

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN
MUJERES PARTICIPANTES DEL VASO DE LECHE
NUEVA ESPERANZA COMITÉ 41 LIMA 2022**

TESIS

**PRESENTADA POR BACHILLER
YENNELIN LESLIE PAUCAR GUADO**

**PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**LIMA- PERÚ
2022**

ASESORA: MG. MARIA ARMINDA FLORES LUJAN

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por ser mi guía, porque nunca me dejo solo, por darme tantas cosas maravillosas, mil gracias, Señor.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por hacer de mí una gran persona, por formarme profesionalmente.

A la comunidad de Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41

Por brindarme las facilidades de poder realizar mi trabajo de tesis

A mi asesora

Por su apoyo incondicional, por brindarme su tiempo y apoyo para poder culminar mi trabajo de tesis.

DEDICATORIA

A mis padres Reynaldo y Carmen quienes con su amor, paciencia y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre.

RESUMEN

Introducción: El autoexamen de mamas es un procedimiento preventivo que deben desarrollar las mujeres desde edad temprana con la finalidad de prevenir el cáncer de mamas que aqueja a las mujeres en diferentes etapas de su vida siendo causado por muchos factores que se orientan al deterioro de la salud de esta población expuesta. **Objetivo:** Determinar el conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 Lima 2022. **Metodología:** Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo de corte transversal , se trabajó con 60 madres que acuden al Vaso de leche Nueva Esperanza Comité 41 VMT, reunieron criterios de inclusión y exclusión; se utilizó un instrumento validado y confiable. **Resultados:** Las mujeres participantes del vaso de leche tiene un conocimiento bajo 58%, medio 22% y alto 20%. De acuerdo con las dimensiones se obtuvo: conceptos generales: bajo 47%; frecuencia: 58%; técnica de realización : medio 60%.

Palabras clave: Conocimiento, autoexamen de mamas, concepto, frecuencia, técnica.

ABSTRACT

Introduction: Breast self-examination is a preventive procedure that women should develop from an early age in order to prevent breast cancer that afflicts women at different stages of their lives, being caused by many factors that are oriented to the health's deterioration of this exposed population. **Objective:** Determine the knowledge about breast self-examination in women participating in the "Vaso de leche Nueva Esperanza Comité 41 Lima 2022". **Methodology:** Quantitative, descriptive cross-sectional study, 60 mothers who attend the "Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 VMT" collect inclusion and exclusion criteria; a validated and reliable instrument was used. **Results:** The participating women of the program have a low knowledge of 58%, medium 22% and high 20%. According to the dimensions, the following were obtained: general concepts: under 47%; frequency: 58%; production technique: average 60%.

Key words: Knowledge, breast self-examination, concept, frequency, technique.

PRESENTACIÓN

El conocimiento está basado en los límites de conocer las técnicas correctas de realizar el autoexamen de mama en las mujeres en busca de prevenir el cáncer de mama se adquieren a través del tiempo y de las intervenciones de salud que se den en la comunidad.

El objetivo de la investigación fue determinar el conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del vaso de leche Nueva Esperanza comité 41 Lima 2022, con el propósito de generar estrategias que se orienten a incentivar los saberes sobre esta afección que deteriora la vida de la mujer tanto físicamente como psicológica, por lo cual es trascendente que la figura de la enfermera en la comunidad se convierta en la que brinda el apoyo y los conocimientos sobre la prevención del cáncer de mama.

El trabajo de investigación está distribuido en Capítulo I:El Problema, Capítulo II: Marco Teórico, Capítulo III: Metodología de la Investigación, Capítulo IV: Análisis de los Resultados, Capítulo V:Conclusiones y Recomendaciones, Referencias Bibliográficas, Bibliografía y Anexos.

ÍNDICE

CARATULA	i
ASESORA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
PRESENTACIÓN	vii
ÍNDICE	viii
INFORME DE ANTIPLAGIO	x
LISTA DE TABLAS	xii
LISTA DE GRÁFICOS	xiii
LISTA DE ANEXOS	xiv
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	
I.a. Planteamiento del problema	15
I.b. Formulación del problema	17
I.c. Objetivos	17
I.c.1. Objetivo General	17
I.c.2. Objetivo Específico	17
I.d. Justificación	18
I.e. Propósito	19
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
II.a. Antecedentes bibliográficos	20
II.b. Base Teórica	23
II.c. Hipótesis	28
II.d. Variables	28
II.e. Definición Operacional de Términos	28

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a. Tipo de estudio	29
III.b. Área de estudio	29
III.c. Población y muestra	29
III.d. Técnica e instrumento de recolección de datos	30
III.e. Diseño de recolección de datos	30
III.f. Procesamiento y análisis de datos	32

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

IV.a. Resultados	33
IV.b. Discusión	38

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. Conclusiones	41
V.b. Recomendaciones	42

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
-----------------------------------	----

BIBLIOGRAFÍA	49
---------------------	----

ANEXOS	50
---------------	----

INFORME DE ANTIPLAGIO



Document Information

Analyzed document	TESIS 2022 YENNELIN PAJICAR GUADO.docx (D155883448)
Submitted	1/9/2023 2:30:00 AM
Submitted by	Rina Bustamante
Submitter email	rina.bustamante@upjb.edu.pe
Similarity	24%
Analysis address	rina.bustamante.upjb@analysis.orkund.com

Sources included in the report

W	URL: https://repositorio.urosswell.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/257/INFORMEX20DE%20INVESTI... Fetched: 11/24/2022 6:03:16 PM		8
W	URL: https://nevis.araandina.edu.co/index.php/vbn/article/view/7941 Fetched: 1/9/2023 2:31:00 AM		3
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS FINAL ROSMERY CCALOCUNTO_TERMINADO.docx Document TESIS FINAL ROSMERY CCALOCUNTO_TERMINADO.docx (D149179591) Submitted by: rina.bustamante@upjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upjb@analysis.orkund.com		6
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS ORE 25.03.docx Document TESIS ORE 25.03.docx (D132696568) Submitted by: rina.bustamante@upjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upjb@analysis.orkund.com		5
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / BARZOLA MERINO LIZBETH MILAGROS TESIS FINAL (1).pdf Document BARZOLA MERINO LIZBETH MILAGROS TESIS FINAL (1).pdf (D143841090) Submitted by: rina.bustamante@upjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upjb@analysis.orkund.com		2
W	URL: http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/8525 Fetched: 11/25/2022 3:00:38 AM		1
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS FINAL YTALA.docx Document TESIS FINAL YTALA.docx (D143903773) Submitted by: rina.bustamante@upjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upjb@analysis.orkund.com		1
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS FINAL CASTAÑEDA.docx Document TESIS FINAL CASTAÑEDA.docx (D132455260) Submitted by: rina.bustamante@upjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upjb@analysis.orkund.com		1
W	URL: https://nevisdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/ra/article/download/407/461/1949 Fetched: 1/9/2023 2:31:00 AM		1
W	URL: https://core.ac.uk/download/pdf/326750727.pdf Fetched: 11/4/2021 10:11:31 PM		2
W	URL: https://nevisdigitales.upcc.edu.ec/index.php/enfermeria/article/view/127/3066 Fetched: 11/22/2022 4:29:46 PM		1



UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 9 de enero de 2023.

NOMBRE DEL AUTOR (A) / ASESOR (A):

YENNELIN LESLIE PAUCAR GUADO / MG. RINA BUSTAMANTE PAREDES

TIPO DE PROINVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ()
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ()
- TESIS (X)
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ()
- ARTICULO ()
- OTROS ()

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO URKUND, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES PARTICIPANTES DEL VASO DE LECHE NUEVA ESPERANZA COMITÉ 41 LIMA 2022.


CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 24%

Conformidad Autor:



Nombre: YENNELIN L. PAUCAR GUADO
DNI: 70923588
Huella: 

Conformidad de Asesor:



Nombre: MG. BUSTAMANTE PAREDES RINA MERCEDES
DNI: 09604789

GYT-FR-64

V.1

14/02/2020

LISTA DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	Datos generales de mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 Lima Julio 2022	31

LISTA DE GRÁFICOS

		Pág.
Gráfico 1	Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 Lima Julio 2022	32
Gráfico 2	Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensión conceptos generales Lima Julio 2022	33
Gráfico 3	Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensión frecuencia Lima Julio 2022	34
Gráfico 4	Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensión técnica Lima Julio 2022	35

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO 1 Operacionalización de la variable	49
ANEXO 2 Instrumento	50
ANEXO 3 Validez del instrumento	54
ANEXO 4 Confiabilidad del instrumento	55
ANEXO 5 Escala de valoración del instrumento	56
ANEXO 6 Consentimiento informado	57

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

I.a Planteamiento del Problema

La Organización Panamericana de la Salud (OPS)¹ presento el año 2020 que 1.3 millones de muertes y 3, 7 millones de casos nuevos en América Latina fueron de cáncer donde la patología de la mama cuenta con una incidencia de 13,1% y una tasa de mortalidad de 8%, por lo cual los organismos vigilantes de la salud comienzan a promover el control, prevención, diagnóstico y tratamiento, así como el uso de la rehabilitación y cuidados de tipo paliativos.

