

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



TITULO

**EFFECTO DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE
AUTOEXAMEN DE MAMAS EN EL CONOCIMIENTO
DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS**

PUEBLO NUEVO

OCTUBRE

2 016

TESIS

PRESENTADA POR BACHILLER:

HUAMANCHUMO CHIRINOS MILAGROS ANGELICA

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

CHINCHA – PERÚ

2017

ASESORA:

LICENCIADA MARIA QUISPE BARRAGAN

AGRADECIMIENTO

- A Dios por guiar cada uno de mis pasos, a pesar de los obstáculos y dificultades, lleno de bendiciones mi vida; por haber puesto en mi camino aquellas personas que han sido mi soporte y compañía en mi vida.
- A mi Alma Mater Universidad Privada San Juan Bautista, por los conocimientos logrados durante estos años de estudio para mi formación profesional.
- A la Escuela Profesional de Enfermería, a la plana docente, por la enseñanza abnegada que imparte, en la formación de profesionales al servicio de la sociedad.
- Al Director de la Institución Educativa Secundaria José Yataco Pachas Profesor José Luis Matías Ortiz, por permitirme ejecutar el presente trabajo de investigación.
- A las alumnas de la institución educativa José Yataco Pachas, quienes participaron en forma desinteresada en el desarrollo de la investigación.
- A todas las personas que con su aliento y apoyo moral contribuyeron en la culminación del presente trabajo de investigación.

DEDICATORIA:

Dedico esta tesis a mis padres Verónica y Henry que siempre me apoyaron incondicionalmente en la parte moral y económica para poder llegar a ser una profesional.

A mis hermanos Elena y Henry y a toda mi familia en general por el apoyo que siempre me brindaron día a día en el transcurso de cada año de mi carrera universitaria.

Dedico esta Tesis a mi abuela Hipólita Sánchez Castillo, y aunque ya no se encuentre conmigo físicamente, sé que ella siempre quiso lo mejor para mí porque gracias a sus bendiciones constantes pude culminar este trabajo.

RESUMEN

El autoexamen de mama constituye una herramienta de inestimable valor para el diagnóstico precoz de sus lesiones mortales como es el cáncer mamario. Es un método eficaz, sencillo, inocuo y sin costo adicional. Nadie como la propia mujer para conocer los detalles y evolución de su mama en cada autoexploración mensual. Por lo que el autoexamen se constituye una medida de prevención y sobre todo en las mujeres adolescentes. En tal sentido el objetivo de la investigación fue determinar el efecto de una intervención educativa sobre autoexamen de mamas en el conocimiento de las adolescentes de la institución educativa José Yataco Pachas Pueblo Nuevo octubre 2016. El estudio correspondió al enfoque cuantitativo, diseño cuasi-experimental, longitudinal, la población estuvo constituida por 35 adolescentes del 5to de secundaria, cantidad obtenida por muestreo no probabilística intencional; se obtuvo los datos a través de una encuesta utilizando como instrumento un cuestionario el cual fue validado a través de juicio de expertos, demostrando su confiabilidad mediante el Coeficiente Alfa de Crombach en una prueba piloto previa. El instrumento se aplicó como pre y post test, antes y después de la intervención durante 8 sesiones educativas, cuyo efecto se verifica con la utilización del estadístico T Student. Resultados: El conocimiento de las adolescentes sobre autoexamen de mamas según sus generalidades, frecuencia, pasos del autoexamen de mamas fue malo obteniendo 63%(22); 83%(29) ;51%(18) antes de la intervención, sin embargo, después de la intervención educativa fue bueno alcanzando 94%(33); 100%(35); 100%(35) en cada dimensión, siendo de manera global 66%(23) malo y posterior a la intervención alcanzó un 100%(35) como bueno. Conclusiones: La intervención educativa tuvo efecto positivo, demostrado a través del valor de T Student (7.80).

PALABRAS CLAVE: Intervención educativa, autoexamen de mamas, conocimiento.

ABSTRACT

Breast self-examination is an invaluable tool for the early diagnosis of its deadly lesions such as breast cancer. It is an effective, simple, safe and at no additional cost. No one like the woman herself to know the details and evolution of her breast in each monthly self-exploration. Therefore self-examination is a preventive measure and especially in adolescent and young women. In that sense the objective of the investigation is to determine. Effect of an educational intervention on breast self-examination in the knowledge of the adolescents of the educational institution José Yataco Pachas Pueblo Nuevo October 2016. The study corresponded to the quantitative approach, quasi- experimental design, longitudinal, the population consisted of 35 adolescents from the 5th of secondary, quantity obtained by intentional non-probabilistic sampling; The data were obtained through a survey using as an instrument a questionnaire which was validated through expert judgment, demonstrating its reliability using the Crombach Alpha Coefficient in a previous pilot test. The instrument was applied as pre and post test, before and after the intervention during 8 educational sessions, whose effect is verified with the use of the Student T statistic. Results: Adolescents' knowledge about breast self-examination according to their generalities, frequency, breast self-examination steps was poor, obtaining 63%(22); 83%(29) ;51%(18) before the intervention, however, after the educational intervention was good reaching 94%(33); 100%(35); 100%(35) in each dimension, being globally 66%(23) bad and post intervention reached 100%(35) as good. Conclusions: The educational intervention had a positive effect, demonstrated by the Student T value (7.80).

KEYWORDS: Educational intervention, breast self-examination, knowledge.

PRESENTACIÓN

Actualmente, el cáncer de mama es un serio problema de salud pública, no solo por el aumento de su incidencia, sino por el daño que ocasiona en la persona, familia y la sociedad al causar muerte y discapacidad. Frente a ello la propia mujer adolescente es quien debe llegar a conocer mejor su mama, en tal sentido puede desempeñar un papel importante en la detección precoz de este cáncer realizando el autoexamen de mamas y así contribuir en la promoción y prevención de su salud.

El objetivo del estudio fue determinar el efecto de una intervención educativa sobre autoexamen de mamas en el conocimiento de las adolescentes de la institución educativa José Yataco Pachas Pueblo Nuevo octubre 2016. El propósito de estudio fue determinar la efectividad e impacto que tiene una intervención educativa respecto al autoexamen de mamas a través del conocimiento reflejado en las adolescentes. Es en ellas donde se debe iniciar a fomentar el autoexamen de mamas para que lo convierta en una práctica de autocuidado a lo largo de su vida, ya que si bien es cierto tienen poca probabilidad de padecer el cáncer de mama a su edad, pero están próximas a ser jóvenes adultas repercutiendo todo lo aprendido y aplicado durante la adolescencia. El aprendizaje de conductas relacionadas al cuidado de la salud como es el autoexamen, requieren diversas aplicaciones y estrategias para que sean efectivas y haga posible aplicarlo durante toda la vida.

