como un veneno, que te haces daño, si porque estas vomitando, porque estas no puedes comer, porque todo te sabe feo, te duele la cabeza, los ojos, los oídos, los huesos, es algo que es muy</p>	<p>como un evento trágico al cáncer como una experiencia de aprendizaje continuo.</p> <p>La elección de actitud positiva, de lucha y fortaleza, durante todo el proceso vivido, les permite a las tres participantes posicionarse ante su “condicionante”, de forma libre y responsable, tomando decisiones que favorecieron su proceso, mejorando su calidad de vida y su bienestar personal.</p>
--	---	--

	<p>difícil descifrarlo, porque como tú dices el que vive en si eso es el que de pronto podría entenderte, entonces el ya tratar de que eso pase y recuperarse uno, ya como que le devuelve a uno la emoción de tranquilidad, la emoción de a través de que su proceso va mejorar, que va mejorando, que va finalizando su protocolo y que todo va bien, ya se siente uno pues más relajado, más feliz, más tranquilo, le doy gracias a Dios por la oportunidad de vida que me ha dado, por ponerme con personas claves en ese proceso, como son: los médicos, las enfermeras, las psicólogas, que se yo todo un equipo que uno busca, que tienes que buscarlo y sacar de eso el mayor provecho, entonces es ese proceso” ( U.S. PARTICIPANTE C :24-47)</p> <p>“Pues al principio es muy difícil, aceptar que toda, o sea a imagen corporal cuando cambia, las cirugías, las cicatrices, el verse uno con...digamos un drenaje que sale de un costado de tu cuerpo, que es como un tubo ahí raro, es muy difícil, pero pues ya con el tiempo, como que uno aprende a aceptar que esos cambios tuvieron que suceder y como a querer su cuerpo y sus cicatrices por lo que representan” (U.S. PARTICIPANTE A:26-32)</p> <p>“En mi apariencia física no me estoy preocupando mucho porque antes vivía de las dietas de no engordar de no subir de peso ya no como lo que quiero me alimento bien, sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con</p>	
--	---	--

	<p>mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 72-79)</p> <p>“me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme” ( U.S. PARTICIPANTE B:95)</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino deje los malos hábitos como fumar” (U.S. PARTICIPANTE B: 97-98)</p> <p>“Si, esss digamos que en esos momentos de la enfermedad uno como que trata de hacer algo para sentirse bien, porque uno esta pálido, amarillo, tiene cicatrices, los drenajes, bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arréglame las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 111-116)</p> <p>“Si siempre me ha gustado tener mis cosas, no de pronto tan ordenadas, pero si en mi orden, porque me gusta tenerlas de cierto modo” (U.S. PARTICIPANTE A: 118-119)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces</p>	
--	---	--

	<p>uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Siempre, o sea nunca lo he dejado, antes lo hacía más, porque obviamente mi trabajo me lo exigía, el hecho por ejemplo de que tenía que estar cepillándome todos los días ya ahora no es tan frecuente, pero igualmente nunca descuido mi apariencia personal, pues pienso que toda mujer debe mantenerla siempre a las edades que se tenga y a los recursos siempre tratar uno de estar como bien puestecito” (U.S. PARTICIPANTE C: 158-164)</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B:163-165 )</p> <p>“Siempre, me gusta remodelar, siempre cuando tengo la oportunidad, porque todo es dinero, pero nosotros siempre estamos pendientes de remodelar o muebles, o casa, de hecho vendemos casas en tenjo, mi esposo trabaja en el área de construcción, entonces siempre tenemos una o dos casas vendiendo y el remodela aquí todo, ósea siempre se está aquí, o sea es importante como tú te rodees de ambiente, así sea humilde, así sea todo pero pues que sea como armónico como limpio, que así sean dos cositas pues que las tengas bonitas, como limpiecitas, si todo eso a cualquier ser humano le hace bien y más cuando uno está sensible, levanta más el ánimo” (U.S. PARTICIPANTE C:166-175)</p> <p>“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también</p>	
--	--	--



	<p>tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” (U.S. PARTICIPANTE C:237-242)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada Y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337-339)</p> <p>“Seguir viajando” (U.S. PARTICIPANTE B: 341 )</p> <p>“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343-344 )</p>	
--	--	--

	<p>“A Buenos Aires acompañada con mi hijo pequeño, y a España si creo que sola, y ahorita no tengo así otros sueños ni proyectos, ahora que recuerdo otro proyecto sería sacar un apartamento pero ya propio con mi hijo ahorita que regrese él con su novia están ahorrando, entonces tenemos proyecto de comprar, yo me quedo en el apartamento y ellos se van para Buenos Aires a hacer el rural, me quedo tres añitos mientras regresan, entonces ese es mi proyecto vivienda nueva este año para seguir teniendo mejor vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 346-352)</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A:411-416)</p> <p>“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” ( U.S. PARTICIPANTE A: 428-430 A)</p> <p>“Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible de algo No se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante, tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no</p>	
--	--	--

	<p>me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto, otro sueño quiero ir a Buenos Aires, quiero ir porque no lo conozco con mi esposo y con mi hija. y eso serían los tres sueños” (U.S. PARTICIPANTE C : 589-598)</p> <p>“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este como se dice así en la inmunda, no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en SM, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, un amigo y mi nieta, nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenársenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el relajo, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un</p>	
--	---	--

	<p>momento difícil, afortunadamente mi esposo nos hecho de menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago. Gracias a Dios siempre he estado como con la bendición de mi señor” (U.S. PARTICIPANTE C: 696-723)</p>	
--	--	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**Tabla 21.** Matriz de triangulación (análisis por categoría Participante A, B y C)

<b>CATEGORIA: Sentido del sufrimiento</b>	
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Análisis categorial (¿Qué nos dice como investigadoras, desde el enfoque?)</b>
<p>“Bueno, entonces obviamente uno se siente como oooo, porque tiene una costumbre de una rutina, de madrugar, de correr de ...muchas otras cosas, te cambia la vida, entonces ¿Qué haces? tienes que buscar como que te alegren, que te satisfagan, entonces el viajar, el ir al gimnasio, casi nunca lo podría hacer porque tenía que trabajar y luego los hijos y etc. entonces era muy difícil y uno siempre deja posterior todo lo que le causa bien a uno, a su físico siempre no tengo tiempo, lo pospone y cree que siempre va a ver un tiempo para después y no siempre, siempre debe uno de tratar de cuidar pues el compartir con personas, que de pronto no lo hacía, con amigas, eso”(U.S. PARTICIPANTE C: 145-155)</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnóstico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B: 163-165).</p> <p>“En si pienso y siento que genero cambios que mejoraron mi vida, ahora hago las cosas con tranquilidad, antes me afanaba mucho por hacer las cosas, pero ahora me tomo mi tiempo además ahora siento más temor de Dios y me preocupo por ser mejor persona por si acaso debo partir el día de mañana ganarme un lugarcito haya arriba” (U.S. PARTICIPANTE B: 195-199).</p> <p>“No igualmente sigo realizando mis actividades comparto con mi familia, salgo con mis amigas, claro que lo hago ya mas</p>	<p>El sentido del sufrimiento es una de las categorías que tiene un amplio despliegue en las tres participantes, puesto que verse enfrentadas a un diagnóstico de cáncer ineludible, les permite replantear sueños, metas, prioridades, relaciones familiares, relaciones sociales y consigo mismas además de estilos vida.</p> <p>Es decir, que a partir del sufrimiento vivido desde el diagnóstico de la enfermedad y el curso de la misma, les permitió a cada una de las participantes, verse en situaciones, asumiendo posturas de vida, que les permitieran el despliegue de recursos y valores, y por ende la construcción de sentido de vida.</p> <p>Cuando Frankl, hacía referencia a la capacidad de sufrimiento en el hombre, mencionaba como, aun ante las condiciones más adversas de la existencia, era posible, para el ser humano atribuir un valor a la vida; es el caso de las participantes A,B,C, quienes después de proceso vivido y en la actualidad como sobrevivientes, atribuyen un valor más profundo significativo a su existencia</p> <p>Finalmente el descubrir un sentido de vida durante el padecimiento de una enfermedad como el cáncer de seno,</p>

moderadamente, y además trato de disfrutar y valorar cada instante de vida que tengo al lado de todos” (U.S. PARTICIPANTE B: 201-203).

“En si toca uno tiene que sacar fuerzas muy interiores para enfrentar lo que le toca a uno, no hay que dejarse vencer porque si no eso es peor, si hubiera caído en depresión otra hubiera sido la historia, mis compañeras siempre me dicen que es de admirar de que nunca se me vio decaer que siempre con los chistes con las risas todo el mundo estaba aterrado que el semblante que como me veían de bien, ahora me siento más fuerte porque hay que saber afrontar las cosas, es duro pero no imposible” (U.S. PARTICIPANTE B: 206-212).

“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada Y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado de ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254).