El Cáncer de mama (CM) a nivel mundial afecta a un aproximado de 2,1 millones de mujeres cada año, el año 2018 se reportaron 627 mil defunciones debido a esta patología es decir 15% de todas las defunciones generadas por algún tipo da Cáncer si bien es cierto se presenta con mayor incidencia en los países subdesarrollados, se está incrementando en casi todas las regiones a nivel mundial².

Pakistán presento el año 2015 la relación de los factores que predisponen al CM encontrándose al inicio de la menarquia temprana, la menopausia tardía, el no haberse embarazado, la obesidad, el exceso de las grasas, alcoholismo, uso prolongado de terapias hormonales, así como los antecedentes familiares como condicionantes de este tipo de patología en su población³.

México presenta que el cáncer de mama se constituye en uno de los desafíos de prevención más importante, por lo cual divulgar la forma correcta de explorarse las mamas es trascendente, orientado a la detección precoz y disminución de la mortalidad de este grupo poblacional, donde la presencia de una masa indolora muchas a nivel mamario pasan mucho

tiempo desapercibida y es ignorada, acudiendo al centro hospitalario al presentarse el deterioro de su salud⁴.

En Cuba el cáncer mama es considerada una de las neoplasias como mayor incidencia de mortalidad en la población femenina, considerándose el 31,2 por cada 10000 habitantes, siendo la Habana, Matanzas, Ciego de Ávila y Santiago de Cuba ciudades donde el CM presento una elevada incidencia de esta enfermedad sobre todo en mujeres entre 60 a 79 años de edad⁵.

A nivel de Latinoamérica ,Brasil presenta una elevada incidencia de cáncer de mama en mujeres desde los 25 hasta los 50 años, considerándose 49,27 por cada 100 mil mujeres a nivel nacional prevaleciendo en toda la región el diagnóstico tardío de esta patología, lo cual es generador de retardo en los tratamientos que puedan recuperar la salud de las mujeres de las diversas localidades⁶.

Colombia no escapa de esta realidad el Instituto Nacional de Cancerología presenta que la incidencia es de 35 a 38 casos por cada 1000 féminas generando una mortalidad de 1600 mujeres cada año a causa de esta patología, a pesar de que si este tumor es diagnosticado a tiempo puede tratarse, esta patología se encuentra asociada a estilos de vida no saludables como consumo de tabaco, inactividad física, por lo cual se ha puesto en práctica la prevención a través del autoexamen, en mujeres por encima de los 20 años⁷.

El Perú presenta una incidencia anual de 28 casos por cada 100mil habitantes, con una tasa anual de 9,2 casos por el mismo número de personas considerándose la segunda causa de muerte por este tipo de neoplasia, orientando su presencia sobre todo a la población de mujeres adultas alterando su ritmo familiar, social, el trabajo multidisciplinar se realiza a nivel primario en busca de la educación, prevención, de las alteraciones a nivel de la mama⁸.

En la experiencia pre profesional en los establecimientos de primer nivel de atención era muy común el observar la asistencia de mujeres de distintas edades en busca de una cita médica así como de obstetricia para su examen ginecológicos, al conversar con ellas sobre el autoexamen de mamas la mayoría refería: “alguna vez me dijeron como realizarlo”, “Nadie me enseñó es necesario hacerlo”, “no hay tiempo para realizar esos procedimientos”, “estoy sana no tengo nada”, de la misma forma al acudir al vaso de leche comité 41 y preguntas a las mujeres sobre la forma de realizar el examen de mama la mayoría refiere que no lo hace, otras no le tomaban importancia, tenían vergüenza que las vean sin blusa y que les toquen su mama.

I.b Formulación del problema

Por todo lo expuesto surge la interrogante de investigación:

¿CUÁL ES EL CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES PARTICIPANTES DEL VASO DE LECHE NUEVA ESPERANZA COMITÉ 41 LIMA 2022?

I.c Objetivos

I.c.1. Objetivo General

Determinar el conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 Lima 2022.

I.c.2. Objetivo específico

Identificar el conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensiones:

- Conceptos generales
- Frecuencia
- Técnica.

I.d Justificación

Justificación teórica

Orem define al autocuidado como un aspecto que aprenden los individuos hacia un determinado propósito , ello se da en situaciones específicas de la vida dirigida por las personas sobre si mismos, para los demás o hacia el entorno, con la finalidad de regular los factores que puedan afectar sus desarrollo o funcionamiento de su organismo.

En base a los resultados que se van a obtener, analizarlos y proponer alternativas para incentivar a este tipo de prácticas con la finalidad de prevenir esta enfermedad en las mujeres.

Justificación práctica

Los profesionales de enfermería manejan los programas de promoción de la salud y prevención de enfermedades por lo cual su trabajo está orientado a educar a las mujeres desde temprana edad a realizar el autoexamen de mamas en busca de señales de alarma o aparición de alteraciones en la piel o alrededores que se conviertan en predictores de esta enfermedad, dicha educación continua para que realicen de manera rutinaria una vez al mes en sus hogares.

Justificación metodológica

El estudio puede servir como un instrumento de ayuda en la creación de nuevas investigaciones y como unidad de análisis para generar propuestas que ayuden a promover cambios positivos en el personal de enfermería dentro de los distintos servicios hospitalarios.

I.e Propósito

El Cáncer de mama es una de las afecciones que ha generado daño en las mujeres física y psicológica. Por lo tanto es necesario la detección temprana , la investigación y la educación para mejora la calidad de vida de las mujeres .El personal de enfermería en la comunidad se convierta en la que brinda el apoyo y los conocimientos sobre la prevención del cáncer de mama.

Los resultados se dirigen a las autoridades médicas del establecimiento de Salud y a los profesionales de Enfermería que laboran con finalidad de generar estrategias de orientación para las mujeres que acuden en busca de una atención médica.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

II.a Antecedentes bibliográficos

Internacionales

Ocampo et al⁹ año 2021 en Colombia realizó un estudio descriptivo, cuantitativo de corte transversal con el objetivo de determinar **EL CONOCIMIENTO SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES DE PEREIRA**. Muestra 17 de mujeres. Resultados: El 58,8% de mujeres conoce los pasos para realizarse el autoexamen de mama; solo un 41,2 % se lo realizan, de este porcentaje, el 17,6% lo realiza cada mes después del período menstrual, las mujeres, a pesar de haber recibido información sobre la técnica del autoexamen, no se lo realizan de forma adecuada.

Kalliguddi et al¹⁰, en India el 2019 realizaron un estudio correlacional, cuantitativo, descriptivo, de corte transversal con el objetivo de determinar **LA RELACIÓN ENTRE CONOCIMIENTO Y ACTITUD, ACTITUD Y PRÁCTICA, Y CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES DE LA INDIA**. Muestra: 356 mujeres con edades entre los 18 y 55 años. Resultados: con relación a los conocimientos las mujeres tienen en 54% conocimientos bajos, 32% medio, 13% alto. En relación con el conocimiento de las practicas 48% es medio, 24% es alto, 28% es bajo, las mujeres no practican el autoexamen de mammas de manera regular.

Nacionales

Díaz y Arrieta¹¹ el 2022 en Chiclayo realizaron un estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal con el objetivo de determinar **EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMA EN MUJERES ADULTAS ATENDIDAS EN CENTRO DE SALUD CRUZ DE LA ESPERANZA, CHICLAYO**. Muestra: 104 mujeres, la mayoría con grado de educación secundaria en 78%. El conocimiento fue bueno en 19% de las participantes, regular en 29%, y deficiente en 62%, con relación a la práctica bueno en 32%, regular en el 68%, con relación a la frecuencia 46% conoce cuando realizarlo de manera regular, 54% tiene un conocimiento bueno.

