

ASIMÉ


SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

Autora: Isidora Morandé Concha
Profesora Guía: Gabriela Farías Zurita

*Tesis presentada a la escuela de diseño de la
pontificia universidad católica de chile para
optar al título profesional de Diseñadora.*

Enero 2022 | Santiago de Chile

DISEÑO | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño



“Hay que normalizar que no eres la misma persona. Pasaste por un proceso muy fuerte, pero no por eso eres menos mujer, sino que, al contrario, eres más mujer porque lo superaste y fuiste valiente al vivirlo”

*Josy, entrevista personal 2021
Fundación Chile sin cáncer*



“Entendí que la feminidad siempre está,
con o sin una pechuga”

Paula Letelier , entrevista Revista Paula 2021

Agradecimientos

Muchas gracias a todas las mujeres que fueron parte de este proyecto; a todas aquellas que me abrieron su corazón contando lo que fue el cáncer para ellas. También le quiero agradecer a mis amigos y familia que siempre estuvieron presentes para acompañarme, escucharme y ayudarme; en especial a mi mamá, la Carola y la Carol, que sin ellas este gran proyecto no hubiera sido posible.

Finalmente, gracias a Gabi por haber sido parte de este proyecto, por orientarme y aconsejarme durante todo este año. Fue un privilegio que me guiara en esta experiencia.

Motivación Personal

El presente proyecto surge de la inquietud generada al conocer el alto índice de mujeres con cáncer de mama existente en nuestra sociedad. Personalmente, el cáncer de mama ha estado muy presente en mi vida, a través de las experiencias de mis familiares y cercanas. Lo anterior ha desarrollado mi gusto por el diseño a lo contingente, buscando problemáticas sociales que afecten a las personas, a fin de generar aportes que tengan efectos reales en las mismas. En concreto, las consecuencias que el cáncer mamario deja en el cuerpo de la mujer es uno de los tópicos menos trabajados a nivel profesional y social.

En este contexto, la motivación respecto de esta problemática nace de la necesidad de aportar desde mi rol de diseñadora, buscando empoderar a la mujer frente a su asimetría de mamas y evitando la presión normativa de disimular la ausencia mamaria con diversas prótesis. El vestuario, es la segunda piel de una persona, es el reflejo de su interior, pero además posee la capacidad de protegernos del entorno, siendo la primera capa protectora de las personas. Por lo tanto, es necesario repensar el rol del sostén para la mujer mastectomizada, entendiéndolo no como un medio para disimular la asimetría mamaria, sino como una

demostración de que detrás de ellos existen mujeres “guerreras” que superaron una enfermedad traumática, que cambió sus vidas para siempre.

En síntesis, este proyecto busca superar los paradigmas tradicionales de estética y erotismo que priman en la industria, combinando lo funcional con lo estético, y así satisfacer las diversas necesidades de las mujeres mastectomizadas.

Tabla de contenidos

1 Introducción al proyecto

1.1 Sobre el proyecto. 9
- Abstract.

1.2 Planteamiento del problema. 10

1.3 Formulación del proyecto. 13
- Qué.
- Por qué.
- Para qué.

2 Marco Conceptual

2.1 Cáncer de mama. 15
- Una huella imborrable.
- Imagen corporal.
- Autoestima y el sentirse “incompletas”.
- Asimetría como acto de empoderamiento.
- Influencia sexualidad femenina.

2.2 Mujeres mastectomizadas. 24
- Vivencias y dolores.
- Proceso de duelo.

2.3 Rol del sostén. 30
- Ropa interior.

3 Formulación del proyecto

3.1 Problemática. 35
- Consecuencias invisibilizadas.
- Problemas físicos.
- Aspectos negativos del sostén.

3.2 Oportunidad. 38

3.3 Propuesta de valor. 40

3.4 Formulación. 41

3.5 Objetivos. 42
Objetivo general.
Objetivos específicos.

3.6 Estrategia. 43
User center-design.

3.7 Usuario. 44

3.8 Contexto. 45

3.9 Antecedentes y referentes. 46

4 Desarrollo del proyecto

4.1 Metodología. 52
- HCD.

4.2 Desarrollo de diseño. 57
- Estudio cuerpo.
- Características productos.
- Estudio telas e insumos.

4.3 Alianza con Monarch. 63
- Primera introducción.
- Beneficios.
- Procesos Producción.

4.4 Proceso de diseño. 68
- Monarch.
- Croquis.
- Testeos maquetas.
- Análisis resultados.
- Paleta de colores.
- Tallaje.

5 Resultados finales

5.1 Maquetas finales. 92

5.2 Identidad de marca. 93

- Naming.
- Branding.
- Etiquetas.
- Packaging.

5.3 Catálogo de productos. 98

5.4 Variación color. 114

5.4 Medios de difusión. 116

- Catálogo.

6 Plan de implementación

6.1 Costos del proyecto. 119

6.2 Viabilidad. 120

- PVP.
- Alianza estratégica.
- Foda.

6.3 Financiamiento. 123

- Monarch.
- Fondo concursable.

6.3 Modelo de negocio. 124

- Modelo canvas.

7 Conclusiones

7.1 Impacto. 126

- Impacto Cultural
- Impacto Social
- Impacto económico

7.2 Proyecciones. 127

- Mercado.
- Oportunidad.
- Estimación demanda.
- Encuesta.

7.3 Conclusiones. 129

8 Referentes y anexos

8.1 Referencias bibliográfica. 133

8.2 Entrevistas. 136

- Especialistas.
- Usuarías.

8.3 Anexos. 145



01. INTRODUCCIÓN AL PROYECTO

1.1 Sobre el Proyecto

Abstract

El diseño es una disciplina que trabaja para solucionar problemas frente a las necesidades de las personas. Si bien en Chile 1 de cada 14 mujeres padece de cáncer de mamas, todavía es un tema que ha sido poco desarrollado desde la perspectiva del diseño.

Actualmente se habla mucho de la prevención del cáncer mamario, pero poco de las consecuencias que deja el cáncer en la mujer. Posterior a una mastectomía, la mujer queda con carencias negativas importantes en ámbitos como la imagen corporal, el amor propio, el autoestima, el rechazo e incomodidad hacia su cuerpo desnudo y problemas con su sexualidad. Frente a esto, resulta fundamental explorar vías para generar un mayor bienestar en la nueva figura de la mujer mastectomizada, disminuyendo las diversas consecuencias negativas que deja el cáncer en su propio cuerpo.

En virtud de lo anterior, se reconoce la necesidad de desarrollar una propuesta de rediseño de ropa interior que ayude a disminuir el re-

chazo de la mujer mastectomizada con ausencia mamaria, empoderándola con su asimetría y satisfaciendo sus necesidades a partir de los diversos diseños de la colección.

Asime tiene por objeto visibilizar la necesidad de todas las mujeres que han pasado por una mastectomía de sentirse cómodas y sexys, sin tener que recurrir a los molestos implantes mamarios internos y externos. Se plantean 4 líneas de productos que le dan a las mujeres opciones de cubrir/ proteger la cicatriz que deja una operación, sin tener que sacrificar la comodidad.

La marca pretende ofrecer accesorios holgados, ajustables y hechos a partir de materiales nobles como el algodón con fibras de cobre, que además de su calidad, tiene propiedades antibacteriales y anti-transpiración. De esta forma, se busca que la mujer se pueda sentir libre, sexy y segura, sin tener la necesidad de estar permanentemente escondiendo algo.

Palabras clave: *Cáncer de mama, mastectomía, ropa interior, asimetría de senos.*



1.2 Planteamiento del problema

Las consecuencias invisibilizadas del cáncer de mama en la mujer. Cambios que abarcan desde su imagen corporal y autoestima, hasta su intimidad, vida sexual y amor propio.

El cáncer de mama consiste en el crecimiento anormal y desordenado de células del tejido mamario, formando un tumor maligno. Si bien esta enfermedad afecta a hombres y mujeres, son estas últimas quienes la padecen en mayor cantidad, siendo considerada la neoplasia maligna más frecuente en la mujer chilena (Mariángel & Pérez, 2004).

Tal como indica la profesional María Paz Blanco, psicóloga y coaching de imagen corporal y desarrollo personal con foco en la mujer, cada 15 segundos en el mundo se diagnostica a una mujer con cáncer de mama. En la práctica, esta circunstancia se traduce en que la mayoría de las personas conocen al menos una mujer que está pasando o ha pasado por esta dura enfermedad (Blanco, 2019). Así, el cáncer de mama es la enfermedad oncológica más frecuente en

las mujeres del mundo, afectando sin consideración de género, raza, origen étnico, estilo de vida o nivel socioeconómico. En Chile, 31 de 100.000 mujeres sufren de cáncer de mama, siendo la enfermedad más común dentro de las mujeres.

A mayor abundamiento, el cáncer mamario se encuentra entre las principales causas de morbilidad y mortalidad mundial, representando el 16% de los cánceres femeninos (Organización Mundial de la Salud, 2012). En lo que respecta a Chile, las víctimas fatales de esta enfermedad ascienden a una tasa anual de 16 mujeres por cada 100.000 (Minsal, 2018), muriendo 3 mujeres al día y diagnosticándose 1 caso cada 3 horas (XI Simposio Cáncer de Mama, 2018). Se espera que la incidencia del cáncer de mama aumente en el corto plazo, debido a la mayor expectativa de vida, el auge de la urbanización y la adopción de modos de vida occidentales (OMS, 2020). De esta forma, se estima que 1 de cada 14 mujeres chilenas desarrollará un cáncer mamario en su vida (Mariángel & Pérez, 2004).

Cada día en Chile



8 nuevos casos



3 mujeres mueren



Cada año en Chile

7.854

Casos nuevos

1.420

Mujeres mueren

Esquema 1. Elaboración propia en base a (XI Simposio Cáncer de mama, 2018)



Para el tratamiento de esta enfermedad se realiza la intervención quirúrgica denominada mastectomía, por la cual se extirpa toda la mama o parte de ella, con el objeto de evitar la reaparición posterior de células cancerígenas. Sin embargo, esta cirugía es altamente invasiva y agresiva para el cuerpo de las mujeres, afectando el desarrollo posterior de sus vidas, tanto en su imagen corporal, como en su autoestima y sexualidad (Galan, 2020). En efecto, las mujeres que conviven con enfermedades oncológicas requieren de adecuadas estrategias de afrontamiento para superar las consecuencias traumáticas que conllevan su tratamiento, tal como lo afirma Gallegos Alvarado (2007).

Las consecuencias invisibles que deja el cáncer de mama son variadas, desde los aspectos físicos a los psicológicos, tales como la inseguridad física, la afectación de la imagen corporal, la falta de amor propio, la incomodidad en la intimidad, el sentimiento de sentirse “incompletas”, entre otras.

Estos hechos generan, a su vez, vulnerabilidad psicológica, estrés y problemas de ajuste, pues las inferencias hechas por las mujeres sobre su corporalidad las llevan a tener conductas compensatorias inapropiadas (Figueroa Varela, M. R., Valadez Sierra, M. D., Rivera Heredia, M. E., & Montes Delgado, R. 2017). En efecto, se ha determinado que el 45% de los pacientes con cáncer mamario padecerán depresión y 55% ansiedad, las cuales pueden manifestarse desde el conocimiento del diagnóstico hasta el final del tratamiento. En concreto se estima que el 35% de las diagnosticadas sufrirán de ansiedad y depresión durante el primer año del cáncer de mama (Pardo & Gillén, 2017).

Personalmente, el cáncer de mama ha estado muy presente a lo largo de mi vida, a través de mis familiares y cercanas. Durante el proceso de investigación tuve la oportunidad de entrevistar a 10 de ellas, mujeres entre 30 y 60 años, con el objetivo de conocer en detalle el proceso que han vivido después del cáncer. A partir de las entrevistas realizadas se concluye el padecimiento de similares consecuencias tras

la enfermedad: 9 de las 10 mujeres han evitado verse desnudas después de la mastectomía, 8 de ellas se sienten menos mujer, 7 intentan disimular la asimetría de seno a través de prótesis externa y 9 han visto afectado su autoestima y amor propio.



Imagen 1. Elaboración propia 2021

Durante el segundo semestre se entrevistó a un total de 20 mujeres mastectomizadas de la fundación "Chile Sin Cáncer". A ellas se les realizaron entrevistas respecto a cómo se sienten con su nueva figura y los problemas que detectan con la ropa interior que venden en el mercado "especial" para ellas. Todas las entrevistadas concuerdan que no se sienten cómodas con los sostenes que usan; dicen que son de "vieja", anticuados; muy grandes, provocando calor y transpiración en esa zona; con broches grandes que generan heridas y; que tienen que ajustar su ropa al nuevo sostén, usando solo ropa holgada.

Otro problema detectado se refiere a los elevados precios de estos tipos de sostenes, que generalmente están sobre los \$50.000 pesos chilenos. Por lo anterior, y la falta de diversificación del mercado, las mujeres mastectomizadas tienen que recurrir a petos deportivos para proteger la zona de la mama y la cicatriz, pero ese textil les produce irritación y, en algunos casos, alergia.

Andrea, una de las entrevistadas, comenta: "soy súper preocupada de vestirme bonita, por lo que el cambio de sostén fue súper fuerte para mí, porque el peto se asoma y el tirante es muy grande". Por esta situación, comentó que tuvo que dejar de usar todas sus poleras y blusas favoritas. Además señaló que: "no es justo no tener opciones, es como un castigo para una, el otro día fui al centro y me daba pena pasar por lencerías que no tienen lo que te gusta. Salí deprimida". (Andrea, entrevistada personal, Fundación Chile sin cáncer, 2021).

La experiencia de Andrea es uno de los problemas que sufre la mayor parte de las mujeres mastectomizadas, porque no se sienten cómodas ni atractivas con las opciones de sostenes y lencería que el mercado les ofrece.



Imagen 2. Elaboración propia 2021

1.3 Formulación del Proyecto

QUÉ

Colección de sostenes asimétricos que entregan confort y seguridad a la mama de mujeres mastectomizadas, a través de un diseño adaptativo que conjuga lo funcional y lo estético, fomentando una mayor aceptación de la mujer a su nuevo cuerpo, con el objeto de favorecer su bienestar físico y emocional.



POR QUÉ

Porque el cáncer de mama es una enfermedad que afecta a 1 de cada 14 mujeres chilenas, muchas de ellas sufriendo la extirpación total o parcial de la glándula mamaria, lo que genera consecuencias físicas y psicológicas en la mujer, dañando gravemente su amor propio y autoconcepto.



PARA QUÉ

Para entregarles a las mujeres mastectomizadas una nueva oportunidad de sentirse bellas, seguras y empoderadas, a través de una colección de sostenes que combinen lo funcional y estético, mejorando el bienestar físico y psicológico de la mujer mastectomizada y aumentando su aceptación y comodidad en su nuevo cuerpo.

The background of the slide is a repeating pattern of stylized, minimalist faces. Each face is composed of a simple curved line for a mouth and a small dot for a nose, all in a light, muted red color. The faces are arranged in a grid-like pattern, slightly offset from one another, creating a subtle, textured effect.

02. MARCO CONCEPTUAL

2.1 Cáncer de mama

Una huella imborrable

La calidad de vida, según la OMS (1995), hace referencia a la percepción subjetiva y temporal que tienen las personas sobre su estado de bienestar físico, psíquico, social y espiritual, en asociación con su contexto histórico, cultural y social. Esta calidad de vida se ve fuertemente disminuida por el tratamiento contra el cáncer, el cual es largo, invasivo y costoso.

La extirpación del seno de la mujer es una de las tantas intervenciones médicas a las que se someten para superar la enfermedad, intentando erradicar definitivamente el cáncer del cuerpo de las pacientes. Por la trascendencia de la mastectomía, los médicos recomiendan que después de esta se realice una cirugía de reconstrucción del seno faltante, como una forma de solucionar del problema estético y que las mujeres “se sientan completas de nuevo”. Además de esta solución médica, diversas empresas han pretendido alivianar el problema de la asimetría de mamas, desarrollando prótesis mamarias externas y diseñando ropa interior que disimulen la falta de seno.

Estas soluciones se ven influenciadas en gran parte por estándares sociales y de género. Muchas mujeres deciden operarse o utilizar ropa interior con implantes de silicona para “no molestar o no incomodar a los demás”. Carola Concha, de 61 años, entrevistada por esta autora, perdió su implante mamario debido a una infección en la cicatriz de su segundo cáncer, decidiendo retirarse el implante y quedarse plana. Sin embargo, integró en su rutina el uso diario de un sostén con silicona, el que le es “incómodo, pesado y molesto”, pero que lo ocupa “por los demás”.

Si bien la reconstrucción mamaria pretende mejorar la calidad de vida de la mujer, la verdad es que cada vez existen más mujeres que se oponen a esta intervención. Las pacientes argumentan que la cirugía se centra de sobremanera en la apariencia física, patenta estereotipos de género, está expuesta a numerosas complicaciones médicas y es altamente costosa.



Imagen 3. Elaboración propia 2021



Imagen 4. Elaboración de: Trinidad S., 2021

En el mismo sentido, la marca española Teta & Teta, con sus sujetadores Lola para mujeres que quedan con una sola mama, expresa que *"hay mujeres tan satisfechas con los resultados de una reconstrucción que volverían a hacérsela y mujeres que se arrepentirán toda la vida. Hay mujeres que soportan bien un proceso normalmente doloroso y otras que lo pasan fatal. Hay mujeres que pasan por una sola cirugía y otras que tienen que pasar por siete. Hay mujeres que rechazan la prótesis. Hay mujeres que desarrollan una enfermedad relacionada con ella. Hay mujeres que pierden para siempre la sensibilidad en la zona. Hay mujeres que se tatúan el pezón y hay mujeres que pasan. Hay mujeres que se adaptan a la nueva teta y mujeres que no. Como en todo, hay mujeres para todo. Y luego están, cada vez menos escondidas, las mujeres uniteta. Por favor, tenlo en cuenta"* (Lola, 2020).

Esta resistencia a la cirugía reconstructiva es cada vez mayor, desafiando el consejo médico y las convenciones sociales.



Imagen 5. Teta & Teta
Recuperado de: <https://www.tetayteta.com/>

El reportaje “Quedarse plana: las mujeres que deciden vivir sin senos después del cáncer de mama” (New York Times, 2016) relata la experiencia de distintas mujeres que optaron por no someterse a una reconstrucción mamaria. Para Debbie Bowers, de 45 años, la reconstrucción significaba traer algo externo dentro de su cuerpo. Para Marianne Duquette Cuozzo, quien dedicó un año a la reconstrucción de sus senos, la reconstrucción “estaba siendo peor que el cáncer” debido a las cuatro infecciones vividas, las que la llevaron a retirarse los implantes. A Alicia Staley, de 45 años, le sorprendió que hasta un tercio de las operaciones reconstructivas conllevaran complicaciones médicas, de las cuales tomó conocimiento a través de los grupos de apoyo donde las sobrevivientes comparten sus historias.

Asimismo, el artículo de investigación “Going Flat” After Mastectomy: Patient-Reported Outcomes by Online Survey” analiza la encuesta realizada a 931 mujeres sometidas a mastectomía sin reconstrucción del montículo mamario.

Las dos razones principales para no someterse a la reconstrucción fueron el deseo de una recuperación más rápida y evitar la colocación de un cuerpo extraño (Annals of Surgical Oncology, 2021).

Esta tendencia es conocida como “Going Flat” (“quedarse plana” en español) y cada vez se vuelve más popular. El movimiento tiene como objetivo aumentar la conciencia y la aceptación de la mastectomía como una opción viable para las pacientes (Baker, Dizon, Wenziger, Streja, Thompson & Attai, 2021).

Un ejemplo de lo anterior, es que en España de las 16.000 mastectomías que se realizan cada año, solo se reconstruyen el pecho 4.800 mujeres, y solo 1.920 de manera inmediata. Es decir, cada año, 14.080 mujeres empiezan una nueva vida con una sola teta (Sociedad Española de Cirugía Plástica y Reparadora, 2020). Es importante destacar que detrás de este fenómeno social existe una lucha que se levanta: no tener mamas no las hace menos mujeres.



Imagen 6. “Going Flat”
Recuperado de: <https://www.nytimes.com/>



Imagen 7. “Going Flat”
Recuperado de: <https://www.nytimes.com/>

Por lo demás, se debe considerar que esta problemática no debe abarcarse solamente desde el punto individual, sino que también social. Por el número de mujeres chilenas afectadas por el cáncer de mama, resulta necesario que existan leyes y políticas públicas que generen soluciones a las necesidades sobrevinientes a la mastectomía.

Un referente a este respecto es el reciente proyecto de ley aprobado por el parlamento escocés que establece la entrega gratuita de productos sanitarios de higiene femenina para mujeres de cualquier edad, haciéndose responsable de una realidad social invisibilizada. Asimismo, es menester que en el corto plazo exista una concientización pública sobre la asimetría de mamas, con el objeto de generar un cambio cultural en que se planteen propuestas prácticas, universales y asequibles para las mujeres mastectomizadas chilenas.

Conforme a lo ya expuesto, la decisión de no realizarse la reconstrucción mamaria es una elección valiente y que implica replantearse la vida. Los ámbitos sociales, físicos, emocionales e íntimos de la mujer se ven especialmente afectados por la mastectomía sin reconstrucción, existiendo consecuencias invisibles que no son tratadas y menoscaban su imagen corporal, autoestima y sexualidad.



Imagen 8. Teta & Teta
Recuperado de: <https://www.tetayteta.com/>

Imagen Corporal

La Real Academia Española define la imagen como el conjunto de rasgos que caracterizan ante la sociedad a una persona o entidad (2001). La imagen corporal es la representación mental que tiene cada persona sobre su propio cuerpo.

La imagen corporal se trata de un constructo multidimensional conformado por tres componentes fundamentales. En primer lugar, el componente perceptual, el cual refiere a la forma en la que los individuos perciben su propio cuerpo. En segundo término, el componente actitudinal, consistente a los aspectos cognitivos asociados al cuerpo, tales como, evaluaciones, valoraciones, cogniciones y sentimientos. Por último, el componente comportamental, el que se refiere a las conductas que provocan la percepción del cuerpo y las ideas y sentimientos asociados (Pruzinsky & Cash, 2002).

Esta imagen corporal es transformada por las intervenciones quirúrgicas necesarias para enfrentar la neoplasia mamaria, las cuales son percibidas como una mutilación al cuerpo de

las personas, cuyas cicatrices les recuerdan permanentemente que han padecido esta enfermedad (White & Hood, 2011). Tal como plantea Galan (2020), los cambios físicos son una recurrente preocupación expresada por las pacientes, tanto por las secuelas temporales del cáncer, como aquellas que son permanentes e irreversibles.

A mayor abundamiento, la imagen corporal se ve mermada en su aspecto comportamental, pudiendo desarrollar hábitos adecuados o inadecuados, afrontando o evitando determinadas situaciones sociales, rechazando mirarse al espejo, teniendo sentimientos de vergüenza sobre su cuerpo, evitando mirar sus cicatrices, etcétera (Blanco, 2010). Asimismo, se manifiestan comportamientos de evitación y/o compensación y formulación constante de conductas de reaseguramiento sobre la vestimenta (Rincón, Pérez, Borda, & Martín, 2012).

Un ejemplo de lo anterior es la cotidiana conducta de la mujer mastectomizada de dormir con ropa, evitando la desnudez incluso en su

propia intimidad, al sentir pudor y vergüenza. Este hecho no solo le puede generar incomodidad física, sino que perjudica su circulación sanguínea, afectando el funcionamiento de su corazón, músculos, calidad del sueño y el desarrollo de sus hormonas y melanina.

Lo señalado no es más que una demostración de que en la sociedad contemporánea rige la idea de una imagen corporal proyectada en la necesidad de “tener un cuerpo joven, bello y fuerte, un cuerpo regido por ciertos patrones estéticos y estereotipos de belleza vigentes...” (Herrera, 2009, p.25).

Por último, los cambios en la imagen corporal causan ansiedad interpersonal, lo que lleva a las mujeres a restarse de interacciones sociales (Raich, 2004). Estos cambios físicos repercuten fuertemente en las pacientes, causando incluso la pérdida de la identidad y/o los roles de género de cada persona (Galan, 2020).

Autoestima y el sentirse “incompletas”

Marián Rojas Estapé, psiquiatra del Instituto Español de Investigación Psiquiátricas, plantea en su libro “Cómo hacer que te pasen cosas buenas” la íntima relación que existe entre el autoestima y la felicidad. Una persona en paz, que tiene cierto equilibrio interior y que disfruta de las cosas pequeñas de la vida, normalmente tendrá un nivel de autoestima adecuado (2018).

En virtud de lo anterior, es importante considerar que el cáncer mamario no sólo produce daño físico, sino que también afecta al estado mental de las mujeres (Galan, 2020). El diagnóstico y tratamiento del cáncer mamario supone una situación estresante física y psicológicamente, ya que además de enfrentar la enfermedad, las pacientes deben adaptarse a pérdidas importantes en varios aspectos de sus vidas (Álvarez & Lorduy, 2015).

Los cambios producidos a nivel corporal se traducen en un sentimiento de insatisfacción corporal, baja autoestima e impacto emocional en quienes padecen la enfermedad (Alderman,

2009). En efecto, un estudio realizado por McFarland el año 2018 confirma que los síntomas psicológicos mantienen una estrecha relación con los cambios físicos, asociándose en muchos casos al desarrollo de depresión (Amorós, 2019). En la misma línea, 24 de las 30 mujeres entrevistadas por esta autora han desarrollado rechazo a su cuerpo, ansiedad y depresión.

Cabe mencionar que los efectos psicológicos del cáncer mamario persisten en el tiempo, considerando que el 30-40% de las pacientes experimentan síntomas de malestar psicológico incluso después de diez años de finalizado el tratamiento (Hernández, 2012; Pérez-Tejada et al., 2016; McFarland, Shaffer, Tiersten & Holland, 2018).

Si bien existen esfuerzos para mejorar la apariencia de las mujeres que padecieron cáncer de mama, estos no conllevan necesariamente una mejoría en los niveles de estrés de las pacientes (Quintard & Lakdja, 2008). La mayoría de las mujeres sienten vergüenza por su cuerpo, por la asimetría que el tratamiento y la

cirugía del cáncer mamario deja, aún cuando se someten a la reconstrucción mamaria. Las pacientes tienen miedo a mostrar su cuerpo, sienten devaluado su atractivo y femineidad, lo que las hace dudar de su expresión de género y cuán mujeres son.

Así, la imagen de la mujer mastectomizada se vuelve un factor de vulnerabilidad psicológica (Moreira & Canavarro, 2010), haciendo necesario el acompañamiento emocional y psicológico de las mismas. Es importante hacer visibles los sentimientos de las pacientes, comprendiendo que “los senos no son los que nos hace mujeres”, tal como afirma Leaphart de 50 años (The New York Time, 2016).

Según datos del observatorio del cáncer, solo 1 de cada 10 mujeres que tienen una mastectomía, accede a la reconstrucción de sus senos, con todo el costo psicológico que esto conlleva para ellas (Biblioteca Nacional, 2021). La tasa de mastectomía se mantiene alta en nuestro país debido al diagnóstico tardío de la enfermedad (Minsal, 2015).

Asimetría como acto de empoderamiento

Existe una leyenda, en Asia Menor, sobre una tribu de mujeres guerreras que extirpaban uno de sus pechos para poder manejar mejor el arco. En esta tribu los hombres eran considerados solamente como sementales para la reproducción, pero las tareas relevantes del grupo social recaían en dichas mujeres, que voluntariamente mutilaban sus mamas.

Actualmente no existe dicha tribu. Ahora las mujeres no extirpan sus senos por voluntad propia, sino que son amazonas involuntarias por decisión del ginecólogo, debido a una patología orgánica grave como es el cáncer de mama que, junto con el de cuello de útero, constituyen la mayoría de los cánceres femeninos y son los responsables de la muerte de muchas mujeres jóvenes (Usobiaga, 1995).

Detrás de todo el sufrimiento que hay durante el proceso del cáncer de mama y la extirpación “mutilación” del seno, se puede evidenciar que la lucha tiene un mensaje de empoderamiento de la mujer frente a lo establecido por la sociedad y respecto de las ocurrencias sufridas en su vida.



