

Significado social atribuido a los senos y su influencia en el autocuidado en jóvenes universitarias

Social meaning attached to breasts and its influence on self-care in university women / Significado social atribuido a los senos e su influência no autocuidado em jovens universitárias

Patricia Lapeira Panneflex¹, Diana Acosta Salazar², Mirith Vásquez Munive³

RESUMEN

Objetivo: determinar el significado social atribuido a los senos y su influencia en el autocuidado en un grupo de jóvenes de la Universidad del Magdalena.

Metodología: se usó una metodología cualitativa y se recogió la información a través de una entrevista semiestructurada; fueron entrevistadas 31 estudiantes y, finalmente, para este reporte, se seleccionó una muestra representativa, de 18 estudiantes.

Resultados: se identificaron tres categorías de estudio: significado de los senos, cuidados de los senos y aceptación de los mismos. Algunas manifiestan, dentro de los cuidados, el autoexamen de mamas, aunque no tienen claro en qué etapa del ciclo realizarlo. Se encontró similitud con lo descrito en otros estudios en cuanto a que las mujeres coinciden en afirmar que los senos son parte fundamental en la condición de ser mujer porque los vinculan con significados como fertilidad, nutrición, relación entre madre e hijo y atractivo sexual.

Conclusiones: los senos femeninos han sido considerados como sinónimo de belleza, erotismo, sexualidad, reproducción y afectividad, por lo que su deformación o pérdida es equivalente a la pérdida de la atracción sexual, de la feminidad, o de ambos. Esta situación acarrea cambios en la imagen corporal, disminución de la autoestima y sentimientos de inseguridad, depresión y ansiedad. Las mujeres entrevistadas perciben los senos como característica particular y representativa de su feminidad y sienten miedo cuando piensan que, si por algún motivo, les llegaran a faltar, no serían las mismas personas, se sentirían incompletas, tristes, bajaría su autoestima y limitarían la exposición de esta parte del cuerpo.

Palabras clave: autocuidado; mama; autoexamen de mamas; investigación cualitativa.

ABSTRACT

Objective: To determine the social meaning attributed to breasts and its influence on self-care in a group of young women at Magdalena University.

Methods: A qualitative methodology was used and information was collected through a structured interview. Thirty-one students were interviewed and a final sample of 18 representative individuals was selected for this report.

Results: Three study categories were identified: meaning of breasts, breast care, and acceptance of them. Regarding care, some manifested they performed the self-breast exam, even though they were unsure when during the menstrual cycle to perform it. There was similarity with other studies in that women concluded that breasts are a fundamental part of the condition of being a woman, as they are linked to issues such as fertility, nutrition, the mother-child bond, and sexual attraction.

Fecha de recibido:

24 de julio de 2015

Fecha de aprobación:

19 de diciembre de 2015

Forma de citar este artículo:

Lapeira P, Acosta D, Vásquez M. Significado social atribuido a los senos y su influencia en el autocuidado en jóvenes universitarias. Med U.P.B. 2016;35(1): 9-16. DOI:10.18566/medupb.v35n1.a02

1. Enfermera de la Universidad Popular del Cesar, Magíster en enfermería área de énfasis materno perinatal de la Universidad Nacional de Colombia. Especialista en desarrollo infantil. Profesora del Área Materno Infantil del programa de Enfermería de la Universidad del Magdalena. Colombia. Estudiante de Doctorado en Enfermería- Universidad de Carabobo – Venezuela. Colombia.
2. Enfermera de la Universidad del Magdalena, Magíster en Desarrollo Social de la Universidad del Norte, Coordinadora Académica del Programa de Enfermería. Docente del Área de Enfermería en Salud Mental. Universidad del Magdalena. Estudiante

Conclusions: Female breasts have been considered a symbol of beauty, eroticism, sexuality, reproduction, and affectivity; thus, breast deformity or loss thereof is perceived as a loss of sexual attraction, femininity, or both. This issue often leads to changes in body image, lower self-esteem, feelings of insecurity, anxiety, and depression. The women interviewed perceived their breasts as being a particular and representative characteristic of their femininity and were afraid to think that if for some reason they were to lose either of their breasts, they would not be the same, and would feel incomplete, sad, have a lower self-esteem, and limit exposure of this body part.