Abanto y Castillo¹² el año 2020 en Trujillo realizaron un estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal con el objetivo de determinar **LA RELACIÓN ENTRE EL CONOCIMIENTO Y LA PRÁCTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES ADULTAS DEL CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL DE SALAVERRY –TRUJILLO**. Muestra 88 mujeres adultas. Resultados: El 56% de las participantes contaban con 36 años de edad , estudios secundarios en 48%, convivientes en 64%, 54% presentan un nivel de conocimiento regular, 40% bueno y 6% deficiente.

Paredes¹³ el año 2021 en Cajamarca realizó un estudio no experimental, descriptivo, de corte transversal con el objetivo de determinar **EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA EN AUTOEXAMEN DE MAMA. MUJERES ATENDIDAS EN CONSULTORIO DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR. CENTRO DE SALUD TULPUNA**. Resultados: la edad de las participantes en 48% tiene entre 20 a 30 años, 16% tiene secundaria incompleta, 23% completa, 58% de estado civil convivientes, 62% reconoce la importancia del autoexamen de mamas, 66% conoce los cambios que debe buscar durante la observación, 64% no conoce que la palpación es

en sentido horario, 85% desconoce que se debe realizar después del periodo menstrual.

Montañez y Núñez¹⁴ el año 2021 en Trujillo realizaron un estudio descriptivo, de corte transversal con el objetivo de determinar el **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMA EN MUJERES QUE ACUDEN A UN CENTRO DE SALUD DE CHICLAYO**. Muestra: 138 mujeres que acuden al establecimiento. **Resultados:** la edad de las participantes es entre 30 y 59 años en 57%, convivientes en 56%, 31% con secundaria completa, 62% tiene un conocimiento medio. En relación con los conceptos generales sobre autoexamen de mamas es medio en 75%, sobre los factores de riesgo es alto en 60%. Sobre la frecuencia el conocimiento es bajo en 48%, en relación con la técnica para la realización del examen es alto en 61% de los participantes.

Celi¹⁵ el año 2018 realizó un estudio descriptivo, de corte transversal con el objetivo de determinar **EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES EN EDAD FÉRTIL EN EL CENTRO DE SALUD BELLAVISTA**. La muestra empleada es de 67 mujeres en edad fértil. Resultados: 46,3% tuvieron un nivel de conocimiento regular, sobre el autoexamen de mamas, seguido de un 32,8% bajo, y solo el 19,4% bueno sobre el autoexamen de mama.

Los estudios de investigación presentados como antecedentes nos muestran que de acuerdo con las diversas realidades las mujeres tienen diversos conocimientos sobre el autoexamen de mama además de las técnicas a desarrollarse, lo cual sirve de punto de comparación con los resultados obtenidos en el presente estudio.

II.b Base teórica

CONOCIMIENTO

Reyes¹⁶ refiere el conocimiento es desarrollado de manera lenta convirtiéndose en un instrumento orientador a mejorar la calidad de vida de las personas en base a su cultura, creencias y prácticas comunes en el hogar, las cuales se perfeccionan con el tiempo fortaleciendo y generando nuevos conocimientos.

Canales¹⁷ sustenta es un recurso individual que permite que se interprete los sucesos que ocurren en el entorno, por lo cual gestionar el conocimiento se convierte en procesos necesarios que impulsaran el conocimiento de las personas en la realidad en la cual se desarrolle la persona.

Canguilhem¹⁸ menciona que el conocimiento está relacionado con límites del saber a pesar de que no están demarcados, generando la diferencia entre lo conocido y desconocido convirtiéndose en una frontera mal definida debiendo el hombre lograr definir los procesos del conocimiento.

AUTOEXAMEN DE MAMAS

Procedimiento simple sencillo que tiene un valor agregado buscando mediante esta práctica reducir de la mortalidad generada por el cáncer de mama, por lo que se convierte en una práctica preventiva necesaria que se promueve por parte del equipo de salud, en especial por el personal de Enfermería encargados del área de promoción de la salud en los establecimientos del primer nivel de atención¹⁹.

Las mujeres están cargadas de miedo, tabúes, ignorancia de acuerdo con el grupo cultural al que pertenecen, muchas no conocen su cuerpo y menos las señales de alarma, signos que suelen aparecer frente antes del diagnóstico de cáncer de mama, muchas de las mujeres tienen temor de ser revisadas, tocadas por el personal de salud, lo cual se convierte en un

limitante, por lo cual la prevención se convierte en una estrategia necesaria en el proceso de prevención de esta patología²⁰.

Las féminas deben de realizar el examen de mamas a partir de los 20 años, siete días después de periodo menstrual, tiempo en que los senos se encuentran blandos, las mujeres en la etapa de la menopausia deberán de crear un habito constante para la realización de este procedimiento a fin de detectar las alteraciones que se puedan presentar en la mama a tiempo²¹.

La inspección consiste en la observación de la parte externa de los senos, se comparan ambos frente a un espejo observando su simetría, tamaño, posición, así como vigilar los posibles cambios como pliegues, huecos, eczemas, alrededor del pezón, a la vez de observar salida de secreciones, dicho procedimiento se realiza con los brazos extendidos a los costados y levantados luego hacia la cabeza²¹.

Palpación: permite descubrir bultos, a nivel de los nódulos en la mama, recostada en su cama, de preferencia colocara un cojín bajo la espalda del seno que va a explorar, se utilizan las manos de manera inversa, utilizando la yema de los dedos conforme la manecilla del reloj procederá a realizar la exploración en forma de zigzag buscando bultos pequeños, incluyendo la zona de la axila²¹.

El autoexamen de mama se convierte en un hábito que debe adquirir la mujer previa educación que reciba del personal de salud, en instalaciones sanitarias, este proceso de aprendizaje se obtiene a través de charlas, videos, trípticos que se le pueda brindar con la información pertinente²².

TÉCNICA PARA LA REALIZACIÓN DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS

- Observación frente al espejo:

Las mujeres deben de pararse frente al espejo, observar las mamas buscando cambios de color en la piel, coloración rojiza, marrón oscuro,

secreciones en los pezones, heridas, descamación de la piel, diferencias en el tamaño de las mamas.

Con las manos en la cintura realice el mismo procedimiento presionado hacia abajo las mamas, inclinándose ligeramente frente al espejo, de la misma manera colocando las manos detrás de la cabeza realice una ligera inclinación hacia adelante en el espejo²³

- La palpación:

Procedimiento que se realiza con la ayuda de los dedos de la mano para lo cual se debe colocar recostada en su cama con un cojín debajo de su hombro derecho, con la mano izquierda proceda a realizar palpaciones con énfasis entre el pezón y la axila.

Los movimientos deben ser circulares debe de venir de la periferia al pezón teniendo en cuenta el movimiento rotatorio de las manecillas del reloj, de la misma forma movimientos verticales es decir desplazamientos de arriba hacia abajo, en toda la extensión del tejido mamario, así mismo dividiremos la mama en cuadrantes, empezando la palpación en el cuadrante interno, para luego llegar al cuadrante externo a la altura de la axila buscando en todo momento nódulos, bultos²³.

Un momento ideal de realizarse el autoexamen es durante el baño diario cuando usted se aplica jabón, ya que en dicho momento el desplazamiento de los dedos será factible y sencillo no se debe olvidar que la forma es la misma que la anterior mencionada²³.

Al momento de realizar el autoexamen usted no debe presionar el pezón, ya que si sale liquido usted se puede alarmar, generar temor, muchas veces es algo normal, más deberemos de tener presente que si dichas secreciones salen esporádicamente y tiene un color raro y mal olor deberemos estar alerta y acudir en busca de ayuda especializada²³.

CÁNCER DE MAMAS

Hipócrates asocio esta enfermedad con la ausencia de la menstruación, siendo su estudiante Galeno que refirió se trata de una inflamación de las venas que era semejante a las patas de un cangrejo, curable en el 95% de los casos, sobre todo si se detecta de manera precoz, en la actualidad la mortalidad para las mujeres mayores de 50 años ha disminuido por la instauración de la mamografía como proceso de cribado sin embargo su presencia está presente en este grupo etario²⁴.

Los científicos que han estudiado esta enfermedad son múltiples destacando a Louis Petit, Steward Halsted quienes en conjunto buscaban una cura o tratamiento de esta patología así mismo se fueron incorporando tratamientos como la radioterapia, quimioterapia e inclusive hormonoterapia los que se han convertido en colaboradores en el tratamiento de las mujeres con esta patología²⁵.

FACTORES DE RIESGO

Los principales factores de riesgo para la presencia de esta patología están asociados con la edad de la mujer generalmente aparece en las que tienen más de 50 años, aquellas que por tiempo prolongado han recibido hormonas de remplazo, mujeres con antecedentes familiares, consumidoras de alcohol, consumo de comida chatarra y aquellas que no realizan actividad física, así también es condicionante el consumo de tabaco por las féminas²⁸.