El estudio está constituido por cinco capítulos, distribuidos de la siguiente manera:

Capítulo I: El Problema Conformado por el Planteamiento del Problema, Formulación del Problema, Justificación, Objetivo General, Objetivos específicos y Propósito, Capítulo II: Marco Teórico conformado por Antecedentes del estudio, Base teórica, Hipótesis, Variables y definición operacional de términos, Capítulo III: Metodología de la Investigación

conformado por el Tipo de estudio, Área de estudio, Población, Técnica e instrumento de recolección de datos, Diseño y Procesamiento de datos, Capítulo IV: Análisis de los Resultados Conformado por Resultado y la Discusión, Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones Conformado por Conclusiones y Recomendaciones , Además de referencias bibliográficas, bibliografía y anexos.

ÍNDICE

	Pág.
CARÁTULA	I
ASESORA	II
AGRADECIMIENTO	III
DEDICATORIA	IV
RESUMEN	V
ABSTRACT	VI
PRESENTACIÓN	VII
LISTA DE TABLAS	XI
LISTA DE GRÁFICOS	XI
LISTA DE ANEXOS	XII
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA:	
I.a. Planteamiento del problema.	13
I.b. Formulación del problema.	16
I.c. Objetivos	16
I.c.1. General.	
I.c.2 .Específicos	
I. d. Justificación	17
I.e. Propósito.	17
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO:	19
II.a. Antecedentes Bibliográficos.	19
II.b. Base teórica.	26
II.c. Hipótesis.	34
II.d. Variables.	34
II.e. Definición operacional de términos.	35

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN:	
III.a. Tipo de estudio.	37
III.b. Área de estudio.	37
III.c. Población y muestra.	37
III.d. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	38
III.e. Diseño de recolección de datos.	39
III.f. Procesamiento y análisis de datos.	40
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS:	41
IV.a. Resultados.	41
IV.b. Discusión.	47
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:	51
V.a. Conclusiones.	51
V.b. Recomendaciones.	52
Referencias bibliográficas	53
Anexos	59

LISTA DE TABLAS

N°	TÍTULOS	Pág.
1	DATOS GENERALES DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016.	41

LISTA DE GRÁFICOS

N°	TÍTULOS	Pág.
1	CONOCIMIENTO SEGÚN GENERALIDADES ANTES Y DESPUÉS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016.	42
2	CONOCIMIENTO SEGÚN FRECUENCIA ANTES Y DESPUÉS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016.	43
3	CONOCIMIENTO SEGÚN PASOS ANTES Y DESPUÉS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016.	44
4	EFEECTO DEL CONOCIMIENTO GLOBAL ANTES Y DESPUÉS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016.	45

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
- ANEXO N° 1: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	60
- ANEXO N° 2: INSTRUMENTO	63
- ANEXO N° 3: VALIDEZ DE INSTRUMENTO –CONSULTA DE EXPERTOS	69
- ANEXO N° 4: CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO-ESTUDIO PILOTO	70
- ANEXO N° 5: TABLA DE CÓDIGOS	71
- ANEXO N° 6: TABLA MATRIZ	73
- ANEXO N° 7: CONSENTIMIENTO INFORMADO	79
- ANEXO N° 8 EVIDENCIAS DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA	80

CAPITULO I

EL PROBLEMA

I.a. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

La educación en salud a la población es un pilar importante para tomar conciencia de la necesidad de evaluaciones periódicas para un diagnóstico precoz. La incidencia de este cáncer está en aumento, asimismo según la Organización mundial de la salud en el año 2013 menciona que el cáncer de mama es más común entre la población femenina tanto en los países desarrollados como en los países sub desarrollados.¹

Según la Organización panamericana de salud en el año 2015 recomendó que la concientización y promoción del cáncer mamario es un elemento esencial para la detección temprana del cáncer. Es imprescindible que cualquier fémina tenga conocimientos de los indicios frecuentes asociados al cáncer a través del autoexamen de mamas (masas y engrosamientos), detectado este a tiempo se puede realizar de manera inmediata una evaluación, de tal manera que mejore el desenlace clínico en la mujer. La educación para la salud es una estrategia de promoción de la salud por lo tanto es de mucha importancia en el área de trabajo pedagógico además de que tiene un enfoque ideológico y metodológico como consecuencia existe una parte negativa sobre diferentes aspectos de la salud para una visión positiva conduciendo a un movimiento ideológico, según el cual las acciones deben ir dirigidas a fomentar estilos de vida sano.²

Según Carvalho (2015) en su estudio sobre conocimientos en mujeres acerca del autoexamen de mama y la detección precoz del cáncer concluye, que existe la necesidad de fortalecer los programas de salud dirigidas a la mujer, en lo que se refiere al conocimiento de su cuerpo, principalmente el

autoexamen de mama ya que sus resultados de la investigación fueron que la mayoría de mujeres tiene un conocimiento pobre sobre el tema mencionado.³

Un estudio realizado en Ecuador (2014) en el instituto docente universitario concluyó que las alumnas desconocían la técnica adecuada para realizar el autoexamen de mama un 75,9 % reconoció que con la palpación se puede detectar fácilmente la presencia de masas o tumoraciones y un 62,9 % que la palpación de la mama puede ser de pie, sentada o acostada. Sin embargo al ser aplicado el programa educativo, donde además, se precisó con detalles la técnica del autoexamen de mama se encontró que la totalidad de la muestra respondió de forma positiva en un 100%.⁴

Un estudio realizado en Cuba (2015) se obtuvo como resultado que el nivel de conocimiento en estudiantes de secundaria sobre las enfermedades benignas mamarias y la realización mensual de autoexamen de mama era insuficiente y que no lo practicaban .⁵

Según el Ministerio de Salud del Perú hasta el 2014 se tiene 8090 casos de cáncer maligno de mama, de los cuales el departamento con más casos es Lima, seguido por Puno y en tercer lugar Arequipa, Lambayeque se encuentra en el cuarto lugar con 54 casos registrados.⁶

Según la INEN (2013) en el Perú se tienen 3500 casos registrados del cáncer de mama lo que representa el 70% de los cánceres ginecológicos. De acuerdo con la tasa de incidencia en Lima y Callao, el cáncer de mama obtiene el mayor porcentaje de los 5 tipos de neoplasias más comunes en las mujeres. “Las proyecciones hacia el año 2020 ascienden a 5643 casos, equivalentes a una tasa de 33,12 x 100 mil habitantes”. En la ciudad de Lima, mueren 14 pacientes por día debido a esta neoplasia, de los cuales 1 es por cáncer de mama. Debido a la escasez de prevención, y concientización además de la falta de clínicas especializadas en zonas alejadas contribuyen con esta realidad.⁷