“Si, exacto, lo que decía uno agradece el poder respirar, antes uno respira porque sabe, ósea lo hace mecánicamente, cuando tú puedes respirar, puedes acostarte sin dolor, levantarte sin dolor, agradeces un día húmedo, agradeces un día soleado, o sea tienes que ver la vida desde todos los puntos bonita, el poder ver el cielo, cuanta gente no lo puede hacer, el ir a un cine, cosas tan sencillas que uno antes no apreciaba, así

permite que cada una de las participantes asuman una nueva postura ante las situaciones de sufrimiento que acontecieron en medio de su enfermedad, es así como cada una de ellas logra percibir el cáncer no como una situación trágica que aconteció en sus vidas, si no como una experiencia de triunfo personal en la manera como cada una hizo cambios oportunos en su manera de concebir y percibir la vida, hecho que hizo que en la actualidad se vieran como protagonista de su historia al ser sobrevivientes de cáncer de seno.

sea tomarse un vino, un tinto uno se lo tomaba y ya y disfrutarlo y agradecer cada cosita, cada momento, que pues las bendiciones y lo bueno y los privilegios que Dios le tenga” (U.S. PARTICIPANTE C: 256-265).

“Pues lo que te digo, eeeee me como que me mostro y me desacelero mucho y me hizo ser un poco más optimista sobre todo y me hizo ponerme a mí como prioridad, eso sobre todo” (U.S. PARTICIPANTE A: 282-284).

“No, antes creo que mejoro esa parte” (U.S. PARTICIPANTE A: 286).

“Pues uno se empieza a dar cuenta como de los pequeños milagros y esas cosas y uno dice es milagroso el hecho de estar acá después de pasar por todo el proceso y los niños todo esto, es muy milagroso, entonces si hay muchas cosas que de pronto todo está en contra pero es como, como decirlo contra todas las posibilidades y si me mostro que la vida puede ser muy maravillosa” (U.S. PARTICIPANTE A: 288-293).

“Si lo que te digo me hizo como más fuerte, me dio más fortaleza espiritualmente” (U.S. PARTICIPANTE A: 296).

“En la actualidad después de haber pasado por todo este proceso puedo decir que me puedo irme tranquila, me voy tranquila porque mis hijos no quedan desprotegidos, ya se defienden solos” (U.S. PARTICIPANTE B: 376-378).

“No lo había pensado, pero si me gustaría seria como aprovechen cada instante, quieran a su familia estén con su familia quiéranse, porque la vida es muy linda muy bella para que la aprovechen, si tienen hijos que los amen que estén siempre a su lado que los respalden, y que salgan adelante que no se hundan, hay tantas maneras de luchar de salir adelante, hay que luchar ante cualquier circunstancia que nos coloque la vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 381-386).

“Si claro, es como uno aprecia cada detalle de la vida, cada viaje que

tú haces, por ejemplo fui a Italia , cuando estuve en Italia y yo decía gracias Dios por poderme dar la oportunidad de venir a visitar mi hija, de ver esos paisajes tan lindos, esas culturas tan diferentes, esas ciudades que tal vez no uno las ve por televisión pero ya vivirlas esa oportunidad yo decía ha tan rico, entonces lo disfrute al máximo, lo disfruté muchísimo cosas así, entonces uno disfruta cada cosa, si tú vas por decir algo a Medellín, tú ya hay vas al pueblito paisa y lo disfrutas, todo lo que tú haces lo disfrutas al máximo, es un regalo que Dios te da, es un privilegio que tienes, siempre debes estar agradecido, de poder comer una comida deliciosa, en un sitio lindo, tantas cosas, aprendes la capacidad de ver la vida es como más enriquecedora” (U.S. PARTICIPANTE C: 389-400).

“Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenía de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)

“Como una mujer muy valiente, y luchadora dedicada a su familia” (U.S. PARTICIPANTE B: 444).

“Pues creo que eeee como te dijera, como que no es una decisión que uno pueda tomar, entonces en cualquier momento por cualquier cosa, o sea por las cosas más ilógicas, la gente muere, si sucediera en este momento o en los próximos días, si me iría tranquila porque he hecho o como decirlo no tengo cuentas pendientes y pues digamos que quiero hacer muchas más cosas todavía pero si llegara el momento pues nada que hacer, pero si me iría como tranquila” (U.S. PARTICIPANTE A: 443-449).



“En el momento si se afectaron, la noticia les dolió a varios que se preocuparon se entristecieron, pero me veían a mi fuerte, optimista y eso los tranquilizaba” (U.S. PARTICIPANTE B: 446-447).

“Todo eso tiene un precio y a veces de las maneras más duras uno se da cuenta de que uno no es inmortal digámoslo así y que lo esencial de la vida, son las cosas pequeñas, son las más importantes, Entonces es eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 454-457).

“Trataba de actuar lo más normal posible, no me daba a la pena Ni al dramatismo, que pobrecita...no...entonces eso ayudo un poco Porque claro cuando dan un diagnostico como este, se lo dan a uno Pero también a tus familiares, entonces si ellos lo ven a uno bien, No es tan duro para ellos” (U.S. PARTICIPANTE A: 565-569).

“No creo que esté preparada” (U.S. PARTICIPANTE C: 608).

“Si se que algún día lo estaré, en este momento no me quisiera morir, entonces no pienso que esté preparada, si bueno si Dios dijo un día Luz Mercedes nos montamos al tren me imagino que en el momento tendrá que ser, pero que yo me prepare para morir no, me preparo para vivir , pero si organice las exequias entonces compre un programa exequial, para que mi familia no esté en la angustia económica, siempre procuro tenerlo para la familia es como la formalidad que hay para ese momento” (U.S. PARTICIPANTE C:610-616).

“Claro de hecho he hablado con algunos jóvenes que se deprimen y se intentan Suicidar y yo digo ¿Cómo? si Dios les dio ese regalo tan lindo que es el vivir Como pueden atentar contra sus vidas no me cabe en la cabeza que puedan hacerlo cuando están llenos de vida de salud con un mundo por delante entonces pienso que uno la vida la debe amar muchísimo y ojala que tanta juventud que se quiere suicidar, gente adulta también, pero lo más triste es cuando la juventud no quiere vivir, gente que maldice, digo no puede ser que piensen así si hay tanta gente

que luchamos por vivir porque conmigo hay muchas personas que luchan contra enfermedades, dolencias, contra muchas circunstancias adversas y siguen hasta su último aliento, y personas que lo tienen todo lo desaprovechan, no lo valoran, no valoran el don que Dios les dio” (U.S. PARTICIPANTE C:619-630).

“Pues e mensaje más grande es amarte a ti mismo y amar la vida Y como dicen amar a Dios sobre todas las cosas como dicen los mandamientos, es verdad hay que hacerlo de esa forma, en primer Lugar amar a Dios sobre todas las cosas, amarse uno mucho ,quererse, cuidarse y amar la vida con todos los sin sabores que tiene porque no es fácil, muchas veces pasa uno situaciones difíciles, de dificultades económicas, emocionales, tantas cosas pero siempre la vida es bella” (U.S. PARTICIPANTE C:632-638).

ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca, siempre pensar que va a salir bien y que va a salir que va poder, tener la convicción, cuando uno tiene la convicción de algo, esa energía que tú emanas es positiva, como cuando tú dices, hay me voy a enfermar, te enfermas, si porque es como la energía que el universo le trae a uno” (U.S. PARTICIPANTE C:726-734).

“A mí me generaba obviamente tristeza de ver que ellos hayan tenido que ver esa vivencia, me sentí también como pues el empuje de demostrarles que eso también me ayudaba en parte a mí porque yo me mostraba más valiente, más tranquila, no me duele nada, estoy perfecta, que ellos me vieran bien, para que se sintieran bien, para que obviamente si me ven así triste, llorando ellos van a estar mal entonces no, siempre saque como esa fuerza para estar mejor” (U.S. PARTICIPANTE C:761-767).

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**Tabla 22.** Matriz de triangulación (análisis por categoría Participante A, B y C)

<b>CATEGORIA: Libertad</b>	
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Análisis categorial (¿Qué nos dice como investigadoras, desde el enfoque?)</b>
<p>“al saber el diagnostico si se limita uno primero porque se echa a la pena las primeras semanas uno no quiere saber de nada, además después de la cirugía se limita uno de muchas cosas, pero en si la libertad siempre la tuve para realizar cualquier actividad limitada un poco pero siempre mantuve la idea de seguir haciendo mis cosas porque quería, además después fui tomando las cosas con calma, y siempre mantuve la idea de que la vida continuaba normal, después ya nada de sustos nada de miedos” (U.S. PARTICIPANTE B: 215-221)</p> <p>“Haciendo lo que me gusta cómo salir a bailar pasear ,claro que dentro de un límite, respecto a mi salud y mi propio cuidado” (U.S. PARTICIPANTE B: 223-224)</p> <p>“Sí, yo no fui de pronto de enclaustrarme y de no salir de hecho hasta alguna vez salí y me descompense pues porque ya no quería quedarme más encerrada pero entonces no fue como una traba, bueno en algunos aspecto si me toco como nada que hacer, pero en general viví mi vida común y corriente” (U.S. PARTICIPANTE A: 299-303)</p> <p>“Pues, yo creo que eee de todas las maneras, yo soy libre como de tomar mis decisiones, de hacer lo que me gusta y todo eso, obviamente todo lo que uno hace trae consecuencias pero si pienso que no tengo ningún reparo en tomar mis decisiones y hacer lo que yo creo es más conveniente para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 305-310)</p> <p>“Bueno descansar en semana santa, y adelantar trabajos de la oficina,</p>	<p>Las participantes A, B y C, durante el padecimiento del cáncer, lograron ejercer su libertad a través de las elecciones que realizaban ante aspectos como: su salud emocional y física, sus profesiones, su contexto laboral y sus círculos sociales. Por ende, aun cuando la enfermedad implicaba limitaciones a nivel físico, siempre lograron establecer límites antes dichos condicionantes, para desempeñarse en sus diferentes roles de la mejor forma posible.</p> <p>Al hablar del establecimiento de metas, sueños y propósitos antes, durante y después del cáncer de seno, se consigue evidenciar la postura adoptada como mujeres libres, sanas y con capacidades para elegir en los diferentes contextos de su vida cotidiana.</p> <p>Se evidencia en el discurso que la toma de postura de las participantes es interioriza dando como resultado de la libertad, siendo conscientes de su independencia, sus limitaciones, sus posibilidades, los recursos y estrategias que utilizan entre otras.</p> <p>Cabe señalar que el rol que asumen las tres participantes en su medio circundante les permite sin lugar a dudas ejercer su libertad, sin embargo cada una tiene una identidad y coherencia que las caracteriza y delimitan su personalidad, además factores</p>

así a largo plazo no tengo nada proyectado todavía” (U.S. PARTICIPANTE B: 320-321)

