

Intervención educativa en la autoexploración y detección precoz de tumoración mamaria

Dra. Yadira Janet González Paredes
Pasante en Servicio Social
Facultad de Medicina
Universidad Veracruzana Región Veracruz
Veracruz, México

Resumen.- En este artículo se presentan los resultados de un estudio realizado en la colonia Miguel alemán localizado en Boca del río, Veracruz, México, cuyo objetivo fue determinar, previo entrenamiento, el nivel de conocimiento de la autoexploración y detección precoz de tumoración mamaria. Se aplicó un formato en donde se valoró edad, nivel educativo, métodos anticonceptivos, menarca, vida sexual activa, toxicomanía, y sus conocimientos. En esta investigación se pudo concluir que la autoexploración mamaria sirve como una estrategia para la prevención y detección precoz de tumoración mamaria.

Palabras claves – Autoexploración, tumoración mamaria

INTRODUCCIÓN

El cáncer de mama es un problema de salud pública mundial. De acuerdo con las estimaciones del año 2002 se presentaron 1,151,298 casos nuevos de cáncer de mama y 410,712 defunciones. Más de 4.4 millones de mujeres viven con este tipo de cáncer de mama alrededor del mundo. En Estados Unidos y otros países desarrollados la incidencia de cáncer de mama ha disminuido debido a los programas de detección oportuna (mastografía) y a una disminución en la prescripción de la terapia de reemplazo hormonal. El objetivo primario del primer nivel de atención es favorecer programas de detección oportuna a toda la población femenina a partir de los 40 años de edad.

Existen tres estrategias que han demostrado ser eficaces en la detección temprana del cáncer de mama. Éstas son:

- a) la exploración clínica y la detección de los factores de riesgo que realiza el médico,
- b) la autoexploración mamaria que realiza la mujer en forma sistemática, y
- c) la toma de la mastografía de escrutinio (tamizaje).

Con base en la promoción, educación, diagnóstico y tratamiento oportuno se puede disminuir la tasa de mortalidad de esta enfermedad. Es muy importante que el médico general aliente a toda mujer a realizarse la autoexploración mamaria. En la mayoría de las ocasiones la enfermedad es detectada por la paciente (~70%). Si la enfermedad se detecta oportunamente puede ser curada hasta en 90% de los casos. El cáncer de mama no puede evitarse, pero es curable si la enfermedad es detectada en una etapa clínica temprana (tumor menor de 2 cm). En cuanto una mujer haya presentado su primer periodo menstrual es importante que el médico general y el personal de enfermería enseñen y promuevan la autoexploración de la glándula mamaria. Existen diversas formas de exploración mamaria: se realiza cada mes, preferentemente entre el 7º y 10º día del inicio de la menstruación. Las mujeres con histerectomía o posmenopáusicas, podrán realizarlo el primer día de cada mes o un día fijo elegido por ellas. La autoexploración debe realizarse en una habitación muy iluminada, de pie frente a un espejo con los brazos relajados colocados en ambos lados del cuerpo. La paciente deberá: 1) Observar la simetría, contornos, aspecto de la piel, coloración, zonas de hundimiento y/o retracción de la piel o del pezón de ambas glándulas mamarias. 2) Repetir los mismos pasos apoyando las manos sobre las caderas. 3) Palpar sus mamas con la yema de los dedos, puede hacerlo durante la ducha con la piel enjabonada o recostada en la cama. 4) Revisar ambas axilas y el cuello, en estos lugares puede aparecer crecimiento de ganglios debido a metástasis. 5) Tomar el pezón entre los dedos pulgar e índice y presionar para comprobar si sale líquido (secreción serosanguinolenta). Es necesario que el médico general haga recordar a la mujer en consulta poner atención en el cuadrante superior externo de ambas mamas, ya que aquí se presenta hasta 50% de las neoplasias. El médico general siempre debe realizar la exploración de la glándula mamaria, durante la consulta, así como enseñar y alentar a la mujer a realizarla por sí misma una vez al mes.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La técnica de autoexploración mamaria ha tenido difusión masiva a través de trípticos entregados a cada mujer de cuatro manzanas aledañas al módulo de salud “El Manglar” (figura 1) de la colonia Miguel Alemán en Boca del Río Veracruz. Durante la práctica comunitaria detectamos la necesidad de determinar el grado de conocimiento de la autoexploración mamaria, por lo que nos dimos a la tarea de realizar una investigación acerca de la autoexploración y detección precoz de tumoración mamaria en las mujeres de cuatro manzanas de la colonia Miguel Alemán previa realización de un curso taller de autoexploración mamaria.