Así mismo en Tacna en el año 2013 se realizó un estudio sobre conocimiento de autoexamen de mama que se obtuvo como resultado que el 65% de las adolescentes evidencian un nivel de conocimiento insuficiente y el 66% presentaron una actitud positiva, el 68% presenta una práctica inadecuada y el 78% no practica el autoexamen de mama, se concluyó que el conocimiento que tiene las estudiantes adolescentes sobre el autoexamen de mama es insuficiente, y no lo practican. ⁸

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el año 2013 realizó una encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES), se realizan preguntas a las mujeres sobre el conocimiento y realización del autoexamen de mama, se encontró que el 42,4% de las mujeres en edad fértil entre 20 y 49 años refirió no conocer cómo se hace el autoexamen de mama. De estas, 81,7% refirió realizarse el auto-examen de mama, pero no correctamente.⁹

El departamento de Puno, es la segunda región con mayor índice de muertes con cáncer de mama, en el año 2013, en el Hospital Regional Manuel Núñez Butrón de Puno, un total de 876 mujeres se sometieron al diagnóstico preliminar, de los cuales 75 presentaron cáncer generalizado, entre ellas 10 mujeres con cáncer de mama, según informó el Doctor Eloy Enríquez Lencinas jefe del Departamento de Gineco -obstetricia, comentó que el 85% de las mujeres portadoras del cáncer de mama acuden al centro hospitalario, en situación avanzada, de ese porcentaje solamente el 25% de mujeres toman conciencia y consideran necesario acudir ante un especialista¹⁰

Considerando que la población femenina es más propensa de adquirir el cáncer de mama, deben ser capaces de detectar el cáncer de mama en sus primeros estadios y así evitar a futuro mayores complicaciones en relación a la neoplasia mamaria, es importante investigar sobre aspectos relacionados a la prevención y diagnóstico oportuno, por lo tanto se considera importante que las mujeres en esta etapa de la adolescencia tengan la oportunidad para

informarse y reflexionar respecto al cáncer de mama, a nivel de nuestro país existen antecedentes sobre cáncer de mama que hacen evidencia su existencia, así como en los medios de comunicación dan a conocer el incremento de los casos de morbilidad y mortalidad en mujeres mayores de 25 años, así mismo al interactuar con algunas estudiantes de la Institución Educativa José Yataco Pachas ante la problemática del cáncer de mama se muestran temerosas y avergonzadas algunas refieren “no sé qué es eso”, “no conozco los pasos del autoexamen de mama y de los factores de riesgo del cáncer de mama”, “desconozco totalmente”, entre otras expresiones lo que hace presumir que no existe conocimiento al respecto, por el cual es importante brindar información y educación que permita incrementar el conocimiento, orientado al cuidado de las mamas. Frente a esta situación se plantea la siguiente pregunta:

I.b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuál es el efecto de una intervención educativa sobre autoexamen de mamas en el conocimiento de las adolescentes de la institución educativa José Yataco Pachas Pueblo Nuevo octubre 2016?

I.c. OBJETIVOS:

I.c.1. GENERAL:

Determinar el efecto de la intervención educativa sobre el autoexamen de mamas en el conocimiento de las adolescentes de la institución educativa José Yataco Pachas Pueblo Nuevo octubre 2016.

I.c.2. ESPECIFICOS

- Identificar el conocimiento sobre autoexamen de mama antes y después de la intervención educativa de acuerdo a:

- Generalidades sobre autoexamen de mamas

- Frecuencia
- Pasos de autoexamen de mamas

- Ejecutar la intervención educativa sobre autoexamen de mama en las adolescentes de la I.E José Y ataco Pachas de acuerdo a:

- Generalidades sobre autoexamen de mamas
- Frecuencia
- Pasos de autoexamen de mamas

I.d. JUSTIFICACIÓN:

El estudio cobra importancia porque en la actualidad el cáncer de mama es uno de los problemas de salud por su impacto social y económico en todo el mundo ya que los indicadores epidemiológicos muestran que es la segunda causa de muerte en la población femenina.

La enfermera como pilar fundamental en la prevención y promoción de la salud considera el autoexamen de mama como la actividad primordial en la detección precoz del cáncer mamario, por lo cual se requiere que la población adolescente tome conciencia e interés en poseer cultura de práctica de autoexamen de mama solo así se podrá disminuir la incidencia y mortalidad de la enfermedad, por la magnitud, trascendencia y vulnerabilidad en la mujer; y de esta manera sensibilizar a la población femenina y así disminuir las altas tasas de morbi mortalidad.

I.e. PROPÓSITO:

El propósito está orientado a mejorar el aprendizaje de conductas relacionadas al cuidado de la salud como es el autoexamen de mamas, requieren diversas aplicaciones y estrategias para que sean efectivas y haga posible aplicarlo durante toda su vida las adolescentes.

Dentro del rol de enfermería, uno de los aspectos relevantes incluye la educación, la cual hará posible desarrollar actividades de promoción de la salud; además consolidar la estrategia IEC (Información, Educación y Comunicación) que hagan posible los cambios necesarios en los estilos de vida considerando que el efecto negativo sobre las condiciones de salud de la persona, además tiene como propósito incentivar su labor preventiva promocional.

Los resultados obtenidos de la investigación serán entregados al director de la institución educativa y al director del establecimiento de salud para que se firme alianzas estratégicas y propiciar el cuidado de la salud.

CAPITULO II MARCO TEÓRICO

II.a. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS:

Gonzales O, Rodríguez I, De la cruz D, Veliz M, Siles A. En el año 2016 realizó una investigación de tipo cuasi experimental: **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LAS AFECCIONES BENIGNAS MAMARIAS Y EL AUTOEXAMEN DE MAMA DE LAS MUJERES DE UN CONSULTORIO MÉDICO, E INCREMENTAR LOS MISMOS A TRAVÉS DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA, LA HABANA. CUBA.** **Material y métodos:** se realizó un estudio de intervención con las mujeres pertenecientes a la comunidad del consultorio 19 del policlínico Raúl Sánchez. Para el estudio el autor consideró la totalidad de las féminas del consultorio en las edades de 20 a 49 años (N= 121), la muestra quedó conformada por las 45 que cumplieron los criterios de inclusión: deseo de participar en la investigación y ausencia de enfermedad invalidante que afectara su capacidad intelectual o física. **Resultados:** el nivel de conocimientos de las mujeres sobre las enfermedades benignas mamarias fue insuficiente. Después de la intervención realizada estos se elevaron y se logró cambiar la percepción de las mujeres, que reflexionaron de forma conveniente sobre la importancia de la realización del autoexamen de mama en esta etapa de la vida. **Conclusiones:** se logró elevar los conocimientos de las mujeres sobre las enfermedades mamarias benignas, así como cambiar la actitud de las mismas hacia el autoexamen de mama, reconociéndolo como medio de considerable valor para el diagnóstico precoz de afecciones mamarias.¹¹