Imagen 9. Noelia Morales, sujetador parche
Recuperado de: [https:// www.elperiodico.com/es/](https://www.elperiodico.com/es/)

Influencia en la sexualidad femenina

La Organización Mundial de la Salud define la salud sexual como la aptitud para disfrutar de la actividad sexual y reproductiva, acomodándose a criterios de ética social y personal. Este concepto implica la ausencia de temores, de vergüenza, culpabilidad, de creencias infundadas y de otros factores psicológicos que inhiban la actividad sexual, la perturben o entorpezcan las relaciones sexuales y reproductivas (Blanco, 2010).

Las pacientes con cáncer de mama sufren una multitud de cambios acelerados, los cuales influyen negativamente en la imagen que las pacientes tienen de su propio cuerpo, provocando desórdenes afectivos y cambios en su sexualidad (Alderman, 2009). Debido a lo anterior, las mujeres manifiestan alteraciones en sus relaciones de pareja, lo que deteriora la calidad y frecuencia de sus relaciones íntimas y el desarrollo del amor propio.

La mujer mastectomizada se ve afectada en la calidad de su vida personal, renunciando o disminuyendo sus relaciones sexuales, sufriendo

sequedad vaginal, siendo rechazada por algunos hombres que se niegan a tocar la cicatriz de la mastectomía, evitando el desnudo integral, entre otras situaciones perniciosas para ella (Álvarez & Lorduy, 2015). Álvarez y Lorduy concluyen que “padecer un cáncer de mama puede llevar al rompimiento de algunas mujeres con sus parejas y ser vivido por ellas como un problema” (2015).

Existe una estrecha relación entre los cambios en la sexualidad y la no aceptación de la nueva imagen corporal post mastectomía. Su inquietud por la desfiguración física y la alteración de la intimidad sexual las lleva a creerse menos valoradas, con miedo al rechazo de su pareja, quejándose de que les dejan acariciar el pecho por ellos (Vázquez, 2010).

El autoconcepto implica una autoevaluación de todo lo que el individuo ha sido, es y aspira a ser. En cuanto a la sexualidad, hay estudios que confirman que generalmente esta no se ve afectada por una mastectomía, ya que en la mayoría de los casos la pareja suele ser un apoyo

fundamental dentro del proceso. Sin embargo, el mayor problema se presenta en la propia percepción de la mujer sobre su cuerpo lo que lleva a un distanciamiento con su pareja.

Para Navarro (2006), la familia y el entorno social son actores fundamentales durante el proceso de fortalecimiento del autoconcepto y la vivencia del duelo, ya que permiten a la mujer sentirse querida, importante, acompañada y comprendida. Esto otorga a la mujer la fuerza para enfrentar las situaciones de crisis que se presentan en su vida.

A lo anterior se suma que la sexualidad es un área no hablada dentro de las sociedades latinas, por lo que las pacientes de cáncer no informan los problemas que desarrollan en este ámbito, minimizando las consecuencias del cáncer de mama. Recurrente es escuchar en los relatos de las mujeres frases como “debo estar agradecida con estar viva, lo demás no importa” o “ya no sirvo para eso”. En Latinoamérica no se han explorado suficientemente los aspectos relacionados con la sexualidad y las relaciones de pareja, dado que se reflejan aún tabúes sobre esta problemática.

En síntesis, la mujer que padece cáncer de mama desvaloriza su imagen corporal (Juárez & Landero, 2011), lo cual afecta su desarrollo sexual e íntimo. Es por esto que los autores sugieren elaborar intervenciones médicas especiales que exploren y apoyen estos aspectos invisibilizados (Hormes, 2008), aunque para las mujeres y sus parejas sea embarazoso tocar este tema.

“Solo en contadas oportunidades he podido mantener relaciones sexuales absolutamente desnuda. Se requiere de mucha intimidad y complicidad para poder mostrarse libremente. Yo siento que soy otra y me da vergüenza sacarme la ropa” Trinidad, entrevista personal, 2021.

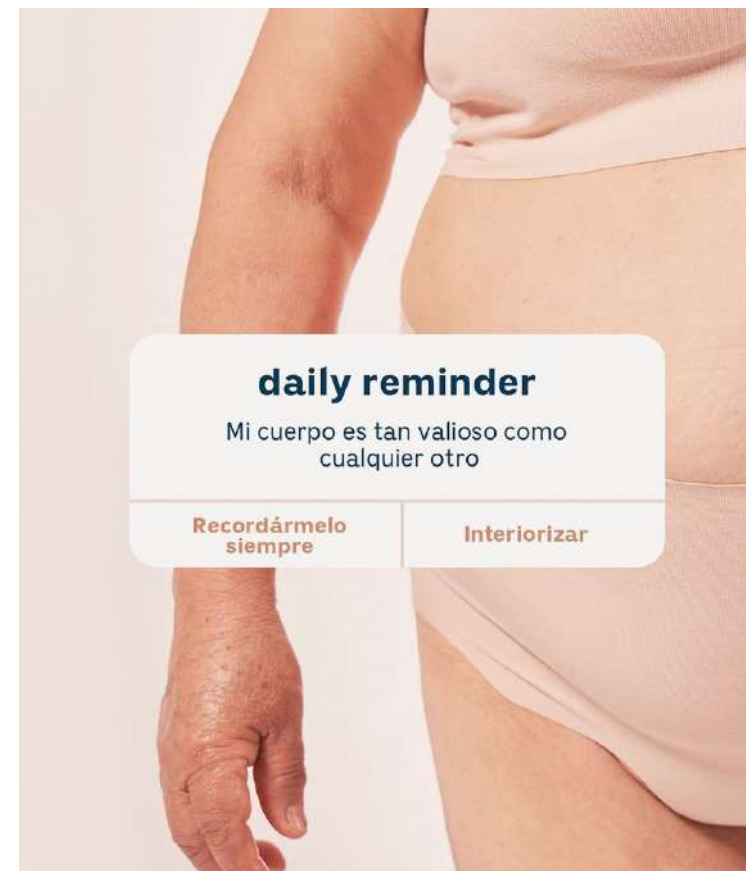


Imagen 10. Sicurezza
Recuperado de: <https://www.instagram.com/>



2.2 Mujeres con mastectomía

Vivencias y dolores

La mastectomía consiste en la extirpación de la glándula mamaria de uno o ambos pectorales, la cual puede o no ir acompañada del vaciamiento axilar, a través de una incisión generalmente horizontal. De esta forma, se extirpa parte de la clavícula, costillas, del brazo, piel, pezón/es, areola/s, todo lo cual dependerá de los casos, tipos y etapa del cáncer de mama en que se encuentre la paciente (Val Gil, et al., 2001).

La mastectomía tras un cáncer de mama es una experiencia traumática para la mujer. Los especialistas han definido las perturbaciones derivadas de este tipo de cáncer y su tratamiento, considerando que aproximadamente un 30% de las mujeres sufren problemas psicológicos, entre los que cabe mencionar: sentimientos de mutilación y alteración de la imagen corporal, disminución del autoestima, pérdida de la sensación de feminidad, disminución del atractivo y función sexual, ansiedad, depresión, indefensión, culpa, miedo a la recurrencia y al abandono.

DICEN	HACEN	PIENSAN	SIENTEN
<ul style="list-style-type: none">· El cáncer me hizo crecer como mujer, ser mejor persona. Salí fortalecida de este proceso, con mayor sensibilidad al dolor de los demás. Me hizo reencontrarme conmigo misma, aprender a quererme tal cual soy.· Es una experiencia dura, con mucha incertidumbre y miedo.· El proceso de la mastectomía es muy invasivo y fuerte. Afecta el autoestima, la vida en pareja y el sistema familiar en general. Una se siente mutilada de alguna manera.· Es horrible pensar que una parte de tu cuerpo ya no la tienes y piensas que todo el mundo se da cuenta que no está, me he sentido incompleta muchas veces y muchas veces he llorado al mirarme al espejo y ver que me falta una mama.· Falta contención emocional al momento de ser diagnosticadas. Se habla mucho de la prevención, pero poco de las secuelas que quedan en la mujer.	<ul style="list-style-type: none">· Cubro la ausencia de mama.· Sin pechuga cuesta vestirse, por eso mismo suelo usar ropa holgada que disimule la asimetría mamaria.· Trato de ponerme algo dentro del peto para disimular un poco la falta de la mama y más que nada es por el resto porque siento que todos me miran y se dan cuenta que me falta mi mama.	<ul style="list-style-type: none">· Nunca vuelven a ser la misma mujer.· Es un impacto fuerte que hay que manejarlo y tratarlo, hay que buscar ayuda psicológica para aceptar lo que te sacaron.· La vida cambia, hay prioridades que no son prioridades, dejas de hacer cosas que en algún momento había un motivo pero ya no valen la pena.· Uno se replantea la vida, te enfocas en cosas que son más importantes.· Mi mayor preocupación hoy en día es seguir trabajando el autocuidado y enseñarles a mis hijas para que no pasen por esto.· Aunque cuesta asumirse con una tremenda cicatriz, cuesta verse y que te vean. Pero hay que tomarlo como una herida de guerra de la cual se salió victoriosa, eso me da esperanza.	<ul style="list-style-type: none">· Una se siente menos femeninas con la ausencia de mamas, menos mujer.· He sentido vergüenza al verme desnuda. Me da pudor mirar la cicatriz.· Al principio no me gustaba verme al espejo, me sentía con mucha rabia, pena y frustración por lo que la enfermedad me había causado. Sin duda te sientes incompleta, te miras al espejo y algo falta.· Vestirse es un proceso súper fuerte. Te miras la zona donde no hay nada.· Mi vida sexual se ha tenido que ir adaptando a mi transformación física y psicológica.· Solo en contadas oportunidades he podido mantener relaciones sexuales absolutamente desnuda. Yo siento que soy otra y me da vergüenza sacarme la ropa· El gran cambio es el amor propio, aprender a conocerme y a cuidarme. Aprender a vivir con mi nueva imagen corporal, a quererla.

Esquema 2. Elaboración propia
Mapa de Empatía



Las razones que llevan a una mujer a no seguir un procedimiento de cirugía reparadora son: no ser considerado esencial para el bienestar físico o emocional; falta de información sobre el procedimiento y la posibilidad de reconstrucción mamaria y; no querer tener algo antinatural en su cuerpo. Otros motivos que se pueden esbozar son el miedo relacionado con el implante de silicona; la dificultad al comentarlo de la familia por considerarlo algo frívolo; la necesidad de intervenir quirúrgicamente la otra mama; y el temor al dolor asociado al proceso quirúrgico.

En el texto de grupo de acompañamiento para mujeres mastectomizadas, tesis de enero del 2020 de México, María de Lima, afirma que en nuestra sociedad, los senos son considerados uno de los principales cimientos en que se asienta el cuerpo e imagen femenina. Así pues, al extirpar la mama ocurrirá un cambio en la imagen corporal de la mujer, lo que acarreará una disminución del autoestima y generará sentimientos de inseguridad.

Los senos de las mujeres conllevan una carga social que representa la feminidad y la identidad de lo que es ser mujer. A partir de ello, el realizarse una mastectomía implica vivir una realidad distinta a la crianza tradicional, que conlleva enfrentarse a nuevos retos y problemas. Surgen cuestionamientos sobre la imagen corporal, “el qué dirán” y la idea de sentirse incompleta, los cuales están cargados de prejuicios y estereotipos de género impuestos por una sociedad patriarcal. Por lo demás, se debe considerar que el ideal estético del cuerpo ha sido tradicionalmente un valor mayormente exigido para la mujer que para el hombre. Por ello, las mujeres se encuentran socialmente más presionadas hacia el mantenimiento de sus cuerpos y el cumplimiento de ciertas expectativas.

En virtud de lo anterior, es necesario que esta problemática de salud pública sea abordada con perspectiva de género, considerando el impacto de un cuerpo con un pecho faltante, símbolo de la corporalidad modificada que

vendría a romper las discursivas dominantes de estética y belleza en las que se sobrevalora el pecho como ícono de feminidad (Méndez, et al., 2012). Se deben abolir los estereotipos patriarcales que afectan a las mujeres mastectomizadas y las fuerzan hacia la reconstrucción mamaria. La decisión de incorporar una prótesis mamaria debe ser personal, sin que se vea influenciada por la presión de cumplir determinados estándares de belleza.

Las proporciones corporales sirven para establecer parámetros de comprensión y representación del cuerpo, sin embargo, se debe tener en cuenta que estas proporciones representan la medida postulada como ideal, y que finalmente es imprescindible indagar en las proporciones de los cuerpos reales para dar una respuesta efectiva a las necesidades de los usuarios. (Saltzman, 2004)

MASTECTOMÍA

<p>Simple o total</p> <p>Se extirpa el seno completo</p> <p>+</p> <p>Pezón</p> <p>+</p> <p>Areola y piel</p>	<p>Preservación de piel</p> <p>Se extirpa todo el seno y la areola con un mínimo de remoción de la piel</p> <p>∨</p> <p>Seno reconstruido queda con una apariencia más natural</p>	<p>Prevención del pezón</p> <p>Se extirpa el tejido del seno</p> <p>∨</p> <p>Se puede realizar una reconstrucción del seno</p>
---	---	---

<p>Radical</p> <p>Se extirpa el seno completo</p> <p>+</p> <p>Ganglios linfáticos</p> <p>+</p> <p>Músculo pectoral</p>	<p>Radical modificada</p> <p>Se extirpa todo el tejido mamario</p> <p>+</p> <p>Pezón</p> <p>+</p> <p>Areola y algunos ganglios linfático</p>	<p>Doble o bilateral</p> <p>Se extirpa ambos senos</p> <p>∨</p> <p>Cirugía por reducción de riesgo por gen BRCA</p>
---	---	--

CIRUGÍA CONSERVADORA

<p>Implante</p> <p>Se extirpa el tumor</p> <p>+</p> <p>Tejido circundante</p> <p>+</p> <p>Reconstrucción con implante</p> <p>+</p> <p>Radioterapia o quimioterapia</p>	<p>Colgajo</p> <p>Se extirpa el tumor</p> <p>+</p> <p>Tejido circundante</p> <p>+</p> <p>Reconstrucción con colgajo de piel</p> <p>+</p> <p>Radioterapia o quimioterapia</p>	<p>Cirugía de ambas mamas</p> <p>Se extirpa el tumor</p> <p>+</p> <p>Tejido circundante</p> <p>+</p> <p>Reconstrucción y ajuste mama no reconstruida</p> <p>+</p> <p>Radioterapia o quimioterapia</p>
---	---	--

Esquema 3. Elaboración propia de características de la mastectomía y la reconstrucción mamaria en base a (Cáncer de mama, mastectomía y reconstrucción, Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, 2021)



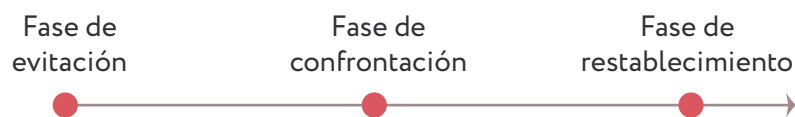
Proceso de duelo

El duelo es conceptualizado por Freud como la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc. La mastectomía genera un estado de duelo y una alteración permanente de la imagen corporal y del concepto que el sujeto tiene de sí mismo (Navarro, 2006).

Ahora bien, frente a idénticas influencias, las personas pueden desarrollar duelo o melancolía. Si bien el duelo y la melancolía implican la pérdida de la capacidad de amar, se diferencian en que el primero permite la posibilidad de encontrar un reemplazo de lo perdido y volver a amar. En cambio, la melancolía impide que el sujeto vuelva a percibir el amor, aunque exista un reemplazo.



Fases del duelo



La persona es incapaz de comprender lo que ocurrió y desea evadir el hecho. Aparece la negación.

Puede durar 6 meses o más. Se presentan emociones más intensas y existe un fuerte estímulo por recuperar lo perdido. Aquí es donde suelen ocurrir los episodios de *mama fantasma*.

Se inicia la reinsertión emocional y social de la persona a la vida cotidiana, aceptando la pérdida como algo imposible de recuperar.

Frase ejemplar: *“Al principio salía de la ducha y me ponía la toalla rápido, para no verme nada, porque salía justo de la ducha y había un espejo grande, entonces no quería verme”* (Trinidad, 2021).

Frase ejemplar: *“Es dolor, mucho dolor, ahora estoy haciendo un esfuerzo. Es muy duro, muy terrible, me da mucha pena cuando me saco la ropa o me voy a comprar una polera.”* (Carolina, 2021).

Frase ejemplar: *“No me siento mal, ni amargada, ni distinta, todo lo contrario, me siento una persona distinta en el sentido de que superé algo y que no me perjudicó mi vida”* (Andrea, 2021).



“¿Ves esas sonrisas? Hoy todas cuentan una historia diferente gracias a que detectaron el cáncer a tiempo” Sicurezza, octubre 2020.

Imagen 11. Sicurezza
Recuperado de: <https://www.instagram.com/>

Duelo con una mastectomía

El duelo es un proceso normal que aparece frente a la pérdida de una persona, un objeto, una parte del cuerpo y demás. No obstante lo anterior, la probabilidad de que una mujer con cáncer de seno presente trastornos depresivos descritos como melancolía son mayores, debido a que la mujer mastectomizada debe enfrentar la pérdida que se manifiesta de manera física y que repercute en el ámbito psicológico.

En otras palabras, el duelo es la respuesta normal a una pérdida, ya sea de un ser querido, como algo físico o simbólico. Sin embargo, cada individuo responde a la pérdida de manera diferente, por lo que no existe una forma correcta de duelo. Así, la persona elabora su duelo en relación con lo que ha perdido, el valor asignado al mismo y la búsqueda de cómo recuperarlo (Pottery & Perry, 1996).

El correcto manejo del duelo se ha asociado a una menor probabilidad de que se presenten complicaciones tras la intervención quirúrgica, para lo cual resulta determinante el soporte familiar y el apoyo en ideas religiosas o de curación. En cambio, las mujeres que no sobrellevan de buena manera el duelo estarán predispuestas física y psicológicamente a desarrollar complicaciones.

A mayor abundamiento, se observa que las mujeres que han finalizado el proceso de duelo satisfactoriamente tienen una mejor autoimagen, presentan menos dificultades en su relación con su cuerpo y los sentimientos que este evoca.

Duelo con mastectomía



Depresión y melancolía



Superación



Mejor autoimagen

2.3 El rol del sostén

Ropa interior

La prenda tiene un uso exterior e interior. El exterior se da mediante su utilización como pieza única, donde se muestra el exterior expuesto ante el entorno, permitiendo la vinculación con este último. En este caso, nos dan la posibilidad de relacionarnos con el entorno y establecer vínculos sociales: nos contextualizan y nos hacen parte de un todo (Saltzman, 2004).

El uso interior se da a través del contacto directo con la piel, facilitando la protección de las partes íntimas y siendo la cara oculta de la vestimenta. La ropa interior abarca todas las prendas que se utilizan bajo la vestimenta públicamente visibles, creando una barrera que protege entre la piel y las prendas de uso exterior. Dentro de ella se encuentran: camisetas, sostenes, calzones, body, baby doll, enaguas, medias, ligas, teddy.



Imagen 12 y 13 Noelia Natalie Papova
Recuperado de: <https://www.pinterest.cl>



Se dice que en el antiguo Egipto, 3000 años a. c., surgió la primera pieza de lencería y se usaba para distinguir a las mujeres de clase alta de aquellas que eran esclavas. Este modelo, era una túnica delgada que iba desde el pecho hasta el tobillo.

Posteriormente, 400 años a.c., en el Imperio Romano se desarrolló la ropa interior con una perspectiva que daba relevancia a la higiene personal, apareciendo los primeros modelos más enfocados a las zonas íntimas. En el caso de las mujeres de la época, la ropa interior se conformaba por unas bandas de lino o cuero para sujetar sus pechos y trusas, siendo una suerte de taparrabos del mismo material. En esta época el material de la ropa interior o la complejidad en su confección también denotaba la clase social de quien la usaba.

A partir del año 1860 la ropa interior de mujer comenzó a ser diseñada propiamente tal, convirtiéndose la seda en el tejido preferido para su producción. Inicialmente el diseño le dió ma

yor importancia a la higiene y estructura corporal, pero la moralidad de dichos años introdujo sus tabúes a la moda, lanzando al mercado distintos diseños para adaptar el cuerpo de la mujer a la silueta ideal del momento. En efecto, los corpiños fueron impuestos para ceñir el cuerpo de las mujeres, elevar su postura y cubrir sus pechos.

A comienzos del Siglo XX, Mary Phelps Jacobs, una dama neoyorquina cansada del uso del corsé, improvisó un sujetador con dos pañuelos de seda blanca amarrados con una cinta y un cordón; patentando así lo que sería el primer brasier, prenda íntima inspirada en la comodidad. Durante los años 70's, 80's y 90's se inició y desarrolló mayormente la liberación femenina, lo cual se manifestó incluso a nivel de prendas íntimas. Lo anterior se plasmó en creaciones con nuevos materiales, más cómodos y en modelos más coquetos, como las tangas e hilos que eran difundidas a través de diversas celebridades, iconos de su época.

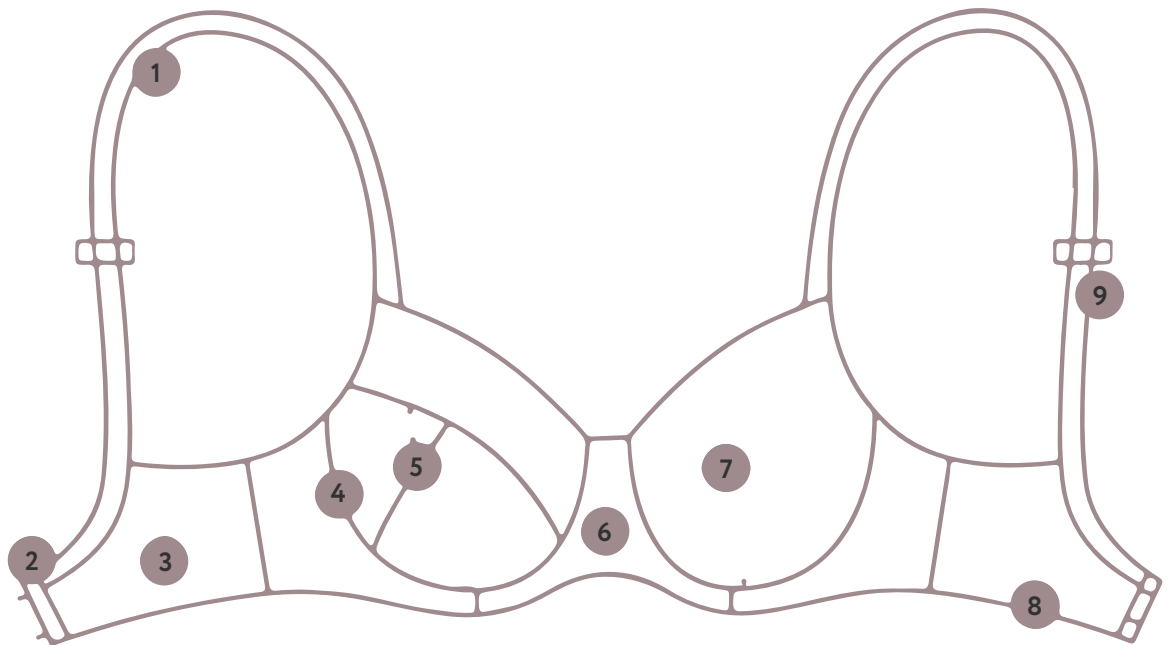


Funcionalidad

- Proteger el cuerpo del frío
- Dar soporte a la forma del traje
- Higiene
- Erotismo

Partes

1. Bretel / Tirante
2. Broche de cierre o ajuste
3. Frente lateral / banda
4. Aro / barba
5. Push up
6. Frente central
7. Copa
8. Elástico
9. Pasador / argolla



Tipos de sostenes:

Estético-funcional

Son aquellos que se adaptan a los gustos, necesidades, indumentaria y tendencias de moda, siendo muy variados en su diseño. Se presentan en versión de ropa interior o lencería dependiendo de su estética, materialidad y ornamentas.

1. Strapless.
2. Sostén con barba.
3. Balconette (media copa).
4. Copa envolvente (seamless).
5. Espalda cruzada.
6. Bustier (tipo corsé).

Técnico-medicinales:

Son aquellos que tienen por objeto cumplir con funciones específicas y cuya esencia se basa en la operatividad misma del sostén. Tienen materialidades predeterminadas, sistemas constructivos y se ajustan a las necesidades particulares de las usuarias.

1. Teen bra.
2. De lactancia.
3. Deportivos.
4. Post mastectomía.
5. Reductores.



03. FORMULACIÓN DEL PROYECTO

3.1 Problemática

Consecuencias sobre el cáncer de mama

Las consecuencias invisibilizadas del cáncer de mama en la mujer, abarcan desde su imagen corporal y autoestima, hasta su intimidad, vida sexual y amor propio. Esto es muy grave, ya que el sufrimiento no termina con la enfermedad, sino que tiene secuelas que puede durar de por vida. Por lo tanto, es necesario visibilizarlas para una recuperación integral de la mujer mastectomizada.

Interacciones críticas

- No se sienten cómodas con su cuerpo y su nueva imagen.
- Rechazo de su cuerpo, baja autoestima y poco amor propio.
- Problemas con su imagen corporal.
- Se sienten menos mujer.
- Problemática individual y social: necesidad de concientizar la asimetría de mamas como un cambio cultural.
- Carga social de las mamas: sin dos mamas son menos mujer.
- Prejuicios de estereotipos.
- Estándares de belleza.

Secuelas físicas que deja el cáncer en el cuerpo

Una de las principales secuelas de este cáncer, que este proyecto busca tratar y solucionar, son las heridas y cicatrices que deja en el cuerpo de la mujer mastectomizada. En algunos casos, estas son efectos del tratamiento mismo de radioterapia y quimioterapia, al dejar una piel sensible, propensa a irritaciones y mucho más delicada. Así como también la secuela misma de la extirpación de la mama.

Interacciones críticas

- Heridas e irritación con el roce.
- Piel delicada.
- Sensibilidad y molestia en la zona.
- Cicatriz propensa a infecciones.
- Vergüenza de su nuevo cuerpo.
- Ocultar su mama.
- Dormir vestidas por pudor.

Apectos negativos del sostén

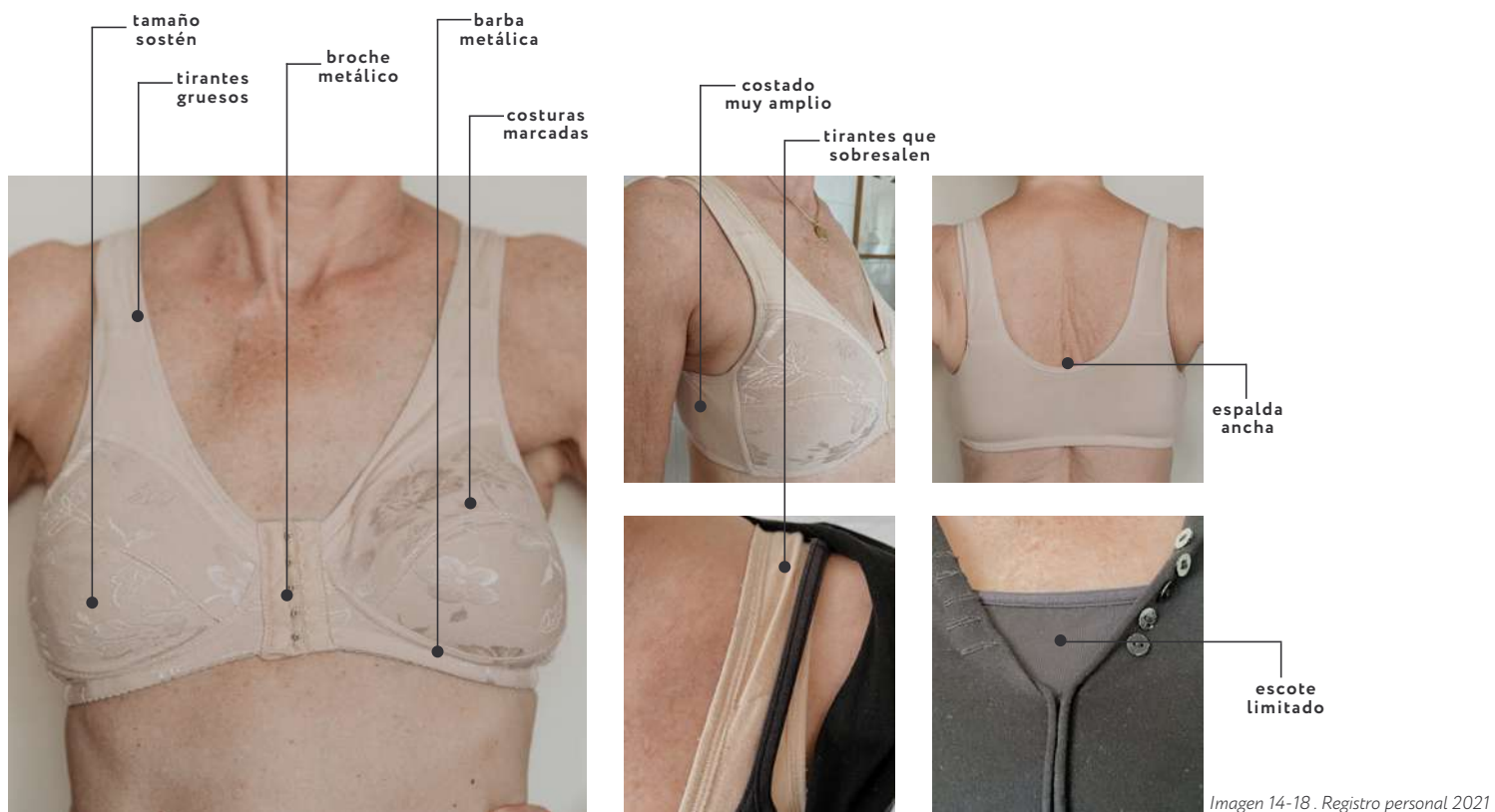
Los sostenes del mercado para mujeres mastectomizadas se enfocan principalmente en disimular la ausencia de mama con el uso de prótesis externas; y en las consecuencias post-operatorias. Debido a esto, son sostenes más bien anticuados y grandes, que no cumplen con un rol fundamental para estas mujeres, como lo es, fomentar su sensualidad y feminidad. Psicológicamente tampoco aportan en la entrega de seguridad y autoestima en la mujer.