“No he hecho nada, por lo que he estado con mis hijos, aunque son muchachos grandes le quitan a uno tiempo, ya mañana se va el ultimo de mis hijos y ya me dedicare hacer otras actividades, a poner en marcha el proyecto de los “cojines de corazón” (U.S. PARTICIPANTE B: 323-326)

“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337-339)

“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343-344)

“Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-406)

“Escribir, soy muy entregada a mi trabajo no vivo del horario no soy de las que salgo a las 5 en punto porque ya es hora, entonces tengo un sentido de pertenencia con mi entidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 405-407)

“Bueno, uno crea o no, crea libertades según tu vida yo por ejemplo todavía no me siento totalmente libre y decir no tengo ninguna atadura no, porque si tiene las ataduras a su hogar, a los hijos, a lo económico, porque tú quisiera por ejemplo viajar todo el tiempo pero económicamente no puedes cosas así, uno siempre tiene. Ahora los temores uno siempre, temor hay de, va a volver con algún dolor que le da, se me rompieron estos vasitos antier hay eso será grave, que susto, cosas así entonces siempre pienso que uno no tiene total

como la edad, las relaciones interpersonales, sus experiencias vividas, el contexto familiar, académico y laboral son los que marcan las diferencias en esa postura que adoptan de su existencia humana.

En conclusión, es por la libertad que cada una logra desplegar que logran decidir sobre sí mismas, teniendo siempre presente que son responsables de sus actos, de sus decisiones, aciertos, equivocaciones y que en definitiva los límites para trascender y desplegar sentido son su elección.

libertad, no sé en qué momento la tenga” (U.S. PARTICIPANTE C: 405-413)

“No la verdad no porque casi yo no permanezco acá en mi casa, realmente no es algo que me interese mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 408-409)

“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)

“Honestidad, nobleza, trabajadora, responsable en mi trabajo con mi familia, luchadora, tranquila” (U.S. PARTICIPANTE B: 414-415)

“Libre si me siento por ejemplo de en la actualidad de no estar trabajando y dependiendo en los hoteles como me tocaba pues depender, de un horario, de un protocolo, de un uniforme, todo lo que conlleva ser uno empleado, en este momento tengo la libertad de que tengo mi tiempo, trabajo con mi esposo independiente entonces un día me dedico solo a computador a trabajar, otro fin de semana nos vamos para allá solo a vender, entonces como que manejamos o yo manejo más mi tiempo, porque él es el que está produciendo, entonces no total libertad no me siento todavía” (U.S. PARTICIPANTE C: 415-424)

“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces

reestructure todo ese proceso, y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)

“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)

“Claro tu siempre tienes que estar súper atado porque tú no puedes faltar a una quimio, yo no podía viajar, a mí se me presentaron dos viajes y yo no los pude hacer porque si me voy pierdo mi tratamiento y que es prioridad es su tratamiento porque es su vida entonces si es súper atadura, de hecho todavía yo digo, Dios mío me tengo que ir, pero me tengo que tomar las pastillas, la vez pasada que me fui un mes entonces tenía que pensar en llevarme la otra provisión, se me acabaron allá y allá tuve que comprarlas, gracias a Dios lleve la historia porque el doctor Bello me dijo, llévala por si cualquier cosa, porque como tienes prótesis, nosotros los colombianos en las revisiones, que lleva, que no lleva y me sirvió mucho, porque allá se me acabaron y me toco allá en oncología comprarlas, entonces uno tiene bastantes ataduras, al proceso de que tienes que ir a control cada mes , esos son ataduras, que tienes que depender de esa medicina, entonces si me voy a ir tres meses tengo que primero consultar con el medico” (U.S. PARTICIPANTE C: 431-446)

“No es como que tu estas bien totalmente y claro que lo puedes hacer pero todo tiene que ser con que el médico te lo diga, que tienes que llevar etc., Uno piensa no hay problema, pero si el día que no te tomes la medicina pues puedes recaer entonces uno tiene que siempre ser juicioso” (U.S. PARTICIPANTE C: 448-452)

“Me quiero mucho más y me respeto, me valoro mucho más y

también no me juzgo tanto entonces me encuentro menos defectos” (U.S. PARTICIPANTE A: 470-471)

“Mm, el respeto, la responsabilidad y la honestidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 488)

“Planes siempre trato de realizar, por ejemplo mañana por la Mañana tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas que no conozco y una o dos amigas que conozco, vamos a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la venta de una casa y un Apartamento que necesitamos venderlo pronto, también quiero ir a cine, me gusta ir a cine vamos con mi esposo y la niña vamos los dos, me gusta ir a cine porque uno como que se transporta a otra realidades, no me gusta las películas de miedo pero si me gusta ir a cine disfrutar unas palomitas” (U.S. PARTICIPANTE C: 571-582)

“Si claro, por decir algo ayer embetune mis muebles, siempre trato de hacer una actividad de organizar, casi no me gusta que venga la empleada me gusta hacerlo yo, porque en si yo lo hago como a mí me gusta, porque me gusta la privacidad, me gusta cambiar las cosas de sitio” (U.S. PARTICIPANTE C: 584-587)

“Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible de algo No se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante, tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es

un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto, otro sueño quiero ir a Buenos Aires, quiero ir porque no lo conozco con mi esposo y con mi hija y eso serían los tres sueños” (U.S. PARTICIPANTE C: 589-598)

“Pues yo siempre he sido una persona luchadora, le he inculcado eso a mis hijos y a mis hijas, siempre he tenido como la verraquera de meterme en proyectos grandes, pequeños, de salir adelante, de estar activa, de ósea son valores que uno tiene que inculcarse uno mismo, porque nadie te va a decir tu eres perfecta, también tengo muchos defectos y también he tenido muchas falencias pero lo que me fortalece pienso que es también la constancia de hacer algún proyecto, el transmitirle los consejos a mis hijos animarlos, afortunadamente hoy las comunicaciones” (U.S. PARTICIPANTE C: 647-654)

“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este como se dice así en la inmunda, no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta, nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenársenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y



estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el relajo, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos hecho de menos y nos mandó la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago. Gracias a Dios siempre he estado como con la bendición de mi señor” (U.S. PARTICIPANTE C: 696-723)

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**Tabla 23.** Matriz de triangulación (análisis por categoría Participante A, B y C)

<b>CATEGORIA: Responsabilidad</b>	
<b>Unidades de sentido</b>	<b>Análisis categorial (¿Qué nos dice como investigadoras, desde el enfoque?)</b>
<p>“No, para mí si fue un cambio total, un cambio total porque ya no pensé en Dedicarme a trabajar, ya tú miras la vida de otra manera, antes para mí el trabajo era lo más importante en mi vida, yo me podía ir a trabajar a las 6 de la mañana y regresar a mi casa a las 8, ya en este proceso no, tengo el valor hacia la familia, hacia el yo estar tranquila, hacia aprovechar uno el tiempo que no tuve en algún momento, de pronto por tanto stress, de pronto en lectura, en si puedo viajar, me encanta viajar, cada vez que lo puedo hacer lo hago, muchas cosas ósea que uno no puede, no aprovecha o no busca” (U.S. PARTICIPANTE C: 111-120)</p> <p>“Si, fundamentales, de hecho yo había trabajado en un hotel , trabaje en dos hoteles prácticamente, en el Bogotá plaza y en la casa Dann Carlton, en hotelería sumaron en total 25 años, luego Salí y monte una empresa, pero cuando me dio esto, yo dije cuando uno tiene un negocio, uno tiene que estar en frente, un negocio que comienza, que si no hay primero mucho recurso para delegar y que todo me lo hagan y me llegue el dinero, tienes que estar enfrente, entonces decidí venderla, porque era el proceso de la quimio, que no me iba bien, entonces no podía estar con mis motorizados, no podía estar haciendo nóminas y muchas cosas que tenía que hacer, entonces que tiene que cambiar, te cambia, tú te metes a una quimio un día entero, sales desbarato, te estas tres días en el baño,</p>	<p>En las tres participantes, la responsabilidad es desplegada a partir de la capacidad que cada una tiene para asumir los cambios que se presentaron durante la enfermedad, como la calidad de vida afectada directamente a nivel académico, laboral y familiar, encontramos en el discurso un replanteamiento en metas, tareas y deberes, sin embargo cabe resaltar que ninguna dejó de lado su proyecto de vida.</p> <p>Los cambios en la rutina diaria, fueron evidentes en cada participante, además las relaciones interpersonales son replanteadas positivamente, dejando de lado prejuicios, para disfrutar la compañía de amigos, padres, hermanos y demás personas presentes en su mundo circundante.</p> <p>El padecimiento del cáncer, les permitió, asumir una postura más responsable ante su salud y el cuidado continuo de la misma, en acciones como: el autoexamen, identificar las alertas que da el cuerpo, asistir a controles médicos, dejar de lado hábitos perjudiciales para la salud (fumar, tomar, mala alimentación, entre otras), control de emociones y sentimientos.</p> <p>Por otro lado, su condición actual como sobrevivientes de cáncer,</p>