La comunicación de las mujeres con el personal de salud se convierte en débil debido a la falta de sensibilidad y limitaciones en la preparación del personal de salud para lograr el acercamiento con las mujeres e incentivar de esta forma que se pueda diagnosticar de manera oportuna el trastorno presente en la mama de la mujer, el factor cultural, temor, miedo, vergüenza no facilita este tipo de trabajo por parte del personal de salud²⁸.

AUTOCUIDADO DE LA MUJER

El autocuidado está relacionado con el conocimiento teniendo en cuenta que a mayor cantidad de conceptualizaciones mejores son las practicas, teniendo en cuenta la responsabilidad, el empoderamiento en base a todos aquellos factores que determinan el conocimiento preciso e impreciso de las técnicas de autocuidado sobre todo en lo relacionado al autoexamen de mamas³¹.

Orem³² menciona que consiste en poner en práctica las habilidades adquiridas haciendo el uso adecuado de los conocimientos oportunos, dirigidos a cuidarse uno mismo sobre todo poniendo en práctica de forma eficaz aquellos conceptos relacionados a la conservación de la salud, la vida, los procesos vitales, así como el bienestar y la salud individual. Enfocada en el hecho de preservar la salud de las personas sobre todo cuando se asocia a la presencia de esta enfermedad en un individuo dentro del núcleo familiar con lo cual se influye en el autocuidado de las personas.

El autocuidado de la prevención de este tipo de afección se encuentra relacionado a la teoría del déficit del autocuidado que puede estar vinculado a los condicionantes de esta patología, así mismo a las relaciones familiares, sociales que influyen en el proceso y manejo de la salud de las personas en este caso las mujeres dentro del núcleo familiar o social³³.

El proceso del autocuidado está orientada al mantenimiento de la salud, el bienestar de las personas, por lo cual elaborar conceptos de autocuidado de acuerdo a las necesidades de cada persona se orientan en el proceso de fundamentar las necesidades básicas en este caso de manejo de la salud, así como las limitaciones que se pueda enfrentar en este proceso que busca regular el bienestar el funcionamiento del cuerpo y mantener el equilibrio en la salud de cada persona³⁴.

II.c Hipótesis

Por ser un trabajo descriptivo no requiere de hipótesis de contrastación. Zamorano²⁹ sustenta que las hipótesis se basan en la presunción de lo que se está investigando, dando como resultado un conocimiento científico nuevo.

II.d Variable

Conocimiento sobre autoexamen de mamas.

II.e Definición Operacionales

Conocimiento: Basado en los límites de conocer las técnicas correctas de realizar el autoexamen de mama en las mujeres en busca de prevenir el cáncer de mama se adquieren a través del tiempo y de las intervenciones de salud que se den en la comunidad.

Autoexamen de mamas: técnica que se de manera mensual realizan las mujeres en busca de prevenir alteraciones a nivel del tejido mamario, previniendo de esta forma las futuras complicaciones que se originen frente al posible descarte de una neoplasia en la mama.

Mujeres del Vaso de leche: personas de sexo femenino que participan en una organización de base congregándose de manera periódica para recibir un beneficio del estado.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a Tipo de estudio

Es un estudio de enfoque cuantitativo donde los datos se procesarán de forma numérica, descriptiva ya que se describirán la realidad, de corte transversal realizando en determinado periodo de tiempo. Grajales³⁰ refiere: los estudios descriptivos trabajan sobre realidades de hecho siendo una de sus características fundamentales el de presentar una interpretación correcta.

Método de investigación

Se realizó un estudio de tipo descriptivo porque sirve para describir cómo es y se manifiesta un fenómeno componentes de la variable a estudiar, corte transversal porque detalla el comportamiento del fenómeno estudiado en un determinado tiempo. Los estudios descriptivos buscan desarrollar una descripción a partir de sus características³⁰.

III.b Área de estudio

El presente estudio se realizó en el distrito de Villa María del Triunfo A.H Nueva Esperanza Av. José María Arguedas con Parinacochas s/n (Comité 41) el cual se encuentra rodeado de 10 manzanas a la redonda atendiendo a su población con el beneficio del vaso de leche.

III.c Población y muestra:

La población estuvo constituida por 60 madres que acuden al Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 Villa María del triunfo quienes participan del beneficio y ayuda social.

Se utilizó el muestreo de tipo Censal se trabajó con la totalidad de la población por estar constituido por un número reducido de participantes.

Criterios de Inclusión:

- Mujeres mayores de edad.
- Mujeres que participan en el Vaso de Leche Comité 41 Nueva Esperanza.

Criterios de Exclusión:

- Mujeres menores de edad.

III.d Técnicas de recolección de datos

Se utilizó como instrumento el cuestionario de autoría de León y Macavilca el instrumento cuenta con una totalidad de 20 ítems de respuesta múltiple para lo cual consideraremos los códigos:

- Respuesta correcta: 1
- Respuesta incorrecta: 0

Se encuentra dividido en 3 dimensiones respondiendo de la siguiente manera

- Dimensión conceptos generales: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10.
- Dimensión frecuencia: 11,12,13,14,15.
- Dimensión técnica: 16,17,18,19,20.

El instrumento fue sometido a juicio de expertos por la investigadora obteniendo el valor de 0.045, de la misma manera se realizó la prueba piloto con una población que cumple con las características similares utilizando la prueba KR20 obteniendo el valor de 0.70 que determina que el instrumento tiene una confiabilidad buena.

III.e Diseño de recolección de Datos

Una vez obtenida la carta de autorización del comité de ética institucional, documento de aprobación mediante constancia número **750-2022- CIEI-**

UPSJB se procedió a solicitar la carta de presentación a las autoridades de la Escuela de Enfermería, la cual fue elevada a la presidenta del vaso de leche en busca de generar la organización para administrar el cuestionario.

La presidenta del vaso de Leche nos brindó las fechas de reunión de tal manera que durante 4 semanas se logró captar a las mujeres que participan en el vaso de leche. En todo momento se tuvo en cuenta las consideraciones éticas aplicadas a la investigación, el tiempo de aplicación fue de 15 minutos, por cada participante, de la misma manera frente a cualquier duda el investigador se encontró presente para disipar las interrogantes.

- **Autonomía:** en todo momento se respetó la decisión de las participantes en el vaso de leche a responder el cuestionario, ninguna de ellas fue coaccionada a ser parte de la investigación.
- **Justicia:** el realizar el estudio sobre los conocimientos del autoexamen de mamas en las mujeres es trascendente buscando se reconocer que saben sobre la medida de prevención que cada una de ellas teniendo como base que debe de realizar cada mes o periodo de tiempo en busca de señales de alarma que puedan generar una intervención temprana y diagnóstico adecuado.
- **Beneficencia:** las participantes recibieron información orientada a brindarles educación acerca del autoexamen de mamas, la cual fue presentada de manera didáctica y atractiva para lograr el interés de las participantes del vaso de leche.
- **No maleficencia:** no se pretende en ningún momento generar algún daño a los participantes del estudio de investigación, los resultados que se obtengan servirán de base de información y de generación de estrategias para la prevención de este tipo de afecciones en las mujeres.

III.f Procesamiento y análisis de datos

Una vez realizada la recolección de datos los cuestionarios fueron codificados teniendo en cuenta las respuestas que hayan brindado las participantes, creando una base de datos de uso exclusivo del investigador para lo cual se utilizó el programa Microsoft Excel versión 2017, lo cual al proceso de análisis de los resultados y la presentación en forma de tablas y gráficos.

Los resultados fueron analizados teniendo como base el uso de la estadística descriptiva teniendo en cuenta el uso de promedios y porcentajes de acuerdo con la medición de la variable de investigación. El paquete estadístico sirvió de apoyo al presentar los resultados de las varianzas, promedios así como la confiabilidad del instrumento aplicado.

CAPITULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS

IV.a. Resultados

Tabla 1

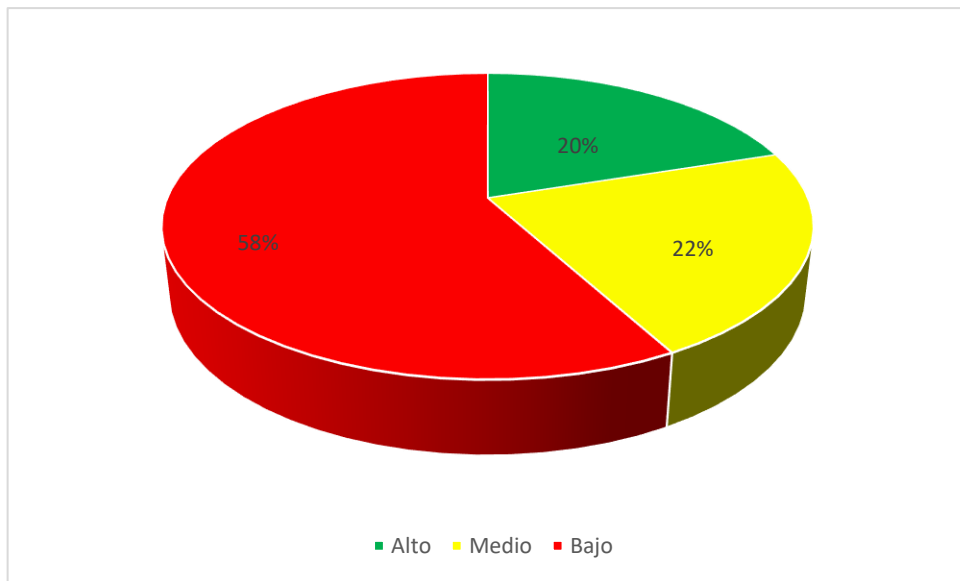
Datos generales de mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva
Esperanza Comité 41 Lima Julio 2022

Datos Generales	Categoría	n=60	100%
Edad	18 a 25	8	13%
	26 a 35	30	50%
	36 a mas	22	37%
Estado Civil	Soltera	4	7%
	Casada	32	53%
	Divorciada	8	13%
	Conviviente	16	27%
Educación	Primaria	8	13%
	Secundaria	42	70%
	Superior	10	17%
Lugar de procedencia	Costa	24	40%
	Sierra	32	53%
	Selva	4	7%

Las mujeres participante del Vaso de Leche tienen edades en su mayoría de 26 a 35 años 50%(30), son casadas 53% (32) , cuentan con estudios secundarios 70% (42) y proceden de la sierra 53% (32).

Gráfico 1

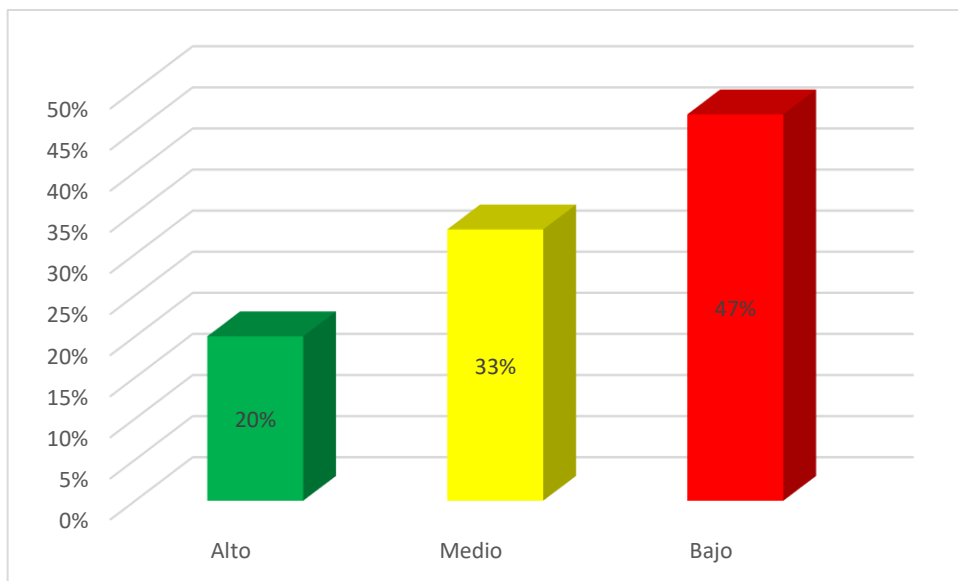
Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 Lima Julio 2022



El 58% (35) de las mujeres participantes tienen un conocimiento bajo, 22% (13) medio, 20% (12) alto sobre autoexamen de mamas.

Gráfico 2

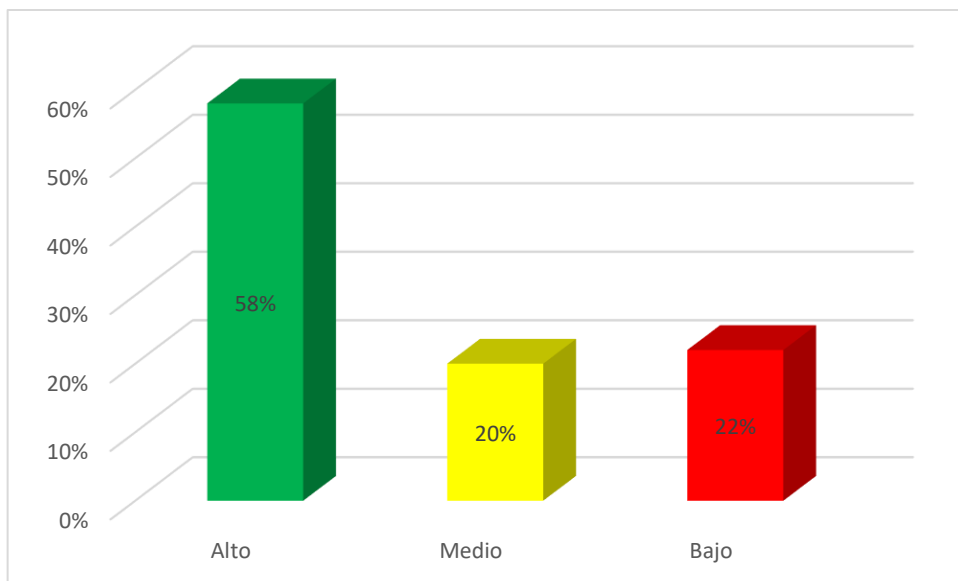
Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensión conceptos generales Lima Julio 2022



El 47% (28) de las mujeres que acuden al vaso de leche tiene un conocimiento bajo, 33% (20) medio, 20% (12) alto en la dimensión conceptos generales.

Gráfico 3

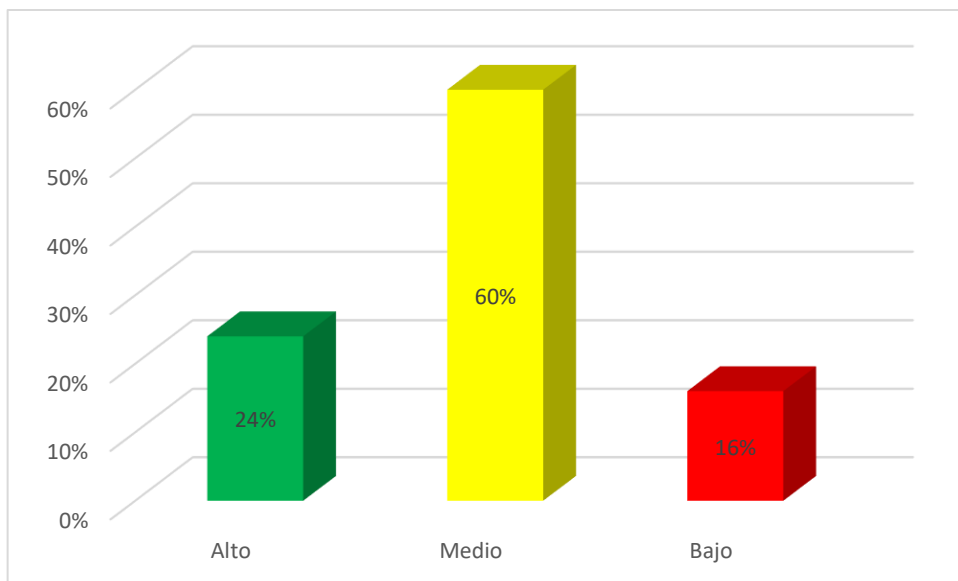
Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensión frecuencia Lima Julio 2022



Según la dimensión frecuencia de realización del examen de mamas el 58% (35) tiene conocimiento alto, 20% (12) medio, 22% (13) bajo.

Gráfico 4

Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del Vaso de Leche Nueva Esperanza Comité 41 según dimensión técnica Lima Julio 2022



Según dimensión técnica de realización 60% (36) tiene un conocimiento medio, 24% (14) alto, 16% (10) bajo.

