

REPÚBLICA DE CUBA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
"ARLEY HERNANDEZ MOREIRA" MORÓN, CIEGO DE AVILA.
POLICLÍNICO UNIVERSITARIO DOCENTE DIEGO DEL ROSARIO
PADILLA.



*Estrategia educativa para incrementar la
detección precoz del cáncer de mama mediante el
uso del autoexamen.*

Autora: Dra. Cecilia Janette García Pérez. Residente de segundo año en
Medicina General Integral.

Morón, Ciego de Ávila.

2017

REPÚBLICA DE CUBA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
"ARLEY HERNÁNDEZ MOREIRA" MORÓN, IEGO DE AVILA.
POLICLÍNICO UNIVERSITARIO DOCENTE DIEGO DEL ROSARIO
PADILLA

*Estrategia educativa para incrementar la
detección precoz del cáncer de mama mediante el
uso del autoexamen.*

Trabajo para optar por el título de especialista en primer grado en
Medicina General Integral.

Autora: Dra. Cecilia Janette García Pérez.
Residente de segundo año en
Medicina General Integral. Policlínico norte. Morón

Tutora: Dra. Lesbia Margarita Valdivia Parra.
Especialista de Segundo Grado en Medicina General Integral. Máster en
Atención Integral a la Mujer. Profesora Asistente

Morón, Ciego de Ávila.

2017

AGRADECIMIENTOS

Le agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

A mi tutora de tesis Dra. Lesbia Margarita por su ayuda, esfuerzo y dedicación, quien con sus conocimientos, su experiencia, su paciencia y su motivación ha logrado en mí que pueda culminar esta tesis.

Le doy gracias a mis padres Armando y Arcenia por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo. Sobre todo por ser un excelente ejemplo de vida a seguir.

A mis hermanos Stephany y Orlando por ser parte importante de mi vida y representar la unidad familiar. Por llenar mi vida de grandes momentos que hemos compartido.

A mis amigos con confiar y creer en mí y haber hecho de mi etapa universitaria un trayecto de vivencias que nunca olvidare.

Son muchas las personas que han formado parte de mi vida profesional a las que me encantaría agradecerles su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía en los momentos más difíciles de mi vida. Algunas están aquí conmigo y otras en mis recuerdos y en mi corazón; sin importar donde estén quiero darle las gracias por formar parte de mí, por todo lo que me han brindado y por todas sus bendiciones.

RESUMEN

El Cáncer de mama es una de las principales causas de muerte en la mujer. En el municipio Morón, durante los años 2014 - 2016 se realizaron investigaciones que demostraron la falta de conocimiento de las mujeres sobre la técnica del autoexamen por lo que se necesita incrementar el nivel de conocimientos sobre el autoexamen de mama en las mujeres del Consultorio 27 del Área Norte, mediante una Estrategia educativa dirigida a incrementar la detección precoz del cáncer de mama mediante su uso. Se realizó un estudio pre-experimental de tipo antes-después con el universo de mujeres de 30 a 60 años. Las variables fueron: Edad, Antecedentes Familiares y Personales de patología mamaria, Menarquia, Paridad, Lactancia materna, Exposición a estrógenos y radiaciones, Tabaquismo, Menopausia y Nivel de conocimientos sobre Técnica e Importancia del autoexamen, Factores de riesgo y Signos de alerta del cáncer de mama. Los principales resultados fueron: predominó el grupo de edad de 51 a 60 años, la ausencia de antecedentes familiares y personales de patología mamaria, la menarquia normal, la exposición a radiaciones y la etapa postmenopáusica. No tener hijos, no lactar, la exposición a estrógenos y el tabaquismo fueron factores de riesgo que se presentaron en la minoría de las mujeres. El nivel de conocimientos, después de aplicada la intervención educativa, se incrementó en todas las variables, resultado significativas las diferencias entre el antes y después, por lo que se afirma con un 95% de confianza que la Estrategia desarrollada es efectiva.

Palabras Clave: Auto-examen de mama, cáncer de mama, estrategia educativa.

ÍNDICE

No: _____ **Pág.**

1- Introducción.....	1
2- Objetivos.....	5
3- Marco teórico.....	6
4- Material y métodos.....	26
5- Análisis y discusión de los resultados.....	32
6- Conclusiones.....	40
7- Recomendaciones.....	41
8- Referencias Bibliográficas.....	42
9- Anexos	

ANEXO 1

Consentimiento informado.