tú no puedes decir que vas a trabajar, eso sería imposible y las personas que lo han hecho el resultado ha sido catastrófico , el que caso que te contaba de mi amiga, siguió trabajando , trabajando y no paraba, entonces como que el estrés y todo eso como que ayuda a que todas estas células y todo este nivel hormonal como que de por si están alborotadas, la locura con quimios con todo y uno agregándole estrés, carga, tiene que reposar, de hecho tu vida te cambia, quieras o no y debe hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE C: 122-140)

“Bueno seguí con mi rutina de trabajo y organizar mi casa, salir, claro que todo más relajado más despacio con más tranquilidad hacia y hago las cosas, porque ya no se tiene la misma agilidad ni la misma disposición física pero en si todo sigue igual” (U.S. PARTICIPANTE B: 226-229)

“Muchas cosas, yo soy una persona como muy independiente entonces he tenido la costumbre de no depender mucho de las demás personas, entonces hubo cosas en las que yo nunca cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 313-315)

“por ejemplo, cosas como que me acompañen al baño, yo nunca lo permití, o dije no de alguna manera tender que ir yo sola pero no voy a permitirlo, digamos el baño de los dientes o que me cucharearan el almuerzo, no me gustaba entonces si era muy complicado porque también me sacaron los ganglios entonces el brazo como que no respondía mucho...pero yo no cedía” (U.S. PARTICIPANTE A: 317-322)

“Bueno descansar en semana santa, y adelantar trabajos de la oficina, así a largo plazo no tengo nada proyectado todavía” (U.S. PARTICIPANTE B: 320-321)

“No he hecho nada, por lo que he estado con mis hijos, aunque son

las sensibiliza con la población femenina, al punto que generando promoción y prevención con amigos y familiares, logran satisfacer su intelecto.

Finalmente, las participantes de la investigación son libres para ser responsables y viceversa, al establecer relación directa con decisiones, sentimientos, acciones, situaciones delimitan su existencia humana desde un aquí y un ahora.

muchachos grandes le quitan a uno tiempo, ya mañana se va el ultimo de mis hijos y ya me dedicare hacer otras actividades, a poner en marcha el proyecto de los “cojines de corazón” (U.S. PARTICIPANTE B: 313-315)

“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337-339)

“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343-344)

“Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-406)

“Escribir, soy muy entregada a mi trabajo no vivo del horario no soy de las que salgo a las 5 en punto porque ya es hora, entonces tengo un sentido de pertenencia con mi entidad.” (U.S. PARTICIPANTE B: 405-407)

“No la verdad no porque casi yo no permanezco acá en mi casa, realmente no es algo que me interese mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 408-409)

“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)

“Escribir, soy muy entregada a mi trabajo no vivo del horario no

soy de las que salgo a las 5 en punto porque ya es hora, entonces tengo un sentido de pertenencia con mi entidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 414-415)

“Sí, pero quería hacerlo de manera diferente, entonces como te digo ya he reestructurado esa idea, para llevarla de la mejor manera, porque yo vivía muy acelerada y me quería ir ya y me quería ir a trabajar en cruceros pero pues obviamente eso para mí ya no es posible porque para trabajar en un crucero para empezar hacen un examen médico que en estos momentos yo no pasaría, entonces reestructure todo ese proceso, y ver como es la mejor manera de irme a estudiar fuera, de hacer cambios y ya ahorita como que lo estoy logrando” (U.S. PARTICIPANTE A: 418-426)

“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)

“Mm, yo pienso que mi mayor fortaleza es la espiritual y siento que si uno está equilibrado emocionalmente, como que todo fluye” (U.S. PARTICIPANTE A: 478-479)

“Mm, el respeto, la responsabilidad y la honestidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 488)

“Planes siempre trato de realizar, por ejemplo mañana por la Mañana tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas que no conozco y una o dos amigas que conozco, vamos a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la venta de una casa y

un Apartamento que necesitamos venderlo pronto, también quiero ir a cine, me gusta ir a cine vamos con mi esposo y la niña vamos los dos, me gusta ir a cine porque uno como que se transporta a otra realidades, no me gusta las películas de miedo pero si me gusta ir a cine disfrutar unas palomitas” (U.S. PARTICIPANTE C: 571-582)

“Si claro, por decir algo ayer embetune mis muebles, siempre trato de hacer una actividad de organizar, casi no me gusta que venga la empleada me gusta hacerlo yo, porque en si yo lo hago como a mí me gusta, porque me gusta la privacidad, me gusta cambiar las cosas de sitio” (U.S. PARTICIPANTE C: 584-587)

“Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible de algo No se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante, tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto, otro sueño quiero ir a Buenos Aires, quiero ir porque no lo conozco con mi esposo y con mi hija y eso serían los tres sueños” (U.S. PARTICIPANTE C: 589-598)

“Pues el estar actualmente bien de salud, pienso que mi emocionalidad no sé si sea la palabra correcta es equilibrada, fortalezas pues como el ser receptivo y aprender todos los días, todos los días uno aprende, las personas todos los días creces con las adversidades con lo bueno con lo malo siempre debes crecer tanto emocional como espiritual, tu estas creciendo y aprendiendo” (U.S. PARTICIPANTE C: 640-644)

“Pues yo siempre he sido una persona luchadora, le he inculcado

eso a mis hijos y a mis hijas, siempre he tenido como la verraquera de meterme en proyectos grandes, pequeños, de salir adelante, de estar activa, de ósea son valores que uno tiene que inculcarse uno mismo, porque nadie te va a decir tu eres perfecta, también tengo muchos defectos y también he tenido muchas falencias pero lo que me fortalece pienso que es también la constancia de hacer algún proyecto, el transmitirle los consejos a mis hijos animarlos, afortunadamente hoy las comunicaciones” (U.S. PARTICIPANTE C: 647-654)

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)

**Tabla 24.** Matriz de triangulación (análisis por categoría Participante A, B y C)

<b>CATEGORIA: Recursos Noológicos</b>		
<b>SUB-CATEGORIA: Autodistanciamiento</b>		
<b>Subcategoría</b>	<b>Unidades de sentido</b>	<b>Análisis categorial (¿Qué nos dice como investigadoras, desde el enfoque?)</b>
Autocomprensión	<p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre mas a el volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento uno una paz, una tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 90-93)</p> <p>“me quiero un poquito más, me cuido un poquito más, tome conciencia de cuidarme” (U.S. PARTICIPANTE B : 95)</p> <p>“me cuido en la alimentación, hago un poco de deporte camino, deje los malos hábitos como fumar” (U.S. PARTICIPANTE B : 97-98)</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no sé pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante (U.S. 138-146 PARTICIPANTE A)</p> <p>“Siempre he creído como en un Dios pero tal vez esto reforzó mucho más mi relación con el (U.S. 148-149 PARTICIPANTE A)</p> <p>“Después de eso como que he aprendido a quererme mucho más, a</p>	<p>El sentido de la vida, lo define Frankl como “único y específico, en cuanto es uno mismo y uno solo quien ha de encontrarlo”, por tanto es a través de un proceso autocomprensivo, que es posible comenzar a identificar el ¿por qué? y el ¿para qué? de la existencia; en nuestro contexto de investigación, los tres casos, desde el descubrimiento de las respuestas a los cuestionamientos antes planteados, lograron direccionar su experiencia a favor de un mayor despliegue de sentido, construyendo así, no solo una reflexión frente a su proceso médico quirúrgico sino el sentido en la vida, que se concibe a través de las circunstancias a las que el ser humano se enfrenta a diario.</p> <p>Además, Frankl menciona como libertad, es la capacidad que tiene el hombre para elegirse en medio de cualquier circunstancia de la vida, en relación a los casos analizados, encontramos que las tres mujeres lograron tomar un postura</p>