Interacciones críticas

- Sostenes del mercado anticuados.
- Sostenes poco estéticos.
- Sostenes de gran tamaño, por lo que la mujer busca ocultarlo con vestimentas holgadas.
- Falta de sostenes pensados para distintas ocasiones.
- Falta de sostenes que aporten a la feminidad y seguridad de la mujer.
- Sostenes con precios muy elevados y por lo tanto, poco asequibles (sobre los \$50.000).



Problemas sostenes del mercado Análisis producto



Problemas cuerpo Análisis físico

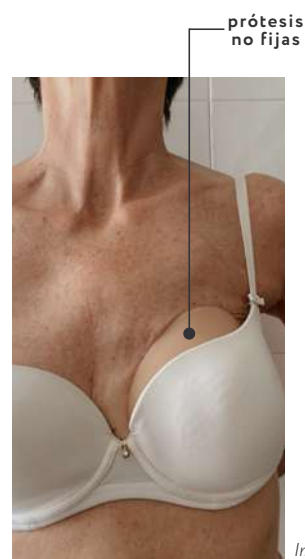


Imagen 19-21. Registro personal 2021

3.2 Oportunidad de diseño

Diseñar sostenes que posean un atractivo visual y potencien la feminidad y sensualidad de la mujer mastectomizada, a fin de favorecer un autoconcepto positivo.

La oportunidad de rediseño nace del vacío existente en Chile respecto este nicho. Se ha elaborado una colección de sostenes en base a una necesidad detectada en el mercado nacional, referida a la falta de talles y diseños en estas prendas. Resulta necesario empoderar a la mujer con su asimetría de senos, mezclando lo funcional y lo estético a través de un diseño adaptativo de sostén, eliminando toda la sobrecarga erótica existente en la sociedad actual.

De esta forma, se potencia que las mujeres mastectomizadas se sientan seguras, cómodas y satisfechas. Así, a través del diseño se plantea una solución a las necesidades reales de las mujeres que han sufrido la extirpación de sus glándulas mamarias.

Propuesta asimétrica

La propuesta de este proyecto de diseño está enfocado en plantear una colección de sostenes para el uso exclusivo de mujeres mastectomizadas, teniendo como propósito fundamental mejorar su calidad de vida mediante una solución innovadora y creativa, con un sosten cuyos materiales, características y diseños co-ayuden en el tratamiento médico de dichas pacientes. El carácter propio que plantea la colección es la asimetría que caracteriza cada prenda, que la hace ser única y la diferencia de las competencias del mercado. Una asimetría que cumple una función estética y funcional para fomentar la seguridad y el amor propio en las mujeres mastectomizadas.

Textil con cobre

La combinación de tela con fibras de cobre presenta diversos beneficios, siendo considerada la mejor tela antimicótica y antibacteriana para estar en contacto directo con la piel. Este tipo textil permite la aceleración de la cicatrización, empareja el tono de la piel con la cicatriz, previene infecciones, entre otras ventajas. Es por esto que la tela con fibras de cobre generalmente es utilizada en el ámbito de la salud, siendo funcional a la satisfacción de necesidades terapéuticas.



Imagen 22. Elaboración de: Daniela
Fundación Chile sin cáncer, 2021

*“Son hermosas,
independiente
de cómo sean
físicamente.
Calvitas, sin cejas
ni pestañas, son
hermooooosas, que
nadie les haga
sentir lo contrario.
La belleza interior
se refleja más allá
de lo estético”*

Daniela, 2021



Imagen 22. Elaboración de: M. Paz, 2021

*“Vivir la vida
según mis propias
reglas me parece
muy sexy y atractivo,
me gustó y me
acepto”*

M. Paz, 2021

3.3 Propuesta de valor y rol del diseño

Re - diseño

Luego de la investigación realizada por esta autora, de las conversaciones con expertos y entrevistas con mujeres que han padecido de cáncer de mama, se detecta la necesidad de diseñar un producto accesible y universal, apto para todas las mujeres que han sido intervenidas mediante mastectomía. De esta forma se pretende evitar los sentimientos de rechazo que experimentan hacia su nueva figura y, por el contrario, entregarles una experiencia más agradable y satisfactoria.

Además, se plantea el objetivo de dar a conocer y visibilizar la problemática referida a las consecuencias negativas que produce el cáncer de mama y la asimetría de senos, a fin de disminuir los sentimientos de soledad y rechazo social. A largo plazo se espera que las futuras mujeres que padecen un cáncer de mama puedan enfrentarse a las consecuencias que deja la enfermedad con mayor seguridad y esperanza.

Para solucionar la oportunidad detectada se propone crear y diseñar una colección de sostenes dirigida especialmente para mujeres chilenas que han sufrido una mastectomía por el cáncer de mama, teniendo la oportunidad y beneficio de un mejor proceso de reparación, curación y adaptación de la nueva figura. Asimismo se trata de un diseño adaptativo que combina lo funcional y lo estético, pretendiendo que las mujeres con asimetría de senos se miren, se quieran y acepten su nuevo cuerpo. Se propone la confección con materiales textiles nobles que eviten la infección de la cicatriz y cubran lo necesario para que la persona se sienta “atractiva” con su nueva figura.

***“Las formas de activismo también son un intento de alterar los paradigmas existentes de significado, valores y propósito compartidos para reemplazarlos por otros nuevos”(2009, p. 10)
Fuad-luke, design activism: beautiful strangeness for a sustainable world***



Imagen 24. Elaboración propia 2021

3.4 Formulación del Proyecto

QUÉ

Colección de sostenes asimétricos que entregan confort y seguridad a la mama de mujeres mastectomizadas, a través de un diseño adaptativo que conjuga lo funcional y lo estético, fomentando una mayor aceptación de la mujer a su nuevo cuerpo, con el objeto de favorecer su bienestar físico y emocional.



POR QUÉ

Porque el cáncer de mama es una enfermedad que afecta a 1 de cada 14 mujeres chilenas, muchas de ellas sufriendo la extirpación total o parcial de la glándula mamaria, lo que genera consecuencias físicas y psicológicas en la mujer, dañando gravemente su amor propio y autoconcepto.



PARA QUÉ

Para entregarles a las mujeres mastectomizadas una nueva oportunidad de sentirse bellas, seguras y empoderadas, a través de una colección de sostenes que combinen lo funcional y estético, mejorando el bienestar físico y psicológico de la mujer mastectomizada y aumentando su aceptación y comodidad en su nuevo cuerpo.

3.5 Objetivos

Objetivo general

Desarrollar una colección de sostenes para mujeres mastectomizadas que se ajuste a las necesidades corpóreas de la población femenina afectada por la cirugía de extirpación de mamas.

Se recopiló información de fuentes primarias, se realizó un rastreo de bases de datos estadísticos y búsqueda bibliográfica sobre el cáncer de mama. Se plantearon los requerimientos funcionales, técnico-productivos y estético-comunicativos, en que es importante considerar los textiles y otros avances tecnológicos a utilizar en prendas de vestir para satisfacer las necesidades pretendidas.

Objetivo específicos

1. Identificar los factores fisiológicos que afectan a las mujeres después de haber padecido cáncer de mama y haberse sometido a una mastectomía.

2. Determinar las problemáticas que afecten el desempeño físico diario de la usuaria mastectomizada.

3. Establecer diferentes configuraciones de ropa interior adaptables al nuevo cuerpo que traten los problemas identificados anteriormente.

4. Evaluar la calidad de la propuesta de diseño planteada.

IOV: Analizar a partir de la revisión de literatura las consecuencias anatómicas posterior a la mastectomía.

IOV: Realización del mapa de comportamiento y análisis de las interacciones críticas detectadas, mediante la revisión de literatura, entrevistas, encuestas y estudios fotográficos.

IOV: Evaluar la viabilidad de los aspectos estéticos y técnicos de los prototipos experimentales y el calce del nuevo sistema de talleje propuesto por la marca.

IOV: Testear cuantitativamente la efectividad del nuevo sostén.

3.6 Estrategia metodológica

El diseño con enfoque en el usuario

User-Centered Design

El Diseño Centrado en el Usuario es una filosofía de diseño que tiene por objeto la creación de productos que resuelvan necesidades concretas de los usuarios finales, consiguiendo la mayor satisfacción y mejor experiencia de uso posible con el mínimo esfuerzo de su parte. Está estrechamente relacionado con el concepto de ergonomía.

Se entiende como la participación del usuario dentro del proceso de diseño, a fin de comprender sus necesidades, la realidad de su entorno y, finalmente, sus expectativas. Esto para lograr un diseño en colaboración con mujeres mastectomizadas para lograr satisfacer sus necesidades.

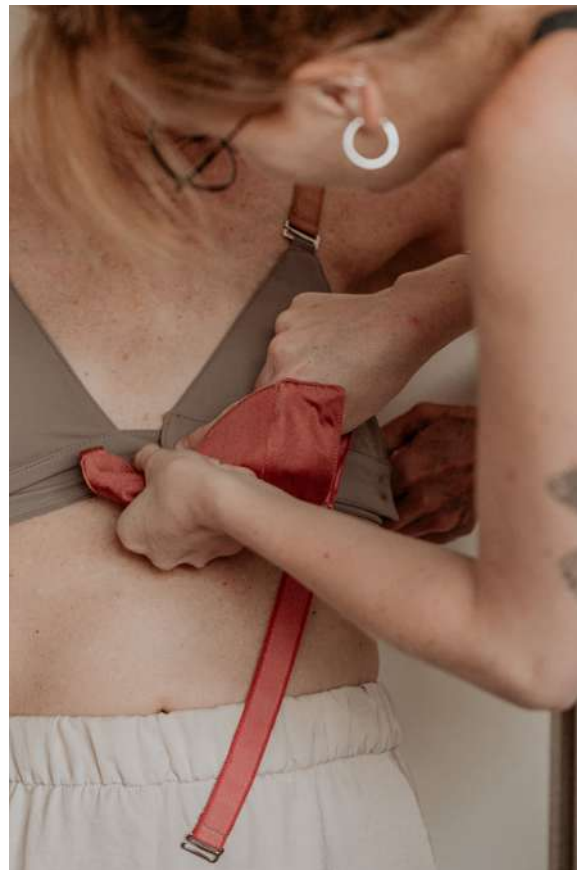


Imagen 25-26. Elaboración propia 2021

3.7 Usuario

La mujer y su nueva figura

Asime está dirigido a todas las mujeres que han pasado por una mastectomía total en una de sus mamas y quieren sentirse cómodas y seguras, sin tener que recurrir a los incómodos, pesados y costosos sostenes que incluyen implante de silicona.

La presente investigación se enmarca dentro de la rutina diaria de las mujeres chilenas que han pasado por un cáncer de mama y las consecuencias que este deja, tanto en sus ámbitos físicos como en los psicológicos. La investigación, por tanto, se sustenta en el estudio de múltiples fuentes de información provenientes de distintas disciplinas; informes, estudios clínicos, papers de especialistas, cirujanos oncológicos, psicooncólogos, entre otros.

Las cifras de la Unidad de Patología Mamaria del Hospital Clínico San Borja Arriarán indican que el 65% de los cánceres de mama ocurre en mujeres entre 35 y 65 años, concentrando la mayor frecuencia entre los 40 a 50 años (Peralta, 2002). Conforme a lo anterior se considera que el usuario está formado por las mujeres

chilenas con mastectomía total en una de sus mamas, cuya edad oscile entre los 30 y 60 años, habiendo recibido tratamiento por cáncer de mama en un centro oncológico público o privado.



Imagen 27-32. Elaboración de: entrevistadas, 2021.



3.8 Contexto de implementación

El proyecto se enmarca dentro de los sistemas de salud y fundaciones relacionadas al cáncer de mama, ya que se observa la ausencia de ropa interior especializada para mujeres mastectomizadas, a quienes no se les ofrecen productos que se ajusten a su silueta y nueva figura. Para esto es necesario entender en profundidad las necesidades de dichas mujeres y las carencias que presentan los sostenes que ofrece el mercado nacional e internacional actualmente.

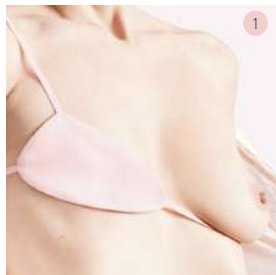
Una de las ventajas del producto diseñado es que no se encuentra limitado a una “personalidad” o “tipo” de mujer mastectomizada en específico, sino que actúa como una herramienta personalizable, dependiendo de las necesidades propias de cada mujer y la funcionalidad requerida para cada momento. Todas las prendas tienen un objetivo común: darle a la mujer mastectomizada una nueva oportunidad para empoderarse frente a su asimetría de senos, mediante prendas que le otorguen mayor seguridad y permitan que el acto de vestirse deje de ser incómodo, sino que sea considerado como un “juego”, en que pueda variar las formas, los tirantes y outfits que muestren el sostén, sin necesidad de ocultar o disimular la asimetría.

La imagen de la derecha fue una historia que subió a sus redes sociales (Instagram) la Fundación Chile sin Cáncer, para contactar a mujeres interesadas en el proyecto y así armar un focus group y recolectar sus diversas vivencias.



3.9 Antecedentes y referentes

Antecedentes



Sujetador Parche: Tras superar una mastectomía, Noelia Morales, española y creadora de Anna Bonny, decidió enfrentar su nueva fisonomía creando una prenda que le devolviera la confianza en sí misma. Su creación no pretende disimular la falta de pecho, sino todo lo contrario: subrayar su ausencia de una forma estética

Se rescata del sujetador parche, la necesidad de visibilizar y embellecer una realidad. Se pretende transmitir la rebeldía y seducción, sin disimular la asimetría mamaria.

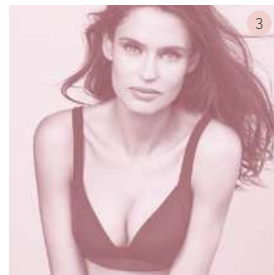
Fuente: www.elpais.com



Teta & Teta: Comunidad española que reivindica la libertad femenina a través de la creatividad y el activismo. Es una asociación sin ánimo de lucro, pero con ánimo de dessexualizar la teta y el ambiente. En el 2019 crearon Lola: un sujetador unicopa para mujeres unitetas.

Se rescata de Teta & Teta la exposición por medio de este bra de que la mujer mastectomizada no tiene nada que esconder.

Fuente: www.sujetadorlola.es



Innergy: Bras quirúrgicos de la marca Leonisa están fabricados con un material suave y con tecnología de tejido antibacterial, que mantiene fresca y seca la zona de la mama. Todos están diseñados con SmartLace transpirable para una apariencia lujosa y femenina. Este diseño te permite usar la prenda con o sin almohadilla, o con la prótesis en forma de mama de tu elección para lograr una simetría natural.

Se rescata de Innergy, lo práctico que es el bra diseñado, cubriendo la necesidad primaria de este tipo de objetos.

Fuente: www.elespanol.com



Amonea: Marca que elabora una combinación de parches de silicona Mamila Circular y Ancla, con sujetador de comprensión sin costura para usar tras una reconstrucción.

Se rescata de Amonea, lo práctico que es el producto, satisfaciendo una necesidad específica tras la reconstrucción mamaria.

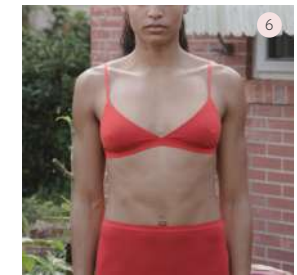
Fuente: www.amonea.com



Post-Surgery Bras: El proyecto "Cosas que sí importan" fue lanzado por Dexeus Mujer junto a Women'secret. Consiste en una colección de sujetadores WS diseñado con los profesionales del área de ginecología oncológica y mamaria de Dexeus Mujer. Esta línea está especialmente diseñada para mujeres operadas de cáncer de mama y el 100% de sus beneficios se donará.

Se rescata la iniciativa de crear un bra diseñado especialmente para mujeres que han pasado por una mastectomía y la ayuda benéfica que ofrecen a dichas mujeres.

Fuente: www.dexeus.com



Base Range: Marca de ropa francesa femenina, favorece una filosofía de crear prendas limpias, sencillas y accesibles que existen en algún lugar entre la cultura moderna y el mundo natural.

Se rescata la estética minimalista de la imagen, pero por sobre todo la utilización de materiales nobles como el algodón, la seda y el bambú.

Fuente: www.baserange.com/

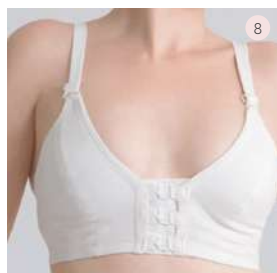


7

La Jauría: Marca chilena de lencería, en que cada prenda está confeccionada con materiales sintéticos como el tul elasticado y spandex.

Se rescata por ser una marca pionera en insertar la lencería local hecha a mano y con un discurso de aceptación en torno al cuerpo.

Fuente: www.quintatrends.com

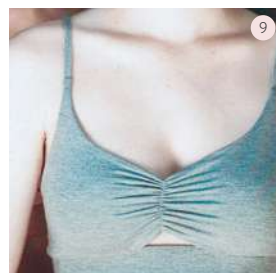


8

Cottonique: Marca de Estados Unidos especializada en ofrecer ropa -interior y exterior- fabricada en algodón orgánico, con un énfasis en el cuidado de la piel a través de la indumentaria. Fabrican ropa especial para gente con tendencia a tener alergias tóxicas.

Se rescata en cuanto a ropa interior, buscan no usar ningún elástico ni nada que tenga componentes alérgenos, por lo que en sus prendas se ve una construcción bastante compleja y con varios tipos de ajustes.

Fuente: www.cottonique.com

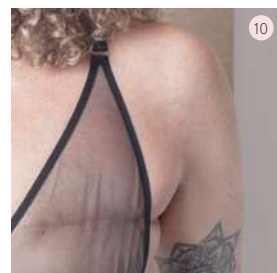


9

Quila: Sostenes de Bambú Quila es una marca de sostenes creada por Paula Ramírez como proyecto de Título, para la carrera de Diseño UC. Su enfoque principal es crear sostenes simples, funcionales y cómodos a través de las propiedades del material, el Bambú, con un énfasis en separarse de la sobre-erotización y sexualización de la ropa interior.

Se rescata de este proyecto de título en la simpleza de sus sostenes y sus materiales nobles.

Fuente: biblioteca UC



10

Monocyclettes: Lencería uniteta francesa cuyo objetivo es no disimular la ausencia de mama. Para esto, se combinan diferentes textiles y transparencias, evidenciando la cicatriz. También se juega con diferentes paletas de colores y da la posibilidad de mezclar cada parte del sostén.

Se rescata de esta marca francesa la originalidad de sus lencerías y el mensaje rupturista que transmiten de que no existe la necesidad de ocultar nada.

Fuente: www.lesmonocyclettes.com



11

Noticia: El parlamento escocés recientemente aprobó un proyecto de Ley para que las mujeres del país, de cualquier edad, puedan recibir productos sanitarios de higiene femenina completamente gratis, lo que convierte a Escocia en la primera nación en el mundo en hacerlo.

Se rescata de esta noticia el beneficio gratuito que ofrece el gobierno escocés para las mujeres y el tratamiento de la materia como una política pública de Estado.

Fuente: www.elconfidencial.com



12

Ecovidrio pone en marcha la campaña Recicla vidrio por ellas, una iniciativa que tiene como objetivo movilizar a los ciudadanos a reciclar vidrio y contribuir así con una causa solidaria. Por cada kilo de envases de vidrio que los ciudadanos depositen en los contenedores rosas, Ecovidrio donará un euro a la Fundación Solidaridad Frente al Cáncer.

Se rescata de esta campaña de reciclaje la buena forma de plantearla y que implique el financiamiento de la Fundación Sandra Ibarra para combatir el cáncer de mama.

Fuente: www.elperiodicodearagon.com





En Gambia, a medida que la pandemia de COVID-19 envuelve gran parte del mundo, las autoridades sanitarias están trabajando para impedir su transmisión a través de las fronteras del país. En Basse, se entregaron kits de higiene personal entre los más excluidos, incluidas las mujeres y las niñas que viven en la pobreza y con discapacidades.

Se rescata de esta iniciativa el beneficio de higiene personal que ofrece la Cruz Roja a poblaciones vulnerables.

Fuente: www.unfpa.org



Culotte: Marca chilena de calzones menstruales que lanzó una campaña junto a Red de Acción Carcelaria y Tremendas para donar calzones menstruales a mujeres privadas de libertad, porque creen que las presas merecen vivir una menstruación digna dentro de la cárcel.

Se rescata de Culotte y su campaña colaborativa la donación que se realiza para combatir una necesidad invisibilizada.

Fuente: www.culotte.cl



Planea Fundación: Fundación chilena sin fines de lucro que busca promover la cultura de una vida sustentable, a través de la práctica de los oficios, la alimentación consciente y el cuidado de la tierra. El año 2021 realizó un taller junto a Culotte para que mujeres realizaran sus propios calzones menstruales a partir de material reciclado.

Se rescata de este taller la ayuda gratuita que se ofrece a través de la Fundación.

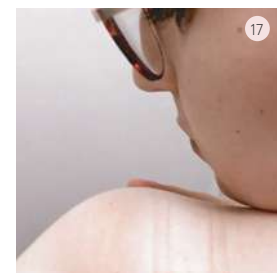
Fuente: www.fundacionplanea.org



Papaya Bragas: Calzones menstruales chilenos con filamentos de cobre, hechos por mujeres para personas menstruantes, a fin de tener una menstruación cómoda, segura y libre.

Se rescata de Papaya Bragas que sea una marca chilena que concientiza una necesidad social y la cubre de una forma cómoda y útil.

Fuente: www.papayabragas.cl



Freedas: Cuenta de Instagram española y feminista que pretende exponer situaciones cotidianas que viven las mujeres, con su lema "Detrás de una gran mujer siempre hay otras grandes mujeres. Ellas son las que revisan los mensajes antes de enviarlos".

Se rescata de esta cuenta de Instagram la forma en cómo dan a conocer y visibilizan su contenido.

Fuente: www.freedas.es



Anita care: Prótesis mamarias de alta calidad en cuanto a sus materiales, de distintos tamaños, formas y rellenos. Esto permite que la usuaria pueda jugar y decidir qué prótesis usar, variando sus pesos, formas y tamaños según sus necesidades.

Se rescata de la marca la venta y beneficio de ofrecer a la usuaria distintas prótesis para satisfacer necesidades individuales.

Fuente: www.anita.com

Referentes



Parche silicona: Tratamiento médico para mejorar la cicatriz y marcas de la cesárea, mejorando las cicatrices oscuras y previniendo la formación de cicatrices hipertróficas. Es transparente, con buen autoadhesivo, durable y reutilizable.

Se rescata el material utilizado para obtener una buena cicatrización.

Fuente: www.mercadolibre.cl



Ortesis: Dispositivos utilizados en la ortopedia diseñados para la corrección a nivel de la estructura o funciones del cuerpo.

Se rescata de este innovador producto la posibilidad de dar mayor movimiento a la mano y satisfacer distintas necesidades del usuario al momento de utilizarlo.

Fuente: www.mercadolibre.cl



Prótesis: Extensiones artificiales utilizadas como sustitutos de la extremidad o parte del cuerpo que ya no está, bien sea por amputación o por enfermedad congénita. Se busca que se sigan realizando de manera normal los movimientos naturales del cuerpo, siempre que se pueda.

Se rescata la posibilidad de dar mayor movimiento al cuerpo y la posibilidad de otorgar movilidad a alguna parte o extremidad del cuerpo que se perdió.

Fuente: www.fisioterapia-online.com



Manga linfedema: Las mangas elásticas médicas son adecuadas para personas después de la cirugía de cáncer de mama, ya que son capaces de prevenir eficazmente secuelas como el linfedema de las extremidades superiores y aliviar los síntomas de linfedema leves, moderados y graves.

Se rescata de este producto la posibilidad de evitar un dolor producido por la enfermedad y las secuelas que el cáncer mamario deja en el cuerpo.

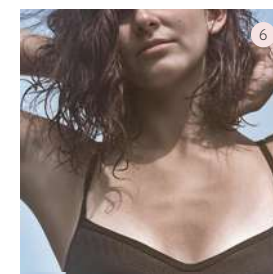
Fuente: www.bluemedical.cl



Dr. Juanete: Reduce de inmediato las molestias, el dolor y la presión que causa la presencia de juanetes en tus pies. Su almohadilla de gel anti-fricción ayuda a disminuir al instante el roce incómodo.

Se rescata el alivio que produce el producto al momento de utilizarlo, disminuyendo el dolor causado por los juanetes.

Fuente: www.drjuanete.com



Dila: Proyecto de Título de Diseño UC de trajes de baño que permiten la posibilidad de cambiar sus partes para poder jugar con el color y forma de la prenda.

Se rescata de este proyecto su originalidad que permite intercambiar las partes de trajes de baño obteniendo distintos modelos del mismo.

Fuente: biblioteca UC



Mayra Swim: Marca de trajes de baño de origen australiano que utiliza telas ultra expansibles especializadas para el agua, lo que permite que se adapten a cada tipo de cuerpo. Se destaca la utilización de un tallaje adaptable y transversal a cada tipo de cuerpo, además de una reducida paleta de colores, modelos de bikinis y trajes de baño.

Se rescata la oportunidad de que cada prenda se adapte al cuerpo con la opción de tallas adaptables.

Fuente: www.myraswim.com



Monarch: Calcetines "PERUGGI" confeccionados con bambú y cobre y que tienen capacidad de termorregulación, manteniendo los pies frescos en verano y tibios en invierno. Además, el diseño incorpora fibras con cobre que cuidan los pies de posibles infecciones y eliminan el mal olor causado por hongos y bacterias.

Se rescata el uso del cobre en la prenda y los beneficios específicos que le permite cuidar la piel de infecciones y olores.

Fuente: www.monarch.cl



Impresión 3D para combatir la transmisión del VIH durante la lactancia: Dispositivo para combatir la transmisión del VIH durante la lactancia. La invención es una boquilla de extractor de leche impresa en 3D compuesta de un material antibacteriano. La joven startup es la creadora de un filamento que agrega propiedades antimicrobianas a diferentes polímeros como PLA y TPU, gracias a las nanopartículas de cobre.

Se rescata la innovación del producto a un problema mundial muy poco explotado.

Fuente: www.3dnatives.com



Mascarilla con cobre para el covid 19: mascarillas reutilizables con cobre y filtración para evitar el contagio del virus ya que sus partículas de cobre son antibacterianas. Producto chileno 100% certificado.