Blanco M, Quintas M, Gonzales H, Gonzales S, Delgado R. En el año 2014 realizaron una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue determinar el **NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA EN LA REALIZACIÓN DEL AUTOEXAMEN DE MAMA ANTES Y DESPUÉS DE LA**

CAPACITACIÓN EN EL CONSULTORIO MÉDICO DE LA FAMILIA N° 14 DEL ÁREA CENTRO DEL MUNICIPIO DE CIEGO DE ÁVILA. ESPAÑA.

Material y método: Se tuvo como universo de 325 mujeres entre las edades comprendidas de 25-64 años, la investigación se realizó en 2 etapas: la primera etapa consistió en una entrevista estructurada con las distintas variables. En la segunda etapa se realizó la intervención educativa con varias sesiones de capacitación en el conocimiento y técnica del autoexamen de mama, utilizándose distintos medios de enseñanza como folletos, videos, ejercicios prácticos, al finalizar la acción educativa se aplica la misma entrevista estructurada. **Resultados:** Antes de la capacitación solo el 10.8% de las mujeres se realizaban el autoexamen de mama, la mayoría desconocía la técnica y habían recibido información de la Tv y otra prensa de comunicación; después de la capacitación se incrementó el nivel de conocimiento en un 74.5% de las mujeres sin embargo un 25.5% continuaba haciéndolo de forma incorrecta. **Conclusiones:** Se concluye que la capacitación fue efectiva; ya que hubo un incremento representativo en el conocimiento y realización de autoexamen de mama en las mujeres del consultorio médico.¹²

Inga P. En el año 2013 realizó una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue **MODIFICAR LOS CONOCIMIENTOS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMA A TRAVÉS DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN MUJERES DEL BARRIO CHAMANAL, SECTOR OBAPRÍA. ECUADOR.** **Material y método:** El universo estuvo constituido por 100 mujeres de 20 a 60 años de edad. Se seleccionó una muestra aleatoria simple de 50 féminas, Las variables estudiadas fueron: edad, escolaridad, vías por las cuales ha oído hablar del auto examen, frecuencia de su realización, momento en el que se lo realizan, principales alteraciones que pueden detectarse, formas de diagnóstico temprano, técnica de la realización del auto examen. Los datos se obtuvieron a través de una encuesta y el examen físico.

Se utilizó el porcentaje como medida de resumen y se realizó los respectivos cuadros para el análisis estadístico. **Resultados:** Con la intervención se elevó el nivel de conocimiento de las mujeres de un 72% que desconocían a un mejoramiento general del 96%, especialmente sobre la frecuencia y el momento del ciclo menstrual en que deben realizarse el auto examen de mamas, las alteraciones que se pueden detectar y las formas posibles que identifican o diagnostican tempranamente las afecciones de dicho órgano. **Conclusiones:** se concluye que la intervención educativa ayudó a comprender a las féminas convocadas a las charlas que el auto examen de mama es un método que puede ayudar a conocer la apariencia y forma normal de los senos. Involucrando dos pasos principales, mirar y palpar los senos buscando cualquier cambio fuera de lo normal.¹³

Proenza L, Gallardo Y, García C. En el año 2012 realizaron una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue determinar el **NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS MEDIANTE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN MUJERES DE LA POLICLÍNICA UNIVERSITARIA RENE VALLEJO ORTIZ, SANTIAGO DE CUBA. CUBA.** **Material y método:** El universo estuvo constituido por 32 mujeres que se prepararon en el momento de la investigación para ser promotoras de salud comunitarias, la muestra quedo conformada por 26 mujeres, se realizó un pre-test sobre el tema, luego la intervención educativa sobre autoexamen de mamas, continuando con un pos-test, con vistas a modificar el conocimiento. **Resultados:** Se apreció que antes de la intervención 7 mujeres (26.9%) lo practicaban y conocimiento, al aplicar dicha intervención se evidenció el incremento del nivel de conocimiento con 24 mujeres (97.9%), las cuales tomaron conciencia, al ser promotoras de salud ya que son responsables en difundir sobre el tema. **Conclusiones:** La intervención educativa ayudó a mejorar el conocimiento en las promotoras de salud sobre autoexamen de mama.¹⁴

Calizaya S. En el año 2016 realizó una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue determinar la **EFICACIA DE LAS TÉCNICAS AUDIOVISUALES Y DEMOSTRATIVA EN EL CONOCIMIENTO PRÁCTICO EL AUTOEXAMEN DE MAMA EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE ANTIPLANO-PUNO. Material y Método:** La investigación fue de tipo cuasi experimental para las técnicas audiovisual y demostrativa ambas con un diseño de pre test y post test, la muestra estuvo constituida por 20 estudiantes dividida en dos grupos, la técnica para la recolección de datos fue la observación y el instrumento fue la guía de observación. Para el análisis de los datos se utilizó la estadística descriptiva porcentual y la contrastación de la hipótesis con la prueba T-Student. Resultados: antes de la aplicación de la técnica demostrativa, un 90% obtuvo un conocimiento deficiente, seguido de un 10% con conocimiento regular y después de la aplicación de la técnica el 80% obtuvieron un conocimiento bueno, seguido de un 20% con un conocimiento regular. En cuanto a la técnica audiovisual un 90% obtuvo un conocimiento deficiente, seguido de un 10% con conocimiento regular y después de la aplicación de la técnica el 20% obtuvieron un conocimiento regular, seguido de un 80% con un conocimiento deficiente. **Conclusiones:** que la técnica demostrativa es más eficaz que la técnica audiovisual en el conocimiento práctico sobre autoexamen de mama en las estudiantes, estadísticamente se corrobora con la prueba de “t student” con un nivel de confianza del 95%.¹⁵