	<p>no juzgarme tan duro muchas veces, porque a veces uno no se da cuenta pero uno mismo es su peor verdugo y a procurarme mm bienestar, si me entiendes, físicamente, emocionalmente, a no hacer cosas en las que uno muchas veces por compromiso no se dice no, pero uno no quiere hacer algo, entonces como a tratar de eso de permitirme hacer lo que quiero hacer y sentir lo que quiero sentir y no como estar condicionada, hay es que van a pensar que soy mala, si no les ayudo hacer tal cosas, porque muchas veces uno no quiere hacerlas, entonces básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 151-160)</p> <p>“Si a raíz del video y a raíz de la campaña me llegaron muchos mensajes, entre ellos el de varias compañeras que están en el mismo proceso o un poquito más delicadas, igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo de mi circunstancia como por ejemplo el cuidarse más su salud, tener una vida sana tranquila sin resentimientos porque también he leído que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito el comentar mi experiencia” (U.S PARTICIPANTE B: 155-161)</p> <p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S. PARTICIPANTE B: 163-165 )</p> <p>“Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal ,porque es depresiva entonces decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui a</p>	<p>personal frente al cáncer que les fue diagnosticado.</p> <p>Su libre elección de enfrentar la enfermedad con una actitud positiva, haciendo un reconocimiento adecuado de sus pensamientos, sentimientos, sensaciones y emociones, les permitió desplegar una mejor versión de sí mismas, en la que lograron identificar, debilidades, potencialidades y acciones posibles a realizar a partir de la reflexión consciente y profunda de su existencia.</p>
--	--	---

la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno, y así comenzamos escribirnos por Facebook a pesar de que no nos conocemos en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella, otra compañerita de Cúcuta también me llamo para el día de la mujer me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento” (U.S. PARTICIPANTE B: 167-178 )

“ Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejor dicho es único se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados, claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos en general, estuvieron pendientes con mensajes, muestras de cariño, solidaridad, y la fundación a la que fui Ámese pues no fui si no una sola vez pero si sentí el respaldo el apoyo la tranquilidad” (U.S. PARTICIPANTE B: 183-189 )

“Bueno, yo pienso que de pronto aumenta , en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más” (U.S. PARTICIPANTE C : 199-204 )

“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan

o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)

“Pues uno siempre debería estar agradecido con uno mismo, gracias a Dios tengo pienso muchas cosas buenas, también tengo cosas malas obviamente, debilidades también , fortalezas, todo pues yo siempre me he amado, como que le he dado gracias a Dios por todo, como soy, como estoy, uno siempre quisiera estar más bonito, más flaquito, y eso es normal del ser humano, pero me siento feliz como soy igual” ( U.S PARTICIPANTE C : 237-242)

“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)

“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así

fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)

“Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta que personas siempre están para uno y en el hospital siempre fue un muy buen trato, llamaban que como estaba, ahorita donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también entonces se preocupan mucho por cómo estas” (U.S. PARTICIPANTE A: 273-278)

“Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo” (U.S. PARTICIPANTE C: 332-343 )

“ Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta

quien está con uno y quien no está, de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó, y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo, como se dice prueba superada”(U.S. PARTICIPANTE C:346-359)

“Honestidad, nobleza, trabajadora, responsable en mi trabajo con mi familia, luchadora, tranquila” (U.S. PARTICIPANTE B: 414-415 )

“Mm, el respeto, la responsabilidad y la honestidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 488)

“Pues yo siempre he sido una persona luchadora, le he inculcado eso a mis hijos y a mis hijas, siempre he tenido como la verraquera de meterme en proyectos grandes, pequeños, de salir adelante, de estar activa, de o sea son valores que uno tiene que inculcarse uno mismo, porque nadie te va a decir tu eres perfecta, también tengo muchos defectos y también he tenido muchas falencias pero lo que me fortalece pienso que es también la constancia de hacer algún proyecto, el transmitirle los consejos a mis hijos animarlos” (U.S. PARTICIPANTE C : 647-654 )

“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este

	<p>como se dice así en la inmundia, no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta, nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenárenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el relato, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos hecho de menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico, pienso en lo que tengo que hacer, yo lo hago” (U.S PARTICIPANTE C : 696-722)</p>	
--	---	--

<p>Autorregulación</p>	<p>“Al principio cuando supe el diagnostico fue fuerte el impacto aunque no llore mucho, trate de no deprimirme, de no caer en la depresión porque si no me acababa de hundir, entonces tome una actitud de valentía y de lucha siempre” (U.S PARTICIPANTE B : 163-165)</p> <p>“Pues en ese momento, recién recién a uno le dan el diagnostico como que uno maldice todo, o por lo menos a mí me sucedió que estaba muy enojada no sabía ni porque pero yo estaba enojadísima con todo el mundo hasta con migo misma, de verdad yo estaba muy enojada y ya después como que uno bueno va pasando por la tristeza, y dije no no y no más ni llorando, ni brava, se va a solucionar nada hay que mirar que se puede hacer y desde ahí como que he tratado der ser, o bueno no desde ahí, sino que se ha intensificado esa parte de mí que es muy optimista y siempre trato...o sea, hasta las cosas malas traen algo bueno y pues hay que saber ver el lado bueno, positivo de todo y siempre aunque sea algo que uno piense muy malo pues será un aprendizaje, entonces siempre trato de ser muy optimista” (U.S. PARTICIPANTE A: 243-254)</p> <p>“Físicamente si queda uno limitado bastante ya uno no tiene la misma actividad física, una estrategia que he utilizado es hacer las cosas de una manera tranquila y relajada, además de no pensar en el dolor manteniendo mi mente ocupada en mi trabajo, leyendo, estar con mis amigas, y en ocasiones con mis hijos, todas esas actividades me permitían no pensar en el dolor y ya poco a poco se me pasaba” (U.S. PARTICIPANTE B: 423-427).</p> <p>“No pensaba en eso, yo no pensaba en me va a doler, o me duele, me duele, me duele, si no que trataba de tener la mente ocupada en otra cosa, leer en fin...pienso que ayuda mucho no pensar en el</p>	<p>El antagonismo psiconoetico facultativo como una de las principales características que le atribuía Frankl al ser humano, y que se sintetiza en la capacidad para tomar distancia del organismo psicofísico, está presente en las participantes de nuestra investigación a través de la regulación de procesos principalmente cognitivos que lograron desplegar durante su proceso de tratamiento y posterior recuperación.</p> <p>Cuando ellas describen las estrategias utilizadas de manera individual para contrarrestar los efectos de las quimioterapias, radioterapias y posteriores cirugías de reconstrucción, hace referencia a la capacidad que desplegaron de oponerse al dolor presente a nivel físico, atribuyendo mayor valor a su espíritu, direccionado a establecer rutinas propias de su realidad y una postura proactiva y sana en medio de la enfermedad.</p>
------------------------	--	---

dolor” (U.S. PARTICIPANTE A: 516-518)

“Si de hecho, yo soy una persona muy cobarde, fui muy cobarde y en ese proceso fui muy valiente, entonces no sabía que era tan valiente, no sabía que algo así lo podía afrontar tan tranquilamente, porque como me ves así como me ves no siempre he estado, este como se dice así en la inmunda no pensé que fuera tan tranquila en momentos tan difíciles, porque yo siempre pensé que era muy débil, muy cobarde, como muy consentida, y me di cuenta que no que en momentos difíciles yo me vuelvo muy fuerte, como muy tranquila de hecho una vez estuvimos en Santa Marta, como anécdota, en Santa Marta nos subimos en unas bicicletas de mar, nosotros de valientes nos fuimos mi hija, un amigo y mi nieta, nos fuimos y se nos fue esa bicicleta bien para allá, ya se hizo tarde y el mar estaba terrible, entonces como de película, empezó a llenársenos de agua la bicicleta, y nosotros veíamos a todo mundo lejísimos y no pues ni nos oían, yo creo que ni nos veían, y yo decía hay Dios mío y entonces claro y estaba ahí mi hija mi nieta y yo ahí Dios mío ayúdanos, que hice yo me tranquilice y les dije a todos cual mama todos nos ponemos los salvavidas, porque como uno esta como se dice en el relajó, estaban era en el piso yo me quede aterrada de que yo tan tranquila y tan serena, un momento difícil, afortunadamente mi esposo nos hecho de menos y nos mando la lancha por decir pues salvavidas, entonces fue un poquito de pánico, un poquito de angustia, pero en ese momentos yo me relaje y sentí como fortaleza y como que tenía que transmitirle eso a las personas que estaban conmigo y se suponía que el amigo que era el hombre fue el primero que se subió a la lancha, entonces yo decía fíjate que uno no descubre eso sino hasta una vivencia, hay gente que de pronto le da mucho pánico, en medio del pánico, pienso en lo que tengo que