Se rescata de estas mascarillas el uso del cobre para prevenir la propagación del virus mediante sus partículas antibacterianas.

Fuente: www.thecoppercompany.cl



04. DESARROLLO DEL PROYECTO

4.1 Metodología del proyecto

Human Center Design

Como se mencionó en un principio, el cáncer de mama deja diversas consecuencias negativas en el cuerpo de la mujer, las que afectan física y psicológicamente a quienes lo padecen. Los oncólogos y especialistas que tratan a estas mujeres les hablan del tratamiento en sí, de la operación específica de mastectomía y de los pasos a seguir post-operación, pero no mencionan las secuelas y problemas que deben enfrentar por la asimetría de mamas.

Por lo mismo, el proyecto se basó en una metodología en que el usuario fuera el centro, con el objeto de comprender sus experiencias; identificar cabalmente sus necesidades y favorecer su bienestar emocional, autoestima, amor propio e imagen corporal.

El Human Center Design (HCD) consiste en un proceso para resolución de problemas que propone una aproximación creativa que comienza por las personas para las cuales se diseña, a partir de sus necesidades, objetivos y deseos, generando una solución que resuelva sus requerimientos (IDEO, 2009). Justamente

se basó en esta metodología por la importancia que le da a las necesidades de las usuarias para el buen desarrollo, creación e implementación del proyecto.

Dicha metodología se divide en tres grandes conceptos: Escuchar, Crear y Comunicar. El primer semestre se realizó la etapa de Escuchar, consistente en la recopilación de información, recolección de datos e inspiración desde las personas y que permite definir el primer y segundo objetivo específico del proyecto. La fase de escuchar se configura como la preparación a una orientación clave para la recopilación de literatura e investigación de campo.

En esta etapa, se investigó en profundidad las vidas de diversas mujeres mastectomizadas y las consecuencias que la cirugía dejó en sus cuerpos. A continuación, se interpretó el comportamiento de las mujeres mastectomizadas, sus estados emocionales y la vinculación de éstas con sus rutinas diarias. Estos análisis se basaron en la observación, comprensión y análisis de la usuaria, lo que permitió determinar

distintas secuelas negativas producidas por la asimetría mamaria.

La revisión de literatura permitió recopilar antecedentes respecto:

1. Las secuelas que la mastectomía produce en la mujer.
2. Estudios sobre el rechazo que sienten hacia su nueva imagen.
3. Los cambios de ánimo que experimentan.
4. La depresión y ansiedad en mujeres mastectomizadas.
5. Los beneficios y desventajas de la mastectomía total o parcial con o sin reconstrucción mamaria.

Por otro lado, se tomó contacto con especialistas cuyos conocimientos fueran atingentes al proyecto, los que fueron de gran ayuda para la recopilación de información:

- Entrevista a especialistas en oncología, tales como la cirujana oncológica de la Clínica Alemana Jamile Camacho, quien comenta que la paciente no se atreve a hablar de su vida sexual porque siente que tiene que hablar solo del cáncer, agregando que “se sienten como tontas, como ridículas, como si no se deberían preocupar de eso” (sic). Para la especialista la idea es que la mujer trate de recuperar su vida en todos los aspectos: sexual, hogar, laborar. Además, se consultó a Paula Escobar, ginecóloga del Hospital Luis Tisné, quien comentó que sus pacientes no hablan de las afectaciones a nivel sexual y la pérdida del apetito sexual que puede provocar el tratamiento. Las pacientes omiten las consecuencias que la mastectomía deja, indicando que “tienen mucho rollo en el tema sexual, no hay manuales, nadie te lo enseña” (sic). Asimismo, se entrevistó a Andrea Munita, psico-oncológica, quien plantea la ne-

cesidad de visibilizar que las heridas que deja el cáncer son tanto físicas como psicológicas. Por último, se recurrió a otras especialistas del área de la kinesiología, psicología y medicina.

- Entrevistas a mujeres que han pasado por un cáncer de mama: En un primer momento se hizo una entrevista sin preguntas específicas, más bien fue una simple conversación para conocer a cabalidad a la entrevistada. A continuación, se realizó una segunda reunión guiada por una pauta general, a fin de mantener uniformidad en las entrevistas y alcanzar los antecedentes relevantes para el caso. El objetivo de las entrevistas fue conocer en detalle las experiencias de las entrevistadas, las consecuencias que la mastectomía produjo en ellas, cómo han vivido el proceso, qué ámbitos de sus vidas se han visto afectados, qué han tenido que cambiar, etc.

Desde estas entrevistas se rescataron interacciones críticas influyentes, las que son favorecedoras al proyecto. En este sentido, se determinó el amplio rechazo que las mujeres

mastectomizadas sienten hacia su nueva imagen, sus miedos y preocupaciones, su baja autoestima, su poco amor propio, sus problemas con su imagen corporal, entre otros.

En algunos casos, el estudio de fotografías fue revelante para conocer las nuevas figuras de las entrevistadas y las huellas imborrables que el cáncer plasmó en sus cuerpos.

Este segundo semestre se realizó la segunda y tercera etapa de la metodología del HCD: Crear y Comunicar, en las cuales se pretende seguir una línea procesal que vaya desde lo concreto hacia lo abstracto, para luego volver a lo concreto con soluciones y prototipos (IDEO, 2009).

En la etapa Crear, la información recopilada durante la fase anterior se transformó en oportunidades y soluciones, permitiendo definir el tercer objetivo específico con énfasis en la parte proyectual. En este caso, el tercer objetivo consiste en establecer diferentes configuraciones de ropa interior adaptables al nuevo cuerpo que traten los problemas identificados anteriormente evaluando la viabilidad de los aspectos estéticos y técnicos de los prototipos experimentales y el calce.

Para esto se contactó a 20 mujeres voluntarias de la Fundación “Chile Sin Cáncer”, a través de la cuenta institucional de Instagram, a quienes se les realizó una serie de entrevistas y encuestas para conocer cuáles eran los problemas

y debilidades que identifican en los sostenes que actualmente ofrece el mercado. A partir de este diagnóstico, y a través de reuniones semanales vía Zoom (fotos adjuntas) y en algunos casos presenciales, se realizó un trabajo colaborativo con las voluntarias, tanto en la forma del diseño, como en la paleta de colores de la nueva línea de sostenes, acomodando el proyecto a las necesidades planteadas por las entrevistadas.

Finalmente se encuentra la etapa de Comunicar. Durante la etapa Comunicar, se evaluó la calidad de la propuesta de diseño planteada, con el objeto de comprobar los cambios percibidos en las mujeres mastectomizadas en su bienestar físico. Para esto se analizaron las experiencias vividas por las usuarias a través del uso de la prenda propuesta.

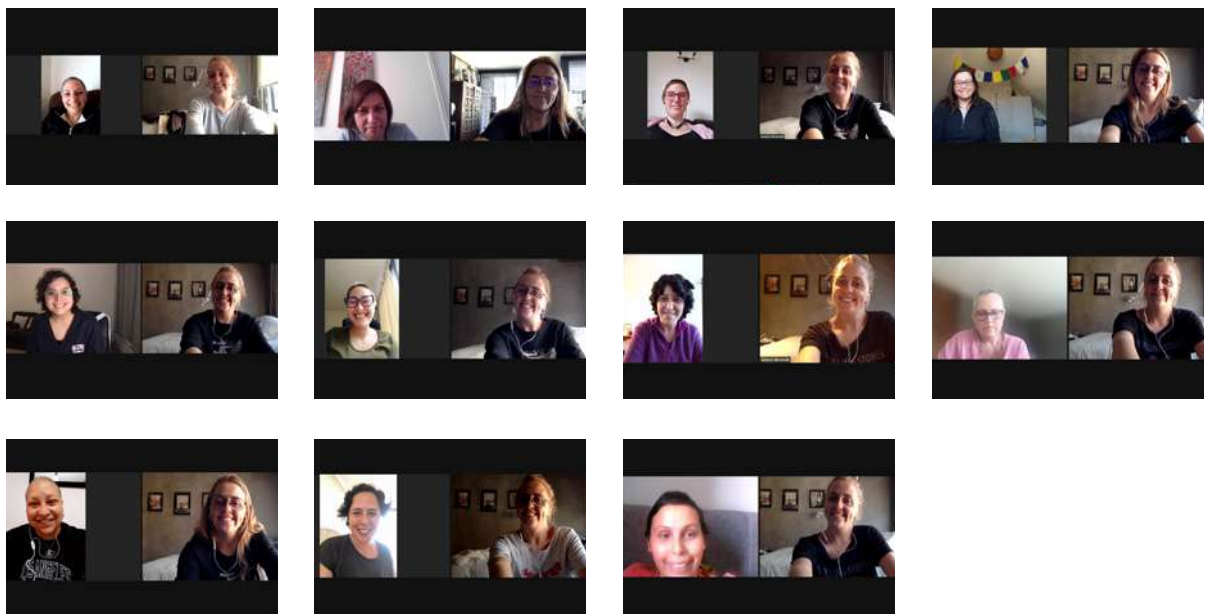


Imagen 33-43. Zoom con usuarias, 2021



	ESCUCHAR					CREAR			COMUNICAR	
	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
objetivos específicos	1) Identificar los factores fisiológicos que afectan a las mujeres después de haber padecido cáncer de mama y haberse sometido a una mastectomía.		2) Determinar las problemáticas que afectan el desempeño físico y el estado emocional diario de la usuaria mastectomizada.			3) Establecer soluciones de ropa interior a través de testeos de diferentes propuestas textiles que traten los problemas determinados.			4) Evaluar la calidad de los aspectos determinados en un caso de estudio.	
IOV	Analizar a partir de la revisión de literatura las consecuencias post mastectomía.		Realización del mapa de comportamiento y análisis de las interacciones críticas detectadas, mediante la revisión de literatura, entrevistas, encuestas y estudios fotográficos.			Evaluar la viabilidad de los aspectos estéticos y técnicos de los prototipos experimentales y el calce del nuevo sistema de tallaje propuesto por la marca.			Testear cuantitativamente la efectividad del nuevo sostén.	
técnicas	Encuestas Entrevistas Revisión de literatura Análisis de fotografías		Encuestas Entrevistas Revisión de literatura Análisis de fotografías			Maquetas experimentales Testeo de material Encuestas Validación			Encuestas Validación Rediseñar si es necesario	
instrumentos	Cuestionarios Pautas entrevistas		Pauta de entrevistas Mapa de empatía			Pauta de entrevistas Cuestionario			Pauta entrevistas Cuestionario	

Esquema 3. Elaboración propia
Metodología



4.2 Desarrollo de diseño

Estudio del cuerpo mastectomizado

El estudio del cuerpo de la mujer mastectomizada se realizó con la usuaria Carolina Concha, de 61 años, quien ha padecido cáncer de mama en 2 oportunidades y cuyo seno izquierdo tuvo que ser mastectomizado totalmente tras una infección de su implante con su segundo cáncer, sin posibilidad de reconstrucción mamaria. Carolina ha sido parte permanente y fundamental de este proyecto, aportando desde su cuerpo las experiencias necesarias para comprender cabalmente el proceso que vive la mujer mastectomizada.

Con la usuaria se identificaron las necesidades específicas que requiere este proyecto y se realizaron todos los testeos de maquetas, verificando: **(I)** cuáles son las partes que el sostén necesita “cubrir”; **(II)** en qué partes el sostén requiere una mayor protección; **(III)** qué lugares del cuerpo tienen mayor sensibilidad; **(IV)** en qué partes del cuerpo se produce el roce, para evitar irritación; **(V)** en qué lugares se pueden incluir los tirantes, a fin de permitir “jugar” con los cruces en la espalda, logrando una mayor comodidad, funcionalidad y estética.

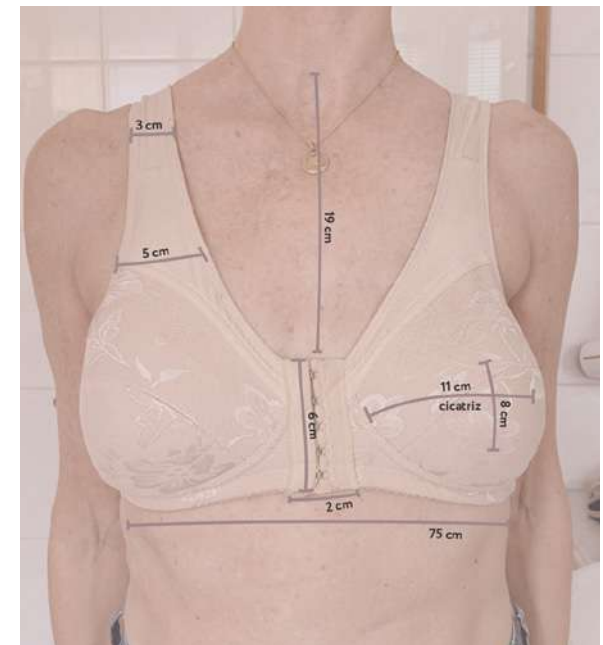
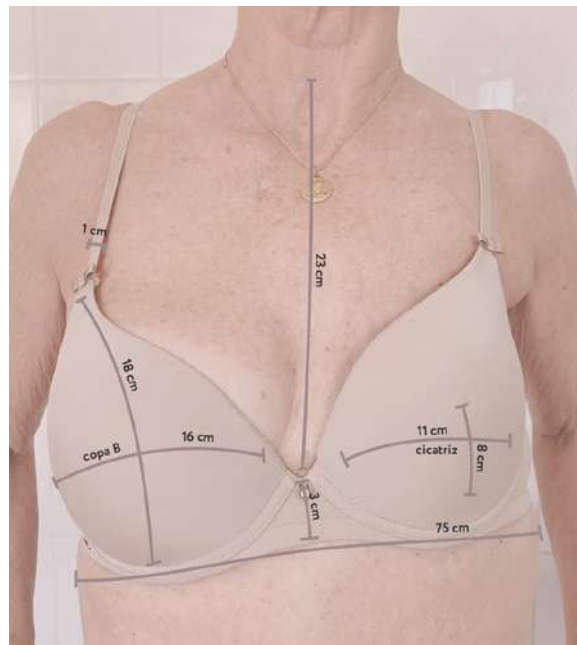


Imagen 44-45. Elaboración propia 2021

Características prenda

Lo que se debe tener en cuenta a la hora de diseñar la prenda es:

- La prenda debe ser lo más suave y delicada posible.
- La tela a utilizar debe ser suave y sin costura.
- El sostén no debe tener varillas o barba.
- La parte inferior del seno debe ser muy delicada, ya que es la zona que más se resiente e irrita.
- El sostén debe tener opciones de tirantes gruesos y delgados, o sin tirantes en el lado de la cicatriz.
- Que exista un diseño colaborativo, involucrando al usuario en la forma de amarrar los tirantes.
- La prenda debe ser versátil, permitiendo su variación según las necesidades de cada persona. En concreto, se debe considerar que la recuperación post extirpación consta de dos momentos: El primero abarca el tiempo de cicatrización, mientras que el segundo momento se da cuando la mujer y su piel vuelven a su estado natural, pero proclive a cualquier tipo de complicación. Por esto, la prenda debe permitir su variación según la etapa de recuperación.

- Que el producto transmita seguridad.
- Que la prenda se presente en distintos colores, mostrando variedad.
- Que permita incluir prótesis en alguno de sus modelos.
- Que el producto se entregue con un folleto o con un link, en que se puedan visualizar los productos, las distintas colecciones y otorgue asesoría a las personas que lo adquieran.



Imagen 46. Elaboración propia 2021

Estudio de telas e insumos

El textil nos cubre y protege, nos cobija en el descanso y rodea las diferentes actividades de nuestra vida. La calidad de las fibras, el tipo de tejido que se utiliza y/o los procesos alternativos para combinarlos, determinan la estructura y las cualidades del textil (Saltzman, 2004).

“Las telas son esenciales. La lencería es el tipo de ropa que se usa pegada al cuerpo femenino y en mayor contacto con su intimidad. Las telas y el encaje tienen que ser agradables, pero no solo eso. En la actualidad, la ropa interior tiene que ser cómoda y práctica” (Scott, 2010)

Búsqueda de telas e insumos:

La industria textil en Chile presenta diversas carencias en cuanto a los materiales nobles necesarios para la fabricación de esta colección. La fabricación de cada pieza requiere telas de materiales nobles como el algodón, que es hipoalergénico, protege de la humedad, ofrece mejor ventilación, es suave al tacto, regula el pH vaginal y que junto a fibras de cobre permiten acelerar el proceso de cicatrización. Por esta razón, se realizó una búsqueda intensa en distintas fábricas y empresas de la Región Metropolitana, hasta conseguir las telas correctas para este proyecto.



La falta de materiales idóneos no solo se produce respecto de las telas, sino que también respecto de los insumos necesarios para producir ropa interior, sin existir mayores alternativas. Por esto, realizó una extensa búsqueda de los siguientes materiales:

- Elásticos tirantes, tensores.
- Pasadores.
- Broches.
- Argollas.
- Arcos.
- Broches.
- Bolsa prótesis, relleno.



Imagen 47-48. Elaboración propia 2021

Tyssen

Fábrica de telas que se exportan desde Estados Unidos. No se encontraron las telas aptas para el testeo de maquetas, ya que eran telas para tapices.



Full Tex

Empresa textil que se caracteriza por la fabricación de telas especializadas para diversos servicios. La mayoría de sus telas son sintéticas, por lo que no son idóneas para este proyecto.



Independencia

Búsqueda intensa de telas en la calle Dávila Baeza especiales para el testeo de las maquetas. Se compraron textiles de algodón y lycra con elasticidad para ambos lados.



Lupe

Tienda de insumos donde se compraron los tirantes para los sostenes. Se adquirieron en distintos colores y tamaños e incluyen la posibilidad de teñirlos.



Turcos

Telas traídas de Turquía con diversos estampados y diseños. El grosor de la tela no es apto para el proyecto, ya que son utilizados para tapices y trajes.



Casa Alameda

Fabrica de telas de algodón para el teste de maquetas. Se encontró tela apta con alto porcentaje de algodón con elasticidad para ambos lados.



Imagen 49-60. Elaboración propia 2021



Monarch

Se realizaron varias visitas a la fábrica, ubicada en Avenida Marathon 2239, Macul. La empresa desarrolla tela con cobre, cuya mezcla produce un material antimicótico y antibacteriano, que es considerado de los mejores para estar en contacto directo con la piel. En el lugar se conoció el proceso de fabricación de cada prenda y se donó al proyecto diferentes tipos de tela e insumos con cobre para el desarrollo de los testeos y la confección de las maquetas.



The Copper Company

Empresa que tiene por objeto la integración de tecnologías textiles mediante la creación de hilados técnicos e inteligentes con procesos de acabados nanotecnológicos, los que complementan las propiedades del cobre antibacterial. Promueven un estilo de vida basado en el bienestar, la salud, la higiene y la sustentabilidad, por medio de un diseño de calidad, que sea funcional y confortable en una sola capa de tejido. Por lo demás, ofrecen llamativas texturas y propiedades, tales como tecnologías térmicas y antimosquitos, luminiscentes, respirables, antibacteriales, así como elementos más funcionales y técnicos según las exigencias propias del ejercicio físico.



Imagen 61-63. Elaboración propia 2021

Selección telas e insumos testeo de maquetas

Para la confección del testeo de las primeras maquetas se utilizó:

- Tela con alto porcentaje de algodón
- Lycra dupont
- Tencel

Para testear cual textil funcionará mejor para cada modelo dependiendo de su función.
Con insumos de lencería de algodón y acero para evitar alergias y roces.



Imagen 64-65. Elaboración propia 2021

4.3 Alianza con Monarch

Primera introducción

Con el fin de lograr un producto de mejor calidad y de última tecnología, se tomó contacto con una marca líder en el desarrollo de ropa interior en el mercado chileno. Desde un principio, Monarch mostró interés en colaborar para que este proyecto se lleve a cabo. Con sus máquinas industriales procedentes de Italia es viable desarrollar el producto que estamos buscando, por lo que se estima que, en el futuro, Asime desarrolle sus prendas en alianza con Monarch.

Beneficios

- Producción industrial.
- Prendas de algodón o bambu con fibras de cobre.
- Prendas sin costura para evitar roces e irritación.
- Prendas hipoalergénicas.
- Nuevos diseños con formas con mayor innovación.
- **Otras líneas:** trajes de baño, ropa deportiva, pijama, conjunto con calzon-colaless.
- Abrirse al mercado internacional.

Paso a paso del proceso de producción

Sala de máquinas

Tamle

Taller de corte

Taller de confección

1. Maquinarias

Tejido en sala de máquinas industriales. El dibujo de la prenda se crea computacionalmente mediante el programa Photo Santi, para que luego sea enviado a las máquinas en que se ajustan manualmente los hilos y los aros correspondientes para cada prenda. Las máquinas de la fábrica permiten programar que el bralet tenga un área suelta y otra plana, lo que es de utilidad en caso que se necesite marcar la forma del busto.

Para los bralets, las máquinas utilizan aros de 40 y entre 8 y 18 conos de distintos tipos de hilo, dependiendo del modelo a confeccionar. Por lo demás, las máquinas utilizan 2 gomas para apretar las pretinas. La tela se teje de manera tubular, en tubos de 14 pulgadas de diámetro para los bralets.

Santoni nace en el año 1919 como el primer productor italiano de máquinas circulares para la producción de calcetería de hombres y mujeres. El nombre de la empresa ha sido siempre asociado al fenómeno “seamless”, líder mundial en la producción de máquinas circulares electrónicas para prendas “sin costura”.

Hoy en día Santoni está en condición de satisfacer hasta el 97% de la demanda mundial de la fabricación de máquinas seamless, las cuales favorecen el desarrollo y diversifican el sector del género de punto (ropa íntima, deportiva, de baño, exterior y sanitaria).

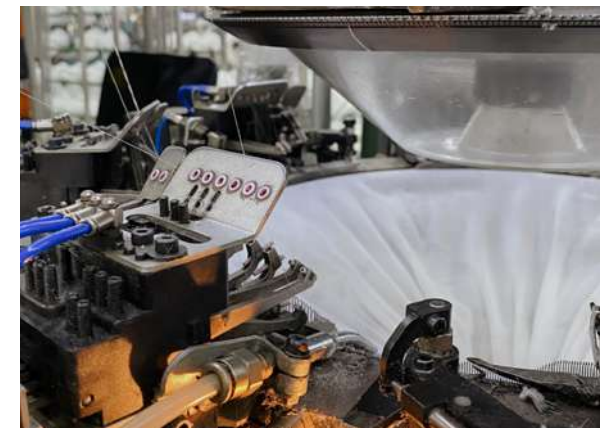


Imagen 66-68. Elaboración propia 2021
Fábrica Monarch



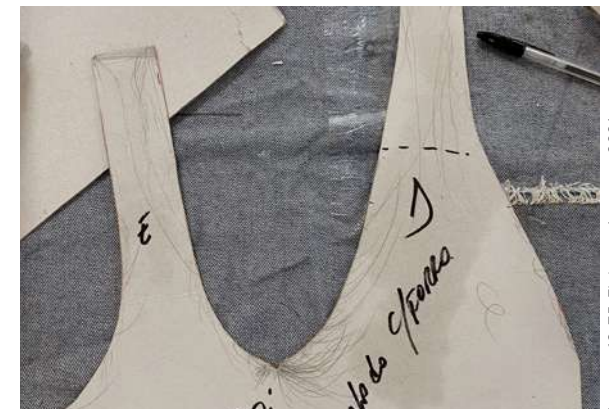
2. Tamble

Máquinas que reducen con calor las telas, a fin de alcanzar los tamaños correspondiente a cada modelo. Las maquinarias pueden alcanzar los 90 grados Celsius.



3. Taller de corte

La tela es cortada a través de los moldes de cada brasier, posterior a lo cual se le da forma a la prenda.



4. Confección

La prenda es confeccionada mediante máquina recta o colleretera, dependiendo del modelo. Ambas máquinas son de marca Typical.

-La máquina colleretera cose los tirantes y los bordes de la prenda, variando el ancho según la boquilla o caracol de la máquina y doblando la tela en 3 o 4.

-La máquina recta cose las puntas de la prenda y fija los tirantes.



5. Calidad

Durante esta etapa se cortan las hilachas que puede presentar la prenda y se realiza el limpiado de cada una de ellas.



Imagen 76-80. Elaboración propia 2021
Fábrica Monarch

6. Tintorería

Etapa donde se procede a teñir, suavizar y centrifugar las telas. Las máquinas rotan las bolsas con prendas durante 40 minutos, a fin de lograr el teñido. Las máquinas son de marca Cubotex y Grandis.

-Mediante la máquina paleta se tiñen las prendas dentro de bolsas de poliéster, evitando que se enganchen con la máquina.

-La máquina nylon tiñe la prenda con colorante ácido + micro dispersos, permitiendo el teñido a través de una tricomía.



7. Tamble

Etapa donde las prendas son secadas a 60 grados Celsius, para finalmente ser empaquetadas.



4.4 Proceso de diseño

Monarch

Las prendas se diseñaron en consideración a las máquinas y procesos de producción de la empresa Monarch, con el objeto de **determinar la viabilidad de una colaboración productiva**. Así, mediante el testeado de maquetas se pretendió probar la forma, tamaño y volumen de cada prenda.

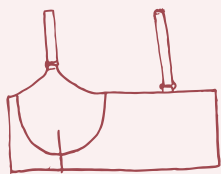
A partir de lo anterior, se comprobó que Monarch dispone de la maquinaria y tecnología necesaria para confeccionar esta línea de sostenes.

Proceso de producción en Monarch: Resumen

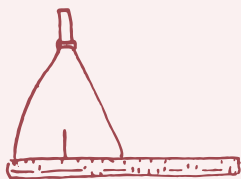
1. Se envía el archivo mediante el programa Photo Santoni con el diseño de la prenda a la sala de máquinas Santoni.
2. Sale la tela en forma circular.
3. Se corta la tela previamente lavada y teñida en la sala de confección y se cosen las terminaciones y tirantes con máquinas collereteras y rectas.
4. Luego la prenda pasa a un chequeo final.
5. Finalmente la prenda pasa a tintorería y empaque.

Croquis

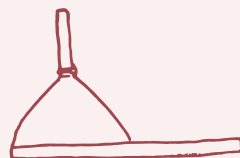
Modelo 1



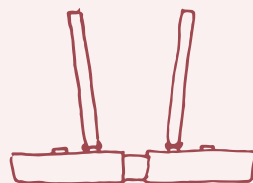
Modelo 2



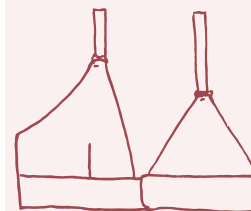
Modelo 3



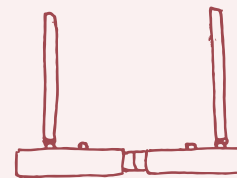
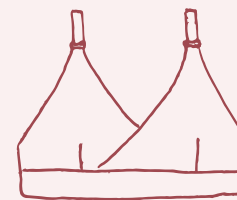
Modelo 4



Modelo 5



Modelo 6



Testeos de maquetas

Modelo 1

Primera maqueta:

La prenda cubre todo el sector de la mama y la cicatriz con el mismo ancho para permitir mayor flexibilidad y movimiento.

Configurada como una prenda cómoda, destinada particularmente para dormir o para ser utilizada durante un viaje.

Función:

Cubrir la mama completa con la forma de la copa y proteger la cicatriz con un ancho mayor al de la misma.