Yo: _____ estoy de acuerdo a participar en el proyecto: **Estrategia educativa para incrementar la detección precoz del cáncer de mama mediante el uso del autoexamen.**

Se me ha explicado que:

1. Mi participación en el estudio es voluntaria y mi no aceptación o el retiro del mismo cuando yo lo considere no afectará mis relaciones con el médico y la institución que me seguirán atendiendo según las normas del estado cubano.
2. Que los resultados de obtenidos con mi participación estarán amparados por la confidencialidad.

Y para que así conste y por mi libre voluntad, firmo este documento de consentimiento informado, junto con el médico que me brindó las explicaciones, a los ____ días del mes de _____ de _____

Firma del paciente.

Firma del medico

ANEXO 2: ENCUESTA Planilla de recolección de datos

Objetivo: Obtener la información necesario de las Historias clínicas y de las propias pacientes.

Nombre: _____

1. Edad: _____
2. Antecedentes Patológicos Familiares cercanos que haya padecido patología mamaria.
Parentesco materno _____
Parentesco paterno _____
3. Antecedentes Patológicos Personales de patología mamaria.
Si _____
No _____ ¿Cuál? _____
4. Menarquia (primera menstruación)
Precoz _____ (menos de 8 años)
Normal _____ (de 8 a 13 años)
Tardía _____ (más de 13 años)
5. Paridad
Si _____ No _____
6. Lactancia materna
Si _____ No _____
7. Exposición a estrógenos
Si _____ No _____
8. Exposición a radiaciones
Si _____ No _____
9. tabaquismo
Si _____ No _____
10. Menopausia
Pre menopáusica _____
Peri menopáusica _____
Post menopáusica _____

ANEXO 3. CUESTIONARIO PARA MEDIR EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS

En el Policlínico Comunitario Docente Norte "Diego del Rosario", de Morón, estamos desarrollando una Investigación con el objetivo de implementar una **Estrategia educativa para incrementar la detección precoz del cáncer de mama mediante el uso del autoexamen**, pues hay algo peor que tener cáncer de mama: tenerlo y no saberlo, o no estar en tratamiento. Las respuestas que Ustedes emitan sobre los aspectos que enunciaremos a continuación, nos serán de mucha utilidad para reducir la morbimortalidad por esta entidad.

Gracias por su ayuda.

Marque con una X los aspectos relacionados con la adecuada realización de la técnica para el autoexamen de mama

1. ____ Examine sus mamas durante el baño en la ducha deslizando las manos sobre la piel húmeda.
2. ____ Use la mano derecha para examinar la mama izquierda, y la izquierda para la mama derecha.
3. ____ Use la mano derecha para examinar la mama derecha, y la izquierda para la mama izquierda.
4. ____ El autoexamen se puede realizar durante el baño, frente a un espejo y en posición acostada.
5. ____ El autoexamen solo puede realizarse frente a un espejo para poder observar lo que se hace.
6. ____ En la posición acostada, para examinar su mama derecha, coloque una almohada o toalla doblada debajo de su hombro derecho. Coloque la mano derecha detrás de su cabeza y con la mano izquierda, dedos estirados, presione suavemente en movimientos pequeños circulares comenzando en la parte externa de arriba y bajando en el sentido de las manecillas del reloj.
7. ____ Se examina cada parte de su mama incluyendo el pezón. Apriete el pezón de cada mama suavemente entre el pulgar y el índice.
8. ____ Frente al espejo descanse las palmas de las manos sobre las caderas y apriete firmemente para presionar los músculos del pecho. Busque algunos cambios en el contorno de cada mama, hinchazón, hendidura de la piel o cambios en el pezón
9. ____ Cualquier líquido que salga sanguinolento o claro debería ser normal.

10. ____ Cualquier líquido que salga sanguinolento o claro debería ser reportado a su médico inmediatamente.
11. ____ Siga el mismo procedimiento una vez al mes alrededor de una semana después de su menstruación.
12. ____ Siga el mismo procedimiento una vez al mes alrededor de una semana antes de su menstruación.
13. ____ Después de la menopausia chequee sus mamas el primer día de cada mes.
14. ____ Después de la menopausia no es necesario que chequee sus mamas pues ya no está en edad fértil.
15. ____ Ambas mamas tienen que ser exactamente iguales.

Marque con una X los motivos por los cuales usted considera que es importante la realización del autoexamen de mama.