El nivel socioeconómico de esta colonia es bajo. La gran mayoría de sus habitantes gana el salario mínimo y sus casas son de lámina y piso de tierra. En las figuras 2 a 4 mostramos fotografías de las sesiones que se llevaron a cabo en el módulo de salud para beneficio de la colonia Miguel Alemán.

OBJETIVOS

Objetivo general

Nuestro objetivo general fue el determinar previo entrenamiento, el nivel de conocimiento de la autoexploración y detección precoz de tumoración mamaria.

Objetivos específicos

Se fijaron los siguientes objetivos específicos:

1. Organizar un taller de autoexploración mamaria en la colonia Miguel Alemán
2. Instruir a las mujeres en la autoexploración mamaria
3. Observar que las mujeres reproduzcan correctamente la autoexploración mamaria a través de cuestionarios y una lista de cotejo

Promover que las mujeres de la colonia adopten la autoexploración mamaria como un hábito que perdurará por el resto de sus vidas.



Figura 1. Centro de salud "El Manglar"



Figura 2. Mujeres asistiendo a una de las sesiones en el Centro de Salud



Figura 3. Sesión impartida por el grupo investigador



Figura 4. Sesión informativa en el centro de salud

METODOLOGIA

Los parámetros de la investigación se resumen en la Figura 5, en la que se detallan el universo, el tamaño de la muestra, los criterios de selección, las variables dependientes e independientes y los recursos humanos y materiales en el estudio.

Universo

Mujeres de la Colonia Miguel Alemán

Tamaño

Todas las mujeres de cuatro manzanas de la colonia Miguel Alemán

Lugar

Colonia Miguel alemán, Boca del Río Veracruz.

Criterios de selección

Inclusión

1. Mujeres menores de 40 años-
2. Sexo femenino
3. Sin patología mamaria previa.

No inclusión

1. Mujeres embarazadas.
2. Mujeres que no deseen participar.

Exclusión

1. Mujeres que no contesten su forma correcta.
2. Mujeres que cursen con problemas hormonales

Variables dependientes

1. Mujeres entre 16 y 59 años de edad.
2. Nivel socioeconómico

Variables independientes

1. Inicio de la menarca
2. Toxicomanías

Recursos humanos

Mujeres de la colonia Miguel Alemán

Recursos materiales

1. Cuestionario basado en la NOM.041-SSA2-2002.
2. Materiales didácticos como material impreso y multimedia (CD)
3. Hojas, fólder de cartón, pluma, computadora, impresora, base de datos.

Método

Se realizó el estudio en 4 manzanas de la colonia Miguel Alemán. A través de un taller en donde asistieron 50 mujeres de entre 16 y 59 años de edad, de forma voluntaria. Se valoraron, previo taller, los siguientes datos: edad, nivel educativo, métodos anticonceptivos, menarca, vida sexual activa, toxicomanía, G sus conocimientos y se evaluaron los contenidos y se realizó un formato basado en la información obtenida de la NOM-041-SSA2-2002¹.

Figura 5. Parámetros de la investigación

¹ <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/041ssa202.html>. NORMA Oficial Mexicana NOM-041-SSA2-2002, Para la prevención, diagnóstico, tratamiento, control y vigilancia epidemiológica del cáncer de mama, publicada por la Secretaría de Salud de México.

RESULTADOS

Los resultados de la encuesta mostraron que solo el 4% de las mujeres de las cuatro manzanas desconocían la técnica de autoexploración y solo el 2% (correspondiendo a una persona) la realizaba cada seis meses cuando acudía al IMSS², lo que denota que hay un elevado conocimiento al respecto. Este fue un resultado clave del estudio.

MUJERES QUE CONOCEN LA TECNICA	
SI	96%
NO	4%

MUJERES QUE REALIZAN LA TECNICA DE AUTOEXPLORACIÓN	
SI	98%
NO	2%

El 70% de las mujeres se encontraban entre 30 y 44 años. Se observó el bajo nivel de escolaridad de las mujeres de las cuatro manzanas de la colonia Miguel Alemán que participaron en la investigación, destacando que el 4% habían cursado hasta el tercer años de secundaria y que el 88% de ellas no habían concluido la educación primaria.

ESCOLARIDAD	
SECUNDARIA	4%
SIN ESTUDIOS	8%
PRIMARIA	88%

El 18% de las mujeres presentaron su menarca entre los 10 y 11 años, mientras que entre los 14 y 15 años encontramos un 34%.