Keywords: self care; breast; breast self-examination; qualitative research.

RESUMO

Objetivo: determinar o significado social atribuído aos seios e sua influência no autocuidado em um grupo de jovens da *Universidade del Magdalena*.

Metodologia: se usou uma metodologia qualitativa e se recolheu a informação através de uma entrevista semiestruturada; foram entrevistadas 31 estudantes e, finalmente, para este reporte, se seleccionou uma amostra representativa, de 18 estudantes.

Resultados: se identificaram três categorías de estudo: significado dos seios, cuidados dos seios e aceitação dos mesmos. Algumas manifestam, dentro dos cuidados, o autoexame de mamas, embora não têm claro em que etapa do ciclo realizá-lo. Se encontrou similitude com o descrito em outros estudos em quanto a que as mulheres coincidem em afirmar que os seios são parte fundamental na condição de ser mulher porque os vinculam com significados como fertilidade, nutrição, relação entre mãe e filho e atrativo sexual.

Conclusões: os seios femininos não são considerados como sinónimo de beleza, erotismo, sexualidade, reprodução e afetividade, pelo que sua deformação ou perda é equivalente à perda da atração sexual, da feminidade, ou de ambos. Esta situação acarreta mudanças na imagem corporal, diminuição da autoestima e sentimentos de insegurança, depressão e ansiedade. As mulheres entrevistadas veem os seios como característica particular e representativa de sua feminidade e sentem medo quando pensam que, se por algum motivo, os perdem, não seriam as mesmas pessoas, se sentiriam incompletas, tristes, perderiam sua autoestima e limitariam a exposição desta parte do corpo.

Palavras chave: autocuidado; mama; autoexame de mamas; investigação qualitativa.

INTRODUCCIÓN

A través de la historia se encuentran diferencias en el significado social y simbólico de los senos femeninos; la mama ha sido considerada sinónimo de belleza, erotismo, sexualidad, reproducción o afectividad, de acuerdo con el punto de vista social y las formas de interpretación masculina del cuerpo femenino.

Los valores en los que se desenvuelve la mujer actual, particularmente en las culturas occidentalizadas, destacan la importancia de su aspecto físico y de su potencial de atracción sexual¹. Este hecho, que se ha acentuado más en las últimas décadas a través de publicidad erótica, ha llevado a considerar el cuerpo femenino

como construcción comercial, al que hay que manipular para venderlo, es decir, se trata de un objeto palpable que posee influencia comercial y, por lo tanto, es susceptible de ser comprado y vendido^{2,3}.

Este énfasis promocional y social depositado en el cuerpo y en especial en los senos como atributo sexual de la mujer es, para la mayoría de ellas, un motivo de gran aprensión y ansiedad en cuanto a las condiciones estéticas del mismo⁴.

En consecuencia, se ha generalizado la idea de que la deformación o pérdida de un seno es equivalente a la pérdida de la atracción sexual, de la feminidad, o de ambos⁵. Así mismo, produce un cambio en la imagen corporal, disminución de la autoestima y sentimientos de inseguridad,

-
- de Doctorado en Enfermería- Universidad de Carabobo – Venezuela. Colombia.
3. Enfermera de la Universidad Cartagena. Magíster en enfermería área de énfasis materno perinatal de la Universidad Nacional de Colombia. Especialista en Desarrollo Infantil y Especialista en Epidemiología, Profesora del Área Materno Infantil del programa de Enfermería de la Universidad del Magdalena. Colombia. Estudiante de Doctorado en Enfermería- Universidad de Carabobo – Venezuela. Colombia.

Dirección de correspondencia: Patricia Lapeira Panneflex. Correo electrónico: patrilape0618@hotmail.com

depresión y ansiedad porque se concibe que los senos son los principales cimientos en los que se asienta la imagen femenina en nuestra sociedad⁶.

Este significado de sensualidad, belleza y feminidad es lo que, en múltiples ocasiones, sirve de estímulo a las mujeres para realizarse el autoexamen de mama, a expensas del miedo a la pérdida o al hallazgo de cualquier condición de anormalidad. Esto es congruente con que, en muchos casos de cáncer de mama, el diagnóstico médico se efectúa después de que las afectadas hayan identificado un endurecimiento en el pecho⁷.