1. ____ Los casos de cáncer de mama que se detectan temprano por la propia mujer y son tratados oportunamente tienen excelente posibilidad de curar.
2. ____ Este procedimiento simple podría salvar su vida.
3. ____ Si una protuberancia o hendidura o, nudosidad o endurecimiento es descubierta durante el autoexamen es importante que vea a su médico lo antes posible.
4. ____ Todas las protuberancias en las mamas son cáncer pero solo su médico puede hacer un diagnóstico.
5. ____ Exigir una atención especializada y de calidad para cualquier clase de afección mamaria es un derecho de todas las mujeres.
6. ____ La gran mayoría de casos de cáncer de mama diagnosticados tempranamente evolucionan de forma satisfactoria.
7. ____ El hacer el autoexamen le dará una paz mensual y ver a su médico una vez al año le confirmará que no hay nada malo.
8. ____ Detectar el cáncer de mama en una fase precoz aporta pocos beneficios.
9. ____ Cuando el tumor se detecta precozmente los tratamientos que recibirá la paciente serán más agresivos

10. ____ Cuanto menor es el tumor, mayor posibilidad de cirugía conservadora.
Señale con una X los factores de riesgo que usted considere conlleven a padecer de cáncer de mama

1. ____ Menstruación precoz (antes de los 12 años) y menopausia tardía (55 años o más).
2. ____ Estrés
3. ____ Tomar anticonceptivos orales (píldoras anticonceptivas).
4. ____ Consumo de frutas y vegetales
5. ____ Edad (ser mujer y hacerse mayor).
6. ____ Antecedentes familiares de cáncer de mama (padre, hermano o hijo).
7. ____ Dieta no equilibrada. Tener sobrepeso, en especial después de la menopausia
8. ____ Tomar hormonas durante más de cinco años para reemplazar el estrógeno y la progesterona.
9. ____ Ingestión de psicofármacos
10. ____ Ausencia de embarazos o Embarazo tardío.
11. ____ Recibir radioterapia en la mama o el pecho.
12. ____ Predisposición genética (historia familiar). Cambios heredados en ciertos genes.
13. ____ Antecedentes personales de cáncer de mama, mamas densas y otros problemas de salud. Tener diagnosticada alguna mastopatía (enfermedad de la mama) de riesgo.
14. ____ Tabaquismo.
15. ____ Cáncer de próstata

Señale con una X las señales de alarma del cáncer de mama.

1. ----- Un bulto o dolor en la mama
2. ----- Endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas
3. ----- Irritación o hundimientos en la piel de las mamas
4. ----- Piel de la mama escamosa o enrojecida.
5. ----- Hundimiento del pezón o dolor en esa zona.
6. ----- Líquido del pezón, que no sea leche materna, en especial sangre.

7. ----- Cualquier cambio en el tamaño o la forma del seno.
8. ----- Dolor en cualquier parte de la mama.
9. ----- Algún cambio en los hábitos urinarios o digestivos.
- 10.----- Una herida que no cura.
- 11.----- Hemorragia inusual o fluido.
- 12.----- Endurecimiento o protuberancia en el seno o en cualquier parte.
- 13.----- Indigestión o dificultad al deglutir.
- 14.----- Cambios obvios en verrugas o lunares.
- 15.----- Tos persistente o ronquera.

Escala de calificación

- Pregunta 1: si marca los incisos:

1, 2, 4, 6, 7, 8, 10, 11, 13 y ninguno de los incorrectos _____ Bien

6 de los correctos y hasta 2 de los incorrectos ----- Regular

Menos de 6 de los correctos y más de 2 de los incorrectos _____ Mal

- Pregunta 2: si marca los incisos:

1, 2, 3, 5, 6, 7, 10 y ninguno de los incorrectos _____ Bien

4 de los correctos y hasta 1 de los incorrectos ----- Regular

Menos de 4 de los correctos y más de 1 de los incorrectos _____ Mal

- Pregunta 3: si marca los incisos:

1,3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13. 14 y ninguno de los incorrectos _____ Bien

8 de los correctos y hasta 2 de los incorrectos ----- Regular

Menos de 8 de los correctos y más de 2 de los incorrectos _____ Mal

- Pregunta 4: si marca los incisos:

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12 y ninguno de los incorrectos _____ Bien

6 de los correctos y hasta 2 de los incorrectos ----- Regular

Menos de 6 de los correctos y más de 2 de los incorrectos _____ Mal

Calificación general

Aceptable ---- 3 a 4 preguntas evaluadas de bien (de 75 a 100% de respuestas positivas).

Inaceptable --- solamente 1 o 2 preguntas evaluadas de bien.