IV.b. Discusión

El autoexamen de mamas se constituye en una estrategia mediante la cual las mujeres entrenadas y capacitadas logran prevenir las complicaciones procedentes del hallazgo de una alteración a nivel del tejido mamario las cuales suelen aparecer en la edad adulta, el reconocer dichas lesiones, signos constituye de gran importancia teniendo en cuenta que la enfermedad de cáncer de mama se previene en base a la práctica periódica de dicho procedimiento denominado autoexamen.

En la investigación podemos demostrar que el 37% de las mujeres participantes tiene de 36 a más años de edad , 53% son casadas, 70% cuentan con estudios secundarios, 53% proceden de la sierra. Comparándose con el estudio Kalliguddi¹⁰ en la India cuyas participantes tienen entre 18 y 55 años. Así mismo Diaz y Arrieta¹¹ muestra que la mayoría tiene estudios de educación secundaria en 78%. De la misma manera Abanto Y Castillo¹² presentan al 56% de las participantes quienes contaban con 36 años de edad, estudios secundarios en 48%, convivientes en 64%.

Así también Paredes¹³ en Cajamarca presento un estudio de investigación cuyos resultados se comparan con el estudio demostrando la edad de las participantes en 48% tiene entre 20 a 30 años, 16% tiene secundaria incompleta, 23% completa, 58% de estado civil convivientes. Asimismo en Trujillo Montañez y Nuñez¹⁴ realizaron un estudio donde las participantes tienen la edad de las participantes es entre 30 y 59 años en 57%, convivientes en 56%, 31% con secundaria completa.

El 58% de las mujeres participantes tienen un conocimiento bajo, 22% medio, 20% bajo sobre autoexamen de mamas. Comparándose con el estudio de Kalliguddi¹⁰ quien presenta los conocimientos las mujeres en 54% son bajos, 32% medio, 13% alto. Difiere con el estudio de Diaz y Arrieta¹¹ quien demuestra que las participantes tienen un conocimiento bueno en 19%, regular en 29%, y deficiente en 62%. Así mismo Abanto y

Castillo¹² presentan como resultados del conocimiento de las mujeres con 54% presentan un nivel de conocimiento regular, 40% bueno y 6% deficiente. Diferiendo con el estudio de Montañez y Nuñez¹⁴ cuyas participantes en 62% tienen un conocimiento medio sobre la variable de investigación. Canales¹⁷ sustenta es un recurso individual que permite que se interprete los sucesos que ocurren en el entorno.

En la dimensión conceptos generales el 47% de las mujeres que acuden al vaso de leche tiene un conocimiento bajo, 33% medio, 20% alto. Comparable con el estudio de Montañez y Nuñez¹⁴ quien en relación con los conceptos generales sobre autoexamen de mamas es medio en 75% el conocimiento. Diferiendo del estudio de Celi¹⁵ quien presenta que las participantes en 46,3% tuvieron un nivel de conocimiento regular, sobre el autoexamen de mamas, seguido de un 32,8% bajo, y solo el 19,4% bueno sobre el autoexamen de mama.

Según la dimensión frecuencia de realización del examen de mamas el 58% tiene conocimiento alto, 20% medio, 22% bajo. Comparándose con la investigación de Diaz y Arrieta¹¹ en relación con la frecuencia 46% conoce cuando realizarlo de manera regular, 54% tiene un conocimiento bueno. Diferiendo con el estudio de Montañez y Nuñez¹⁴ quien presenta en su estudio el conocimiento es bajo en 48%, en relación con la técnica, en la realización del examen es alto en 61% de los participantes.

Según dimensión técnica de realización 60% tiene un conocimiento medio, 24% alto, 16% bajo. Kalliguddi¹⁰ En relación con la técnica utilizada en las practicas tienen en 48% un conocimiento medio, 24% es alto, 28% es bajo. Así también el estudio de Paredes¹³ presento que las mujeres en 66% conoce los cambios que debe buscar durante la observación, 64% no conoce que la palpación es en sentido horario, 85% desconoce que se debe realizar después del periodo menstrual.

Orem³² menciona que consiste en poner en práctica las habilidades adquiridas haciendo el uso adecuado de los conocimientos oportunos, poniendo en práctica de forma eficaz aquellos conceptos relacionados a la conservación de la salud, la vida, los procesos vitales, así como el bienestar y la salud individual. Por lo cual el contar con conocimientos necesarios en busca de mantener la salud de las personas se convierte en necesario.

El autocuidado se basa en la capacidad de poner en práctica, saberes, técnicas, que ayuden a mantener la salud de las personas en el contexto en el cual se desarrolle por lo cual se puede asociar al proceso de cuidado individual, en el entorno social en el cual se desarrolle, buscando en todo momento el mantener la salud de las mujeres en la comunidad.

Dentro de este contexto Orem considera que la profesión de Enfermería tiene como objetivo ayudar a cualquier individuo a llevar a cabo mantener por sí mismo el autocuidado con la finalidad de conservar su salud y su vida.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. Conclusiones

Luego de la discusión y el análisis de los resultados , las conclusiones a las que se llegan son las siguientes:

- El conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del vaso de leche Nueva Esperanza comité 41 Lima Julio 2022 es bajo.
- El conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del vaso de leche Nueva Esperanza comité 41 según dimensión conceptos generales es bajo.
- El conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del vaso de leche Nueva Esperanza comité 41 según dimensión frecuencia es alto.
- El conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes del vaso de leche Nueva Esperanza comité 41 según dimensión técnica es medio.

V.b. Recomendaciones

- ✓ Fortalecer el conocimiento sobre el autoexamen de mamas de las mujeres del Vaso de Leche de Comité 41 VMT a través de capacitación, para ello municipio debe coordinar con el establecimiento de Salud más cercano para mas educación del tema.

- ✓ Las mujeres del Vaso de Leche deben comprender la importancia de realizar este tipo de examen con motivo de prevención.

- ✓ Publicar afiches en la página de la municipalidad de Villa Maria del Triunfo respecto a la frecuencia de realizar autoexamen de mamas para detectar a tiempo el cáncer de mamas , ello permitiría conocer y poner en práctica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ocampo S, Montoya L, Espinosa M, Londoño C, Rodríguez T. Conocimiento y práctica del autoexamen de mama. Cuaderno De Investigaciones: Semilleros Andina [Internet]. 2021 [citado 12 feb 2021]; 1(14):23-28. Disponible en: <https://doi.org/10.33132/26196301.1941https://revia.areandina.edu.co/index.php/vbn/article/view/1941>
2. Delgado N, Heredia M, Ramos A, Samillán L, Sánchez M, Iglesias S, et al. Nivel de conocimiento sobre los factores de riesgo y las medidas preventivas del cáncer de mama en estudiantes de ciencias de la salud. Rev. Fac. Med. Hum. [Internet]. 2020 [citado 09 Mar 2022]; 20(3):412-418. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312020000300412&lng=es.
3. Mesa D, Velandia D, Quemba M. Autoexamen de seno: conocimientos, actitudes y prácticas en mujeres de una institución de educación superior. Revista Investig Salud Univ Boyacá [Internet]. 2019 [citado 20 feb 2022]; 6(1):72-87. Disponible en: https://doi.org/10.24267/2389*7325.407https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/download/407/461/1949
4. Cancela M, Contreras J, Phinder M, Acevedo A, Sánchez E. Nivel de conocimiento sobre autoexploración mamaria en mujeres de 20 a 59 años de edad. Rev. Med. Inv [Internet]. 2016 [citado 8 mar 2022]; 4(1):10-14. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medicina-e-investigacion-353-articulo-nivel-conocimiento-sobre-autoexploracion-mamaria-S221431061600008X>
5. Gálvez M, Rodríguez L, Rodríguez C. Conocimiento sobre autoexamen de mama en mujeres de 30 años y más. Rev. Cubana Med Gen

- Integr [Internet].2015[citado 09 Mar 2022];31(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252015000200003&lng=es.
6. Silva R, Soares D, Rego S. Conocimiento y práctica del autoexamen de mamas por usuarias de la Unidad de Salud de la Familia. *Enferm. glob.*[Internet].2013[citado 09 Mar 2022];12(29):463-476. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000100024&lng=es.
 7. Meneses J, Martínez J, Chavarriaga M, González K, Vinaccia S, Rincón A, et al. Creencias y conocimientos relacionados a la práctica del autoexamen de mama en mujeres universitarias de Colombia: Un estudio descriptivo. *Rev. chil. obstet. ginecol.* [Internet]. 2018 [citado 09 mar 2022]; 83(2): 120-129. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071775262018000200120&lng=es.
 8. Veramendi N, Barrionuevo C, Portocarrero E. Cartilla ilustrativa en conocimiento y praxis del autoexamen de mama, Huánuco - Perú Conrado[Internet]. 2018[citado 12 feb 2022]; 15(70), 284-290. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S199086442019000500284&lng=es&tlng=es.
 9. Ocampo S, Montoya L, Espinosa M, Gallego C, Rodriguez T. Conocimiento y Práctica del Autoexamen de Mama.*Rev. Área Andina*[Internet].2021[citado 12 feb 2022];1(1):19. Disponible en: <https://revia.areandina.edu.co/index.php/vbn/article/download/1941/1861>.