Se sabe, además, que realizarse el autoexamen de mama empodera a las mujeres y las responsabiliza de su propia salud. En consecuencia, se recomienda la autoexploración para fomentar la toma de conciencia del estado de bienestar en ellas⁸.

En la Encuesta nacional de demografía y salud, 2010, se muestran resultados acerca del conocimiento, uso y frecuencia del autoexamen de mama⁹ y se halló que el 90% de las encuestadas indicó conocer los pasos del autoexamen, especialmente en las zonas urbanas. La misma fuente afirma que la mortalidad por cáncer de mama ha aumentado en las últimas décadas puesto que ha pasado de una tasa de 3.5 por 100 000 en 1981 a una de 6.8 por 100 000 en 2010. De otro lado, el hecho de que la edad de presentación del cáncer de mama esté disminuyendo implica que cada vez se afectan mujeres más jóvenes durante la edad fértil, por lo que se hace necesario cuidar esta zona del cuerpo y acudir a tiempo en caso de detectar alguna anomalía y comprender que si bien los senos son una característica que distingue a las mujeres, dicha característica tiene connotaciones diferentes al placer sexual y a la capacidad de sensualidad⁹.

Lo anterior implica buscar el significado social atribuido a los senos y su influencia en el autocuidado en un grupo de jóvenes de la Universidad del Magdalena, con el ánimo de aportar en la creación de cambios en las políticas de salud dirigidas a la mujer. Con este fin se realizó un estudio cualitativo-exploratorio en una muestra conformada por 18 mujeres estudiantes de la Universidad de Magdalena, con el uso de una entrevista semiestructurada para la recolección de información.

METODOLOGÍA

Estudio cualitativo, descriptivo, exploratorio. La población de referencia la estaba constituida por mujeres estudiantes universitarias de la Universidad del Magdalena (N= 4 568), y la muestra estuvo conformada por 18 mujeres seleccionadas de forma intencional, entre 31 que fueron entrevistadas. Para lograr la participación y representación de los programas, se designó un día para

visitarlos y se realizaron entre una y dos entrevistas por programa. Se seleccionaron las estudiantes que voluntariamente quisieran acceder a la entrevista. Cuando todas las entrevistas estuvieron realizadas, se hizo una filtración para tomar en cuenta exclusivamente las que ofrecían datos no repetidos y excluir las que tenían la misma información para tener como resultado el campo saturado¹⁰.

A partir de la revisión de la literatura, se elaboró una entrevista semiestructurada que permite utilizar la pericia del investigador para comprender, en la medida en que se desarrolla la investigación, el significado social que las entrevistadas le atribuyen a los senos. Además, la entrevista semiestructurada permite la interacción investigador-investigado para aportar información adicional que aclara y afirma la conceptualización del fenómeno estudiado. No hubo límite de tiempo para las entrevistas. Las preguntas fueron directas para que fluyera la información sobre qué partes de su cuerpo les gustaban más y, entre ellas, qué puesto ocupan los senos, cómo ha cambiado la importancia que tiene esta parte de su cuerpo a través de las diferentes etapas de la vida y con los cambios de la moda. Se indagó si han conocido a alguien a quien se le haya practicado una mastectomía y cómo fue la reacción de esa persona y de la entrevistada al conocer dicha situación. Se les preguntó si la mama tiene tanto valor estético, cuáles son los cuidados especiales de los que son objeto en la rutina diaria de autocuidado. Por último, se indagó sobre la aceptación que tienen del tamaño y forma natural de sus senos, de lo que se derivan los cambios que les gustaría realizarles, si es que están de acuerdo con estas intervenciones.

El análisis de la información se realizó simultáneamente a la recolección de los datos de las entrevistas que se grabaron, transcribieron textualmente y se leyeron en su totalidad; se escogieron las 18 que, finalmente, constituyen la muestra. Los testimonios brindados por las participantes, las transcripciones y la revisión de la literatura se utilizaron para conformar las categorías y subcategorías y hacer la descripción de cada una de ellas. Las categorías de estudio resultantes fueron: significado de los senos, cuidados de los senos y aceptación de los mismos.