Materiales:

- Algodón 90%
- Tirantes de poliéster
- Pasadores y zetas de acero
- Elastico

Confección:

- Máquina de coser recta

Moldes reversibles:

- Se ajusta de acuerdo a la mama



Imagen 87-89. Elaboración propia 2021

Las siguientes **anotaciones** que aparecen a partir de las fotografías, son modificaciones que se realizarían en monarch

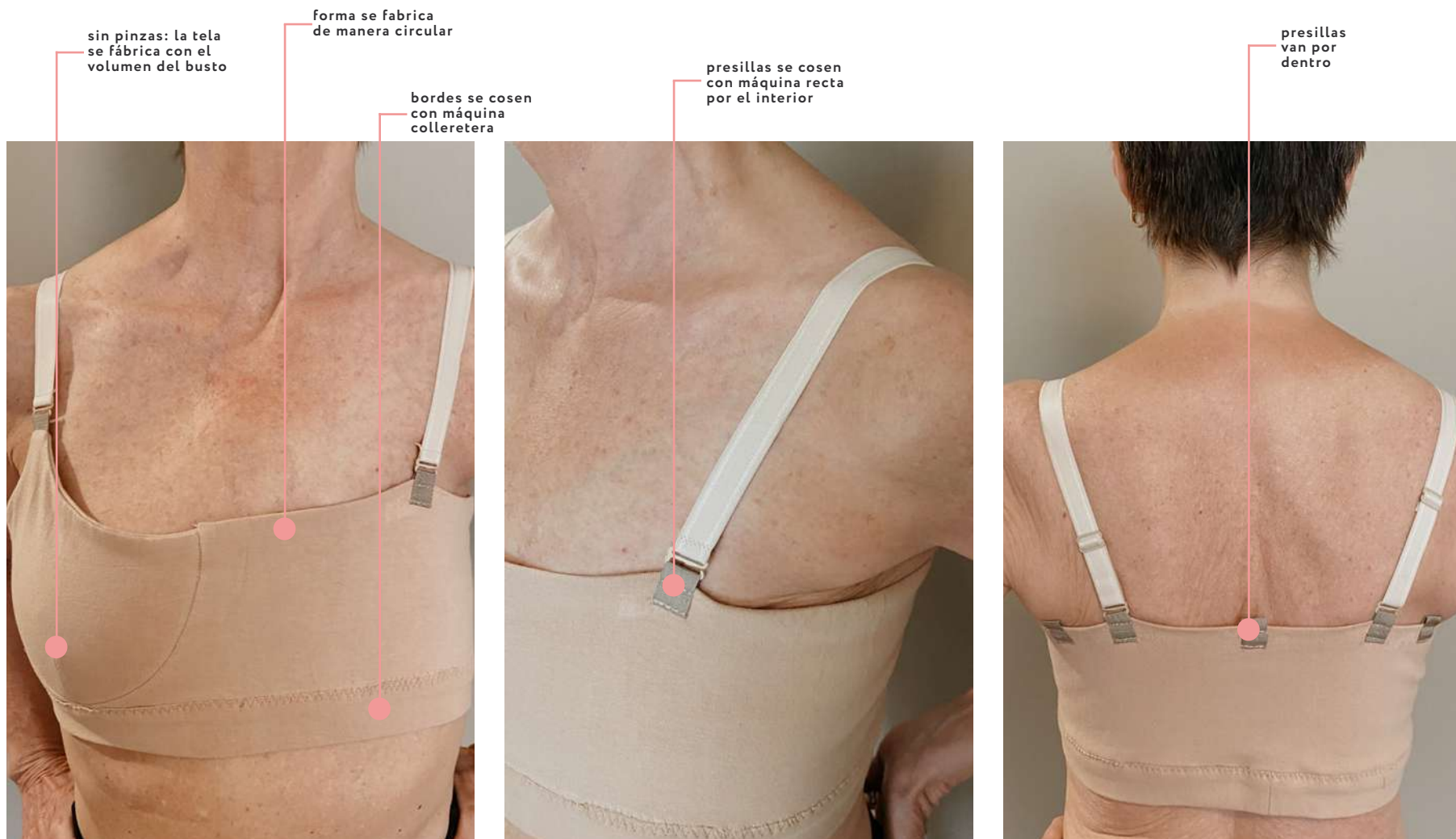


Imagen 90-92. Elaboración propia 2021

Testeos de maquetas

Modelo 2

Segunda maqueta:

La prenda cubre una sola mama, dejando al descubierto la cicatriz o seno mastectomizado. Confeccionada como una prenda cómoda, pero que a la vez permite visibilizar la cicatriz que, en ciertas ocasiones, se encuentra tatuada o con parches post operatorios.

Función:

Mantener erguida la mama y, a su vez, evitar el ocultamiento de la cicatriz.

Materiales:

- Algodón 90%
- Tirantes de poliéster
- Pasadores y zetas de acero
- Elastico

Confección:

- Máquina de coser recta

Moldes reversibles:

- Se ajusta de acuerdo a la mama



Imagen 93-95. Elaboración propia 2021

Las siguientes **anotaciones** que aparecen a partir de las fotografías, son modificaciones que se realizarían en monarch

sin pinzas: la tela se fábrica con el volumen del busto

bordes se cosen con máquina colleretera

forma se fabrica de manera circular

reajuste calce

presillas se cosen con máquina recta por el interior

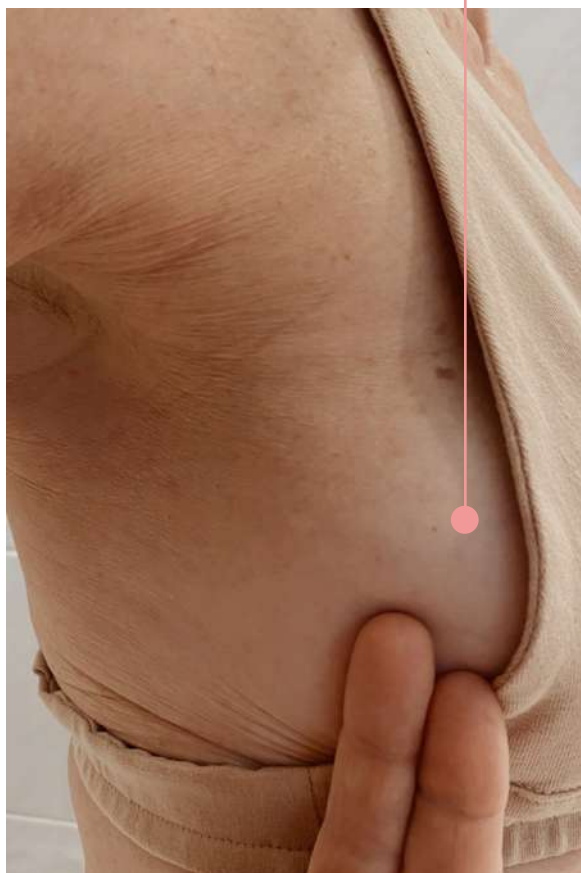
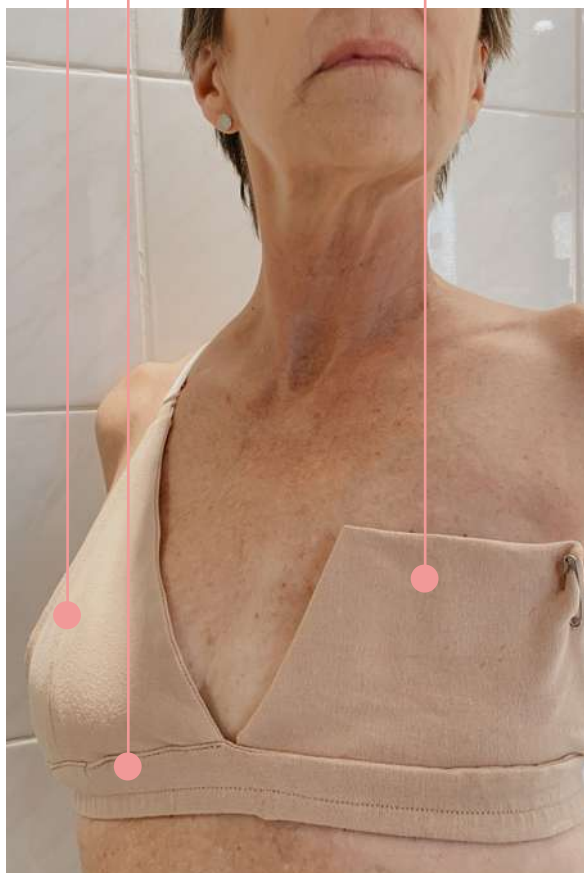


Imagen 96-98. Elaboración propia 2021

Testeos de maquetas

Modelo 3

Tercera maqueta:

Esta maqueta cubre solamente la cicatriz y deja al descubierto la mama no mastectomizada, permitiendo una mayor movilidad respecto de esta última.

Función:

Acelerar la cicatrización con las partículas de cobre del textil, proteger la herida de posibles infecciones y evitar roces con otras prendas.

Materiales:

- Algodón 90%
- Tirantes de poliéster
- Pasadores y zetas de acero
- Elastico

Confección:

- Máquina de coser recta

Moldes reversibles:

- Se ajusta de acuerdo a la mama



Imagen 99-101. Elaboración propia 2021

Las siguientes **anotaciones** que aparecen a partir de las fotografías, son modificaciones que se realizarían en monarch

forma se fabrica de manera circular

bordes se cosen con máquina collarera

forma se fabrica de manera circular y se corta la parte de la cicatriz en el taller de confección

presillas se cosen con máquina recta por el interior

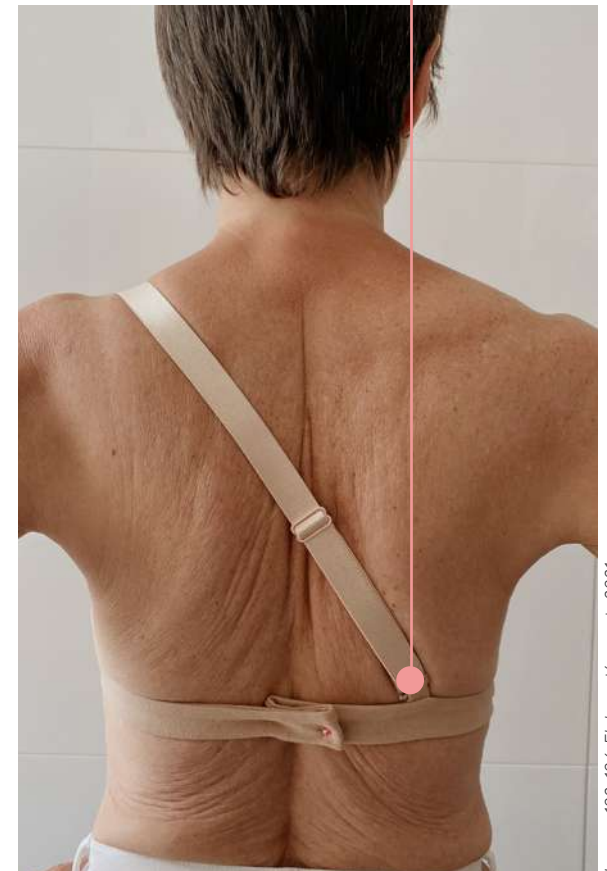
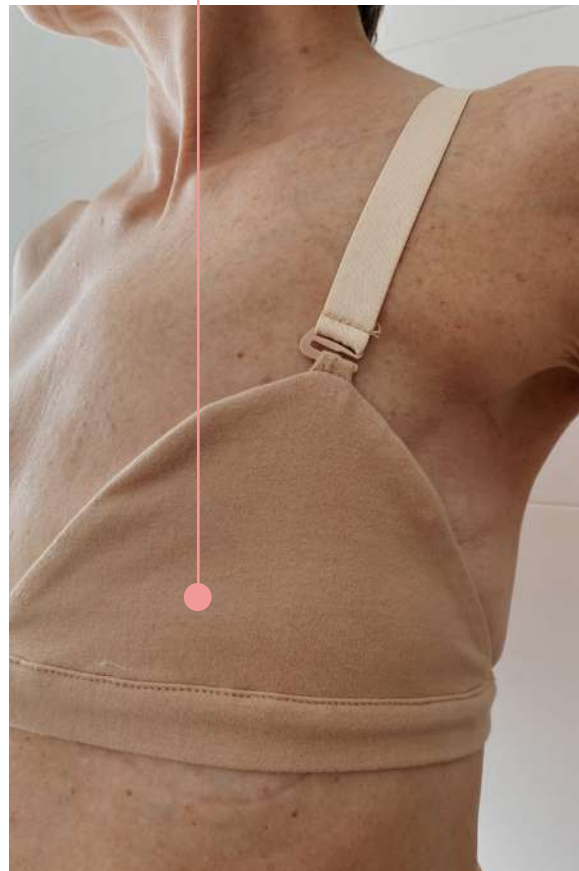
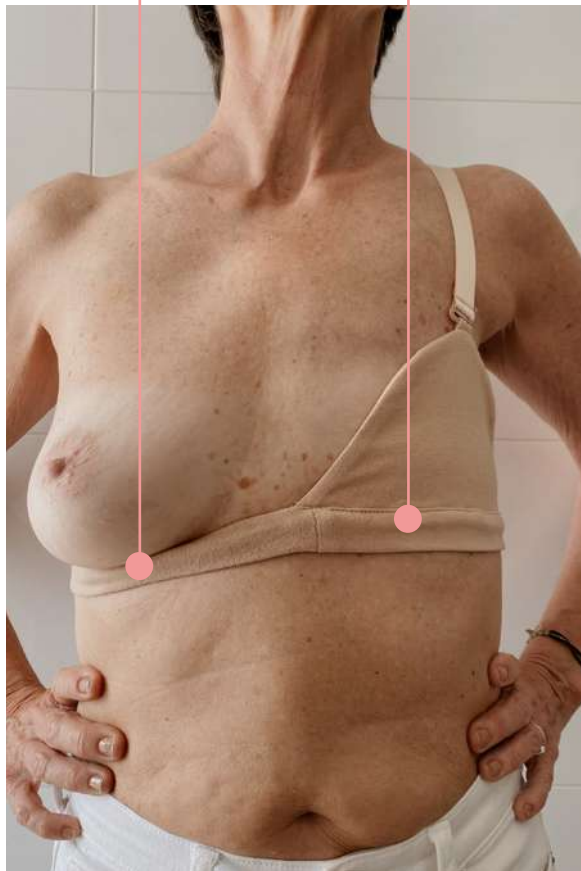


Imagen 102-104. Elaboración propia 2021

Testeos de maquetas

Modelo 4

Cuarta maqueta:

Fusión entre el modelo 2 y 3, que permite mantener erguida la mama no mastectomizada y cubrir la cicatriz con el ancho pertinente a la herida.

Función:

Dar firmeza a la mama y proteger la cicatriz de posibles infecciones, evitar roces y ayudar en su cicatrización.

Materiales:

- Tencel con fibra de cobre
- Tirantes de poliéster
- Pasadores y zetas de acero
- Elastico

Confección:

- Máquina de coser recta

Moldes reversibles:

- Se ajusta de acuerdo a la mama



Imagen 105-107. Elaboración propia 2021

Las siguientes **anotaciones** que aparecen a partir de las fotografías, son modificaciones que se realizarían en monarch

sin pinzas: la tela se fábrica con el volumen del busto

forma se fabrica de manera circular y se corta la parte de la cicatriz en el taller de confección

bordes se cosen con máquina colleretera



presillas se cosen con máquina recta por el interior



presillas van por dentro

broches invisibles van por dentro



Imagen 108-110. Elaboración propia 2021

Testeos de maquetas

Modelo 5

Quinta maqueta:

La prenda cubre la mama, protege la cicatriz, y además, da la posibilidad de añadir una prótesis en el sector mastectomizado.

Función:

Permitir disimular la asimetría de senos mediante prótesis externas que pueden incluirse en el sostén de forma manual y sin complicaciones. El tamaño y el peso de las prótesis dependerá de los gustos y necesidades.

Materiales:

- Poliviscosa 100% algodón
- Tirantes de algodón y poliéster
- Pasadores y zetas de acero
- Elastico

Confección:

- Máquina de coser recta

Moldes reversibles:

- Se ajusta de acuerdo a la mama



Imagen 111-113. Elaboración propia 2021

Las siguientes **anotaciones** que aparecen a partir de las fotografías, son modificaciones que se realizarían en monarch

sin pinzas: la tela se fábrica con el volumen del busto

forma se fabrica de manera circular y se corta la parte de la cicatriz en el taller de confeccion

bordes se cosen con máquina colleretera

presillas se cosen con máquina recta por el interior

presillas van por dentro

broches invisibles van por dentro

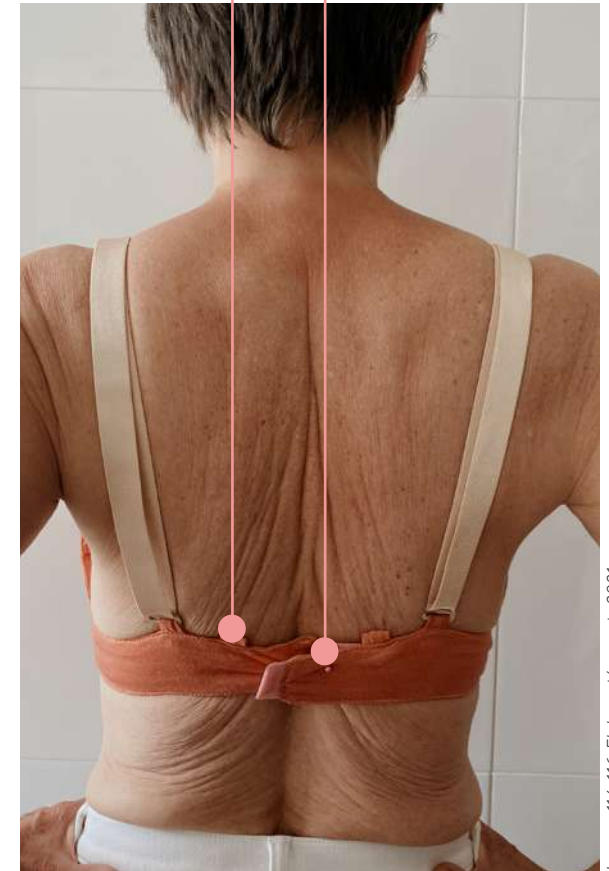


Imagen 114-116. Elaboración propia 2021

Testeos de maquetas

Modelo 6

Sexta maqueta:

La prenda cubre la mama, protege la cicatriz, y además, da la posibilidad de sacar el “parche” que cubre la cicatriz.

Función:

Dar firmeza a la mama y proteger la cicatriz de posibles infecciones, evitar roces y ayudar en su cicatrización; también con la posibilidad de tener la cicatriz al descubierto desmontando el “parche” que la cubre.

Materiales:

- Lycra dupont 100% algodón
- Tirantes de algodón y poliéster
- Pasadores y zetas de acero
- Elastico
- Broches a presión

Confección:

- Máquina de coser recta.

Moldes reversibles

- Se ajusta de acuerdo a la mama



Imagen 117-119. Elaboración propia 2021

Las siguientes **anotaciones** que aparecen a partir de las fotografías, son modificaciones que se realizarían en monarch

sin pinzas: la tela se fábrica con el volumen del busto

forma se fabrica de manera circular y se corta la parte de la cicatriz en el taller de confeccion

bordes se cosen con máquina colleretera

presillas se cosen con máquina recta por el interior

presillas van por dentro

broches invisibles van por dentro



Imagen 120-122. Elaboración propia 2021

Experimentación con tirantes

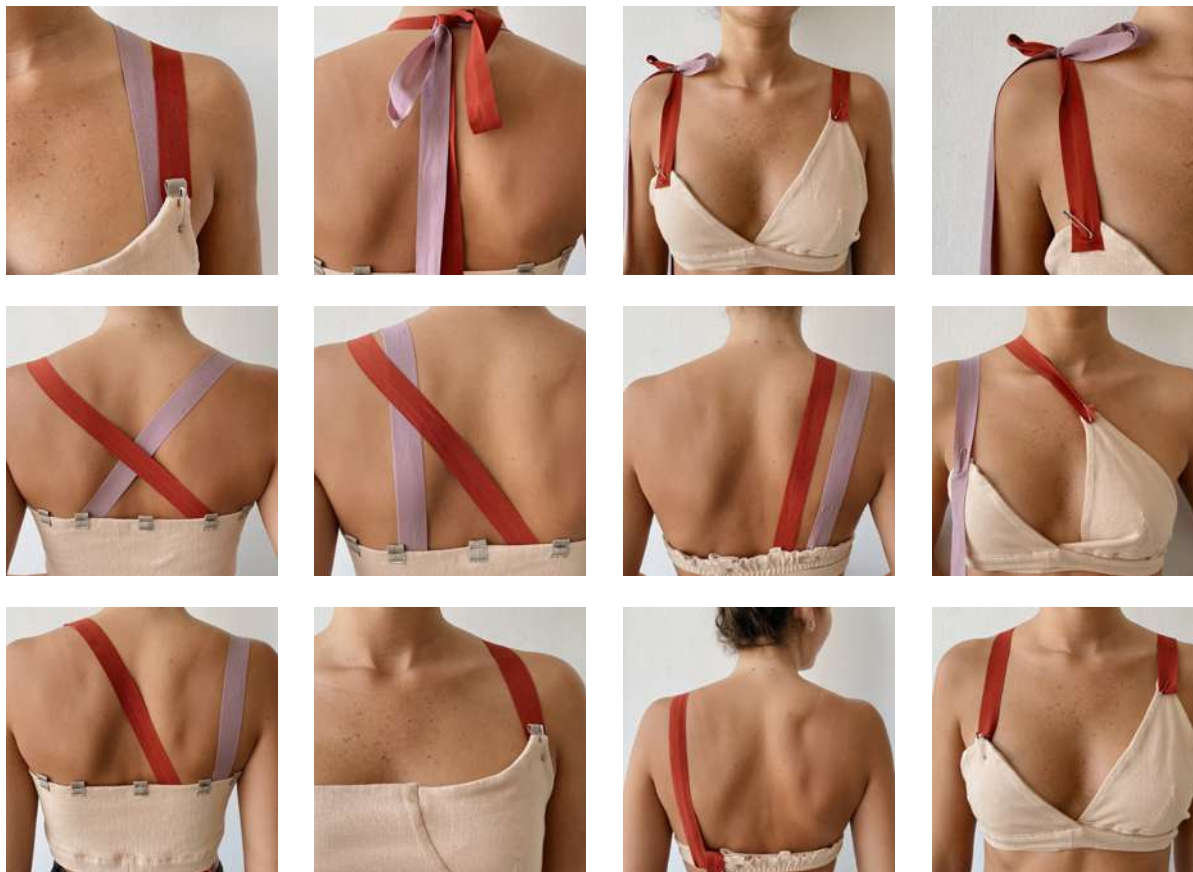


Imagen 123-134. Elaboración propia 2021



Análisis de resultados

Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3	Modelo 4	Modelo 5	Modelo 6
<p>Funciona</p> <p>La primera maqueta fue confeccionada con algodón con elasticidad para ambos lados. El sostén cumple las expectativas de comodidad, tanto en el día como en la noche. Por lo demás, el prototipo protege la cicatriz y la mama.</p>	<p>Funciona</p> <p>La segunda maqueta se realizó con algodón con elasticidad para ambos lados. La prenda cumple la función de cubrir la mama y dejar al descubierto la cicatriz, permitiendo que esta quede al descubierto o sea cubierta con un tatuaje o parche.</p>	<p>Funciona</p> <p>La tercera maqueta se confecciona con algodón con elasticidad para ambos lados. El prototipo cumple su función de cubrir solamente la cicatriz, con el objeto de protegerla de cualquier contacto directo.</p>	<p>Funciona</p> <p>La cuarta maqueta se realizó con tela tencel de cobre, para testear la prenda en una tela rígida. Estéticamente, el prototipo es elegante. Sin embargo, la rigidez de la tela impide el movimiento libre, restando elasticidad y flexibilidad a la prenda.</p>	<p>Funciona</p> <p>La quinta maqueta se realizó con poliviscosa 100% algodón, la forma funcionó bien y permite usar el sostén con o sin prótesis.</p>	<p>Funciona</p> <p>La sexta maqueta se confeccionó con lycra du-pont y funcionó bien la forma y la tela escogida.</p>
<p>Cambios</p> <p>Se reconocen como potenciales mejoras: que la prenda sea más apretada y presente tirantes más firmes, con el objeto de permitir mayor movimiento.</p>	<p>Cambios</p> <p>Se reconoce la necesidad de ajustar la copa que cubre el seno, porque la mamá no quedaba del todo cubierta y se abría por el costado.</p>	<p>Cambios</p> <p>Se identifica que el elástico de contorno debe ser ajustado. Unión modelo 2 y 3 para la confección del modelo 4 ya que eran similares en forma y se crea un sostén más práctico y completo.</p>	<p>Cambios</p> <p>Se reconoce que el molde es correcto, pero se debe utilizar tela elástica.</p>	<p>Cambios</p> <p>Se reconoce la necesidad de cambiar la tela, ya que al ser tan delgada la prótesis no queda con la firmeza necesaria y la otra mama no queda bien afirmada.</p>	<p>Cambios</p> <p>Se identifica la opción de ofrecer distintos colores de "parches" para cubrir la cicatriz y poder variar con el color de la prenda, ajustar el costado de la mama para que quede mas firme y el broche del parche.</p>

Selección telas e insumos

Para la confección de las maquetas finales se utilizó lycra dupont con porcentaje de algodón y poliéster; por sus características de ser una tela elástica en ambas direcciones, no se transparente, es resistente y se adapta muy bien al cuerpo.

Tirantes de algodón elastizado e insumos de zetas y pasadores de acero para evitar alergias.

Se evitó el uso de encajes y accesorios de lencería, con el objeto de evitar el roce con la piel y, en consecuencia, prevenir irritaciones y alergias, especialmente al tratarse de pieles sensibles al haber estado sometidas a radiación.



Imagen 135-137. Elaboración propia 2021

Paleta de colores

Selección de paleta de colores: La determinación de la paleta de colores y la asimetría de color en las diversas prendas se realizó mediante un trabajo colaborativo con las usuarias que han participado de este proyecto durante este año, quienes definieron sus preferencias a través de una encuesta via Whatsapp. La encuesta constaba de 6 opciones de paletas: pastel, neutro, clásico, neón, verano y bicolor.



La paleta verano con mezcla bicolor fue la escogida por la mayoría de las encuestadas. Esta opción permite que la prenda sea de un color y que los tirantes sean de otro color, jugando con las tonalidades en cada sostén.

Una vez que los textiles correctos fueron seleccionados, se procedió a un testeado de teñido con anilinas MontBlanc, a fin de verificar la paleta de colores en las telas y tirantes. Los algodones se utilizaron para las maquetas de testeado y los tirantes teñidos fueron utilizados en las maquetas finales.



Imagen 138-143. Elaboración propia 2021

Tallaje

La decisión sobre la cantidad de tallas disponibles para la prenda fue determinada en base a los resultados del testeo, ya que se observó que dado a las características elásticas de la prenda, esta puede abarcar diferentes tipos de pechos. Por lo mismo, se decidió fusionar las 4 tallas de copa más usadas en Chile (a,b,c y d) y transformarlas en sólo dos: la copa a-b y la copa c-d. De esta forma, se simplifica la producción, abaratan costos y resulta un sistema más simple para las usuarias.

Por otro lado, se decidió conservar el sistema americano de contorno, el cual se encuentra arraigado en la sociedad y mercado textil chileno. No obstante, se redujo el contorno a los siguientes parámetros: 32 (68-72 cm), 34 (74-77 cm), 36 (78-82 cm) y 38 (83-87 cm). La decisión fue tomada considerando que dichos contornos son los más comunes entre las chilenas.

Talla Copas



a-b-c-d



**Fusión
ab-cd**



**Simple y se
abaratan costos**

Talla Contorno



**Sistema
americano**



**32 (68-72 cm)
34 (74-77 cm)
36 (78-82 cm)
38 (83-87 cm)**

The background of the slide is a repeating pattern of small, light-colored smiley faces. Each smiley face consists of a simple curved line for a mouth and a small dot for a nose, arranged in a grid-like fashion across the entire page.

05. RESULTADOS FINALES

Para: para ti mujer...

Asime es una propuesta que busca empoderar a las mujeres, y hacerlas sentir cómodas con sus cuerpos asimétricos.

Especialmente Asime, está enfocada en las mujeres mastectomizadas, ya que encuentra en la asimetría de senos aquella belleza única que las caracteriza a cada una de ellas.

La idea es resaltar y armonizar dicha asimetría con sus cuerpos; no ocultarla. Esto se logra, con nuestra propuesta de sostenes que se presentan en una paleta de colores vibrantes y en diversos diseños que se adaptan a cada ocasión. Permitiendo a cada una de ellas jugar con sus cuerpos únicos y realzar su belleza.

Por último, Asime busca fomentar que las mujeres mastectomizadas, a la hora de vestirse, se sientan poderosas, seguras y sensuales.

5.1 Maquetas Finales



Elaboración propia 2021





Elaboración propia 2021





Elaboración propia 2021





Elaboración propia 2021



5.2 Identidad de marca

Naming: Asime

Para definir el naming de la marca se buscó una palabra que estuviese ligada al término asimetría para darle un mayor protagonismo. Para esto se pensó en las siguientes opciones: asime, ametri, asima, asimetri, guiño, nevo, impar, dispar.