ANEXO 4. ESTRATEGIA EDUCATIVA

El cáncer de mama es un proceso oncológico en el que células sanas de la glándula mamaria degeneran y se transforman en tumorales, proliferando y multiplicándose posteriormente hasta constituir el tumor. Es uno de los principales tumores malignos que afectan a la mujer, haciendo su aparición en muchas ocasiones en mujeres jóvenes a las que les acorta su esperanza de vida por no realizar el diagnóstico temprano del mismo. Sin embargo, es uno de los pocos tipos de cáncer que se puede detectar precozmente con técnicas poco invasivas y fáciles de realizar y que por lo tanto, con un tratamiento oportuno puede llegar a la curación.

El riesgo indica solamente una probabilidad, es decir, no se tiene la certeza de que ello ocurra, sino que las probabilidades de sufrir un daño serán más altas para quienes presentan alguno o algunos de los factores de riesgo. Esto es un elemento fundamental a tener en cuenta por los administradores de salud para elaborar las intervenciones que consideren necesarias para evitar o, al menos, disminuir algún factor de riesgo. La palabra estrategia aparece con frecuencia en los estudios asociados al campo de la educación. Su elaboración constituye a la vez, el propósito de muchas investigaciones en las cuales se erige como el resultado científico que estas aportan al objeto de indagación.

Las estrategias se diseñan para resolver problemas de la práctica y vencer dificultades con optimización de tiempo y recursos, permitiendo proyectar un cambio cualitativo a partir de eliminar las contradicciones entre el estado actual y el deseado, lo que implica un proceso de planificación en el que se produce el establecimiento de secuencias de acciones orientadas hacia el fin a alcanzar, por lo tanto, en la conformación de las estrategias es necesario tener en cuenta los siguientes elementos:

- -Existencia de insatisfacciones respecto a los procesos educativos en un contexto determinado.
- -Diagnóstico de la situación.
- -Planteamiento de objetivos y metas a alcanzar en determinados plazos de tiempo.

- -Definición de actividades y acciones que respondan a los objetivos trazados y entidades responsables.
- -Planificación de recursos y métodos para viabilizar la ejecución.
- -Evaluación de los resultados.

La estrategia que se propone consta de 5 temas dirigidos a concientizar a las mujeres en la importancia de realizarse el autoexamen de mama, el cual es un proceder sencillo, no invasivo y al alcance de todas las mujeres independientemente de su nivel educacional u ocupación, y que puede llegar a salvar sus vidas si se crea el hábito de su realización mensual.

Actividad No 1

Tema: Cáncer de mama

Sumario: Definición. Tipos de cáncer. Etapas evolutivas. Evolución de la enfermedad. Detección precoz. La mejor época para examinar las mamas. Siga el mismo procedimiento una vez al mes alrededor de una semana después de su menstruación. Después de la menopausia chequee las mamas al primer día de cada mes.

Objetivos: Reforzar la información de los pacientes en relación a los aspectos generales del cáncer de mama.

Tiempo de duración: 45 minutos

Forma organizativa: Charla Educativa

Medios de enseñanza. Entrega de material informativo para mejorar la comprensión del tema.

Lugar: Consultorio

Imparte: Dra. Cecilia Janette García Pérez.

Participan: Mujeres de la comunidad

Actividad No 2

Tema: Factores de riesgo del cáncer de mama

Sumario: ¿A quién afecta y por qué? Factores que pudieran indicar una mayor probabilidad de sufrir la enfermedad denominado factores de riesgo. Los principales

factores que influyen en el riesgo de una persona incluyen ser mujer y hacerse mayor. Otros factores de riesgo (Edad, Menstruación precoz y menopausia tardía, Ausencia de embarazos, Embarazo tardío, Predisposición genética (historia familiar), Tener diagnosticada alguna mastopatía (enfermedad de la mama) de riesgo, Tabaquismo, Dieta no equilibrada, Cambios heredados en ciertos genes (BRCA1 o BRCA2), Tener la menstruación antes de los 12 años de edad, No haber dado a luz o tener el primer hijo a una edad más tardía, Comenzar la menopausia a los 55 años de edad, Tomar hormonas durante más de cinco años para reemplazar el estrógeno y la progesterona, Tomar anticonceptivos orales (píldoras anticonceptivas), Antecedentes personales de cáncer de mama, mamas densas y otros problemas de salud, Antecedentes familiares de cáncer de mama (padre, hermano o hijo), Recibir radioterapia en la mama o el pecho. Tener sobrepeso, en especial después de la menopausia.