Consideraciones éticas

Este estudio fue aprobado por el Comité de Ética institucional, se consideró sin riesgo ya que la información fue adquirida de las participantes por medio de una entrevista semiestructurada y no se ejecutaron intervenciones que pusieran en peligro a las estudiantes que participaron. A todas las participantes se les explicó y aplicó el consentimiento informado. Se garantizó la protección de los derechos y el bienestar, entre ellos, el

respeto a la dignidad humana, a la privacidad e intimidad, y los principios de beneficencia y justicia¹¹. A cada estudiante se le explicó en qué consistiría el estudio y se le invitó a participar.

RESULTADOS

Caracterización de la población

Las 18 estudiantes universitarias de distintos programas académicos estaban cursando de tercero a noveno semestre. Sus edades oscilaban entre 18 y 26 años, todas eran residentes de la ciudad de Santa Marta y pertenecen a los estratos dos y tres. El 94.4% estaba compuesto por mujeres solteras (una de ellas casada). Todas informaron no consumir alcohol ni ser fumadoras.

En cuanto a los antecedentes gineco-obstétricos, una (5.5%) tiene un hijo y practicó la lactancia por nueve meses. Ninguna manifestó antecedentes de abortos. Tres (16.6%) registran antecedentes personales para cáncer de mama.

En las mujeres entrevistadas priman, sobre este órgano, los cuidados estéticos como aplicación de cremas, masajes y ejercicios sobre los cuidados de salud como la realización del autoexamen de mama (aunque todas manifestaron conocer sobre el autoexamen). De igual forma, se pudo establecer que el ideal estético guarda relación directa con el tamaño y consideran que un seno grande representa mayor atractivo para el sexo opuesto. El análisis y la interpretación de los datos obtenidos permitieron la identificación de tres categorías: significado, cuidados y aceptación de los senos (Tabla 1).

Tabla 1. Categoría y subcategorías sobre el significado social atribuido a los senos y su influencia en el autocuidado.

Categorías	Subcategorías
Significado de los senos	Valoración
	Percepción a través del tiempo
Cuidado de los senos	Reacción frente a una posible mastectomía
	Higiene
Aceptación	Autoexamen
	Persona a quien acudiría ante un cambio en los senos
	Masajes
	Uso de cremas
Aceptación	Cambio que se haría
	Tamaño
	Cambio estético

Categoría 1. Significado de los senos

La mayoría de las entrevistadas coincide en afirmar que los senos son parte fundamental en la condición de ser mujer porque los vinculan con significados como fertilidad, nutrición, relación entre madre e hijo, atractivo sexual para los hombres y belleza. A continuación se transcriben algunas de las respuestas más significativas a la pregunta: ¿Qué significan los senos para ti?

“Eh... todo, o sea de las partes del cuerpo más importantes de una mujer, me parece que son los senos”. (...).

“Los senos para mí significan, en primera instancia, fertilidad, tenemos claro que estos son los que nos permiten dar leche nutricional a nuestros hijos, aparte que significan también, pues, considero belleza, unos senos que pueden lucirse de manera discreta y no vulgar si se sabe hacer”. (...).

“Los senos son una parte importante de mi cuerpo y de mi ser como mujer, significan integridad femenina como por ejemplo amamantar, complemento sexual para el hombre y belleza”.

Algunas de las mujeres entrevistadas consideran los senos “accesorio” indispensable para lucir bien:

“Mis senos significan mucho para mí, porque gracias a ellos, la ropa me queda bien, me siento muy bien con ellos”.

Las mujeres interrogadas consideran que la sociedad actual le atribuye especial importancia a los senos de la mujer como atractivo físico hasta considerarlos como la parte física que las hace mujeres y que cuenta por encima de otras capacidades como las intelectuales:

“Mucha importancia puesto que se considera que los senos son un atractivo más de nosotras la mujeres”. (...).

“Ahora, en la actualidad, a las mujeres, eh, nos gusta sentirnos bien, eh, cuando nos vestimos y muchas veces nos gusta como mostrar ciertas, ciertas partes, entonces ahorita es de mucha, mucha importancia”. (...).

“Muchos de los temas de conversación y tópicos de discusiones que vemos en nuestro diario vivir son de los senos. Es muy común escuchar expresiones como: ¡míralos los senos!, ¡qué senos tan grandes! Y cosas por el estilo entre mujeres y hombres, digamos que eso no distingue de género” (...).