Morales J, Zavala Y. En el año 2015 realizaron una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue determinar la **EFICACIA DE UN TALLER EDUCATIVO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMA EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y HABILIDAD PRACTICA DE MUJERES QUE ACUDEN AL PROGRAMA DE DIABETES DEL HOSPITAL NACIONAL DOS DE MAYO, CALLAO-PERÚ. Material y Método:** Como instrumento para identificar el nivel de conocimiento en sus dimensiones conceptual y

procedimental se aplicó un test antes y después de realizar el taller educativo; y, se añadió como instrumento opcional; una guía de observación para evaluar la habilidad práctica en la técnica del Autoexamen de mama al final del taller educativo a un total de 20 mujeres que cumplían con los criterios de inclusión seleccionados para el estudio de la problemática planteada. **Resultados:** después del taller educativo, los valores del nivel de conocimiento alto aumentó en 55% asimismo la evaluación del procedimiento de la técnica obtuvo un porcentaje elevado en la adecuada realización del Autoexamen de mama. **Conclusiones:** Se concluye que las mujeres evidenciaron una mejora estadísticamente significativa en el aumento del nivel de conocimiento ya sea conceptual como procedimental en la aplicación del taller.¹⁶

Cusi M. En el año 2015 realizó una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue determinar la **EFFECTIVIDAD DE LA TÉCNICA AUDIOVISUAL EN EL CONOCIMIENTO DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI –ILAVE, PUNO**. **Material y Método:** La investigación fue de tipo pre - experimental, con diseño pre test y post test, la población estuvo constituida por 39 alumnas matriculadas del 5to grado “A” y “B”, la recolección de datos se realizó mediante la técnica de la encuesta, el instrumento para la recolección de datos fue el cuestionario. Para el análisis de datos se aplicó la estadística diferencia pareada (antes - después) y para la contrastación de la hipótesis se utilizó la prueba t de student. **Resultados:** del 100% de estudiantes, antes de la sesión educativa, el 87.2% tenían nivel de conocimiento deficiente, el 12.8% con nivel de conocimiento regular y ninguna estudiante alcanzó al nivel de conocimiento bueno; después de la sesión educativa el 94.9% mejora su conocimiento a nivel bueno, el 5.1% con nivel de conocimiento regular y ninguna estudiante con nivel de conocimiento deficiente. **Conclusiones:** se concluyó que la técnica audiovisual fue efectiva incrementando el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mamas en

estudiantes de la Institución Educativa Secundaria José Carlos Mariátegui Ilave.¹⁷

Condori L, Sairitupa J, Quispe A. En el año 2014 realizaron una investigación de tipo cuasi experimental cuyo objetivo fue determinar la **EFFECTIVIDAD DEL PROGRAMA EDUCATIVO “CUIDANDO MIS MAMAS” EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMA EN LAS ALUMNAS DE 5TO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “FE Y ALEGRÍA N° 24” VILLA MARIA DEL TRIUNFO-CALLAO**”. **Material y método:** La muestra fue por selección aleatoria el cual estuvo conformada por 34 alumnas, adolescencia media (14 -17 años), se eligió este grupo etario porque en ellas se da un período de crecimiento físico rápido e intenso de las características sexuales y un mayor desarrollo mental y emocional. Se aplicó el programa educativo en cuatro sesiones, y se procedió a medir el nivel de conocimiento antes y después de su ejecución, empleando el cuestionario como instrumento. **Resultados:** Después de la intervención educativa a la población en estudio, los resultados que obtuvieron un conocimiento alto con un 100% sobre el autoexamen de mama. **Se concluyó:** que el programa educativo fue efectivo, porque hubo un incremento representativo en el nivel de conocimiento de las alumnas sobre el autoexamen de mama.¹⁸

Pacohuanaco M. En el año 2012 realizó una investigación de tipo descriptivo correlacional cuyo objetivo fue determinar el **CONOCIMIENTO, ACTITUD Y SU RELACIÓN CON LA PRÁCTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMA EN ADOLESCENTES DEL NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARISCAL CÁCERES. TACNA**. **Material y Método:** trabajó con la población universo de 100 adolescentes, se aplicó el instrumento un cuestionario para establecer la validación entre las variables. **Resultados:** se mostró que el 65 % de adolescentes evidencian un nivel de conocimiento insuficiente, el 66% presentaron una actitud positiva y el 78% no practica el

autoexamen de mama. **Conclusiones:** Se concluye que el 65 % de adolescentes evidencian un nivel de conocimiento insuficiente, el 66% presentaron una actitud positiva y el 78% no practica el autoexamen de mama.¹⁹

Los antecedentes citados coinciden en que continua el problemas sobre el bajo conocimiento y practica del autoexamen de mama, por lo que se ve la necesidad de continuar con el fortalecimiento de programas e intervenciones educativas para que así la población desde la etapa vida adolescente tome conciencia de esta enfermedad maligna que con lleva muchas veces a la mortalidad y discapacidad femenina. Educando y promocionando salud en la población se puede cambiar muchos hábitos y así la propia adolescente se acostumbre y practique durante toda su vida el autoexamen de mama.

II.b. BASE TEÓRICA:

INTERVENCIÓN EDUCATIVA:

Según Montoya Cáceres: Es la participación de una entidad o de un profesional con la finalidad de enseñar temas de interés al público estudiantil, la cual adquieren conocimientos respecto a los objetivos propuestos, actualmente se requiere de estrategias para llegar al público, como son las visuales a través de grabaciones, películas, o de proyecciones de filminas a través del Power Point, todo estos instrumentos mejoran la comprensión del tema.²⁰

El contenido de materias que componen el tema de autoexamen de mamas busca desarrollar habilidades manuales y cognitivas para evaluar un análisis orientado a la transformación del mal.²¹

Una intervención educativa consta de las siguientes etapas:

-Planificación: es el estudio para la realización del cumplimiento de los objetivos y hacerlo realidad. Es la presentación de proyecto con las actividades a realizar.

-Ejecución: es la realización del objetivo, es decir, poner en marcha o en movimiento un elemento, en mi caso es la participación de mi persona en aula, enseñando como se realiza un autoexamen y la importancia de esta.

-Evaluación: se determina el mérito, el conocimiento adquirido por los estudiantes.²²

La Organización Mundial de la Salud (OMS), hace referencia a la educación como parte fundamental en la promoción de la salud, la cual debe ser un instrumento más en el trabajo diario de los profesionales de salud, por tanto, no debe considerarse un área específica de la atención ni mucho menos un aspecto de la atención reservada, sino una parte entre el usuario y el personal de salud.²³

La atención primaria al ser el primer contacto del individuo y la comunidad con el sistema de salud debe abordar la educación para la salud en sus aspectos de promoción y prevención dirigida principalmente al individuo sano.²⁴

La educación de la salud, da conocimientos con la finalidad de que las féminas prevengan enfermedades neoplásicas, y además instruyan a sus familiares o comunidad con cambios de conductas sanitarias, y de esfuerzos físicos, para que mejore las condiciones de vida de los individuos. De los profesionales del Área de salud, es la enfermera quien tiene contacto con la clínica de un Distrito o comunidad y por ende con los pobladores, conociendo las necesidades individuales o colectivas para poder informar correctamente sobre una educación para la salud ²⁵.