EDAD DE COMIENZO DE LA MENARCA	
10 Y 11 AÑOS	48%
14 Y 15 AÑOS	34%
12 Y 13 AÑOS	18%

² Instituto Mexicano del Seguro Social

El 80% (40 mujeres) inició su vida sexual antes de los 20 años. Solo el 44% de las mujeres utilizan un método anticonceptivo, de las cuales el 13.6% utilizan hormonas. Se observó también que unas dos terceras partes de las mujeres exhibían toxicomanías.

VIDA SEXUAL ACTIVA	
ANTES DE LOS 20 AÑOS	80%
DESPUÉS DE LOS 20 AÑOS	20%

TOXICOMANIAS	
SI	66%
NO	44%

El análisis cuidadoso de los resultados de la encuesta parece sugerir las siguientes conclusiones

- A pesar del bajo nivel educativo de la población encuestada, la mayoría de las mujeres tenía un aceptable conocimiento de la técnica de autoexploración de los pechos.
- Una amplia mayoría de la población parece llevar a cabo la autoexploración de acuerdo a la frecuencia recomendada.
- Dados los resultados de la encuesta, sería de esperarse que al cabo de los años se puedan detectar incidencias de cáncer en forma temprana.

RECOMMENDACIONES

La autora recomienda dar seguimiento al presente estudio para establecer si las mujeres que dijeron conocer y realizar la técnica de autoexploración de los pechos efectivamente lo llevan a cabo con la debida frecuencia. Otros estudios comparativos podrían ser efectuados con el objetivo de estudiar otras poblaciones, incluyendo aquéllas en otras zonas geográficas y también las que pertenecen a otros niveles socioeconómicos.

BIBLIOGRAFIA

Para beneficio de los lectores interesados en las áreas de investigación de este artículo presentamos una lista de artículos claves.

1. Lazcano-Ponce E., Tovar-Guzman V., Alonso-de Ruíz P., Romieu I., Lopez-Carrillo L. Cáncer de mama. Un hilo conductor histórico, presente y futuro. Instituto Nacional de Salud Pública, México. 1996; 38: 139-152.
2. Chen WY and Colditz GA. Risk factors and hormone-receptor status: epidemiology, risk-prediction models and treatment implications for breast cancer. Nature Clinical Practice Oncology. 2007, 4: 415-23.
3. Umberto Veronesi, Peter Boyle, Aron Goldhirsch, Roberto Orecchia, Giuseppe Viale. Breast Cancer. The Lancet. 2005, 365: 1727-41.
4. Gennari R, Veronesi U, Andreoli C, Betka J, Castelli A, Gatti, et al. Early detection of cancer: Ideas for a debate. Critical Reviews in Oncology/Hematology. 2007 (61): 97-103.

5. Sánchez Basurto Carlos, Sánchez Forgach Ernesto, Gerson Cwilicg Raquel. Tratado de las enfermedades de la glándula mamaria. Editorial El Manual Moderno. México, 2003.
6. Torres Trujillo Román. Tumores de Mama, Diagnóstico y Tratamiento. Segunda Edición. Editorial McGraw-Hill Interamericana. México, 1998.
7. Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-041-SSA-2002 para la Prevención, Diagnóstico, Tratamiento, Control y Vigilancia Epidemiológica del Cáncer de Mama. México, 2004.
8. Secretaría de Salud. Programa de Acción: Cáncer de Mama. México 2002.
9. Secretaría de Salud. Compendio de Patología Mamaria. México 2002.
10. Secretaría de Salud. Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva. Mortalidad por Cáncer de Mama, Nacional, Según Entidad Federativa y Municipio. México, 2005.
11. Fallowfield Lesley J. La influencia del cáncer de mama en la calidad de vida de las mujeres. Revista Organon sobre la mujer y la salud. N° 1- 1996.
12. Stockton. Consejería y Salud. Edición internacional. California, Enero 1993.
13. Registro Histopatológico de Neoplasias Malignas. Cáncer de Mama en México, 2002.
14. Instituto Nacional Estadística Geografía e Informática, Cáncer de mama en México, 2005.
15. Carwell Elizabeth. El Reto de Hoy. Edit. Trillas. México, 2002.. Dirección General de Planificación Familiar. Manual de Normas y Procedimientos Operativos para el Programa de Planificación Familiar. México, 1992.
16. Dirección General de Planificación Familiar. Taller de Orientación-Consejería en Planificación Familiar. México, 1994.
17. Programa de Prevención y Control del Cáncer de Mama Montaña Ma. Refugio. Consultora de AVSC. La Entrevista de Orientación-Consejería. México, 1998.