“Bueno, ya que vivimos en una sociedad en la que no solo los senos sino que la parte superficial de una mujer, cuenta y califican más que su propio intelecto”.

Las participantes piensan que el significado de los senos ha cambiado con el tiempo, si es comparado con las consideraciones que sus abuelas tienen respecto a este órgano. Algunas consideran que el cambio radica

en la comercialización del cuerpo y en especial de los senos femeninos:

“Para ella los senos antes o el tema de los senos era como más recatado ahora para nosotras las mujeres, en el tiempo de ahora, es más de exhibición más de atracción.” (...).

“Sí, puesto que antes la mujer veía los senos más de forma natural y para alimentar a los bebés, hoy en día la mujer le da más importancia estética al verse bien”. (...).

“A mi mamita y mi abuelita, en esa época nunca le dieron importancia a los senos, eran conformes con lo que tenían porque no existía eso de la cirugía plástica, ni tantos avances tecnológicos, y ahora la mentalidad es totalmente distinta, ahora el tamaño sí importa”. (...).

“Para la mujer anteriormente formaba parte normal de una persona, hoy es como un símbolo sexual, ya lo ven es de ese punto de vista, no como signo de feminidad, sino como algo sexual, algo que atrae, algo así”.

“En gran parte, anteriormente los senos de la mujer no eran vistos como algo comercial y llamativo como sucede actualmente, eran simplemente parte fundamental y significativa del cuerpo, ahora se ven como atractivos sexuales y categorizados como belleza física”.

Las estudiantes expresaron que por la importancia que representan sus senos, en caso de que, por algún motivo, les llegaran a faltar, no serían las mismas personas, se sentirían incompletas, tristes, bajaría su autoestima y limitarían la exposición de esta parte del cuerpo:

“La verdad no sé cómo reaccionaría, cómo me vería si por alguna razón me faltara un seno (tendría que vivir esa situación), seguramente me sentiría extraña, incompleta, triste, confundida y me limitaría en muchas cosas que tendrían que ver con mostrar mi cuerpo a terceros”. (...).

“Si en algún momento pasara, la autoestima, la autoimagen sí se afectarían porque si veo a las otras que los tienen tal vez me sienta incapaz porque yo ya no los tendría”.

Una entrevistada que se había realizado cirugía correctiva en sus senos manifestó:

“La verdad no, para mí eso sería un cambio muy brusco. Quedaría por el piso, especialmente porque es la parte favorita de mi cuerpo, y me operé hace poco, así que no toleraría tener un cambio”.

Categoría 2. Cuidado de los senos

En cuanto al cuidado que estas mujeres efectúan a los senos encontramos variedad de respuestas que abarcan higiene, autoexamen, masaje, uso de sujetadores e hidratación. Una de las apreciaciones a este respecto fue:

“Me realizo el autoexamen, aunque no tan regular, además me hago masajes y el cuidado con la limpieza diaria”.

Cuando se indagó por la forma en la que se realizan el autoexamen de mamas y en qué días del ciclo, se pudo observar que no se tiene claridad en cuanto a las especificaciones al respecto. Las dudas surgen sobre el momento ideal para hacer el autoexamen, pasos recomendados y capacidad para reconocer las características individuales:

“Sí, en la menstruación, que es lo más recomendado por el médico”. (...).

“Por lo regular lo hago cuatro días antes de la menstruación”. (...).

“No tengo fecha específica” (...).

“Antes de que me llegue la menstruación”.

Se advierte el cuidado orientado hacia la parte estética:

“Les brindo masajes con cremas, procuro no rascarme, y no saltar, y también hago ejercicios”. (...).

“Pues duermo con un top, no con un sostén, no es dormir con algo apretado, sino algo que te sostenga, y me hago masajes, me hidrato con crema, me masajeo todas las noches y trato de no rascármelos con las uñas, sino con la yema de los dedos como si me estuviera masajeando”.

Cuando se interroga sobre el autocuidado como medio para detectar a tiempo lesiones en los senos, algunas manifestaron que encontrarse cualquier lesión les daría miedo y les causaría sufrimiento y otras que los hallazgos del autoexamen podrían evitarles problemas mayores. Sin embargo, ninguna tiene esta autoexploración como una conducta de manejo preventivo de la salud establecida como rutina mensual.