En este sentido, lo más importante era que el nombre de la marca aludiera a esta palabra, “asimetría”. El objetivo es que la palabra elegida, hablara por sí sola y que reflejara la esencia de la colección.

Asime nace, por lo tanto, de esta misma palabra y permite que la marca pueda jugar con distintos hashtag. Estos, haciendo referencia en lo que busca promover la misma marca en la mujer mastectomizada. Ayudándola a que se guste, se quiera, se muestre, se acepte, entre otros.

Tales como:

#AsimeGusto

#AsimeQuiero

#AsimeMuestro

#AsimeAcepto

Para el diseño del logotipo se escogió la tipografía Quinton. Esta corresponde a una tipografía neogrotesca sans serif, de un contraste minimalista, con un estilo moderno y simple.

Busca reflejar gráficamente la asimetría en sus letras, tal como Asime busca romper los paradigmas sobre los cuerpos femeninos, generar un quiebre en su asimetría.

Slogan:
**“Sostenes para ti,
empodera tu
asimetría”**



Branding

Logotipo



Variaciones color



Slogan

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

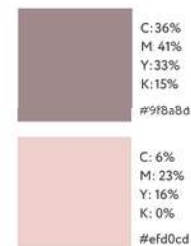
SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

Paleta de colores



Tipografía

Quinton

ABCDEFGHIJKLMN

ÑOPQRSTUVWXYZ

abcdefghijklmn

ñopqrstuvwxyz

Etiqueta

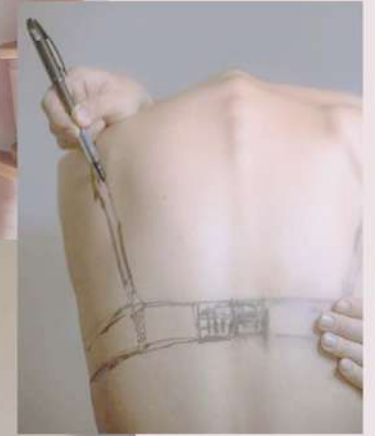
Cada sostén va con la etiqueta de la marca, la que incluye un código QR, a través del cual las usuarias y el cliente tendrán la posibilidad de acceder al **catálogo** de la colección con fotos de las prendas, los usos que se le pueden dar a los sostenes, propuestas de outfits en que se asome la prenda, sus beneficios, y la innovación del textil con cobre en el mercado.



Packaging

Para el packaging del producto, se confeccionó una bolsa de tela con crea cruda con un bolsillo en su interior para guardar los tirantes y con el logo estampado como un nuevo medio de difusión de la marca. Además, sus características y su material permiten usar la bolsa para guardar el sostén y evitar que se deteriore o para guardar otras cosas.





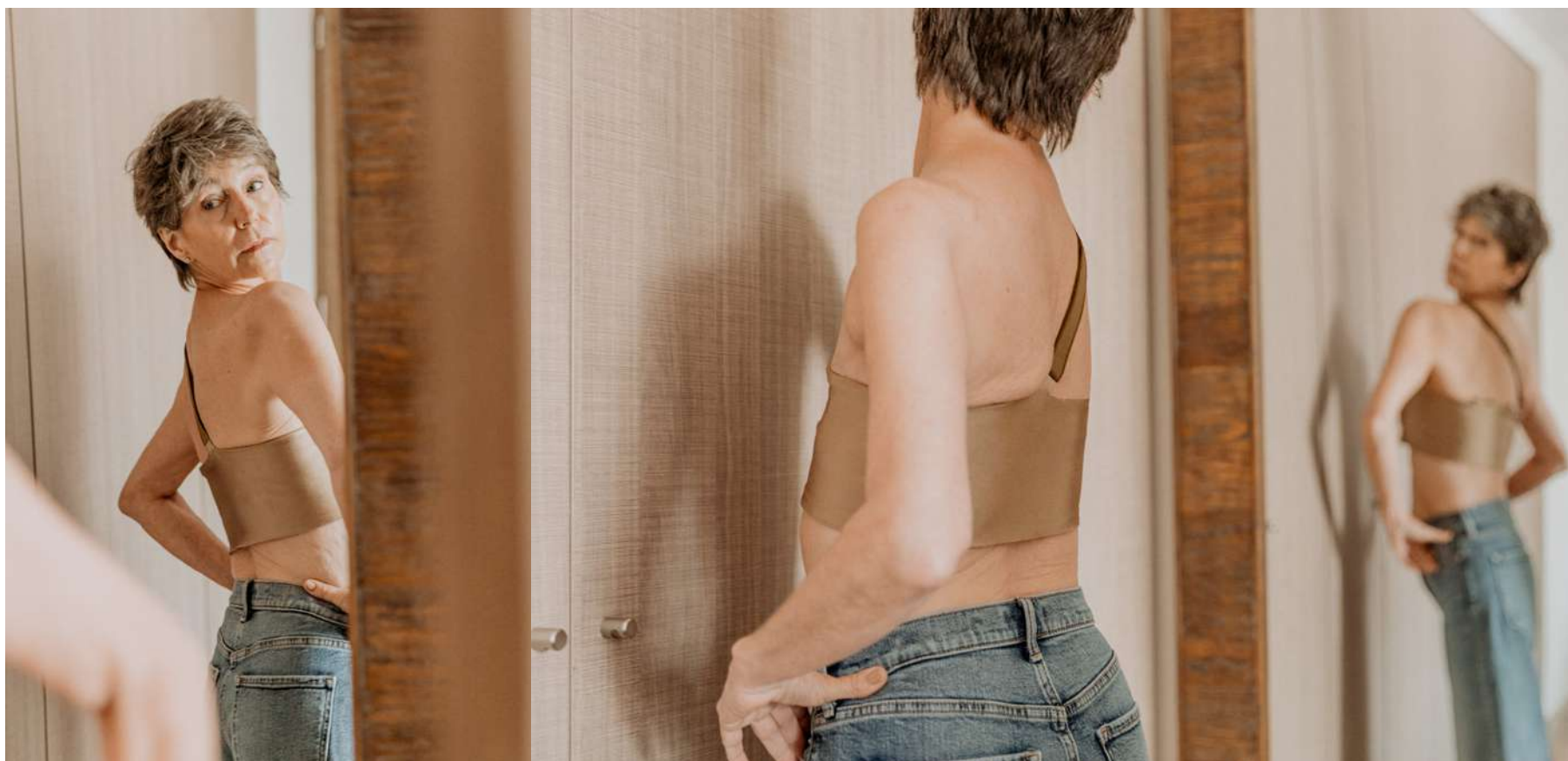
5.3 Catálogo de productos



Todas las fotografías del catálogo son: Registro personal
junto a la fotógrafa Magdalena Alarcón 2021













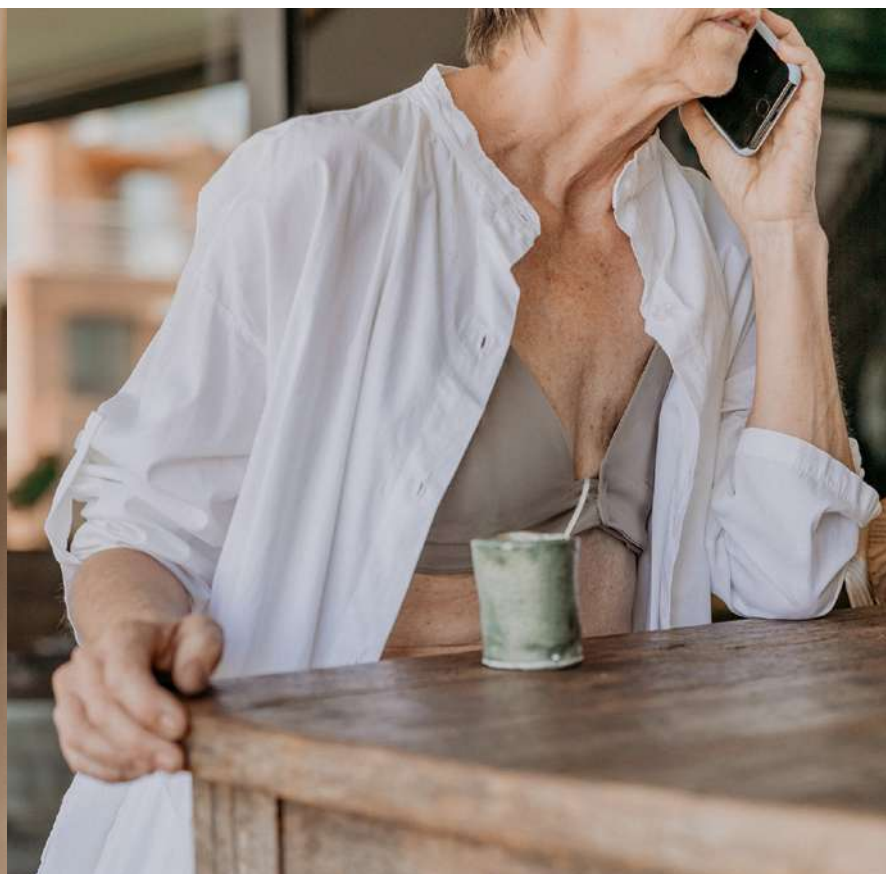


















5.4 Variación de color

Modelo 1 & 2



Modelo 3 & 4



5.5 Medios de difusión

Asime es una colección, que busca dar a conocer una problemática, con soluciones reales, a través del textil. Por eso mismo, como medio de difusión, se seleccionó la plataforma de **catálogos digital** dirigido al cliente, es decir, a Monarch. Esto, con la finalidad de vender el proyecto de manera más atractiva, en el cual se especifique el grado de innovación de cada prenda, sus características, sus beneficios y sus oportunidades. La idea es recalcar que es una innovación con un nicho existente, pero poco explotado. En otro sentido, este catálogo también es importante y sería **utilizado para abrir nuevos mercados , con nuevos clientes.**

Una de las formas para acceder al catálogo digital es través del código QR que tiene la etiqueta de la colección.

El catálogo incluiría:

- Breve reseña sobre “Asime”.
- Descripción de esta colección.
- Fotos de los sostenes en sus diversos ángulos, medidas y tallas.
- Fotos del sostén siendo usados por modelos.
- Fotos de los diversos usos o estilos con que pueden usarse los sostenes.
- Listado de beneficios de la colección.
- Oportunidades y ventajas.
- Innovación en comparación a la competencia.





06. PLAN DE IMPLEMENTACIÓN

6.1 Costos del proyecto

Después de sostenidas reuniones con Monarch, en las cuales siempre han mostrado interés en el proyecto, han decidido postergar hablar de información confidencial hasta una próxima reunión en marzo de 2022.

En dicha instancia, se realizará una evaluación en conjunto del proyecto, en que uno de los temas a revisar será el costo de fabricación del producto. De todas formas, a modo de referencia, existe como antecedente el costo de fabricación del producto a través de costureras, el que asciende a \$10.500 por unidad (detalle adjuntado en anexos).



Imagen 144: Elaboración propia 2021
Fábrica Monarch

6.2 Viabilidad del proyecto

PVP

Para la investigación de mercado, se procedió a analizar los precios de venta de productos similares por distintos actores del mercado, entendiendo que Asime tiene características distintas a las del mercado actual. Esto se hizo con el fin de determinar si Asime se encontraba dentro del rango de precio aceptado por los consumidores.

En concreto, el rango de precio que presentan las marcas Monarch, Caffarena y Flores (marcas consideradas para este estudio de precios) varía entre \$6.990 y \$32.990, lo que deja a Asime como un proyecto viable en términos de costo.

PVP mercado

↓

\$6.990 - \$32.990

PVP asime

↓

\$10.500

Monarch

- Top Deportivo Active Up: \$12.990
- Bralette Microfibra Lacet: \$8.990
- Pompea - Brassiere Eco Friendly: \$6.990
- Pompea - Brassiere Escote V Friendly: \$8.990

Caffarena

- Sostén Strapless 11673: \$13.590 (original price \$16.990)
- Sostén Corrector de Postura 4121: \$13.590 (original price \$16.990)

Flores

- CAFFARENA HA5015 | SOSTÉN ENCAJE: \$13.990
- PLIE PL50149 | SOSTÉN MATERNAL PLIE: \$16.990
- PLIE PL50113 | SOSTÉN T-BACK CONTROL: \$12.990

Imagen 145-147.
Recuperado de: Monarch, Caffarena y Flores.

Alianza estratégica Monarch

Durante el transcurso del proyecto se han sostenido varias reuniones con Monarch para hacerlos parte del proyecto. Dado las características del producto, sería un gran logro para el proyecto producir la línea de sostenes Asime de manera industrial. Dentro de estas reuniones se han visto temas como viabilidad del producto, beneficios de trabajar en conjunto y distintos métodos de fabricación.

Por parte de Monarch, todas las reuniones han sido siempre lideradas por María Paz Macera, Gerenta General de Producto. A la fecha, **Monarch sigue interesado en desarrollar el proyecto, cuyas conversaciones se retomarán en marzo de 2022 para definir los siguientes pasos a seguir.**



FORTALEZAS

Colaboración con la marca chilena Monarch

Innovación en el mercado, no existe una marca similar en cuanto a lo estético y funcional

Alianza con hospitales, clínicas, fundaciones y marcas de ropa interior femenina

Atención personalizada

Respaldo

Prendas de fácil uso y mantención

DEBILIDADES

Baja oferta materiales nacionales, lo que conlleva a la búsqueda de proveedores fuera de Chile aumentando los costos y tiempos de producción

Bajo publico por ser solo para mujeres mastectomizadas

Producción a baja escala porque lo dificulta la competencia con grandes marcas

OPORTUNIDADES

Nicho no explotado

Producción en serie

Existe necesidad del producto

Falta de satisfacción de las mujeres mastectomizadas por el mercado actual

Propuesta de nuevas formas y diseños de ropa interior por los cambios de la percepción del cuerpo de la mujer

Utilización de materias primas más amigables con el cuerpo y el medio ambiente

AMENAZAS

Posibilidad de copias

Costo fabricación

Esquema 4. Elaboración propia
Análisis Foda

6.3 Financiamiento

Monarch

La intención de acuerdo con Monarch, para realizar el proyecto, considera que ellos se hagan cargo del costo de producción del proyecto, por lo que en esta instancia el financiamiento será asumido por la propia empresa.

Fondo concursable

Para comprobar los objetivos específicos del proyecto se requieren hacer casos de estudio con distintas mujeres mastectomizadas, a fin de concluir si efectivamente se lograron los cambios deseados para nuestras usuarias. El principal objetivo futuro de Asime es realizar un estudio de la cicatrización de la mujer con los sostenes con cobre y, a su vez, sobre los cambios físicos y psicológicos percibidos con el uso del producto, para así llevar a cabo las correcciones y ajustes necesarios para el rediseño de las prendas.

El financiamiento de estos estudios se pretende obtener mediante inversionistas y/o postulación a fondos concursables, como por ejemplo Fondart, Jump Chile, Semilla CORFO (fondo concursable con un subsidio de \$25.000.000 para proyectos innovadores).

6.4 Modelo de negocios



Esquema 5. Elaboración propia
Modelo Canvas



07. CONCLUSIONES

7.1 Impacto

Ámbito Cultural y Social

Asime se origina como un proyecto que tiene por objeto empoderar a la mujer mastectomizada con su asimetría de senos, derribando ciertos paradigmas y estereotipos de género que presionan a la mujer a mantener una figura con dos senos. Es necesario comprender que las mujeres no son menos mujeres por el hecho de tener una sola mama o incluso por no tener ninguna.

Este cambio cultural social también repercute a nivel personal en la mujer mastectomizada, esperando que la decisión de optar o no optar por una reconstrucción mamaria sea una medida tomada en el fuero interior de la mujer, sin influencias ni presiones de terceras personas.

La marca celebra las singularidades de la mujer y su cuerpo, a fin de concientizar respecto de las secuelas del cáncer de mama. Se espera que su impacto sea a mediano-largo plazo, en la medida que las nuevas generaciones comprendan y valoren que los cuerpos mutan a través de las adversidades y obstáculos que pone la vida.

Ámbito Económico

Asime es un producto que se diferencia en todo sentido de su competencia, tanto en forma, diseño y precios, permitiendo que las mujeres mastectomizadas adquieran una prenda versátil. Por su parte, el mercado actual ofrece sostenes que son altamente costosos, difíciles de encontrar, molestos y poco atractivos.



7.2 Proyecciones

Mercado

Actualmente, el cáncer de mama es el tumor más frecuente en las mujeres chilenas y también es el que produce una mayor cantidad de muertes cada año. Basados en datos de GLOBOCAN (proyecto de la International Agency for Research on Cancer, IARC), durante el año 2020 en Chile se diagnosticaron 55,0 casos de cáncer de mama por cada 100 mil mujeres y murieron en el año 17,3 mujeres por cada 100 mil mujeres (Universidad Chile, 2020).

Si bien se ha atribuido que el cáncer de mama es hereditario, 9 de cada 10 tumores de mama no están asociados a factores genéticos y se deben a causas ambientales o externas.

Adicionalmente, se debe considerar que el cáncer de mama es el tipo de cáncer más común entre mujeres, con más de 2,2 millones de casos en 2020. Lo anterior permite concluir que cerca de 1 de cada 12 mujeres se enferman de cáncer de mama a lo largo de su vida.

Oportunidad

Concretar una colaboración con Monarch para llevar a cabo la producción industrial de la línea de sostenes Asime.

Se trata de un nicho comercial no explotado, con necesidad de crecimiento y de surgir en el mercado. Tiene una alta demanda en mujeres con mastectomía, ya que lo que existe en el comercio es altamente costoso y anticuado. Lo anterior se ha concluido en el proyecto a través de las colaboradoras, mediante los distintos focus group, encuestas y entrevistas (adjuntas en anexo).

Según datos del Observatorio del Cáncer, solo 1 de cada 10 mujeres que tienen una mastectomía, accede a la reconstrucción de sus senos, con todo el costo psicológico que esto conlleva para ellas (Biblioteca Nacional, 2021). A lo anterior debe sumarse que la tasa de mastectomía se mantiene alta en nuestro país debido a que la enfermedad es generalmente diagnosticada con tardanza (Minsal, 2015).

Estimación demanda

2020



55 x 100 mil



Población femenina
en Chile 2020



9.690.540



18.861 mujeres
aprox con cáncer



30% mujeres
mastectomizadas

Esquema 6. Elaboración propia en base a Estadísticas del Sistema Isapre 1990-2019 Biblioteca Nacional, 2021

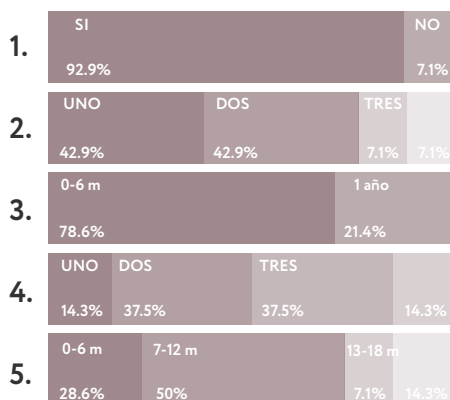


Encuesta

Se realizó una encuesta online a 100 mujeres mastectomizadas en Chile con las siguientes preguntas: (se pidió ayuda a las usuarias del proyecto con la difusión de la encuesta)

1. En caso de aparecer un proyecto relacionado a sostenes de cáncer de mama que ayuden a empoderar a la mujer con su asimetría, con un buen calce a su nuevo cuerpo y que permitan acelerar su cicatrización, con un precio aprox de \$15.000. Estarías dispuesta a comprar uno?
2. Cuántos sostenes comprarías en la primera compra?
3. Después de cuanto tiempo de probar los sostenes harías una siguiente compra?
4. En caso de hacer una segunda compra, cuántos sostenes te gustaría comprar?
5. Cada cuanto tiempo compras sostenes nuevos?

Resultados



A partir de los datos anteriores, en un excel adjunto, se estimo la demanda de los primeros tres años de funcionamiento de Asime, con los siguientes datos:

- Número de mujeres con cancer de mama en Chile.
- Número de mujeres con mastectomia.
- Clientas nuevas por año.
- Compra de clientas nuevas por año.
- Clientas fidelizadas.
- Compra clientas fidelizadas.

Estimación demanda

Los datos de mujeres con cancer y de mujeres mastectomizadas fueron obtenidos de la Biblioteca Nacional . Mientras que los datos de clientas y compras, fueron estimados a partir de la encuesta realizada. Los numeros de la encuesta son mayores a los utilizados en la estimación, ya que de esta haciendo una estimación mas bien conservadora. Con esos datos y a partir de la encuesta se obtiene que la demanda del producto ira aumentando con los años por el aumento del mujeres con cáncer.

Demanda de sostenes de tres primeros años:

Demanda anual año 1: 10,609

Demanda anual año 2: 17,505

Demanda anual año 3: 24,746

Supuesto 1: Las mujeres con cancer de mama crecen en un 5% anual

Supuesto2: 30% mastectomizadas

Supuesto 3: 75% compra Asime para probar

Supuesto 4: 75% le gusta el producto y compra dos sostenes mas

Supuesto 5: El 50% renueva los sostenes de forma anual



7.3 Conclusión

Trabajar en este proyecto fue trabajar con personas. Trabajar con mujeres que a través de sus cuerpos cuentan la experiencia de un cáncer de mama que implicó secuelas físicas, como la extirpación de su seno, pero también consecuencias psicológicas. Son miles las mujeres mastectomizadas que día a día se sienten incómodas, menos mujeres o invalidadas por una sociedad patriarcal en que se espera que la mujer cumpla ciertos estándares de belleza.

La misión de este proyecto fue empoderar a las mujeres con sus nuevos cuerpos, que sea un templo para ellas, que lo cuiden, lo respeten, que se sientan seguras, lindas y, lo más importante, que recuperen su amor propio. Se espera que la línea de sostenes Asime permita a las mujeres mastectomizadas jugar con colores y formas. Que miren su cicatriz y vean en la herida una guerra que las convirtió en sobrevivientes, en eternas luchadoras, en vencedoras.

El proyecto presentado me permitió desarrollarme como diseñadora, explorando nuevas soluciones frente a un campo de diseño poco explotado. La solución de sostenes asimétricos con cobre antibacterial fue un plus total para el proyecto, ya que los beneficios que da la fibra de cobre son una novedad en el mercado. Este producto se presenta como una innovación y una oportunidad para alcanzar la calidad que exige la condición actual de la usuaria y sus necesidades terapéuticas.

Los cinco años de estudio y las herramientas adquiridas en la carrera de diseño fueron determinantes para escoger este proyecto y poder desarrollarlo satisfactoriamente. El trabajo multidisciplinario como diseñadora me permitió analizar la problemática desde un nuevo enfoque en el mercado textil actual y lograr un avance innovador en la materia.

La rigurosidad, la metodología, el esfuerzo y el análisis crítico son algunas de las enseñanzas adquiridas, las que serán de gran utilidad para mi desarrollo laboral y personal.

Finalmente el motor de este proyecto fue configurarse como un aliado leal en el apoyo y acompañamiento de las mujeres mastectomizadas sin reconstrucción mamaria. Devolverles la confianza y el amor propio hacia sus figuras fue la inspiración que guió esta propuesta de diseño. Por mi mamá, por mi tía y por todas aquellas mujeres que inspiraron este proyecto, para que vuelvan a querer su cuerpo, que se sientan sensuales, poderosas e independientes.

Objetivos específicos

1. Identificar los factores fisiológicos que afectan a las mujeres después de haber padecido cáncer de mama y haberse sometido a una mastectomía.

2. Determinar las problemáticas que afecten el desempeño físico y el estado emocional diario de la usuaria mastectomizada.

3. Establecer soluciones de ropa interior a través de testeos de diferentes propuestas textiles que traten los problemas determinados.

4. Evaluar la calidad de los aspectos determinados en un caso de estudio.

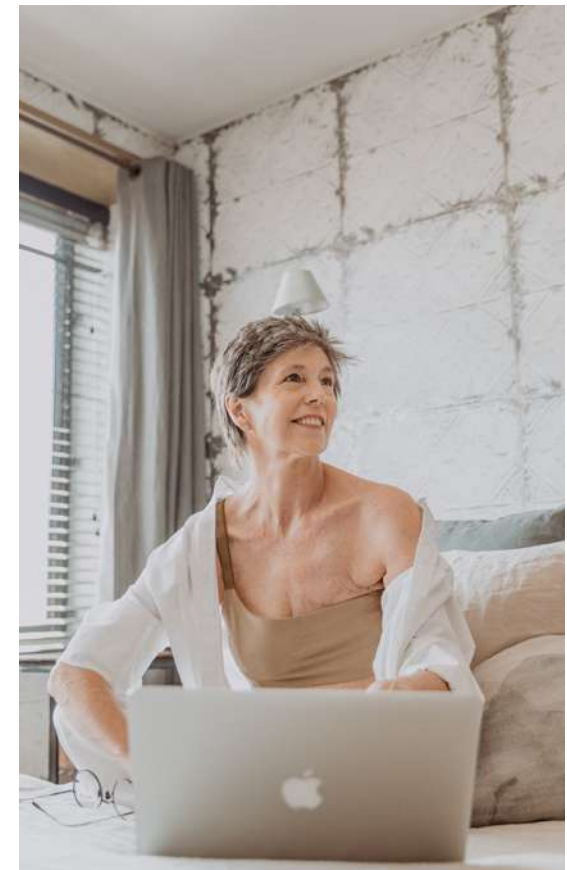
Exito

IOV: Analizar a partir de la revisión de literatura las consecuencias post mastectomia. ✓

IOV: Realización del mapa de comportamiento y análisis de las interacciones críticas detectadas, mediante la revisión de literatura, entrevistas, encuestas y estudios fotográficos. ✓

IOV: Evaluar la viabilidad de los aspectos estéticos y técnicos de los prototipos experimentales y el calce del nuevo sistema de talle propuesto por la marca. ✓

IOV: Testear cuantitativamente la efectividad del nuevo sostén. ✓



asimegusto



08. REFERENTES Y ANEXOS

8.1 Referencias bibliograficas

Álvarez, Díaz F. & Lorduy Jurado L. (2018). Percepción de la sexualidad de mujeres mastectomizadas por cáncer de mama atendidas en la liga cordobesa contra el cáncer Montería, 2015. Facultad de Ciencias de la Salud.

Álvarez, F. & Díaz, L. (2015). PERCEPCIÓN DE LA SEXUALIDAD DE MUJERES MASTECTOMIZADAS POR CÁNCER DE MAMA ATENDIDAS EN LA LIGA CORDOBESA CONTRA EL CÁNCER MONTERÍA. -, -, 13-60. De FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Base de datos.

Baca, S. E. (2018). El proceso de elaboración del duelo y su relación con las complicaciones posteriores a la mastectomía por cáncer de mama (título de psicología clínica, Pontificia Universidad Católica del Ecuador). Biblioteca de la PUCE. <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/15759/Disertaci%C3%B3n.%20Baca%20Gallegos%20Silvia%20Estefan%20ada.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Baker, J.L., Dizon, D.S., Wenziger, C.M. et al. "Going Flat" After Mastectomy: Patient-Reported Outcomes by Online Survey. *Ann Surg Oncol* 28, 2493–2505 (2021). <https://doi.org/10.1245/s10434-020-09448-9>.

Blanco, M. (2019). Cada 15 segundos una mujer es diagnosticada de cáncer de mama. Effortlesschije, de <https://effortlesschic.cl/cada-15-segundos-una-mujer-es-diagnosticada-con-cancer-de-mama/> Base de datos.

Blanco Sánchez, R. (2010). Imagen corporal femenina y sexualidad en mujeres con cáncer de mama. *Index de Enfermería*, 19(1), 24-28. Recuperado en 21 de junio de 2021, de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100005&lng=es&tlng=e

Blanco-Sánchez, R. (2010). Vivencias de las mujeres mastectomizadas. Un estudio fenomenológico. *Enfermería*. Recuperado en 21 de junio de 2021, de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100005&lng=es&tlng=e

Casado, E. (s. f). Diseño centrado en el usuario: conceptos básicos. Universitat Oberta de Catalunya. <http://multimedia.uoc.edu/blogs/fem/es/diseño-centrado-en-el-usuario-conceptos-basicos/>

Clínica, 20(6), 327–334. doi:10.1016/j.enfcli.2010.07.0

C. G. (2020, 20 de Octubre). 'Innergy', así es el sujetador anti roces que ayuda a mujeres operadas de cáncer a recuperarse. *El Español*, https://www.elespanol.com/mujer/salud-bienestar/20201020/innergy-sujetador-antirroces-mujeres-operadas-cancer-recuperarse/529447306_0.html.