CONOCIMIENTO:

El conocimiento es sabiduría que se obtiene a través de información, de leyes, de hipótesis de la naturaleza en general, y que el hombre lo adquiere en instituciones educativas, y también por la interacción de este con el mundo real; debido al avance tecnológico, la ciencia pura evoluciona de manera exponencial.²⁶

Los estudiantes interactúan de manera global, obteniendo información de cualquier parte del mundo, por tanto, están actualizados en los avances científicos, y responden a las enfermedades con mucho acierto y podemos decir experiencia²⁷.

La Real Academia Española dice que el conocimiento es un conjunto de información almacenado mediante la experiencia o el aprendizaje, en el sentido más amplio del término se trata del empoderamiento de múltiples datos interrelacionados. Consecuentemente, el hombre posee la capacidad de aprender información cerca de su entorno y de sí mismo el cual lo interioriza de una forma racional e irracional; indudablemente el conocimiento se convierte en un producto de la actividad social que se produce, se mantiene y se difunde en los intercambios con los otros. ²⁸

Para Juan Delval, el conocimiento es producido por las personas y la retención del conocimiento se realiza en la mente del ser humano, la cual se intercambia con la comunicación de personas de su entorno, y mejora este conocimiento a través de un pensamiento crítico, contrastando sus saberes con la de otros.²⁹

Tipos de Conocimiento

Conocimiento cotidiano

Es un conocimiento adquirido en el día a día del ser humano, como el conocer su casa, el hablar, bailar, comer, etc., es decir de sus vivencias diarias,

Conocimiento Científico

Es el conocimiento adquirido a través de una metodología de investigación, la cual empieza con un problema, se propone objetivos e hipótesis, y luego la verifican con la experimentación, dando como resultado un conocimiento verdadero aceptado por la comunidad científica.

Conocimiento Filosófico

Este conocimiento se obtiene a través de la reflexión, del pensar en el pensar, del conocimiento en su esencia más pura, es decir se obtiene solo por el querer saber sin importar su utilización³⁰.

Autoexamen de mamas:

Es un procedimiento realizado por la adolescente para examinarse física y visualmente, detectando cualquier cambio en sus mamas o axilas. La mujer con mayor conocimiento en la textura y tacto de las mamas tiene un porcentaje muy elevado para detectar algún cambio en ellos.

El objetivo del autoexamen de mamas es detectar la aparición de pequeños nódulos , que pueden terminar en una etapa cancerígena, y evitar la aparición de síntomas. Los quistes cancerosos de las mamas son realmente grandes, y su posibilidad de extensión hacia otros órganos es muy alta, en cambio los pequeños aún están en el interior del seno. Uno de los factores para la

determinación del pronóstico de esta enfermedad es el tamaño y su grado de extensión del quiste.³¹

Se considera uno de los factores de riesgo para el cáncer, la edad, en el País Mexicano el cáncer aparece en las féminas de 20 años de edad hasta los 40 o 54 años. Según los estudios realizados determinan que las jóvenes con cáncer de mamas tienen un patrón más agresivo.³²

A partir de la primera menarquia, se les debe informar a las mujeres y jóvenes sobre los beneficios y limitaciones del autoexamen de los senos. Encontrar un cambio en los senos no significa necesariamente que se trate de cáncer. Una mujer puede notar cambios en sus senos cuando se familiariza con el aspecto normal de sus senos al observar y palpar sus senos en busca de cualquier cambio (toma de conciencia) o cuando opta por usar un método paso a paso (con un autoexamen) y usa un programa específico para examinar sus senos. Las mujeres que están embarazadas o amamantando a un bebé, también pueden optar por examinarse sus senos regularmente. Es aceptable que las mujeres opten por no hacerse el autoexamen de los senos o hacerlo ocasionalmente. La mujer que opta por no hacerse el autoexamen aún debe familiarizarse con el aspecto y sensación natural de sus senos y notificar inmediatamente a su médico cualquier cambio.³³

La autoexploración mamaria en la mujer tiene como objetivo el conocimiento de su forma y textura de las mamas y además encontrar algún cambio o aparición de quistes o tumores en la mama, si ocurriera esto es necesario acudir a un control clínico especializado. La enfermera es la encargada de enseñar la forma y el método adecuado para un autoexamen.³⁴

La Sociedad Americana del Cáncer indica que las féminas a partir de los 20 años deben consultar a su médico de los beneficios del autoexamen de mamas (2012). En las edades de 20 a 39 años el examen de mamas debe realizarse cada 3 años. Pasado los 40 años, el examen de mama y el análisis mamográfico se debe realizar cada año.

Dimensiones

Generalidades del autoexamen de mamas:

Importancia del autoexamen de mamas

La importancia radica en que forme parte del examen físico, encuentre tumoraciones o quistes por la paciente.

Con la autoexploración se puede encontrar; la aparición de nódulos en la zona de la axila, cambios o hundimiento en el pezón, cambios en el tamaño de los senos, irregularidades en el contorno del pezón, cambio del color o la textura de la piel, menos movilidad al levantar los brazos. La lesión más palpable son los nódulos de la enfermedad fibroquística, que son lesiones de bordes nítidos y que se consideran fibroadenomas y que corresponden al cáncer de mamas. La palpación de alguna anomalía, conlleva necesariamente al estudio de imágenes como una mamografía y la complementación de la ecografía con la finalidad de determinar los nódulos y quistes existentes.

La salida de líquido del seno, puede deberse a la secreción serosa, hemática y que se puede considerar una lesión intraductal. La secreción puede ser purulenta relacionado a un proceso infeccioso.³⁵

Frecuencia: Es las veces con que se repite una acción en un determinado tiempo.³⁶

El autoexamen de mamas se debe realizar frecuentemente con un intervalo de un mes, una semana después de la menstruación, ya que las mamas están menos tensas, dolorosas e hinchadas. Especificando una fecha obligatoriamente cada mes.³⁷

Tiempo

El autoexamen se debe realizar al menos una vez al mes luego del período menstrual. Las mujeres con menopausia deben fijar un día concreto al mes para realizarla³⁸.