“Yo sí me reviso cuando me acuerdo..., pero qué susto encontrarme algo”

“La verdad es que para mí no es rutinario, tal vez lo haga siempre cuando sea mayor”.

Categoría 3. Aceptación de los senos

Las participantes de este estudio manifestaron algún grado de insatisfacción frente a la aceptación de sus pechos, especialmente en lo referente a lo estético y, en este sentido, el tamaño fue lo más significativo. Algunas, pese a que estuvieran insatisfechas, mostraron resignación por no contar con el dinero necesario para realizarse la cirugía estética. Algunas respuestas a la pregunta: ¿Qué le cambiarías a tus senos?

“Anteriormente pensaba en aumentarles el tamaño, pero nunca tuve plata, actualmente me siento más segura de mí y del tamaño de ellos”. (...).

“A mí me gustaría subírmelos un poco de posición porque, aunque tengo bastante, como se usan ahora son caídos y me hacen ver más vieja, a pesar de mi corta edad”.

Una participante se había realizado mamoplastia de aumento:

“Ahora nada, bueno... Porque recientemente me hice una mamoplastia de aumento, así que como los tengo ahora siento que están perfectos”.

Una de las participantes manifiesta realizar acciones para dar la sensación de mayor volumen, lo que según ella mejora su aceptación en relación con sus senos:

“Yo, aunque no he podido realizarme la cirugía, utilizo brasier de esponja para que se vean más grandes, tú sabes... por aquello de la ilusión óptica, eso hace que se vea mejor, aunque no puedo esconder mi realidad”.

DISCUSIÓN

Con un método cualitativo de entrevistas en las que se logró obtener saturación de la información con 18 estudiantes universitarias, se identificaron tres categorías que agrupan el significado de los senos (significado, cuidado, aceptación). Se halló que priman los ideales y cuidados estéticos vinculados con el valor de los senos en la identidad de la mujer y con la importancia que la sociedad otorga a esta parte del cuerpo. La variabilidad de respuestas sobre el autoexamen de mamas evidencia desconocimiento en cuanto a este aspecto de la salud de la mujer.

Para las mujeres entrevistadas sus senos son parte fundamental en la condición de ser mujer, con significados como fertilidad, nutrición, vínculo entre madre e hijo, atractivo sexual para los hombres y belleza. Algunas de estas mujeres consideran los senos “accesorio” indispensable para lucir bien. Hallazgos similares obtuvieron Díaz¹² y García *et al*² en sus estudios.

Según lo expresado por las entrevistadas la sociedad actual atribuye especial importancia a los senos de la mujer como atractivo físico, hasta considerar que la parte física tiene más relevancia y es valorada por encima de cualquier otra cualidad^{13,3}.

De acuerdo con Alemany¹⁴, en este estudio se encontró que las mujeres entrevistadas piensan que el significado del cuerpo y, en especial de los senos, ha cambiado con el tiempo, si este significado se compara

con las consideraciones que sus abuelas tienen sobre este órgano. Algunas piensan que el cambio radica en la comercialización del cuerpo y de los senos^{1,2}.

Por el valor atribuido socialmente a los senos, las mujeres sienten temor frente a cualquier hallazgo que implique enfermedad en las mamas por cuanto lo asocian con sufrimiento, muerte, pérdida del entorno familiar, afectación del erotismo y baja autoestima o rechazo como objeto de deseo^{15,16}. Esto coincide con otros estudios en los que se demuestra la importancia que tiene para la autoestima e imagen corporal la satisfacción con los senos que impactan, además, la calidad de vida de la mujer^{17,18}; las participantes explicaron que por la importancia que representa para ellas sus senos, en caso de que les llegara a faltar alguno, no serían las mismas y se sentirían incompletas y tristes.