Centro para el control. (2020, 14 de Septiembre). ¿Qué es el cáncer de mama? División de Prevención y Control del Cáncer, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades Sitio web: https://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/basic_info/what-is-breast-cancer.htm

Cortes, A. (2019). Joven mexicano inventa brasier que detecta cáncer de mama. *Cerebro Digital* Sitio web: <https://cerebrodigital.org/post/Joven-mexicano-inventa-brasier-que-detecta-cancer-de-mama/>

Clínica los Andes. (2021). Cáncer de mama. Clínica los Andes Sitio web: <https://www.clinicalascondes.cl/CENTROS-Y-ESPECIALIDADES/Centros/Centro-Clinico-del-Cancer/Prevencion/Previcancer/Prevencion-Cancer-de-mama>

Design Thinking España. (2020). Descubre la metodología Design Thinking. Paso a paso y de forma fácil. Recuperado de <https://xn--designthinkingespaa-d4b.com/>

Días, J. (2020). La página de activismo teta & teta lanza Lola, un sujetador para mujeres que tienen un solo pecho. 2020, de Verne Sitio web: https://verne.elpais.com/verne/2020/10/08/articulo/1602148860_026177.html

Díez, N. (2019). Reducción del malestar emocional, ansiedad y depresión en tres pacientes con cáncer de mama mediante un protocolo cognitivo conductual basado en mindfulness. *MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA GENERAL SANITARIA*, -, 3-38. De - Base de datos.

Fererro, C. (2019). El sujetador-parche para mujeres que perdieron un pecho y no quieren disimularlo. 2019, de EL País Sitio web: <https://smoda.elpais.com/moda/actualidad/anna-bonny-firma-sujetadores-mastectomia/>

Ferlay J, Ervik M, Lam F, Colombet M, Mery L, Piñeros M, Znaor A, Soerjomataram I, Bray F (2020). Global Cancer Observatory: Cancer Today. Lyon, France: International Agency for Research on Cancer. Available from: <https://gco.iarc.fr/today>.

Figuroa Varela, M. R., Valadez Sierra, M. D., Rivera Heredia, M. E., & Montes Delgado, R. (2017). Evaluación de la imagen corporal en mujeres con cáncer de mama: una revisión sistemática. *Universitas Psychologica*, 16(4), 1-12. <http://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-4.eicm>



Fuad-Luke, A. (2009). Design Activism: beautiful strangeness for a sustainable world. London: Earthscan.

Galán.A. (2020, junio 1). Propuesta de Intervención Psicológica en Pacientes Oncológicos con Afectación en su Imagen Corporal y Sexualidad 1-17. Universidad Católica de Valencia Base de datos.

González, M. P. (2018). Propuesta de cuidado: pacientes con afrontamiento ineficaz en el postoperatorio de mastectomía radical (nivel de Especialista en Enfermería Clínica Avanzada con Énfasis Quirúrgico, Universidad Autónoma de San Luis Potosí). <http://ninive.uaslp.mx/xmlui/bitstream/handle/i/4609/Tesina%20Propuesta%20de%20cuidado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Herrera, C. (2009). Figuraciones del cuerpo femenino del siglo XXI. Propuesta de un cuerpo descarnalizado en la comunicación visual de productos light. Maestría de diseño, Facultad de diseño y comunicaciones. Universidad de Palermo, Argentina. Disponible en: http://www.palermo.edu/dyc/maestria_disen/pdf/tesis.completas/42.herrera.pdf

Herrera, J. (2018, 15 de febrero). Cirugías por cáncer de mama en el sistema público aumentan 20% en últimos cinco años. Economía y negocios. <http://www.economiaynegocios.cl/noticias/noticias.asp?id=443495>

IDEO. (2009). Human-Centered Design toolkit.

Instituto Nacional del Cáncer. -. Mastectomía. En el Instituto Nacional del Cáncer de los Institutos Nacionales de la Salud de EE. UU. (-, -) EE.UU: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.

Instituto Nacional del Cáncer. -. Neoplasia. En el Instituto Nacional del Cáncer de los Institutos Nacionales de la Salud de EE. UU. (-, -) EE.UU: Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.

La Vanguardia. (2019). Un sujetador para supervivientes de cáncer de mama gana un prestigioso premio de diseño. La Vanguardia Sitio web: <https://www.adamedmujer.com/noticias/un-sujetador-para-supervivientes-de-cancer-de-mama-gana-un-prestigioso-premio-de-diseño/>

Lampert, M. (2021, abril). Cáncer de mama, mastectomía y reconstrucción. Incidencia, mortalidad y cobertura GES. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/32045/1/BCN_cancer_de_mama_FINAL.pdf

Les Monocyclettes. (s. f). Vêtements Asymétriques & Lingerie Post-mastectomie. Instagram. Consultado el 23 de octubre de 2021. https://www.instagram.com/les_monocyclettes/?hl=es-la

Lola. (2020). Lo que probablemente nadie te contará de la reconstrucción de pechos. Sujetador Lola <https://sujetadorlola.es/#contenido>

Mariángel.P & Pérez.J. (2004). Cirugía del cáncer mamario y seomas. Instituto de Cirugía, Facultad de Medicina, Universidad Austral de Chile., 18, 76-82. [Revistas.uach.cl](http://www.revistas.uach.cl) Base de datos. Peralta

Marchante, A. (2020, 3 de marzo). Copper3D utiliza la impresión 3D para combatir la transmisión del VIH durante la lactancia. 3Dnatives. <https://www.3dnatives.com/es/copper3d-combatir-transmision-vih-durante-lactancia-030320202/#>

Ministerio de Salud. (2015). Guías Clínicas AUGE. Cáncer de mama. Santiago: Minsal. <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2015/09/GPC-Ca-Mama.pdf>

Ministerio de Salud. (2018). PLAN NACIONAL DE CÁNCER 2018 – 2028. Minsal.cl, -, 14-16. 2021, De Minsal Base de datos.

Misiones al instante. (2022, 5 de enero). Misiones realizó 137 trasplantes de órganos, células y tejidos en 2021. <http://misionosalinstante.com/?a=34409>

M, Octavio. (2002). CÁNCER DE MAMA EN CHILE: DATOS EPIDEMIOLÓGICOS describen los análisis epidemiológicos del cáncer de mama en Chile y se relata la experiencia en el Hospital Clínico San Borja-Arriarán, destacando la mayor precocidad en el diagnóstico. Revista chilena de obstetricia y ginecología, 67(6), 439-445. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75262002000600002>

Navarro, L. A. (2006). Vivencia de la autopercepción y sexualidad en mujeres sometidas a mastectomía controladas en la unidad de patología mamaria del hospital regional base Valdivia (grado de licenciada en obtetricia y puericultura, Universidad Austral de Chile) <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2006/fmn322v/doc/fmn322v.pdf>

Nieto, M. (2021). Grupo de acompañamiento para mujeres que han pasado por el procedimiento de la mastectomía radical que asisten a la fundación chichis pa'la banda A.C.: "con lentes de género se ve otro seno" (diploma de género, violencia y políticas públicas, Universidad Autónoma del Estado de México). <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/109935/Miriam%20Guadalupe%20Nieto%20Padilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



Organización Mundial de la Salud. (2021). Cáncer de mama. Santiago: Minsal. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>

Pereira, A. & Garmendia, M. L. (2021). Cáncer de mama en Chile: Una mirada desde la prevención. Innta. <https://inta.cl/cancer-de-mama-en-chile-una-mirada-desde-la-prevencion/>

Rabin, R. (2016). 'Quedarse plana': las mujeres que deciden vivir sin senos después del cáncer de mama. The New York Times Sitio web: <https://www.nytimes.com/es/2016/11/15/espanol/quedarse-plana-las-mujeres-que-deciden-vivir-sin-senos-despues-del-cancer-de-mama.html>

S.f. (2020). Firma de moda crea sujetador especial para mujeres con cáncer de mama. Salud y bienestar. Sitio web: <https://www.modeloslatinas.net/latina/sujetador-especial-cancer-mama/>

Salzman, A. (2004). El cuerpo diseñado. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Scott, L. (2010). Lingerie: A Modern Girl's Guide. Estados Unidos: Chartwell Books

Tarrago, A. (2019). Noelia Morales: "Tengo que perder mucho más que un pecho para dejar de ser mujer". La Vanguardia Sitio web: <https://www.lavanguardia.com/de-moda/feminismo/20181019/452423525698/dia-mundial-cancer-de-mama-sujetador-mastectomia-anna-bonny.html>

Navarro, L. (2006) Vivencias de la autopercepción y sexualidad en mujeres sometidas a mastectomía controlada en la unidad de patología mamaria del hospital regional base Valdivia.

Universidad Austral de Chile. Disponible en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2006/fmn322v/doc/fmn322.pdf>

Tramullas, G. (2016). Vivir la vida según tus propias reglas me parece muy sexi. El Periodico.

Usobiaga, I. (1995). Las amazonas involuntarias. Psychoanalytic Electronic Publishing, 21, 59-74. <https://pep-web.org/browse/document/apm.021.0059a>

Urete, A. (2016, 5 de septiembre). Desde 1800 Hasta Hoy La Completa Evolución De La Lencería. Cut y Paste. <https://www.cutypaste.com/moda/editorial/desde-1800-hasta-hoy-la-completa-evolucion-de-la-lenceria/>

Vicente Pardo, José Manuel, López-Guillén García, Araceli. (2017). Problemas y factores psicológicos en el retorno al trabajo tras incapacidad temporal prolongada por cáncer de mama. Medicina y Seguridad del Trabajo, 63(248), 245-259. Recuperado en 21 de junio de 2021, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2017000300245&lng=es&tlng=pt

Viste la calle. (2014, 18 de noviembre). La Jauría: Nueva línea de lencería de autor chilena. <https://vistelacalle.com/123854/la-jauria-nueva-linea-de-lenceria-de-autor-chilena/>



8.2 Entrevistas

Entrevistas Pacientes

Andrea Munita, entrevista personal, 16 de abril 2021, 2 de junio 2021.
Carolina Donaire, entrevista personal, 29 de abril 2021, 8 de junio 2021.
Carla Maglic, entrevista personal, 10 de abril 2021.
Carola Concha, entrevista personal, 24 de marzo 2021, 30 de mayo 2021.
Jamile Camacho, entrevista personal, 16 de abril 2021.
Javiera Gómez, entrevista personal, 10 de abril 2021, 30 de mayo 2021.
Luz María Zegers, entrevista personal, 5 de abril 2021.
Malinke Jory, entrevista personal, 1 de junio 2021.
María Paz Valdivieso, entrevista personal, 10 de abril 2021, 30 de mayo 2021.
Tere Concha, entrevista personal, 24 de marzo 2021, 30 de mayo 2021.
Trinidad Shonderr, entrevista personal, 15 de abril 2021, 2 de junio 2021.

Fundación Chile sin Cáncer

Andrea Alarcon, entrevista personal, 21 de octubre del 2021.
Javiera de la Quintana, entrevista personal, 20 del octubre del 2021.
Sonia Gabriela Peña, entrevista personal, 19 de octubre del 2021.
Mariely Guesalaga, entrevista personal, 19 de octubre del 2021.
Livia Vasquez, entrevista personal, 19 de octubre del 2021.
Daniela Carrión, entrevista personal, 18 de octubre del 2021.
Claudia Perez, entrevista personal, 18 de octubre 2021.
Daniela Frey, entrevista personal, 20 de octubre del 2021,
Paulina Perez, entrevista personal, 20 de octubre del 2021.
Josybel Herrera, entrevista personal, 20 de octubre del 2021.
Rosario Herrera, entrevista personal, 21 de octubre del 2021.

Entrevistas Especialistas

Andrea Munita, entrevista personal, 16 de abril 2021, 2 de junio 2021.
Javiera Torres, entrevista personal, 18 de abril 2021.
Karol Ramírez, entrevista personal, 26 de abril 2021.
Jamile Camacho, entrevista personal, 16 de abril 2021.
María Jesús Ochagavia, entrevista personal, 18 de abril 2021.
Paula Escobar, entrevista personal, 26 de abril 2021.

Entrevistas Título

Nombre y edad: **Claudia Perez, 46 años**
18/10/21 16:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: 2019, va en proceso de reconstrucción mamaria.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

Se compró un sostén para mastectomía, pero le molestaba, no le gustaba mirarse, elaboró su nuevo sostén, se hizo la prótesis externa por comodidad y por precio, la hizo de algodón y la relleno con alpiste (te va masajando y se puede acomodar).

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

Tenía que usar sostenes que se abrochan adelante para no mover el brazo y son muy escasos, compro en Leonisa y ese lo rellena con la prótesis de semilla

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Usaba poleras anchas y blusas holgadas para que no se notara tanto. Usaba pabilo debajo de la blusa para que no se vea.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Que no tenga costuras, que fuera de algodón y super suave. Con los que tiene quedan marcas en la piel. De varios colores, que se puedan cambiar las tiras, que la prótesis externa sea de plástico pero que se pueda amoldar. El roce le molesta en la axila porque son muy arriba, la barrita que tiene para separar la mama de la axila molesta (barba). Broche grande acomoda porque es más fácil. Le gustaría que venga la prótesis instalada para cada mama.

Nombre y edad: **Daniela Carrión 37 años**
18/10/21 17:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: 7 de mayo del 2020, no se sometió a reconstrucción porque el pronóstico era muy malo entonces el médico recomendó no hacer reconstrucción. en grupos de apoyo hablo de estos con distintas mujeres. Con un cirujano hablo de los tipos de reconstrucción y cuál era el mejor, el doctor fue super agresivo, en el único lugar que se sintió acogida fue en la católica...sintió que los doctores no contaban la verdad, se pierde la sensibilidad, tiene que hacer el duelo de la pechuga que se perdió. no se quería reconstruir para no volver a operarse. Etapa del proceso en que se quiere tal cual como es y querer su cicatriz. Se ha sentido más acogida y reflejada en no reconstruirse y dejar de someterse a operaciones. Las amazonas se sacaban la pechuga para estar con el arco, acto de empoderamiento y descubre el porqué. No tener la necesidad de ocultar, jugar con la asimetría. Se compró un sostén de yoga que lo mandó a hacer jugando con la asimetría y empoderarse con base a eso.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

Si, buscando marcas con bra que le gusten, en anahta compro sostenes sin relleno que es como le gusta y ella puede decidir ponerle o no. Le gustan los colores, trata de que no haya costura en la parte de la cicatriz y que se cubra por completo.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

No le gustaron porque no quiere usar relleno, se quiere sentir cómo da así como esta. ha buscado alternativas donde no se vea la cicatriz y que se sienta cómoda.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Si y juega con la simetría

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

En los colores, en la versatilidad de la ropa interior, en jugar con la asimetría. si te falta algo en vez de tapanlo mejor jugar con eso, con un sostén unicopa no se sintió cómoda porque se ve el rollo y se asoma la cicatriz.... sostén con asimetría y jugar con tatuajes temporales en la cicatriz,. Sacarse la ropa y que te dan ganas de verse, soy uniteta y estoy orgullosa. Jugar con encajes, colores...si bien puedes tener una enfermedad no es necesario usar colores piolas y disimular algo, para mi el cáncer es vivir, disfrutar, los colores, las texturas, no usar nada que le apriete y sentirse cómoda.

Nombre y edad: **Sonia Gabriela Peña, 36 años**
19/10/21 17:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: fue el 9 de septiembre 2021, inicialmente la operación era con reconstrucción pero en el quirófano no le pudieron reconstruir porque el tumor se expandió y podía volver a mutar, para prevenir no se hizo reconstrucción. En el hospital no se miró, cuando lo vio lloró. Está trabajando el tocarse. Con el cáncer le vino diabetes.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

No ha conseguido un sostén que se adapte a ella, es de mucho busto (40). Regalo todos sus sostenes. Anda solo con peto.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

No le ajusta completamente, no le levanta el otro seno, está sostenido pero no la levanta.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Si porque no usa escote en V, porque se ve la cicatriz y el sostén, solo de cuello redondo.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Comoda, que no apriete, que el tirante sea delgado, que sostenga bien la otra mama ("hay que tenerla con dignidad"). La otra mama me gustaría llenarla y vaciarla para "descansarla", que no sienta la presión de que la necesita.

Nombre y edad: **Mariely Guesalaga, 48 años**
19/10/21 17:30

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: el 26 de enero del 2021, 3 semanas después de un diagnóstico de cáncer de mama. La mastectomía fue el paso uno, después vino radio y quimio. La sacada de pechuga es super violenta, aun cuando el doctor y amigos hablaban de reconstrucción.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

No la renovó, porque no había y la que había era horrible y grande, están pensados en operaciones de aumento mamario pero no algo médico, está visto como algo temporal porque alguno son incómodos y otros no cumplen la función de estar "apretadas" post operación. Se compró petos deportivos de una talla menos para estar apretada. Tuvo buena cicatrización y movilidad en el brazo.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

Es una ropa interior con un look más deportivo, son escasos, colores fomes, muchos de ellos no permiten ponerle una esponja o algo que empareje.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Sí, porque de repente esas poleras apretadas no se las quería poner, se veían montoncitos, usaba telas más sueltas.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Comodo, que se ponga relleno, sin barba, post radio queda un borde doloroso y húmedo debajo de la mama y se generan heridas. Se sigue pensando en tener un sostén normal, y a veces se necesita un "unitea", puede ser cómodo en algún momento. Que sea super suave. Ideal: que por el lado de las cicatrices sea muy suave porque post quimio queda muy sensible, pero que por fuera tenga color, encajes, variedad de posibilidades de amarre. Las cicatrices le pican y sobre todo con el calor. Sexy comodo, opción strapless.

Nombre y edad: **Livia Vasquez, 33 años**
19/10/21 19:30

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: 5 de agosto del 2020, fue un cáncer hormonal. 100% actitud. No tiene claro si se hará una reconstrucción, tiene que esperar un año y subió 20 kilos. No le molesta estar así, le gusta su cuerpo. Aprendió a quererse. La cicatriz es un tremendo recordatorio o sino no sería lo que soy.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

Toda dejó de usar los sostenes con barba por temor a la cicatriz. Tenía que ser algo cómodo y que se lo pueda poner sola. Lo que compró fueron petos deportivos, no lo relleno hasta que le dieron un sostén con una prótesis. A el sostén deportivo se le movía la prótesis.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

El que le dieron le incomodaba la espalda, se le desbrochaban los broches delanteros y el tirante era muy grueso para ella que no tiene mucha mama.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Sí, no usa escote

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Prótesis maleable, prioridades: comodidad, feminidad, que lo vea y le encante. En términos prácticos: espalda ancha para que de más firmeza, la base de la prótesis que sea firme y no se mueva.

Nombre y edad: **Daniela Carola Frey Garcia, 33 años**
20/10/21 10:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: una mama el 26 de mayo del 2021, ya tiene reconstrucción mamaria.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

Sí

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

Leonisa con broche por delante que hacía heridas entre medio de las pechugas, tiene la piel muy delicada y le salen heridas, sobre todo post quimio. Usar ropa interior horrible es peor. 3 problemas: broches porque era muy áspero y le pasaba a llevar la pechuga cuando se movía, lo segunda era que era super grande y no se podía poner su ropa, los tirante eran super grande y el otro problema era que quedó con mucha neuropatía y la parte de la axila y la espalda le provocaba mucho calor y para dormir se le enrollaba por atrás cuando se movía en la noche (se lo tenía que acomodar por los costados y por atrás).

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Había ropa que dejó de usar, empezó a usar ropa más suelta.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Lo principal hubiera sido la tela, ojalá sin costura o la menor cantidad o costuras suaves, con neuropatía las costuras y las barbas son lo peor sobre todo en el área de la axila, que se cubra esa zona. Que sea tan grande da calor, transpira y es feo. Que contenga y sea apretado. Tirantes que se puedan cambiar, cruzar, tipos de escotes. Algo que sea adaptable para seguir usándolo después, que sirva post reconstrucción. Levantar la mama buena.

Nombre y edad: **Josybel Herrera, 34 años**
20/10/21 11:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: mastectomía radical seno izquierdo el 18 de agosto del 2021, no se sometió a reconstrucción porque no quiso. No quiere para no volver a entrar a un quirófano, la mama no es un brazo, es para amamantar y no quiere tener bebés, para ella no tiene sentido tener una mama "falsa"...es super disruptiva y para ella es más importante conservar el cuerpo como lo tiene ahora y honrar el proceso que ha vivido y en vez de hacer reconstrucción prefiere un tatuaje en ese sitio.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

No ha podido porque no hay nada que le favorezca, compro prótesis porque estaba super encorvada para mejorar la postura. Pero cuando no tiene ganas de ponersela no se la pone y es casi todos los días. Solo usa sostenes deportivos.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

La prótesis se mueve en los sostenes que tiene y se ve, los petos deportivos son muy gruesos, no se ven bonitos, te bajan tallas y disminuyen el seno. Es menos fresco y le da calor. No ha tenido problemas con la cicatrización y no le molestan las telas en general.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

Ahora en verano le toca porque se ve todo y aparte es super grueso.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Que sea una tela transpirable, cómodo, algodón, ojala, forma ajustable y que le haga forma bonita al seno que queda, con tirantes delgados, ropa colorida y que pueda tener una ropa interior donde tenga cabida la lola que tiene y que no haya solución para el seno que no está, solo que lo cubra y lo protege, que no busque disimular. Ella usará la prótesis solo temporal por la postura y enderezarla pero cuando esté bien dejará de usar la prótesis porque siente que no la necesita.

"Hay que normalizar que no eres la misma, que pasaste por un proceso muy fuerte pero no por eso eres menos mujer, todo lo contrario eres más mujer porque lo superaste y fuiste fuerte de vivirlo"

Nombre y edad: **Javiera de la Quintana, 30 años**
20/10/21 17:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: mastectomía en la pechuga derecha el 2020, tienen posibilidad de reconstrucción pero todavía no quiere.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

Si

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

Usa como peto deportivo cuando está con poleron, cuando sale se pone sostén con prótesis externa, le aprieta al costado por espalda grande y se forma el rollo.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

No tuvo problemas porque nunca usó escote.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Sin costura y que no marque ni haga el roce, sostén que venga con la prótesis como un algodón "almohada", con los tirantes más pequeño, que no aprete al costado y que se vea algo en la mama que falta pero que no sea la prótesis de silicona. Resaltar con pushup la mama que queda y la otra con almohada

Nombre y edad: **Paulina Jaque Perez, 46 años**
20/10/21 18:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: 2015 la mastectomía de ambas mamas, el 2017 se hizo reconstrucción y se sacó todo. En el 2018 volvió el cáncer y la reconstrucción quedó en segundo plano.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?

Si

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?

Le pesaban las prótesis, transpiraba, se veían debajo de las poleras por lo grande que era. El material le rozaba, era poliéster y transpiraba mucho. Rellenaba petos deportivos con prótesis caseras con esponjas de cojines con memoria por capas de distintos tamaños, con napa. como eran livianas se agachaba y no veía nada, con las de silicona se ve por el peso.

Hizo prótesis con su mama.

Sostén flores sin barba y por dentro le hace el bolsillo cosido a mano y lo relleno con napa de cojín (microfibra), se mete a la lavadora se seca muy bien y no sale mal olor. Solo una parte tiene relleno y deja la parte del escote sin nada.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?

No porque ajustó sus sostenes a lo que le acomodaba.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?

Sostén con la prótesis puesta o que se pueda rellenar de la forma que uno quiera, que el relleno no sea incómodo, no sea pesado, no transpire y se lave fácil. Sin barba

Nombre y edad: **Andrea Alarcon, 42 años**
21/10/21 11:00

Cuándo fue la mastectomía y porque no se sometió a una reconstrucción: mastectomía completa en la mama izquierda en enero del 2021, sin reconstrucción y sin expansor porque no había y no quiso esperar. Por ahora no quiere reconstruirse.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?
Ya no puede usar los que tenía.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?
Ahora usa deportivos pero sin costura, no tiene implante externo y eso me incomoda, junta los dos rellenos delgados y los junta y los pone en el lado izquierdo pero se mueven. Transpira con la tela del sostén y con la prótesis le corre la gota entre las pechugas.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior? Súper preocupada de vestirse bonita, el cambio fue fuerte porque el peto se asoma y el tirante es muy grande. No es pechugona. Es de Chillán y allá no hay nada ni prótesis ni sostenes especiales. Con el roce le molesta la cicatriz, tiene que usar algo suave para que no roce en la zona que no tiene sensibilidad, no tiene que rozar la zona de la axila. Ropa holgada. Se le levanta el costado de la axila donde no tiene la mama y tiene que estar acomodándolo.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades? Ideal que sea cómoda, que me sienta femenina, que sea no solo de un tono, no es justo no tener opciones con color, es como un castigo para una. Que los tirantes sean más angostos o posibilidad de usar strapless pero que se pueda meter la prótesis. Le gustaba jugar con la ropa interior y ahora no tiene esa posibilidad.

“Son hermosas, independientes de cómo sean físicamente, calvitas, sin cejas ni pestañas, son hermoososas, que nadie les haga sentir lo contrario, la bella interior se refleja más allá de lo estético” 12.11.21

“El otro día fui al centro y siempre pasaba por lencerías y pucha que da pena no poder tener lo que guste... sali deprimida”

“Porque andando sin sosten y me siento rara porq imaginate mi bb mayor de 8 años no sabe q me sacaron la pechuga y se dio cuenta me dijo mamita le duele su pechito? ahí donde nos daba papita? ...yo creo q deberian haber ambas opciones”

Nombre y edad: **Rosario Herrera, 42 años**
21/10/21 16:30

Cuándo fue la mastectomía y la reconstrucción: Junio 2013 y la reconstrucción en abril del 2014.

¿Tuviste que renovar tu ropa interior?
Toda antes usaba sostenes con barba y nunca más uso.

¿Qué te incomoda de la ropa interior que usas ahora?
Era muy difícil encontrar armonía, era muy desagradable, solo usaba petos. Usaba el peto solo por comodidad.

¿Ajustas tu vestimenta a tu ropa interior?
Ropa holgada, nunca usó escote.

¿Cómo sería tu ropa interior ideal? ¿Cuáles son tus prioridades?
Le hubiera encantado que fuera como petos normales para dormir y los lindos para el día (de marie), le hubiera gustado poder ir a cierta tienda y que le den una asesoría y que se ponga una esponja mas blanda que fuera una protección más natural. Petos deportivos.



Entrevistas Seminario

Carola Concha 61:

Mala cicatrización porque su piel de base ya estaba irradiada por el cancer anterior (radioterapia) esa piel quedo seca y queda como un tejido muerto, con el implante externo la piel no tenía ninguna propiedad sana para cicatrizar bien...costo que una parte cicatrizará y por eso se infecto. Cuando le sacaron el implante que era muy grande (400 cc) cicatrizó muy bien y rápido. El roce no molesta y el jabón tampoco, solo molestaban los movimientos o hacer fuerza. Usaba sostén especial y goteaba la cicatriz. Saco pechuga entera y la relleno con prótesis.

1 cicatriz (tajo) cruza toda la pechuga

Cicatrización buena desde el punto de vista cicatrizado, pero es fea.

usa natural bra para la pechuga que no tiene

sostén que se abrocha por delante

prótesis acompañada al sostén

sostén grande, 4 cm de tirita, look deportivo, poco sexy

fue a un lugar y pilló solo una opción de sostén

tiene ciertos queloides, ha cambiado un poco, la parte más cerca de

la otra pechuga tiene un cerro feo

la cicatriz cambia con el tiempo

la cicatriz de una mujer de 30 y 60 es totalmente distinta

día día : solución prótesis interna

noche: que pasa con la cicatriz, ponerse el pijama, verse al espejo,

momento de intimidad, algo que te ayude al irte acostar que reem-

place este sostén.

ej: parche (con algo sutil de relleno) con algo de relleno para que

sea compatible con el dormir,darse vuelta y que no pase nada...enfrentarme al marido con un poco de relleno... no es rico sacarse el

sostén en la noche mirarse un segundo al espejo y estay plana en un

lado : es el momento del día que tomas conciencia que no tienes una

pechuga. noche función del descanso, dormir, sensualidad: maravilla

que esta instancia no se convierta en verse plana, sino que se con-

vierta en algo lindo y atractivo

otra experiencia: sacarse el pijama y ponerse el parche...sentirse linda...olvidarse del cancer

pasa algo profundo: quererse a uno mismo sin pechuga, valentia, co-

raje...porque me tengo que poner la pechuga plastica... el no tener

la pechuga ha sido un proceso muy lindo, tiene un gozo interno de

aceptacion en lo mas profundo de la mujer...siempre cae cuando se

pone el pijama, no le gusta verse con un pijama porque se le nota...

con gente buscar disimular la pechuga de cualquier forma, usar sos-

tenes para el desayuno. no le gusta ser visible a travez del pijama

que tiene que ver con la intimidad y la sexualidad.

la cicatriz habla, hace sentir cosas, expresa cosas.. que es para uno

bien cicatrizado, hay mucho lenguaje, tiene significado...tener algo

que lo disimule y que me haga no verlo pero verlo.

ponerse algo antes del pijama y sentirse sexy: maternidad, sexua-

lidad....