Relación con la menstruación

Para la mujer que todavía menstrua, deberá iniciar la práctica de la autoexploración, a partir de la menarquía y se realiza entre el séptimo y décimo

día de haber iniciado el sangrado menstrual, ya que en esta fase del ciclo se tiene una menor cantidad de nódulos y es menor el edema de las mamas, ya que estos hallazgos normales, eventualmente pueden provocar falsa alarma. A las mujeres en la menopausia y a las mujeres jóvenes que han sido sometidas a histerectomía o embarazadas se les recomienda que elijan un día fijo de cada mes para realizarse su autoexamen, todos los meses.

La estimulación hormonal produce cada mes cambios de acuerdo a la ovulación, las mamas se hinchan de líquido en preparación de una gestación y la mujer puede sentir dolor, sensibilidad y aparición de fibroadenomas. Cuando no se produce la fecundación se elimina el líquido acumulado por vía linfática. En esta etapa es frecuente la hinchazón y dolor premenstrual de las mamas (mastodinia). Por lo general, dura entre 3 a 4 días antes de la aparición del ciclo menstrual.³⁹

En la fase proliferativa los estrógenos hacen proliferar el parénquima mamario con la formación de brotes epiteliales; en la fase lútea se dilatan los conductos y las células de los lobulillos se diferencian en células secretoras; estos cambios no regresan en su totalidad en cada menstruación, lo que explica que el desarrollo mamario continúe durante la edad adulta. El volumen mamario varía dentro del periodo menstrual, siendo mayor en la segunda mitad del ciclo; hacia el final puede haber crecido hasta en un 15%, gracias al aumento de conductos y alveolos. En los días previos a la menstruación aumenta de tamaño, densidad, modularidad y sensibilidad, los que ceden con el inicio de la menstruación.⁴⁰

Pasos del autoexamen de mamas:

Exploración visual: Se recomienda pararse frente al espejo y un lugar tranquilo sin interrupciones. Inspeccionar visualmente cada seno para reconocer anormalidades. Con la repetición del autoexamen la mujer conocerá mejor su apariencia, además que le será más fácil identificar cualquier cambio que ocurra.

Debe considerarse el tamaño y forma normal de cada seno. Junte las manos detrás de la cabeza y empújelas hacia el frente, los músculos del pecho se aprietan. Debe mirar en el espejo la forma y contorno de los senos. Se debe buscar cambios en el tamaño y la forma de cada seno, identificar áreas de hinchazón, escamas de piel, sarpullidos, decoloración u otros cambios no usuales en la piel. Después poner las manos firmemente sobre sus caderas, y doblarse hacia el espejo y al mismo tiempo tire los hombros y los codos adelante. Otra vez sentirá que los músculos del pecho se le aprietan. Buscar cualquier cambio en la forma o el contorno de los senos.⁴¹

Palpación.

Exploración táctil

Para realizar este paso se debe utilizar las yemas de los dedos de la mano derecha para examinar el seno izquierdo y el área vecina firmemente, cuidadosamente y en forma meticulosa para revisar el seno y el área circundante con firmeza con cuidado y detenimiento, repita lo mismo con la otra mama. Buscar cualquier bulto o masa extraña debajo de la piel. Palpar el tejido presionando los dedos en áreas pequeñas y superpuestas que sean de tamaño similar al de una moneda de diez centavos.

Técnica:

- **Espiral:** desde el exterior hasta el pezón.
- **En círculos concéntricos:** Empezando desde el exterior y llegando hasta el pezón.
- **En vertical:** Trazando líneas verticales desde el exterior hacia el interior del pecho
- **En estrella:** dividir el pecho en ocho partes y trazar líneas desde fuera hacia el pezón.

Exploración axilar:

También se debe palpar la zona de la axila pues también pueden aparecer bultos o se pueden inflamar ganglios, hay que buscar: bultos, hoyuelos.

Exploración de los pezones:

Hay que presionar ligeramente el pezón entre los dedos índice y pulgar. Levantarlo junto a la areola para comprobar si existe movilidad, hay que buscar dolor o hundimiento, secreciones, desprendimiento.

Exploración echada:

Es mejor examinar los senos cuando está acostada porque, de esta manera, el tejido mamario se extiende uniformemente sobre el pecho. Recuéstese de espaldas, con un brazo sobre la cabeza y una almohada o toalla doblada debajo del hombro. Esta posición alisa el seno y facilita el examen.⁴²

MODELO DE ENFERMERIA:

Nola J. Pender: Modelo de promoción de la Salud

La teoría de Nola Pender hace integrar los métodos de enfermería en las conductas de la salud de las personas. Es una guía para la observación y exploración de los procesos biopsicosociales. Para la realización de las conductas destinadas a mejorar la calidad de vida a nivel de salud.

La teoría está estructurado en tres grandes temas:

1.- Características y expectativas individuales:

-Conducta correspondiente: Donde se inicia el proceso de asimilación y reconocimiento de los posibles beneficios directos e indirectos que puede recibir.

- Factores personales: Se presenta en la capacidad de control que tiene la persona para tomar una decisión saludable o no saludable en su vida.

2.- Conocimientos y efectos específicos de la conducta:

-Que incluyen tanto los obstáculos como los conocimientos y es donde se implica las conductas cognitivas –perceptuales que son las motivaciones primarias de las actividades relacionadas con la promoción de la salud. Allí tiene influencia la familia con amigos y el medio en que el individuo se desarrolla.

3.- Resultados de conducta:

-Reflejados en la aplicación de un plan de acción el cual denota claramente en el cambio de modo de vida y autocuidado para preservar la salud del individuo .De esta manera la teoría identifica los factores cognitivos- perceptuales que son modificados por las características situacionales personales e interpersonales la cual da como resultado la participación en conductas favorecedoras de la salud cuando existe una pauta para la acción.

Nola pender define a la salud como el estado altamente positivo que la persona logra tener durante su transcurso de vida ; y a la persona como el centro de la teoría diciendo que es capaz de entender y recapacitar que es bueno tener una promoción de la salud; este modelo le da importancia a lo aprendido con las experiencias que se adquieren con el tiempo y pueda ser transmitida a otra generación.⁴³

II.c. HIPÓTESIS:

H0: el efecto de la intervención educativa sobre autoexamen de mamas ES NEGATIVO en el conocimiento de las adolescentes de la institución educativa José Y ataco Pachas Pueblo nuevo octubre 2016.

H1: el efecto de la intervención educativa sobre autoexamen de mamas ES POSITIVO en el conocimiento de las adolescentes de la institución educativa José Y ataco Pachas Pueblo nuevo octubre 2016.

II.d. VARIABLE:

Variable Independiente:

- Intervención educativa sobre autoexamen de mamas.

Variable dependiente:

- conocimiento sobre autoexamen de mamas.