10. Diaz J, Arrieta F. Conocimientos y prácticas del autoexamen de detección de cáncer de mama en mujeres adultas atendidas en un Centro de Salud de Lambayeque [Tesis de Licenciatura] Chiclayo. Universidad Privada de Chiclayo.2022.
11. Abanto C y Castillo B. Nivel de conocimiento y práctica del autoexamen de mamas en mujeres adultas. Centro de Salud Materno Infantil de Salaverry, 2020[Tesis de Licenciatura]Trujillo. Universidad Cesar Vallejo.2020.
12. Paredes J. Nivel de conocimiento y practica en autoexamen de mama. Mujeres atendidas en consultorio de planificación familiar. Centro de salud Tulpuna [Tesis de Licenciatura]Cajamarca. Universidad Nacional de Cajamarca.2021.
13. Montañez J, Nuñez O. Nivel de conocimiento sobre el autoexamen de mama en mujeres que acuden a un Centro de Salud de Chiclayo [Tesis de licenciatura]Chiclayo. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.2021.
14. Celi M. Conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres en edad fértil. Centro de Salud Bellavista octubre diciembre 2017[Tesis de Licenciatura]Callao. Universidad San Pedro: 2018.
15. Reyes M, López L, Conocimiento para predecir la práctica y la actitud del autoexamen mamario. Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social [Internet]. 2021[citado 12 feb 2022];59(5):360-367. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=45776967000>.
16. Canals A. La gestión del conocimiento. Universidad Abierta de Cataluña[internet]2003[citado 13 feb 2022].Disponible en: <https://www.uoc.edu/dt/20251/index.html>.

17. Canguilhem G, Restrepo L. El conocimiento de la vida. Social: Rev. Fac. Social Unaula [Internet]. 1985 [citado 14 mar 2022];(8-9):5-40. Disponible en:<http://publicaciones.unaula.edu.co/index.php/sociologiaUNAULA/article/view/1010>.
18. Dorsant L, Alarcón R, Quintana R, Arteaga Y, Favier M. Nivel de conocimiento sobre autoexamen de mamas en feminas. Revista Información Científica [Internet]. 2010 [citado 22 feb 2022];65(1):14-19. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757306011>.
19. Carvalho A, Silva M, Ferreira E. Práctica del autoexamen de mama por las usuarias del sistema único de salud de Ceará. Rev. Cubana Enfermer [Internet]. 2006 [citado 14 mar 2022]; 22(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086403192006000300009&lng=es.
20. Sardiñas R. Autoexamen de mama: un importante instrumento de prevención del cáncer de mama en atención primaria de salud. Rev. haban cienc méd [Internet]. 2009 [citado 14 Mar 2022];8(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729519X2009000300005&lng=es.
21. Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Norma técnico oncológica para la prevención, detección y detección temprana del cáncer de mama a nivel nacional [Internet] [citado 12 feb 2022] Disponible en: <https://www.irennorte.gob.pe/pdf/doctec/d0002.pdf>.
22. Alvarez C, Castro C, Rodriguez L, Donaire K. Conocimiento de las estudiantes de UNITEC sobre el cáncer de mama y su detección temprana usando la autoevaluación. Innovare Ciencia y tecnología [Internet]. 2017 [citado 12 feb 2022]; 6 (1) 82–96. Disponible en: <https://lamjol.info/index.php/INNOVARE/article/view/4949/4641>.

23. Ponce R. Autoexamen de mama: un importante instrumento de prevención del cáncer de mama en atención primaria de salud. Rev haban cienc méd [Internet].2009 [citado 14 Mar 2022];8(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2009000300005&lng=es.
24. Alvarez C, Castro C, Rodriguez L, Donaire K. Conocimiento de las estudiantes de unitec sobre el cáncer de mama y su detección temprana usando la autoevaluación. Innovare Ciencia y tecnología [Internet].2017[citado 12 feb 2022];6(1)82–96. Disponible: <https://lamjol.info/index.php/INNOVARE/article/view/4949/4641>.
25. Sanchez M, Alvarez C, Duran C, La técnica correcta para la exploración de la mama. Revista de la facultad de la medicina de la UNAM[internet]. 2017[citado 13 feb 2022]61(2):44-60. Disponible en: <https://www.mediagraphic.com/pdfs/facmed/un-2018/un182i>.
26. Manrique F, Ospina J, Vega N, Morales A, Herrera G. Factores asociados a la práctica correcta del autoexamen de mama en mujeres de Tunja. Investigación y Educación en Enfermería [Internet]2014[citado 22 feb 2022], 30 (1), 18-27. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012053072012000100003&lng=en&tlng=es.
27. Zamorano J. La hipótesis de investigación. Universidad autónoma del estado de Hidalgo [internet][citado 13 feb 2022]. Disponible en: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa4/n1/m9.html>..
28. Giraldo C, Arango M. Representaciones sociales frente al autocuidado en la prevención del cáncer de mama. Investigación y Educación en Enfermería [Internet]2009[citado 9 abr 2022];27(2),191-200. Disponible en:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072009000200004&lng=en&tlng=es.

29. Schneider J, Pizzinato A, Calderón M Mujeres con cáncer de mama: apoyo social y autocuidado percibido. Revista de Psicología (PUCP)[Internet]2015[citado 9 abr 2022], 33(2), 439-467. Disponible en:http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472015000200008&lng=es&tlng=es.
30. Muñoz S, Tose P, Molano D. Vivencias y prácticas de autocuidado de las mujeres con cáncer de mama. Popayán. Colombia. Med. Vis[Internet].2009[citado 12 abril 2022] 22(2):128-136.Disponible en:<https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistamedicasuis/article/download/349/603/1198>.
31. Naranjo Y, Concepción J, Rodríguez M. The self-care deficit nursing theory: Dorothea Elizabeth Orem. Gaceta Medica Espirituana[Internet]2017[citado 10 abr 2022]19(3):1-10. Disponible en:<https://www.medigraphic.com/pdfs/espirtuana/gme2017/gme173i.pdf>

BIBLIOGRAFÍA

- Flores J. Construyendo la Tesis Universitaria. 2da Edición. Perú: Editorial Biblioteca Nacional; 2017.
- Gómez S. metodología de la investigación. 2da Edición. México: Red del Tercer Milenio; 2012.
- Tamayo M. El proceso de la investigación científica. 6ta edición. México: Editorial LIMUSA .2018.

ANEXOS

ANEXO 1 OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALOR FINAL
Conocimiento sobre autoexamen de mamas	Saberes que se adquieren orientadas a realizar un método que no genera daño no tiene un valor que busca la reducción de la mortalidad a causa del cáncer, es decir se encuentra encaminado a la prevención de esta enfermedad	Conjunto de saberes adquiridos por las mujeres de la comunidad con la finalidad de prevenir el cáncer de mama en base a técnicas que se aprenden de manera oportuna y que se deben constituir en habituales.	Conceptos generales	Cáncer de mama Importancia Autoexamen Factores de riesgo	Alto Medio Bajo
			Frecuencia	Periodo Menstruación Durante la menopausia.	
			Técnica.	De Pie Decúbitos Inspección Palpación	

**ANEXO 2
INSTRUMENTO**

**CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN
MUJERES PARTICIPANTES DEL VASO DE LECHE NUEVA
ESPERANZA COMITÉ 41 LIMA 2022**

Presentación: Buenos días, estimada participante soy la señorita Yennelin Leslie Paucar Guado. Egresada del Programa de Estudios de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista, le solicito responder este cuestionario con sinceridad. La información es confidencial y anónima.

Instrucciones: A continuación, te presento varias preguntas por favor marca con una 'X' la respuesta correcta.