	<p>hacer, yo lo hago” (U.S. PARTICIPANTE C:696-722)</p> <p>“Me aferre a Dios sobre todo y tuve mentalmente la convicción y seguridad que yo podía vencer, con las primeras quimios al día siguiente asistía al grupo de yoga, con mi peluca y mi traje blanco como todas las demás, las ultimas fueron más fuertes, cuando me recuperaba , me acicalaba y salía con alguna amiga, al centro comercial, de compras o almorzar, en fin, socialice y trate de seguir adelante, que lo que tenía que vivir era solo un sueño ( quimios, cirugías, radioterapias, y hospitales) cuando pasaban volvía a seguir mi vida” (U.S. PARTICIPANTE C: 854-861).</p>	
Autoproyección	<p>“sin embargo ahora me preocupo mas por arreglarme y tener un buen cuidado personal, en cuanto al orden sigo siendo organizada y ahora más porque a raíz de mi situación hubo muchos cambios en mi vida personal como fue el haber salido de la casa de mi familia y encontrar mi espacio con mis hijos, entonces eso me hace tener todo en orden, tener todas las cosas en su puesto arreglar para tener el apartamento bonito y así me siento bien conmigo misma” (U.S. PARTICIPANTE B: 74-79).</p> <p>“Bueno la lectura un poco no a tiempo completo, veo televisión pero sin ningún mensaje en particular no he hecho ningún curso pero si me gustaría, la verdad por el trabajo no me queda mucho tiempo” (U.S. PARTICIPANTE B: 82-84).</p> <p>“Me gusta mucho leer libros sobre la historia europea, aunque a raíz de mi enfermedad una compañerita me regalo uno que se llama yo no quiero tener cáncer y ya termine de leerlo me gusto mucho” (U.S. PARTICIPANTE B: 86-88).</p> <p>“bueno todo eso, entonces uno trata de hacer cosas para sentirse mejor con uno mismo, como ir al salón de belleza, arrégleme las uñas, consentirme” (U.S. PARTICIPANTE A: 114-116)</p>	<p>Autoproyectarse desde la mirada logoterapéutica, implica estar sensibilizado frente al cambio continuo de la imagen personal actual, a favor de una versión de sí mismo mejor a futuro.</p> <p>En relación, a los tres casos analizados, encontramos que esta capacidad de verse de manera diferente a futuro, incluyendo una visión más amplia de su existencia, fue uno de los mayores recursos desplegados.</p> <p>La imagen de cada una a futuro, logrando metas, sueños y planes construidos en el presente, les permitió anticiparse a su realidad, efectuando cambios en su entorno y en sí mismas, orientados a la mejora de su calidad de vida actual y a la construcción de una imagen propia mejor, más completa y con una</p>

	<p>“Si siempre me ha gustado tener mis cosas, no de pronto tan ordenadas, pero si en mi orden, porque me gusta tenerlas de cierto modo” (U.S. PARTICIPANTE A: 118-119)</p> <p>“Si siempre, me gusta mucho la lectura, en ese tiempo que estaba quieta y como que no podía salir mucho, lo que más hice fue leer, leí muchísimo, leía novelas, leía mucho mucho mucho y también estuve un tiempo estudiando otro idioma, pues que eran cosas que no requerían mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 122-126)</p> <p>“Si siempre me ha gustado leer mucho, pero digamos que en ese tiempo por estar tan quieta, es como la mejor compañía, que uno no necesita como salir y muchas otras cosas, sino solo un buen libro, o en la Tablet, o en lo que se pueda leer” (U.S. PARTICIPANTE A: 131-134)</p> <p>“Siempre, o sea nunca lo he dejado, antes lo hacía más, porque obviamente mi trabajo me lo exigía, el hecho por ejemplo de que tenía que estar cepillándome todos los días ya ahora no es tan frecuente, pero igualmente nunca descuido mi apariencia personal, pues pienso que toda mujer debe mantenerla siempre a las edades que se tenga y a los recursos siempre tratar uno de estar como bien puestecito” (U.S. PARTICIPANTE C: 158-164)</p> <p>“Siempre, me gusta remodelar, siempre cuando tengo la oportunidad, porque todo es dinero, pero nosotros siempre estamos pendientes de remodelar o muebles, o casa, de hecho vendemos casas en tenjo, mi esposo trabaja en el área de construcción, entonces siempre tenemos una o dos casas vendiendo y el remodela aquí todo, ósea siempre se está aquí, o sea es importante como tú te rodees de ambiente, así sea humilde, así sea todo pero pues que sea como armónico como limpio, que así sean dos cositas pues que las tengas bonitas, como limpiecitas, si todo eso a cualquier ser</p>	visión de un futuro mejor.
--	--	----------------------------

	<p>humano le hace bien y más cuando uno está sensible, levanta más el ánimo” (U.S. PARTICIPANTE C:166-175)</p> <p>“Sí, bueno, yo voy a seminarios, de hecho mañana en la mañana tengo uno, bueno ellos lo enfocan a vender unos x y y productos, pero entonces en este caso, como vas a manejar la parte financiera, como la comercial, entonces todo eso pues es chévere, porque todos los días o cada vez que tú vas a un seminario, tomas algo o aprendes algo, leo, me gusta leer, ver los documentales” (U.S. PARTICIPANTE C:178-183)</p> <p>“En estos momentos no mucho, pero si me gusta reforzar mi inglés, reforzar mis idiomas, me gusta mucho, pero no así que me mate, esa etapa ya como prueba superada, pero por ejemplo así que me llame la atención meterme a cursos de manualidades, no, me da mucha pereza, hay personas que lo disfrutan yo no, por ejemplo en los seminarios aprendo cosas, pero no como manualidades y eso no, si me gustaría hacer un curso de pintura, de hecho ya lo estoy averiguando, si no que no he podido ubicar la persona clave allí, pero si me quiero meter como por pasar el rato y porque quien quita que yo monte una galería y me compren los cuadros” (U.S. PARTICIPANTE C:186-195)</p> <p>“Bueno descansar, y adelantar trabajos de la oficina, así a largo plazo no tengo nada proyectado todavía” (U.S. PARTICIPANTE B: 320- 321).</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE B: 337- 339).</p> <p>“Después de Buenos Aires tengo proyectado y sigo soñando me voy para España a estar con una hermana que vive halla, después a la</p>	
--	--	--

	<p>India” (U.S. PARTICIPANTE B: 343- 344).</p> <p>“Ahora que recuerdo otro proyecto seria sacar un apartamento pero ya propio con mi hijo ahorita que regrese él con su novia están ahorrando, entonces tenemos proyecto de comprar, yo me quedo en el apartamento y ellos se van para Buenos Aires a hacer el rural, me quedo tres añitos mientras regresan, entonces ese es mi proyecto vivienda nueva este año para seguir teniendo mejor vida” (U.S. PARTICIPANTE B: 347- 352).</p> <p>“Bueno en mi pensamiento me gustaría que me recordaran como una persona alegre, buena gente, humilde, sincera, y luchadora” (U.S. PARTICIPANTE B: 358- 359).</p> <p>“Si pues estoy ultimando detalles para poder mirar cuando puedo viajar al exterior, estoy mirando cómo voy a manejar mi trabajo, básicamente esas dos” (U.S. PARTICIPANTE A: 404-405)</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)</p> <p>“En seis meses me veo en casa nueva, me veo acá con mi hijo trabajando juicioso ahorrando para sus proyectos de estudio, me veo bien sana completamente sana” (U.S. PARTICIPANTE B: 417-418)</p> <p>“Bien de hecho estoy bien, cuidándome juiciosa, controlándome cualquier dolor que me dé” (U.S. PARTICIPANTE B: 420- 421).</p> <p>“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi</p>	
--	--	--

	<p>propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)</p> <p>“Huy, es una pregunta muy difícil, Jajaja Bueno tal vez lo más importante cuando uno recuerda a alguien es de pronto ver que visión tenía de la vida, de qué manera la ejecutaba, porque hay mucha gente, como te dijera que se rinde ante la vida entonces no me gustaría que de pronto dijeran hay pobrecita por fin se fue, sino ser recordada por tratar de ser muy optimista y lo más que se pudo trate de ser muy alegre yyyyy básicamente eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 434-440)</p> <p>“Si de gastronomía, como un complemento y también quiero estudiar francés, Porque lo empecé pero pues no lo pude terminar, porque ya empecé a trabajar y hacer mil cosas entonces si me gustaría seguirlo porque me gusta mucho” (U.S. PARTICIPANTE A: 495-498)</p> <p>“Planes siempre trato de realizar, por ejemplo mañana por la mañana tengo una conferencia de un seminario, voy a compartir con varias personas que no conozco y una o dos amigas que conozco, vamos a ver el tema como se desenvuelve, esa empresa que produce y si veo que es interesante y me va a generar un aporte económico, pues me comprometo si no pues solamente las apoyo si veo que me voy a desgastar por poquito, entonces no, adicional tengo que mandar a hacer unos volantes para la venta de una casa y un apartamento que necesitamos venderlo pronto, también quiero ir a cine, me gusta ir a cine vamos con mi esposo y la niña vamos los dos, me gusta ir a cine porque uno como que se transporta a otra realidades, no me gusta las películas de miedo pero si me gusta ir a cine disfrutar unas palomitas” (U.S. PARTICIPANTE C:571-582)</p> <p>“ Quisiera tener un negocio algo que sea una entrada más movible</p>	
--	---	--

de algo No se aun de qué, pero algo que no sea tan esclavizante, tenemos pendiente hacer eso, otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto, otro sueño quiero ir a Buenos Aires, quiero ir porque no lo conozco con mi esposo y con mi hija. y eso serían los tres sueños” (U.S PARTICIPANTE C: 589-598)

“Quisiera ser recordada como una buena persona, una persona que no le hizo mal a nadie que por el contrario cuando trabaje siempre opte por hacerle el Bien a mis compañeros, de hecho todavía me llaman y están atentos a saludarme entonces siento como esa satisfacción, igual uno en los trabajos siempre hay gente que lo quiere o que no lo quieren, es como lo normal del ser humano pero siempre sé que mi legado fue dejar mucha paz, mucha alegría, si pude hacer un favor lo hice, como una persona alegre, tranquila” (U.S PARTICIPANTE C: 600-606)