En cuanto al cuidado que estas mujeres dan a sus senos, se advierte variedad de respuestas (higiene, autoexamen, masaje, uso de sujetadores e hidratación) de predominio estético y de técnicas corporales que buscan un cuerpo más femenino para hacer frente a las exigencias sociales. Se ha descrito que las mujeres más que los hombres sienten la necesidad de cuidar sus senos, pues son considerados atractivo sexual para el sexo masculino¹⁹. Por otra parte, todas manifestaron conocimientos sobre el autoexamen de mamas para la detección temprana de anomalías en el seno, pero al indagar por la forma en la que se realizan el autoexamen y en qué días del ciclo se evidenció que no tienen claras las especificaciones al respecto. De todas formas, el autoexamen no es una conducta rutinaria de autocuidado y está en relación con miedo a hallazgos que signifiquen patología. Varios estudios coinciden con estas inferencias¹⁹⁻²³.

Aunque las participantes son estudiantes universitarias y, pese a que el grado de escolaridad tiene el potencial de influir positivamente en la forma de realización del autoexamen de mama^{20,21}, existe gran variabilidad en el conocimiento de las entrevistadas sobre la forma correcta de hacer dicho examen. El reporte de Franco *et al* sobre autoexamen de mama en mujeres peruanas coincide con lo encontrado en esta investigación²³. El miedo a encontrar anomalías podría tener un papel mediador en estos hallazgos que ameritan estudios futuros.

Las participantes de este estudio manifestaron algún grado de insatisfacción frente a la aceptación de sus pechos, especialmente en lo referente a lo estético, concretamente en cuanto al tamaño. Silva y Barrenha¹⁹, en su estudio sobre lo que las mujeres consideran senos “anormales”, encontraron que el 57% considera que tenerlos pequeños es anormal y el 43%, tenerlos grandes. La edad tiene que ver con estas consideraciones. En las

mujeres más jóvenes predomina la insatisfacción por los senos pequeños²⁴. Muchas mujeres expresan el deseo de que se les practique una cirugía estética para modificar el tamaño de los senos con el objeto de aumentar el grado de satisfacción y un cuerpo más femenino¹.

En conclusión:

Para las universitarias entrevistadas los senos son considerados parte fundamental de su feminidad porque los encuentran relacionados con belleza, fertilidad, nutrición, y atractivo sexual. Consideran que la sociedad atribuye especial importancia a los senos como parte identitaria de ser mujer.

Estas estudiantes consideran que si perdieran un seno no serían las mismas, que se sentirían incompletas, tristes, bajaría su autoestima y limitarían la exposición de esta parte del cuerpo. Algunas evitan la autoexploración por temor a encontrar alguna anomalía.

Dentro de los cuidados proporcionados a esta parte del cuerpo prevalecen los estéticos. Por otra parte, hay desconocimiento sobre la técnica correcta de hacerse el autoexamen.

Para las entrevistadas lo más satisfactorio es tener unos senos grandes porque manifiestan que un mayor tamaño tiene mayor atractivo sexual y aceptación por el sexo opuesto. Por la importancia que representa para ellas el tamaño de sus senos algunas de estas mujeres han pensado en recurrir a la cirugía estética, aunque esta posibilidad está supeditada a la capacidad económica.

Se recomienda capacitar y sensibilizar a los educadores (profesores, padres, personales de la salud, etc.) acerca de la importancia de valorar y cuidar el cuerpo,

especialmente, los senos. De igual forma, promover la realización del autoexamen de mama, mediante campañas en diferentes contextos: colegios, universidades, lugares de trabajo y, en general, en lugares de gran afluencia de público con el propósito de que las mujeres se conviertan en actores activos de su propia salud. Es necesario replantear las metodologías de educación, entrenamiento y motivación a las mujeres en la práctica correcta, regular y sistemática del autoexamen de mama.

AGRADECIMIENTOS

Las autoras agradecen al Programa de Enfermería de la Universidad del Magdalena y a todas las mujeres que hicieron parte de esta investigación.

DECLARACIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES

Los autores manifiestan no presentar conflictos de intereses en relación con este estudio.

FINANCIACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se realizó con fondos económicos de las autoras del proyecto.