I. DATOS GENERALES:

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 1. Edad: | 4. Lugar de procedencia: |
| 2. Estado civil: | - Costa () |
| - Soltera () | - Sierra () |
| - Casada () | - Selva () |
| - Divorciada () | |
| - Conviviente() | |
| 3. Educación: | |
| - Primaria () | |
| - Secundaria() | |
| - Superior () | |

II. DATOS ESPECIFICOS

1. ¿Qué es el cáncer de mama?
- a) Una enfermedad mortal y no tiene cura.
 - b) **Presencia de tumores y nódulos en las mamas que pueden ser malignos.**
 - c) Es una enfermedad contagiosa.

2. El autoexamen de mamas

- a) Lo debe realizar el médico.
- b) **Es examinar mis mamas yo misma y detectar cualquier anormalidad.**
- c) Debo acudir a un hospital para que me lo realicen

3. ¿Por qué es importante hacerse el autoexamen de mamas?

- a) No me sirve de nada, porque igual enfermamos de cáncer.
- b) Porque permite detectar enfermedades del estómago.
- c) **Es un medio de prevención de cáncer de mama y yo lo puedo realizar.**

4. ¿Crees que todas las mujeres deben realizarse?

- a) **Sí, porque ayudaría prevenir el cáncer de mama .**
- b) No, porque no tiene importancia.
- c) Algunas no tienen que realizarse

5. El autoexamen de mamas es difundido por:

- a) La televisión
- b) **El personal de los establecimientos de salud**
- c) Los periódicos

6. En las mujeres que han tenido familiares con cáncer, es importante realizarse el autoexamen de mama en forma periódica:

- a) **Sí, porque tener familiares directos con antecedente de cáncer es un riesgo para tener cáncer de mama.**
- b) No, porque son casos diferentes, y no puedo adquirirlo
- c) A y b son ciertas

7. Si la mujer nunca ha tenido hijos piensas que debe realizarse el autoexamen de mamas.

- a) No, porque solo el cáncer les da a las que han tenido hijos
- b) No, porque nunca dio de lactar.
- c) **Sí, porque es un factor de riesgo, y debe tener más cuidado con sus mamas .**

8. En caso de mujeres que el inicio de la regla después de los 15 años a más, el autoexamen de mamas.

a) Es importante porque éste es un factor de riesgo para el tener cáncer de mama .

b) **No, porque la regla no tiene nada que ver con el cáncer de mama.**

c) La regla se relaciona con el cáncer de útero.

9. La alimentación basada en grasas y carnes rojas, la obesidad. Y la falta de ejercicio

a) **Aumenta el riesgo de tener cáncer de mama.**

b) La alimentación inadecuada solo puede producir problemas a nivel de estómago.

c) No tiene nada que ver porque no se relaciona

10. Las mujeres que usan anticonceptivos orales (píldoras) por más de 5 años.

a) **Tiene que realizarse el autoexamen en forma obligatoria, porque las píldoras contienen hormonas que pueden aumentar el riesgo de cáncer.**

b) No, porque solo son hormonas simples que no tienen consecuencias.

c) No está relacionada con el cáncer de mama

11. ¿Con qué frecuencia se debe realizar el autoexamen de mamas?

a) **Cada mes.**

b) Una vez por año.

c) No se debe realizar

12. En mujeres que menstrúan el autoexamen de mamas se realiza:

a) En el primer día.

b) Al 5to día.

c) **Dentro del 7mo y 10mo día**

13. Durante la menstruación no se realiza el autoexamen de mamas por:

a) **Porque nuestras mamas están más sensibles.**

b) Es doloroso.

c) Si se debe examinar

14. En mujeres durante la menopausia se debe auto examinar las mamas:

a) Anualmente

b) Diariamente

c) **Mensualmente**

15. Durante la menopausia se debe realizar el autoexamen de mamas:

a) **Escogiendo un día fijo.**

b) Puedes hacerlo cualquier día.

c) Ya no se debe realiza.

16. Posición para observar sus mamas:

a) Sentada

b) **Parada**

c) Acostada

17. La palpación de mamas se debe realizar:

a) Sentada

b) Parada

c) **Acostada**

18. Para realizar la palpación de las mamas se:

a) Utiliza toda la mano.

b) Con aparatos

c) **Utiliza la yema de dedos**

19. El orden para examinar sus mamas es:

a) Ambas a la vez.

b) **Primero una y luego la otra. Con movimientos rotatorios.**

c) Empezando por el pezón.

20. Para realizarse la inspección de sus mamas

a) **Puedo hacerlo frente a un espejo, para observar cualquier alteración en las mamas.**

b) Lo puedo realizar sin un espejo, porque no me ayuda en nada.

c) El médico o la obstetra me lo realizan en consulta

ANEXO 3

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

ITEMS	JUECES						P. binomial
	1	2	3	4	5	6	
1	1	1	1	1	1	1	0,0156
2	1	1	1	1	1	1	0,0156
3	1	1	1	1	1	1	0,0156
4	1	1	1	1	1	1	0,0156
5	1	1	1	1	1	1	0,0156
6	1	1	1	1	1	1	0,0156
7	1	1	1	1	1	1	0,0156
8	1	1	0	1	1	1	0,0156
9	1	1	1	1	1	1	0,0156
10	1	1	1	1	1	1	0,0156
P							0.2344

Considerándose 0 si la respuesta es negativa

Considerándose 1 para la respuesta positiva

Teniendo en cuenta que la respuesta 7 y 8 son inversas a la respuesta.

$$P = \frac{0.2344}{10} = 0.02344$$

Por lo tanto el valor de P es igual a 0.23 según la respuesta de los jueces, lo que significa que si P es menor igual de 0.05 debe de considerarse valido.

ANEXO 4

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Variable	Numero de ítems	KR20	Confiabilidad
Conocimiento sobre autoexamen de mamas	20	0.70	Buena

Coeficiente de KR20

$$KR_{20} = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum pq}{\sigma^2 X} \right]$$

Obteniendo el valor de 0.70 determinando que la confiabilidad es buena.

ANEXO 5

ESCALA DE VALORACION DEL INSTRUMENTO

	GENERAL
Conocimiento alto	0 a 6
Conocimiento medio	7 a 13
Conocimiento bajo	14 a 20

Por Dimensiones:

Conceptos generales	
Conocimiento alto	0 a 4
Conocimiento medio	5 a 7
Conocimiento bajo	8 a 10

Frecuencia	
Conocimiento alto	0 a 1
Conocimiento medio	2 a 3
Conocimiento bajo	4 a 5

Técnica	
Conocimiento alto	0 a 1
Conocimiento medio	2 a 3
Conocimiento bajo	4 a 5

ANEXO 6

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimadas participantes, me encuentro realizando un trabajo de investigación titulado: **“CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES PARTICIPANTES DEL VASO DE LECHE NUEVA ESPERANZA COMITÉ 41 LIMA 2022”**. Antes que usted acepte participar en el estudio, se le ha tenido que explicar lo siguiente: Propósito del estudio, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente usted pueda aceptar la participación de manera libre y voluntaria.

Propósito del estudio:

El estudio de investigación tiene como propósito determinar el conocimiento sobre autoexamen de mamas en mujeres participantes en un vaso de leche, favoreciendo de esta manera la prevención de las enfermedades que pueden alterar la salud de la mujer en diferentes etapas de su vida.

Riesgos:

El estudio de investigación se trabajará con cuestionarios debidamente identificados, no se realizará ningún otro tipo de evaluación. Por lo tanto, se considera que el estudio no representa ningún riesgo para el participante, cualquier consulta puede realizarla Yennelin Leslie Paucar Guado. Celular 941390929, correo: yelspg15@gmail.com

Asimismo, el trabajo de investigación y sus anexos han sido evaluados y aprobados por el Comité de Ética de Investigación (CIEI) de la Universidad Privada San Juan Bautista, podrá contactarse si tiene alguna duda con el Mg. Juan Antonio Flores Tumba (Presidente de CIEI) o a su correo institucional : Antonio.flores@upsjb.edu.pe

Beneficios:

El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información

brindada de manera veraz ofrecerá datos que pueden utilizarse para gestionar soluciones acordes a la realidad estudiada, brindando a los estudiantes información que promueva una cultura saludable en su vida evitando productos que pueden traer complicaciones a futuro.

Confidencialidad

Para efectos de la investigación, la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora, para efectos posteriores se procederá a colocar Código de Identificación (ID) que consistirá en un número correlativo, lo que permitirá la elaboración de la base de datos, para el posterior análisis estadístico, la cual será conservada de manera confidencial.

Por lo tanto, yo _____ , manifestó que he sido informado (a) sobre el estudio y doy mi conformidad para participar en el estudio.

Nombre y Apellidos del participante

Firma

Nombre y Apellidos del investigador

Firma