Carla Maglic 61:

Implante sin irradiación previa, le sacaron las dos pechugas, y los ovarios por precaución. Buena cicatrización, quedaron bien las pechugas chicas. Sentido estético. Cancer pechuga derecha, era multifocal tenía varias celular chiquitas...la recomendacion fue sacar las dos pechugas, la cicatriz de la pechuga del cancer es mas fea y el pezon no quedo tan igual y con cambio de color...lo implantes le cargan, los primeros dias molestaban, le molesto el drenaje que le dejaron en cada pechuga por una semana y eso fue un desagrado. En la cicatriz tenía que ponerse una crema laroche que es un gel para cicatriz.

Maria Paz Valdivieso 62:

Tratamiento corto pero mas agresivo. Le sacaron el tumor y quedo la pechuga machucada sin implante. no le sacaron la pechuga completa, le pusieron un ingerto (pedazo de carne de otra parte), cicatrizo mal porque fuma...le hecharon la culpa por eso. se le pudrió el ingerto por la mala cicatrizacion y quedo con el ollo, le costo mucho la cicatrizacion. la simetria de las pechugas las pidio mas chicas porque las tenía grandes... se atraso la quimio por la mala cicatrizacion y tuvo que estar con un ederma que tenía colgando. cremas para cicatrizar, curaciones todos los dias, no se podia banar.

Luz Maria 75 años:

Cáncer super a tiempo encapsulado, lo sacaron entero, era el peor de los cánceres pero fue encontrado a tiempo, era chico tuvo quimio (9 mm), tiene buena cicatrización, le sacaron solo un pedazo del pezón hacia abajo, la pechuga quedó horrible. le recomendaron sacársela pero ella no quiso porque el cáncer estaba encapsulado. No quiso implantar. Cicatriz horrible de 8 cm por debajo del pezón, post operación se le llenaba de líquido y se lo sacaron unas 3 veces que se lo sacaron con jeringa. acostumbrada con la cicatriz fea pero feliz con que sea su pechuga. siguió usando el mismo sostén y el mismo número. en un momento uso sostén deportivo sin horma pero como tenía mucho busto le incomodaba, no le acomodó ni en forma ni en comodidad. no hizo nada con la cicatriz, después de la operación empezó con la quimio...no tuvo problemas con las quimios ni con los radios. Tuvo cáncer micro invasor. ser positiva, no te va a quebrar tu día

Javiera Gomez 33 años:

Primer cáncer sacaron la pechuga, se quedó sin nada y ahora le pusieron implante. extracción completa de la mama izquierda y tiene implante mamario, todavía no se tatuó el pezón. Primero le sacaron la mama, después el expansor (el músculo se estira/ extiende y se acostumbra a ese porte). son 3 cicatrices: catéter, axila, pezón. Buena cicatrización, cicatriz caterer molesto mucho porque es delgada en las clavículas y con roce constante y la tirita del sostén le pasa a llevar y le duele con eso se formó un queloide. catéter en el lado contrario arriba (derecho) un poco más abajo de la clavícula, al ser tan huesuda le molesta y duele, la de la axila no se nota. se echa rosa mosqueada, parche color piel que ayuda a la cicatrización, bloqueador, con la quimio se mancha mucho. sentía terminales nerviosos que quedaban del pezón, sentía el pezón pero no lo tenía y tenía nervios en ese sector. con el expansor es lo más incomodo del mundo, el expansor se llena de un líquido jalea y es pesada y dura, no pudo usar sostenes con push up, tuvo que usar sostenes sin nada y deportivos y los que se abrochan delante porque son más cómodas, en la otra se ponía natural bra para que se vean parecidas... arreglo las dos pechugas, prótesis normal y la buena tuvieron que agrandarla (derecha). los braletes de los sostenes no eran amigables, le dolía y molestaban, como son duros y elásticos, un bretel más delgado podría haber sido mejor. Su cuerpo quedó concavo con la extracción de la pechuga, se sacó la pechuga y quedó feo con un ollo, super poco estético, y incomodo y feo para uno. En el verano era incomodo porque si se quería banar se tenía que sacar el natural bra de la pechuga derecho porque se le podían salir. un sostén que tenga la pechuga incorporado en el bikini, regularno uno mismo, material que no se salga al agua, que no transpiraba. usa poleras de tiritas y con los nuevos sostenes que eran muy aparatosos mas deportivos, se veía feo, tenía que usar polera con mangas, existen sostenes poco femeninos para el cancer de mama. tuvo que comprarse poleras nuevas para tapar el sostén. ideal un sostén con tirita, amigable, mas femenino, para sentirse mejor uno misma. para el traje baño tenía que sacarle todo el natural bra al lado derecho, idea que venía con el pushup puesto para el agua.

Trini Schonderr 47 años:

Tuvo microcalcificaciones 5 años antes de su cáncer se quería poner el colgajo y decidió ponerse prótesis, le quedó increíble.

Dos etapas de la cicatrización:

Primera extracción completa mama esa cicatriz es super fuerte de verla, esta super parchada por mucho tiempo (drenaje por 10 días) mucho cuidado después de mes y medio pudo verse la cicatriz (desde la axila hacia el pezón), mucho dolor con la cicatriz, estuvo con el expansor 9 meses (lo inflan una vez al mes y se infla proporcionada) Segunda operación del implante de la reconstrucción total eligió el implante de silicona (forma mas rápida de recuperación) tuvo dolor los dos primeros días y mucho sueño. tuvo 6 sesiones kinocioterapia (luz infrarroja para evitar que se encapsule el implante) con la otra pechuga se hizo un levantamiento.

Primer operación: usaba petos deportivos bien apretados

Ahora no puede usar sosten con barba, si no se hecha crema le duele la cicatriz, cuando siente la pechuga se hace masaje y se ablanda. necesita lubricarse super bien para que no le duela.

Duerme con sostenes, le cuesta mucho verse sin ropa...se siente vanidosa por eso. la piel queda super danada en la primera operación. Fuma pero dejó de fumar para la primera operación.... ningún queloide, tomaba 5 litros de agua en todo el proceso, muy buena alimentación desde que le dijeron que tenía cáncer, ha retomado el deporte.. antes podía caminar, ella hacia pilates y con el cáncer quedó super debil de brazo, en la primera operación caminaba con el brazo doblado para "protejerse" la pechuga.

Todavía le molesta el cinturón de seguridad (cancer pechuga izquierda).

Cicatriz: recordatorio, herida de guerra

Entrevistas Especialistas

Paula Escobar:

Cirujana de mama hospital Luis Tisne.

Super frecuente en Chile, 6000 cánceres anuales al año. En general ataca a mujeres de más de 50 años (mortalidad en las mujeres de 70 años). Se diagnostica con mamografía, mejor método (autoexamen no sirve para nada, solo sirve para aumentar la conciencia, si se pilla se pilla en etapa 2).

Las mujeres jóvenes encuentran la pelota en un examen físico porque no se hacen mamografías. cuando se encuentra el cáncer chico la cirugía es chica...cosmeticamente quedas muy parecida a como eras antes. La reconstrucción hoy en día se trata de hacer de forma inmediata.

se pueden reconstruir con colgajo, expansor (forma de reconstrucción transitoria después se cambia por prótesis o algunos son expansor prótesis), prótesis.

Si la pechuga es caída se saca el pezón, después se reconstruye con colgajo o se puede tatuar...se tatúa en 3D, Paula ella tatúa el colgajo del color que quiere y después se levanta y tatúa la aureola.

En la mayoría de los casos no hacen infección de la cicatriz, en general la cicatriz de la mama post radio son súper bueno porque la radio borra las cicatrices...no siempre es fea. Cuando estoy en radio hay que hidratarla constantemente, después de la radio la piel se altera y se necesita hidratación constante porque la piel se vuelve oscuras, molestan los sostenes que se usaban antes, tienden a usar sostenes más cómodos, suaves, sin alambres, muchas veces la pechuga no queda simétrica entonces es cómodo que el sostén se pueda rellenar. Muchas veces la zona queda con molestia para siempre (sobre todo cuando se saca ganglio y se puso expansor), hay pacientes que piden sacar el implante...hay pocas mujeres que prefieren quedarse planas y no quieren reconstrucción.

Pacientes que querían quedar planas: algunas les da lo mismo, no es tema, hay otras que les gusta demostrar que tuvo cáncer y estar planas "agresivas contra el mundo", otras no porque son gorditas, sustos, complicaciones. La gente se mete mucho en las decisiones de las pacientes con cáncer sobre la reconstrucción, más que se involucre opina desde sus propias convenciones.

Las pacientes no hablan de lo sexual, si les afecta, el tratamiento quita el deseo/sequedad...cuando la reconstrucción queda dispareja tiene mucho rollo en el tema sexual...no hay manuales, nadie tiene lo enseña...comentarios: ya estoy viva, ya estoy vieja, tu pareja te quiere...la pechuga persigue constantemente. No pueden usar nada que tenga hormonas y lo pasan mal con la regla.

Andrea Munita:

Psicooncóloga

Tema super amplio, las cicatrices son un tremendo y puedo dividir las: emocionales y físicas...ambas impactan, te dejan una huella en la psiquis y en el cuerpo...

En lo personal su cicatriz es pequeña (axilares y en el pezón) conservó sus mamas...hay muchas mujeres que no se ponen implante por la incomodidad, por la pérdida de sensibilidad y otras que se ponen para sentirse más "femeninas"...otras se tatúan la cicatriz "la embellecen" es como si se pusieran una prenda para disimular.

Manejo de las cicatrices, son re complicadas dependiendo la mujer y la calidad de la piel, la piel no resiste el implante... a algunas mujeres les recomiendan usar aparatos sexuales para ejercitar la zona...

El mundo de la sexualidad es muy grande, se produce sequedad vaginal y en todo el cuerpo (ojos, boca, nariz) hay mucho pudor y falta de información.

Cuando se sacan los ganglios aparecen linfedemas y se hincha el brazo y la mano y eso provoca otras repercusiones.

Cicatrices internas, psicológicas, físicas, amor propio...

Linfedema asociado, le sacaron ganglios, ahora usa drenajes linfáticos...usa manga y guante para contener el volumen y que no se descontrola (cuesta acostumbrarse, genera calor, se siente apretado, hay pacientes que lo rechazan). MANGA ARTÍSTICA CON SENTIDO (son todas color piel): mangas para paciente con linfedema, da porque dentro de los protocolos clínicos cuando hay un paciente con cáncer se va a investigar si ese cáncer es agresivo y si además contaminó ganglios...cuando hay un vaciamiento ganglionar parcial o completo es como si se cortar un puente y se acumula líquido y es eliquid que se acumula es el que aumenta el volumen del brazo, la mano y el resto del cuerpo.

Están las cicatrices producto de la cirugía y las que no se ven producto de la radioterapia que causan dolor y mal estar y se atrofian con el pasar de los tiempos...ella se toca una parte de su mama, palpaciones y le duele, también hay cicatrices que no se ven... con la radioterapia el lugar se quema, se quema parte de la piel, es heavy porque nadie puede hacer algo para solucionar ese dolor, molestia...

Elegir un rango de edad, achicar el cambio de su acción.

Dato → Javiera Torres kinesiologa oncóloga / amiga que se tatuó / doctores

Javiera Torres:

Kinesiologa oncologa

Tiene harta experiencia de cicatrices y sabe cómo trabajarla...uno como paciente tiene que hacer muchos ejercicios para que no se ponga dura, no se rejidice, para que la movilidad no se vea reducida... ella tiene un manejo con las manos y ejercicios.

Choque del diagnóstico y después tratamientos, la kine en cáncer en general es mejorar la calidad de vida frente a los pacientes, hoy está muy presente la cirugía oncológica (sacando el tumor se hace la cirugía). dependiendo del cancer se esta tratando de salvar el pezón y se salva todo lo que es la capa externa y solo se saca la glándula mamaria y al mismo tiempo se rellena con una prótesis (angelina jolie). El expansor duele, es super rígido, es como un guatero (globo rígido) con el borde duro y se rellena con suero, cada vez más suero para que se expanda la piel y se acostumbre al tamaño de la futura prótesis, se mete detrás del pectoral y a medida que se infla el pectoral reacciona. Es incómodo de por sí porque está contracturado el pectoral. En muchas ocasiones hay que jugar con los tiempos, se parte con quimio para achicar el tumor, cuando es post operación es para hacer un barrido en el cuerpo para prevenir que no haya ninguna célula dentro del cuerpo.

operación / cirugía: sacar tumor

quimio: achicar el tumor o barrer el cuerpo para prevenir algún tumor dando vuelta.

radio: para hacer que el entorno donde estuvo el tumor se vuelva inevitable, que no sea atractivo para celular cancerígenas. Destruye las celular o las enlentece. En general va al final.

Típico quimio -cirugía - radio enfocada donde puede quedar un poco de cáncer.

Patrón de kine:

1. Problema cicatriz: tejido rígido, cuesta estirar el brazo-hombro-cuello, la cicatriz hace que los músculos del hombro se desprogramen. se deja de tener la movilidad normal, se corre la escápula (paleta detrás del hombro).

2. Temor a moverse, algunas se amarran el brazo de susto. Ocupan el brazo como un escudo por miedo a moverlo y a taparse le da susto la cicatriz, se inmoviliza el brazo. Es recomendable poner la mano en el bolsillo detrás del pantalón, se saca la postura y se evita que se encorven.

3. No tienen la movilización de las estructuras, trabajar con las manos, masajear. el hombro tiene 7 articulaciones que funcionan simultáneamente entonces se tienen que agarrar todas para que el brazo se pueda volver a mover. A la paciente le cuesta ponerse la ropa y post sesión no tiene problemas.



Jesu Ochagavia:

Kinesiologa trabajo en un centro de cancer Trabajo en el Sotero del Río, tiene un programa completo: prevención, promoción y el tratamiento en sí. Son mujeres de bajos recursos y el nivel educacional es muy distinto, la forma para entregar la información tiene que ser muy clara, sencilla y explicativa (algunas no entienden por lo que están pasando). Lo que falta en el programa la prevención y promoción del cuidado pre y post cirugía, la importancia de hacer ejercicio antes de la cirugía (con deporte la piel, el estado de ánimo, la musculatura llega mucho mejor la mujer a la cirugía). por la pandemia era muy complicado hacer los ejercicios, kine. hicieron un programa online pero era difícil que lo cumplieran.

Si se trabaja con mujeres de bajos recursos hay que preocuparse mucho de: ser muy explicativo en el producto, servicio o lo que sea. Hablar de la intimidad con aceptación y dejar de lado que sea un tema tabú, desde la aceptación poder conversar...le tocó mujeres muy esforzadas de la vida, muy aperradas, no se enfocaban de los "superficial" de quererse a uno mismo (amor propio), estaban enfocadas de poder vivir y haberse sanado del cáncer.

Al hacer los ejercicios o evaluación tienen miedo a moverse a que le duela el brazo, no hacían los ejercicios sin la kinesiologa porque tenían miedo a: se les salga el drenaje, que la cicatriz se abriera, que les doliera...

Linfedema: aumento de volumen en el brazo cuando se sacan los ganglios, hay unas mallas para ayudar a que este líquido se drene, que no se acumule...hay unas mallas pro muy caras y imposible de acceder...son clave esas mangas para el tratamiento del linfedema que es muy comun post cirugía.

Karol Ramirez: tutora Jesu kinesiologa

Se dedica a la parte física, hay muchos mitos: que el paciente ojala no se mueva, su rol es ojala que esa persona se mueva mucho y haga mucho ejercicio. Todas las pacientes quedan con mucha fatiga post quimio y duran 3 años, una forma de contrarrestarlas con ejercicio para reducir la sensación de cáncer. por otro lado hay varias aplicaciones en inglés para iniciar ejercicio físico para sobrevivientes no hay nada español... le gustaría hacer una aplicación con la historia del paciente, que puede pasar post tratamiento, que van a sentir cuando se les cae el pelo (duele mucho y puede salir hasta sangre). Se inflaman las mucosas con la quimio. Aplicación con educación completa, historial, ejercicios, consejos... El 2019 en el Sotero las pacientes con barricadas no podían llegar y con los colegas entonces tuvieron que hacer una pagina web www.oncoactivate.cl, el primer semestre del año pasado tuvieron que suspender todo lo presencial y la página sirvió mucho, ese es el eslogan que deberían tener, se tiene que activar y empoderar con su enfermedad...saber en qué etapa tiene que cortarse el pelo, y tener la info malo.. Poco frecuentes heridas en la cicatriz en la mama, más frecuente en la axila. La reconstrucción es bien específica, no es apta para todas las mujeres, hay más mujeres que quedan planas. El 30% va a mastectomía total el resto es parcial, de ese 30% más menos la mitad se hace reconstrucción la otra no puede porque son obesas (tienen problema de cicatrización), a veces necesitan músculo de otro sitio para hacer la reconstrucción... son operaciones muy agresivas, el paciente del sistema público tiene dificultad para acceder a eso. Hay varios talleres Corporación Yo Mujer dicta talleres para hacer prótesis de mamas con semillas para disimular (como guateros de semilla). La prótesis de silicona son muy pesadas; Hay dos realidades: paciente del sistema privado o sistema público porque es muy distinto, del sistema público el 80% tiene obesidad o sobrepeso, poco nivel educacional, con esas pacientes cuesta más llegar a cosas innovadoras. Estas mujeres igual buscan instancias para disimular, la paciente obesa tiene mamas gigantes y cuesta más disimular esta simetría...no todas son candidatas a la reconstrucción. La cicatriz de la mastectomía total es grande (del esternón hasta cerca de la axila), es larga y grande y ahí depende de la cicatrización de cada mejor, las que tienen acceso a kine tratan de dejarla lo más estética, hay que colocar crema con presión, hay unas cintas de silicona (es como una goma, consistencia móvil, es plana) primero va la silicona y despues el parche, tiene propiedades para evitar que crezca y se abulte...son muy caras que son muy caras se colocan con un parche y hace presión pero son como de 1 cm para evitar los queloides, para evitar queloides hay que apretar y comprimir la cicatriz...cicatricure evita la rojo. De 10 mujeres 8 están sobre peso, de esas 8 hay 6 con obesidad y dos con sobrepeso.

Jamile Camacho:

Cirujana oncóloga

Primera mirada: El tema de la reconstrucción mamaria depende de que la paciente pueda someterse a una.

muy interesante: tema de las mastectomía y la intimidad de la mujer, hay mujeres que el tema no es que la pareja rechaza a la mujer sino que la mujer rechaza la intimidad porque se siente menos femenina, menos bonita..Acceso a la reconstrucción: no todas tienen acceso fácil las que quedan planas

mujer intimidad: post cáncer de mama, que pasa cuando esta mastectomizada → como afecta la reconstrucción a cada paciente, que espera la paciente de la reconstrucción, "querían quedar igual que antes y es imposible", las reconstrucciones tienen complicaciones y ver qué es lo que le importa a la paciente. Hay dos cosas distintas: por un lado producto de los tratamientos generalmente quedan con problemas hormonales (menopáusicas) y por otro lado muchas mujeres usan remedios (tamoxifeno) este remedio disminuye el alivio sexual de manera significativa...el problema es que los doctores no son buenos para hablar esos temas en las consultas... en Chile todavía las mujeres siguen sintiendo pudor de hablar de la intimidad, si el doctor no les comenta no dicen nada y se callan...tienen ciertos problemas en la vida sexual porque no se habla, y como no se habla no saben que existe...las pacientes cuando uno les toca el tema o les abre la puerta de la vida sexual se desahogan hablando... se les puede ayudar: ejemplo: tienen sequedad vaginal, por eso mismo genera dolor en las relaciones sexuales se puede dar una crema de acido hialuronico, pero si la paciente no lo habla la paciente no lo sabe.. la paciente no se atreve a hablar de su vida sexual porque siente que tiene que hablar solo del cáncer. se sienten como tontas, como ridículas, como si no se deberían preocupar de eso.... la idea es que la mujer trate de recuperar su vida en todos los aspectos: sexual, hogar, laborar...esto se puede ver en pacientes mastectomía completa o parcial las que no se hacen igual tiene problema (cirugía conservadora: mastectomía parcial)....

Hay mujeres que durante el tratamiento se alejan de la parte sexual y por otro lado el marido piensa que le va a hacer daño...no se habla del tema sexual en Chile...

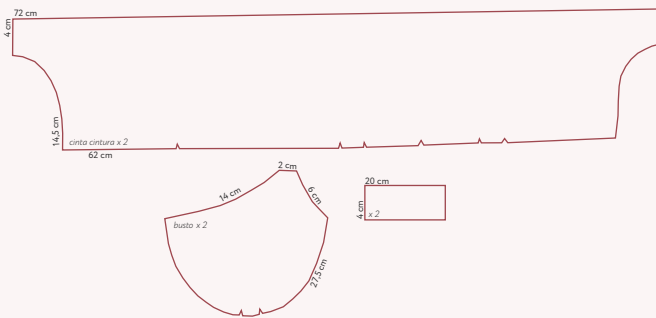
Va más allá de la cicatriz...lo más importante es hablar del tema sexual, cuando tu hablas del tema mejora mucho la cosa...

ENFOCATE: vida sexual de las pacientes mastectomizadas con o sin reconstrucción. Hay cosas prácticas: lencería con juego sexual pero cuando viene la relación sexual esta seca. solo pueden usar lubricantes basados en agua o ácido hialuronicos...hablar del tema, informar de esto puede pasar, y los efectos adversos de los remedios y de ahí comenzar a buscar las soluciones.

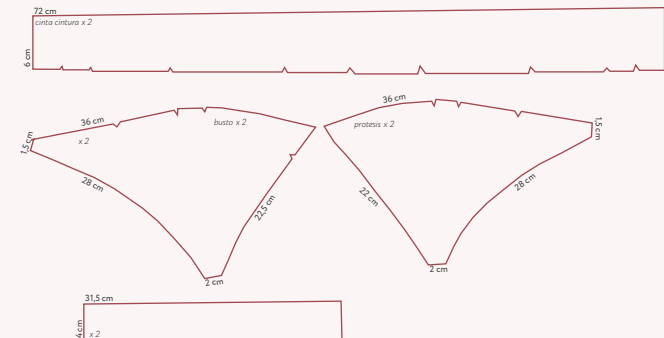
8.3 Anexos

Moldes maquetas

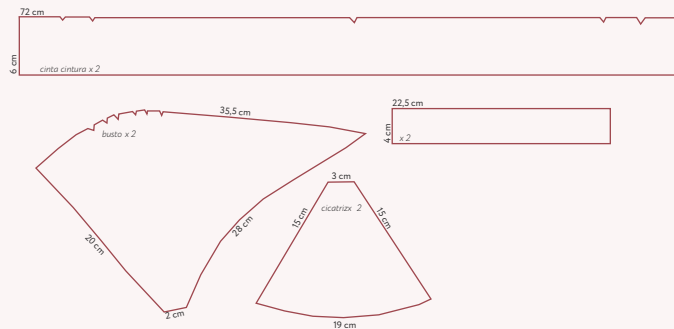
Modelo 1



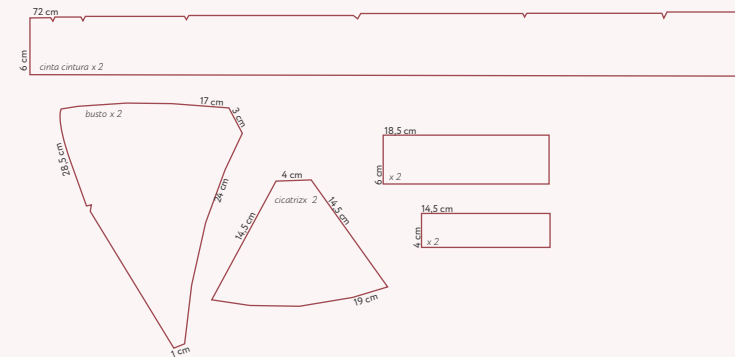
Modelo 5



Modelo 4



Modelo 6



Identidad de marca con opciones de nombres

Logotipo



Variaciones color



Slogan

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

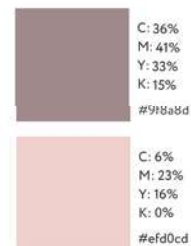
SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

SOSTENES PARA TI
EMPODERA TU ASIMETRÍA

Paleta de colores



Tipografía

Quainton

ABCDEFGHIJKLMN

ÑOPQRSTUVWXYZ

abcdefghijklmn

ñopqrstuvwxyz

Opciones etiquetas



MODELO

LOCACION cama, baño, escritorio, living, cocina



FOTOS PRENDAS



FOTOS CON MODELO







Estructura de costos Asime actual

Estructura de Costos	\$	10,630		
Costos Fijos				
Manufacturera (Costurera)	\$	6,000		
Costos Variables por sosten	\$	4,630		
Tela	\$	1,500	Pedazo de 30 cm x 130 cm	Referencia = \$4.500 tela 130 cm x 100 cm
Hilos	\$	100		
Etiquetas	\$	600		
Packaging	\$	1,500		
Insumos Sosten (tirantes, broches, z	\$	930	Tirantes	\$ 500
			Broches	\$ 250
			Zetas	\$ 100
			Argollas	\$ 80

Estimación demanda

% de mujeres que va a comprar	Cantidad de sostenes	Año 2022		Año 2023		Año 2024	
		Mujeres con cáncer	18,861	Mujeres con cáncer (+5%)	19,804	Mujeres con cáncer (+5%)	20,794
		Mujeres mastectomizadas (30%)	5,658	Mujeres mastectomizadas (30%)	5,941	Mujeres mastectomizadas (30%)	6,238
75%	1	Clientes nuevas (75%)	4,244	Clientes nuevas	4,456	Clientes nuevas	4,679
		Primera compra (1)	4,244	Primera compra	4,456	Primera compra	4,679
75%	2	Segunda compra	6,366	Segunda compra	6,684	Segunda compra	7,018
50%	2	Reposicion	0	Reposicion	6,366	Reposicion	13,049
		Total	10,609		17,505		24,746

Figuras Seminario

PSICOLÓGICOS

VIDA SEXUAL / INTIMIDAD

- Cicatriz "fea" y grande, algunas con queloides. Pezón no queda igual, pechuga "deforme". La reconstrucción no es como ellas esperan.
- Problemas para disimular la ausencia de mama por la asimetría que queda.
- Las cicatrices son emocionales y físicas: ambas impactan, te dejan una huella en la psiquis y en el cuerpo.
- Molestia del implante.
- Infección de la cicatriz y algunas veces pérdida del implante o colgajo.
- Necesidad de lubricar la cicatriz para que no moleste o duela.

- 1:3 cambios negativos.
- Rechazo de su cuerpo, miedo rechazo pareja.
- Disminución interés sexual.
- Negación de su atractivo físico.
- Alteraciones en la sexualidad: dolor, sequedad vaginal.
- Incomodidad intimidad.
- Falta de comunicación con sus doctores. Falta de información.

AUTOESTIMA

- No se sienten mujer, siempre se le ha exigido con el físico y verse bien.
- Alteración de la identidad femenina con la ausencia de mama.
- Rechazo en su imagen corporal.
- Poco amor propio.
- Sentimiento de vergüenza y problemas al verse desnudas.
- Peor momento: ponerse pijama, algunas duermen con sostenes
- Preocupadas de haberse sanado no de lo "superficial".
- Sus parejas las abandonan.

Figura 1. Contexto Implementación (elaboración propia)



Figura 2. Mapa de Interacciones (elaboración propia)

ASIMIE