Objetivos: Brindar información a las mujeres referente a los factores de riesgo del cáncer de mama.

Tiempo de duración: 45 minutos

Forma organizativa: Audiencia sanitaria

Medios de enseñanza: Presentación en Power Point.

Lugar: Consultorio

Imparte: Dra. Cecilia Janette García Pérez.

Participan: Mujeres de la comunidad

Actividad No 3

Tema: Importancia de la realización del auto examen de mama.

Sumario: Utilidad del auto examen. ¿Por qué debería usted examinar sus mamas mensualmente? Cáncer de mama que se detecta temprano y es tratado precoz tienen excelente posibilidad de curar, el aprender como examinar sus mamas puede ayudar a salvar su vida. ¿Qué debería hacer si encuentra una protuberancia o endurecimiento? Ver a su médico lo antes posible. Hay algo peor que tener cáncer de mama: tenerlo y no saberlo, o no estar en tratamiento. La Atención especializada y de calidad para cualquier clase de afección mamaria es un derecho de todas las

mujeres. ¿Por qué es importante la detección precoz? En primer lugar porque aumenta de forma notable las posibilidades de curación. En segundo lugar porque los tratamientos que recibirá la paciente serán posiblemente menos agresivos.

Objetivos: Promocionar y desarrollar la destreza para la realización del auto examen de mama

Tiempo de duración: 30 minutos

Forma organizativa: Dinámica de grupo

Medios de enseñanza. Entrega de folletos informativos creados especialmente para el programa de intervención (Educación del paciente), Pancartas.

Lugar: Consultorio

Imparte: Dra. Cecilia Janette García Pérez.

Participan: Mujeres de la comunidad

Actividad No 4

Tema: Técnica para la realización del auto examen de mama

Sumario: ¿Cómo examinar sus senos? EN LA DUCHA Examine sus senos durante el baño en la ducha: las manos deslizándose fácilmente sobre la piel húmeda. Los dedos estirados, muévalos suavemente sobre cada parte de cada seno. Use la mano derecha para examinar el seno izquierdo, la izquierda para el seno derecho. Chequee por cualquier protuberancia, nudosidad dura o endurecimiento. DELANTE DEL ESPEJO Inspeccione sus senos con los brazos a sus lados. Después levante sus brazos en lo alto sobre la cabeza. Busque algunos cambios en el contorno de cada seno, hinchazón, hendidura de la piel o cambios en el pezón. Después descanse las palmas sobre las caderas y presione firmemente para presionar los músculos del pecho. ACOSTADA Para examinar su mama derecho, coloque una almohada o toalla doblada debajo de su hombro derecho. Coloque la mano derecha detrás de su cabeza. Con la mano izquierda, dedos estirados, presione suavemente en movimientos pequeños circulares comience en la parte externa de arriba y prosiga en el sentido de las manecillas del reloj. Examine cada parte incluyendo el pezón. Finalmente apriete el pezón de cada seno suavemente

entre el pulgar y el índice. Cualquier líquido que salga sanguinolento o claro debería ser reportado a su médico inmediatamente.

Objetivos: Demostrar la técnica del auto examen e incentivar su práctica sistemática.

Tiempo de duración: 50 minutos

Forma organizativa: Demostración

Medios de enseñanza. Maquetas, láminas, modelos vivos.

Lugar: Consultorio

Imparte: Dra. Cecilia Janette García Pérez.

Participan: Mujeres de la comunidad

Actividad No 5

Tema: Signos de alerta del cáncer de mama.

Sumario: Conozca las señales alarmantes del cáncer (Endurecimiento o protuberancia en el seno o en cualquier parte. Un bulto o dolor en la mama. Endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas. Irritación o hundimientos en la piel de las mamas. Piel del seno escamosa o enrojecida. Hundimiento del pezón o dolor en esa zona. Líquido del pezón, que no sea leche materna, en especial sangre. Cualquier cambio en el tamaño o la forma de la mama. Dolor en cualquier parte de la mama). Otras afecciones pueden causar estos síntomas. Si usted tiene algún signo preocupante, consulte a su médico de inmediato.

Objetivos: Lograr que las mujeres se encuentren alertas para buscar ayuda médica de forma oportuna

Tiempo de duración: 45 minutos

Forma organizativa: Audiencia sanitaria

Medios de enseñanza: láminas y plegables

Lugar: Consultorio

Imparte: Dra. Cecilia Janette García Pérez.

Participan: Mujeres de la comunidad