REFERENCIAS

1. Martínez A. La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas. *Papers*. 2004; 73: 127-152.
2. García F, García I. Los estereotipos de la mujer en la publicidad actual. *Cuestiones publicitarias*. 2004; 1: 43-64.
3. Sossa A, Rojas A. Análisis desde Michel Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo. *Polis*. 2011; 10: 559-581.
4. Blanco R. Imagen corporal femenina y sexualidad en mujeres con cáncer de mama. *Índex Enferm*. 2010; 19: 24-28.
5. Airaldi M. Sexualidad y relaciones de pareja en mujeres mastectomizadas de una muestra paraguaya. *Eureka*. 2010; 7: 143-162.
6. Lima M, Távora T, Magalhães R, Giménez M. Señales de la mujer con cáncer de mama, sus relaciones sociales. *Enfermería Integral*. 2006; 1: 14-19.
7. Lafaurie M, Choachi J, Gómez A, Leon L, Ovalle A, Rodas L, *et al*. Mujeres con cáncer de seno: experiencias significadas. *Rev Colomb Enferm*. 2011; 7: 12-21.
8. Ortega D, López L, López M. Estrategias para la enseñanza del autoexamen del seno a mujeres en edad reproductiva. *Salud Pública Méx*. 2000; 42: 17-25.
9. PROFAMILIA.org.co [Internet] Bogotá: Ministerio de la Protección Social, Encuesta Nacional de Demografía y Salud. 2010. [Fecha de acceso 29 de octubre de 2015]. Disponible en: http://www.profamilia.org.co/encuestas/Profamilia/Profamilia/index.php?option=com_content&view=article&id=62&Itemid=9.

10. Polit D, Hungler B. Investigación científica en ciencias de la salud. 6a ed. México: Editorial Gráficas Monte Albán, 2003.
11. Resolución N° 008430 (4 de octubre). Título II, capítulo 1, artículo 11. (Ministerio de Salud, República de Colombia, 1993).
12. Díaz V. Sexualidad, cuerpo y duelo: experiencia clínica con mujeres diagnosticadas con cáncer ginecológico o de mama. *Pensamiento Psicológico*. 2010; 7: 155-160.
13. Bañuelos C. Los patrones estéticos en los albores del siglo XXI. *Revista española de investigaciones sociológicas*. 1994; 1: 119-140.
14. Alemany M, Velasco J. Género. Imagen y representación del cuerpo. *Index de Enfermería*. 2008; 17: 39-43.
15. Martínez P, Alarcón M, del Pliego G, Díaz E. Educación sexual en mujeres mastectomizadas. *Nure Investigación*. 2010; 1: 1-15.
16. Manrique F, Ospina J, Vega N, Morales A, Herrera G. Factores asociados a la práctica correcta del autoexamen de mama en mujeres de Tunja (Colombia). *Investigación y Educación en Enfermería*. 2012; 30: 18-27.
17. Sebastián J, Manos D, Bueno M, Mateos N. Imagen corporal y autoestima en mujeres con **cáncer** de mama participantes en un programa de intervención psicosocial. *Clínica y Salud*. 2007; 18: 137-161.
18. Franco R, Gutiérrez C, Ramos J. Autoexamen de mama en mujeres peruanas: prevalencia y factores socio demográficos asociados. Análisis de la Encuesta Demográfica de Salud Familiar (Endes). *Anales de la Facultad de Medicina*. 2011; 72: 23-71.
19. Silva A, Barrenha R. Definición de senos normales para mujeres en Menacme. *Latino-Americana de Enfermagem*. 2009; 17:108-112.
20. Carvalho A, Silva M, Ferreira E. Práctica del autoexamen de mamas por usuarias del Sistema Único de Salud de Ceará. *Rev Cubana Enfermer [Internet]*. 2006; 22(3). Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/enf/vol22_3_06/enf09306.htm.
21. Da Silva R, De Barros S, Rocha N, Monte F, Pereira M. Realización del auto examen de los senos por profesionales de enfermería. *Rev Esc Enferm*. 2008; 43: 902-908.
22. Martínez L, Cruz L, López M, Cruz A, Muiño M. Valoración del conocimiento del autoexamen de mama en mujeres en edad reproductiva del Policlínico Bernardo Posse. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 2012; 11: 361-368.
23. Hernández I, Acanda M, Rodríguez C. Exploración de conocimientos sobre al autoexamen mamario. *Rev Cubana Enfermer [Internet]*. 2003; 19(3): Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192003000300006&script=sci_arttext.
24. Ruiz E, López C, Escobar J. Los Jóvenes, el ideal estético y la televisión: "El Cuerpo Real y el Imaginado". *Revista Luciérnaga*. 2011; 3: 17-22.