“Pues lo que te decía la idea es el negocio , la idea es el poder viajar” (U.S PARTICIPANTE C: 666)

“Exacto quisiera pues tener esa y pues igual seguir con salud, verme ojala con unos kilitos menos, un poquito menos de hecho con este tratamiento, sube uno de peso, me subí 6 kilos y es muy difícil bajarlos” (U.S PARTICIPANTE C: 668-671)

<b>SUB-CATEGORIA: Autotranscendencia</b>		
Diferenciación	<p>“Si totalmente yo jamás he perdido ni voy a perder la fe y la confianza en dios” (U.S. PARTICIPANTE B: 27).</p> <p>“Pensando en mí misma siento que me ha llevado a aferrarme más a él, a creer más en él y a no separarme más, no volverme a separar de él” (U.S. PARTICIPANTE B: 29-30).</p> <p>“Siento que Dios es como una fuerza superior y que esta como dando apoyo cuando uno dice...no ya no más, no puedo más, esta hay como dando la mano tal vez, es muy simbólico” (U.S. PARTICIPANTE A: 36-38)</p> <p>“ Sí, claro, he sido como bendecida por El, vuelvo y repito, porque siempre, siempre me aferre a Dios, no es que sea muy rezandera, pero si ustedes ven tengo allí que la biblia, que la vela, que mi altarcito, siempre me aferro a Dios y en ese proceso aun mas, siento que El es mi apoyo y le doy gracias a Dios por mi niña que me ha acompañado en mi proceso, yo tengo 4 hijos, pero los 3 hijos pues ya una vive en Italia, la otra en Buenos Aires y mi hijo que está casado con su esposa, entonces mi niña siempre ha estado cerca, mi esposo que ha sido fundamental en este proceso, porque me ha ayudado mucho emocionalmente, dándome valor, dándome animo, apoyándome, como brindándome ese amor y ese cariño incondicional, que no importa que estés así, eso es lo de menos, lo importante es que estés viva, entonces eso es como un aire un...” (U.S. PARTICIPANTE C 50-62)</p> <p>“Si soy creyente pero a raíz de mi enfermedad me aferre mas a el volví a sus brazos y le prometí que no me iba a volver a separar de él, además siempre he dicho si estoy aquí es por misericordia de Dios y gracias a eso siento uno una paz, una tranquilidad” (U.S.</p>	<p>Para la logoterapia “Ser hombre significa estar ordenado y orientado a algo que no es uno mismo. La existencia humana se caracteriza por su autotranscendencia. Cuando la existencia humana no apunta más allá de sí misma, la permanencia en la vida deja de tener sentido, es imposible. (Frankl, 1994a)”</p> <p>Por lo tanto, vemos como en los tres casos la figura de Dios es una de las fuentes de esperanza, en medio del tratamiento médico quirúrgico, cada una a su manera le atribuye un valor y le da un significante.</p> <p>Desde esta perspectiva, encontrarse con otro ser humano, permitiendo al ente espiritual “estar junto a” otro ente de la misma clase, es posible y se ve reflejado en los tres casos de la investigación, aunque Dios siempre ha estado hay, antes de conocer el diagnóstico de la enfermedad solo estaba presente en la vida de cada una, sin embargo el saber que tenían cáncer de seno legitima esa capacidad empática con ese Dios personal y el lugar que tenía el en la vida de cada participante se modifica mas no se personaliza, es decir que logran reconocer al otro como un legítimo otro</p>

	<p>PARTICIPANTE B: 90-93 )</p> <p>“Pues digamos que al principio, todo paciente pasa como por una fase como de enojo, como de no sé qué voy hacer, pero bueno ya después uno se da cuenta y si me tocó vivir esto, yo no se pero mi relación con Dios, como decirlo, digamos yo voy a una iglesia, con un cura, nada de eso, pero es muy personal y digamos yo decía si mi Dios personal me está permitiendo que yo viva esto pues será por algo, a largo plazo me dará un aprendizaje y yo supongo que no me ira a dejar votada en el camino y de algún lado saldremos adelante” (U.S. PARTICIPANTE A:138-146)</p> <p>“Si claro mi familia mi mama incondicional, el amor de madre mejor dicho es único se vino desde Miami solamente a estarce conmigo durante la cirugía y los cuidados, claro mi familia mis hijos muy pendientes, mi hermano las directivas de la Dian todos se manifestaron en la parte humana que a veces se pierde pero acá todos en general, estuvieron pendientes con mensajes, muestras de cariño, solidaridad, y la fundación a la que fui Ámese pues no fui si no una sola vez pero si sentí el respaldo el apoyo la tranquilidad”(183-189 Caso B).</p> <p>“ Bueno, yo pienso que de pronto aumenta , en el sentido que uno como que se aferra una esperanza que se llama Dios, o uno siempre va a misa y le da gracias a Dios, por ejemplo cuando uno, yo también practico yoga, cuando tú haces esta clase de ejercicios, tú ves que tu espiritualidad se fortalece, que tú te acercas más a Dios, a las personas, a uno mismo, se aprende a querer más” (U.S. PARTICIPANTE C: 199-204 )</p> <p>“Si y en ese momento, pues como te digo estuve rodeada mucho de mi familia y amigos entonces son gente muy incondicional y uno se da cuenta que personas siempre están para uno y en el hospital</p>	<p>diferenciando entre el yo y el tú, para tener la capacidad de salir de sí y encontrarse con ese otro que brinda sentido a la vida.</p> <p>La capacidad de diferenciación en los tres casos les permite no fundirse en el otro, pero si generar vínculos auténticos, con la Familia es evidente que se fortalecen algunas relaciones y el hecho de ponerse en los zapatos de sus seres queridos, les permite dirigirse a ese alguien que aunque no se demuestre si es significativo, con respeto pero sobre todo manteniendo limites interpersonales adecuados.</p>
--	---	---



	<p>siempre fue un muy buen trato, llamaban que como estaba, ahorita donde me están atendiendo y controlando la toma de un medicamento también entonces se preocupan mucho por cómo estas” (U.S. PARTICIPANTE A: 273-278)</p> <p>“Bueno, cuando uno está bien tiene muchos amigos cierto, cuando uno está mal no es que te lluevan, es una realidad, uno se da cuenta quien está con uno y quien no está, de hecho siempre estuve muy acompañada, no deje que mis hijas se devolvieran, porque sus proyectos e ilusiones de vida lo habían llevado y no quería que truncaran por mi culpa, por ejemplo mi hija Karen, su carrera, ella está estudiando diseñadora industrial, ya se graduó, y el que yo les dijera no, no vayan quédense aquí conmigo para que me cuiden, para que me acompañen , es como romperles las alas a un hijo, yo le dije no, yo voy a estar muy bien, siempre tuve la actitud positiva y la convicción de que iba a estar bien, que me hicieron falta claro, porque a uno le hacen falta estando bien, como será estando mal, es normal, pero bueno, le doy gracias a Dios que lo, como se dice prueba superada” (U.S. PARTICIPANTE C 346-359)</p> <p>“ Como una mujer muy valiente, y luchadora dedicada a su familia” (U.S. PARTICIPANTE B: 444)</p> <p>“ Bueno, mis hijas me dicen que yo soy una valiente guerrera, entonces me siento como china la guerrera, siempre me dicen que he sido muy valiente y muy guerrera y debe ser uno muy valiente para vivir y soportar todo lo que ha sucedido se tiene que llenarse de valentía, de perseverancia, de lucha, y no desistir nunca” (U.S. PARTICIPANTE C: 726-730)</p>	
--	---	--

Afectación	<p>“¿Actividades? Bueno muchas actividades, leer, hacer ejercicio, el compartir con mi familia, muchas cosas en la vida las disfruto” (U.S. PARTICIPANTE C: 5-6 )</p> <p>“ Descansar, ver televisión, leer un poquito ya adquirir el habito de la lectura, estar con la familia, reuniones familiares, cine, salir a restaurantes rico, salir con mis amigas, caminar, leer, ver televisión, principalmente lo que me genera más placer es estar con mis hijos” (U.S. PARTICIPANTE B: 9-12)</p> <p>“Que actividades, eeee pues escuchar música, me gusta mucho, leer, bueno en general esas dos, todos los días trato de hacerlo” (U.S. PARTICIPANTE A: 19-20)</p>	<p>La afectación es ese impacto emocional que se produce cuando se “esta junto a” un valor o al sentido, es la capacidad de dejarse tocar por el valor o el sentido captado, de resonar afectivamente en su presencia, es la capacidad de vivir esa tensión entre el ser y el deber-ser, tensión y resonancia que es más fuerte cuando más alto es el valor o el sentido que atrae.</p> <p>Este recurso se caracteriza por tener la capacidad como seres humanos de hacernos permeables al mundo del sentido y los valores, en las tres participantes de la investigación, actividades como la lectura, la música, el salir, poder conocer, compartir con otros etc., les facilito el dejarse tocar y resonar emocionalmente ante situaciones que en otro momento de sus vidas no tenían en cuenta, ahora que son sobrevivientes de cáncer de seno en pequeñas actividades de su cotidianidad encuentran sentido de vida.</p>
Entrega	<p>“Si a raíz del video y a raíz de la campaña me llegaron muchos mensajes, entre ellos el de varias compañeras que están en el mismo proceso o un poquito más delicadas, igualmente yo creo que otras personas pueden tomar algo de mi circunstancia como por ejemplo el cuidarse más su salud, tener una vida sana tranquila sin resentimientos porque también he leído que esta clase de enfermedades son por rencores, en si ha sido muy bonito el comentar mi experiencia”. (U.S. PARTICIPANTE B: 155-161).</p>	<p>El ser humano se actualiza a sí mismo, sale de si hacia algo que no es el mismo, captándolo y dejándose tocar para realizar el sentido, como dice Frankl: “El hombre no llega a ser realmente hombre y no llega a ser plenamente él mismo sino cuando se entrega a una tarea, cuando no hace caso de sí mismo o se olvida de sí mismo al ponerse al servicio de una</p>

	<p>“Bueno así que me acuerde a una compañerita de pasto que cuando vio el mensaje institucional me mando un correo contándome que a ella también le acababan de detectar cáncer que estaba en shock, estaba mal ,porque es depresiva entonces decía que se iba a morir, entonces empecé a contarle mi experiencia como fue todo paso a paso a donde fui el segundo día cuando me diagnosticaron que fui a la fundación, le dije que se apoyara en las fundaciones que era muy bueno, y así comenzamos escribirnos por Facebook a pesar de que no nos conocemos en persona, siento que ella ha tenido presente mis comentarios entonces ha habido una retroalimentación muy bonita con ella otra compañerita de Cúcuta también me llamo para el día de la mujer me dijo Claudia gracias a usted me hice los exámenes y resulte con un quiste en el seno y un quiste en los ovarios pero ya estoy en tratamiento”(U.S. PARTICIPANTE B: 167-178).</p> <p>“Si claro porque se siente uno bien, es alentador y gratificante” (U.S. PARTICIPANTE B: 180).</p> <p>“Si pues empezando que fui como muy joven, o sea cuando recibí el diagnostico yo era muy joven y pues en este punto, en este momento de mi vida no es algo que ya me traumatice o me duela, como que ya lo supere un poco, entonces cuando a mí me preguntan o algo así, porque obviamente yo tuve un proceso como de más o menos 2 años que estuve muy quieta, entonces la gente me decía tu que estabas haciendo, entonces pues yo a la gente le cuento, no tengo como ningún tabú y nada de eso y si noto que causa mucho impacto sobre todo por mi edad y les causa muchísima curiosidad” (U.S. PARTICIPANTE A: 229-237)</p> <p>“Algo que me parece muy importante y lo digo mucho, es el autoexamen de seno trato de decírselo a todo el mundo, porque así</p>	<p>causa o al entregarse al amor de otra persona”</p> <p>En las tres participantes, la entrega es un recurso que les permite la realización del sentido a través de la promoción y prevención que hacen al hablar con otras personas sanas, para que sean conscientes de la importancia que tiene el autoexamen de seno, el conocer nuestro cuerpo, detentando a tiempo anomalías que permiten una atención médica oportuna, adicionalmente las tres creen que el dialogo con mujeres que en la actualidad están viviendo el cáncer de mama es generador de esperanza y vida.</p> <p>Logoterapéuticamente, encontrar sentido de vida es generador de cambio, es sinónimo de proyección y de libertad con responsabilidad, en los tres casos los sueños son la herramienta que les permite verse a sí mismas de manera diferente en un futuro lleno de potencialidades, en el que pueden dejar huella a nivel profesional, académico y familiar, las tres quieren viajar, ser independientes y ahora que son sobrevivientes del cáncer, creen más en sí mismas, descentrando su egocentrismo para ver con más claridad su presente y su futuro inmediato.</p> <p>Para las tres participantes de la investigación, compartir su testimonio en la entrevista</p>
--	--	---

	<p>fue que yo me di cuenta y gracias a Dios fue como muy temprano el diagnostico gracias a eso, entonces yo trato de decirle mucho a las mujeres pilas con eso y también hay pacientes que han pasado por lo mismo y de pronto se deprimen mucho y pues si es de ayuda que de pronto alguien que ya paso por eso les diga no pasa nada, es difícil pero vas a salir adelante entonces si me han pasado estas dos situaciones” (U.S. PARTICIPANTE A: 259-267)</p> <p>Bueno descansar y recibirlas a ustedes atender esta entrevista (U.S. PARTICIPANTE B: 315)</p> <p>“ Bueno, yo pues les doy animo a todas las personas, uno siempre está en esta etapa en las clínicas, en las quimios, en las radios, se encuentra personas súper pesimistas, deprimidas, tristes, pues a las personas que están cerca de mí, que me han contado, pues les doy ánimos, les doy consejos, les doy les digo que pues hay que lucharla, que se puede, que tiene que tener fortaleza y ver la vida con más optimismo y eso en esa parte, tengo una fundación , que te comentaba me ayudo con la tutela, es una fundación se llama san simón, que queda por la 30, y han ayudado a mucha gente y cuando yo puedo mandar a alguien pues yo lo mando porque pues allá tienen apoyo psicológico, apoyo jurídico, hay varias especialidad que ayudan a las personas entonces así como alguien me lo dio a mí también trato de transmitirlo” (U.S. PARTICIPANTE C: 332-343)</p> <p>“Viajar, hacerme un viaje a Buenos Aires que no pude hacer en diciembre lo sigo proyectando para este próximo diciembre si Dios quiere y no hay ningún inconveniente lo hare en diciembre” (U.S. PARTICIPANTE C: 337-339).</p> <p>“Si tengo bastante sueños por cumplir, lo que me obsesiona digamos ahorita es poder irme a estudiar fuera, es algo que he querido desde hace mucho tiempo, tuve que posponerlo, tuve que</p>	<p>realizada les permite donarse, entregando un poco de su vivencia para poder ver más allá de sí mismas, de sus temores, sus prejuicios, para poder ver con claridad en sin número de potencialidades que tiene para imprimirle a su vida sentido de vida.</p> <p>Finalmente, es así como la entrega, es el resultado de una autotranscendencia visible y potencializada, de una espiritualidad bien expresada, en los tres casos, el cáncer de mama fue la invitación que ellas recibieron para vivir en bienestar, abrazando su causa y luchando por sus ideales...ganar la batalla a esta enfermedad les permite versen amorosamente y sobre todo les permite recibir del mundo amor, respeto y esperanza de vida.</p>
--	--	--

	<p>reestructurar esa idea, de cómo lo iba hacer pero si es algo que en estos momentos es mi mayor objetivo, lo que más grande veo a futuro, entonces me he enfocado mucho en eso” (U.S. PARTICIPANTE A: 411-416)</p> <p>“Me gustaría mucho ser independiente, me gusta mucho la pastelería, entonces quiero enfocarme en eso y de pronto tener mi propio negocio, o no sé si propiamente un negocio o como un frelanz” (U.S. PARTICIPANTE A: 428-430)</p> <p>“Si claro siempre trato de ser muy cariñosa con mis hijos de decirles te quiero entre otras cosas, y con eso noto que genera mucha confianza en la relación con ellos además de que me consideren como una amiga para ellos y una confidente” (U.S. PARTICIPANTE B: 465-468).</p> <p>“El estar compartiendo hoy con ustedes este momento es importante, y pues les deseo que esa tesis les salga muy bien” (U.S. PARTICIPANTE C : 566-567)</p> <p>“otro sueño sería pero es para finales de año es que me den mi pensión, no me la habían dado por la edad, entonces ya la cumplí y pues sería rico que me la den, yo pensaba, yo no la voy a aprovechar por este motivo pero que la aprovechen mi hija, mi esposo, pero la idea de eso es poderlo aprovechar porque es un esfuerzo de muchos años, entonces quisiera que me saliera pronto” (U.S. PARTICIPANTE C: 591-596)</p> <p>“Mm, pues pienso que sí, todos los días trato de ser un poco más abierta con mis sentimientos porque de hecho yo antes, como decirlo, era muy parca, entonces si he aprendido a mostrarles un poco más que me importan, que los quiero y todos los días trato como de abrirme un poco más hacia ellos y expresarles lo que siento ya que era muy difícil para mí” (U.S. PARTICIPANTE A: 596-601)</p>	
--	--	--

	<p>“ Si claro, me gusta abrazarlos, los abrazo con mucho amor, todas las veces que me es posible, de hecho cuando nos levantamos con mi niña nos abrazamos, si casi nadie lo hace, nos abrazamos, nos saludamos, siempre somos emotivos, cariñosos, siempre nos decimos que nos amamos” (U.S. PARTICIPANTE C:786-790)</p> <p>“ pero cuando tengo la oportunidad de decirle a muchas personas, pues tengan o no tengan, siempre hagan su examen, he como dice valga la redundancia las propagandas, hacerse su autoexamen, es más importante conocerse uno, que el médico en si no lo conoce, el médico son 2 minutos 5, y no conoce como es , uno si se conoce, cualquier cambio, cualquier anomalía” (U.S. PARTICIPANTE C:816-821)</p>	
--	---	--

**Fuente:** Beltrán, Galindo & Molano, (2015)