II.e. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TERMINOS:

EFECTO:

Es el resultado de la acción de una causa , por tanto es la capacidad de obtener el resultado esperado en las adolescentes.

INTERVENCIÓN EDUCATIVA:

Es la participación de una entidad o de un profesional con la finalidad de enseñar temas de interés al público estudiantil, la cual adquieren conocimientos respecto a los objetivos propuestos, actualmente se requiere de estrategias para llegar al público.

AUTOEXAMEN DE MAMAS:

El autoexamen de mama es un procedimiento primordial de diagnóstico anticipado del cáncer de mamas, que es realizado por la propia adolescente, por lo que forma un instrumento de prevención básica en el nivel primario de salud.

CONOCIMIENTO:

Es la adquisición de información que adquieren las adolescentes a través de la experiencia vivencial, del estudio y de la experimentación y que servirá para interactuar con los alrededores y utilizarlas para su beneficio o ayudar a la sociedad para solucionar algún problema.

ADOLESCENTES:

La adolescencia es el periodo de desarrollo comprendido entre los 12 y 17 años de edad, es una etapa la cual se caracteriza por desarrollos profundos cambios biológicos, psicológicos y sociales.

CÁNCER DE MAMAS:

Es una enfermedad maligna en donde la proliferación acelerada, desordenada y no controlada de células pertenecientes a distintos tejidos de la glándula mamaria forman un tumor que invade los tejidos vecinos y metastatiza a órganos distantes del cuerpo.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a. TIPO DE ESTUDIO:

Es cuantitativo, se analiza los datos de manera numérica, utilizando la estadística. Dado que se expresarán los resultados en frecuencias, porcentajes, reflejados en tablas y gráficos.

De diseño **cuasi experimental**, porque el investigador manipula las variables nivel de conocimiento, esperando respuesta alguna en torno al efecto de la intervención educativa.

Es **descriptivo**, porque se obtiene resultados a través de la descripción de las observaciones.

Es longitudinal, porque es un estudio observacional porque se investiga a un mismo grupo de manera repetida a lo largo de un periodo de tiempo.

III.b. ÁREA DE ESTUDIO:

Está constituido por la Institución Educativa José Yataco Pachas en el cual, pertenece al distrito de Pueblo Nuevo, ubicado en la Calle 12 de octubre s/n Distrito de Pueblo Nuevo perteneciente a la Provincia de Chincha, departamento de Ica, en el turno de la mañana de las 8:00 am hasta la 12 :00 pm. Cuenta con números de aula respectivamente a inicial, primaria y secundaria.

III.c. POBLACIÓN Y MUESTRA:

La población, estuvo constituida por 214 alumnas de secundaria, como muestra se obtuvo 35 adolescentes de 5to A y B número considerado por muestreo no probabilístico intencional. La investigación cuasi experimental incluye sujetos que permita el manejo y control de la variable lo cual no sería posible con la población completa. Una intervención educativa requiere incluir

sujetos dispuestos a cumplir y participar del tema en cuestión, el o los educadores deben contar con los materiales e instrumentos necesarios para el manejo y control de las variables. Además, la aleatorización es uno de los aspectos que no se toma en cuenta en este tipo de estudio, (Hernández, y col, 2010) por tanto la muestra es intencional.

La muestra se conformó teniendo en cuenta los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de 5 to de secundaria de sexo femenino
- Participación voluntaria de los alumnos.

Criterios de exclusión:

- Se excluirá a estudiantes que no estén presentes cuando se realice la encuesta y la intervención educativa.
- Estudiantes de otros grados.
- Estudiantes de sexo masculino.

III.d. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS:

Se utiliza la encuesta la misma que tuvo como objetivo obtener información acerca del conocimiento que tienen las estudiantes de 5 to de secundaria sobre el autoexamen de mamas.

El instrumento utilizado es el cuestionario dividido en dos partes: Datos Generales de las alumnas que incluyó 4 ítems y datos específicos que incluyeron 15 ítems relacionados al conocimiento sobre autoexamen de mamas, el cual fue aplicado en dos oportunidades como pre y post test. Se tomó en cuenta material educativo como trípticos y diapositivas para desarrollar los contenidos teóricos del tema.

III.e. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS:

La aplicación del instrumento se realizó con la autorización previa de las autoridades correspondientes de la institución educativa José Yataco Pachas del distrito de pueblo nuevo a través de un oficio enviado desde la coordinación de la Escuela de Enfermería. Se tomó en cuenta para la selección previa las estudiantes de 5 to de secundaria, para confirmar sus conocimientos previos de biología, entendiendo del proceso- salud, enfermedad y promoción de la salud lo cual era necesario para el entendimiento del autoexamen de mamas.

Sensibilización: La sesión inició con la sensibilización a las estudiantes para lograr su participación en la investigación, desde el inicio hasta el final, se les explicó el objetivo de la misma, además de dar a conocer el programa a desarrollar, estableciendo tiempos, frecuencias y contenidos. Consistió en reunir a las alumnas de 5to A y B de secundaria las cuales fueron 35.

Planificación de la intervención: La intervención estuvo diseñada en 8 sesiones, las cuales se desarrolló los días martes de cada semana de acuerdo a la disponibilidad del horario escolar en tres meses, iniciando el 4 de octubre del 2016, con el compromiso de las estudiantes en su participación, así como también con el director de la institución para el permiso respectivo, cuyo escenario fue en el aula de computo de la misma institución. Se establecieron los objetivos, contenidos, horarios, fechas y selección de técnicas educativas para el logro del efecto positivo de la intervención.

Ejecución: Cada sesión educativa se llevó a cabo en un tiempo promedio de 40 minutos, utilizando una metodología expositiva, tomando en cuenta la elaboración de materiales educativos apropiados :(Diapositivas, tríptico)

El desarrollo del tema se dio de acuerdo al programa establecido, iniciando con el pre-test que permita evaluar el conocimiento sobre autoexamen de mamas.

La evaluación final del aprendizaje se dio a través de un post – test. Al terminar, se agradeció la participación de las alumnas y de la institución educativa, además de compartir una reunión amena con las alumnas.

III.f. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS:

La información se procesó a través del software de Microsoft Excel, utilizando tablas de frecuencias y graficándolos para su mejor comprensión. Se codificó los valores obtenidos en cada respuesta del instrumento considerándose un valor numérico de acuerdo a las respuestas correctas a razón de 2 puntos e incorrecta 1 punto, para luego ser sumadas y obtener según intervalos, los valores finales fueron bueno y malo para cada variable. (Anexo 5)

- Análisis e interpretación de Datos:

Realizado la etapa estadística, se analiza e interpreta teniendo como referencia los objetivos planteados. El análisis es descriptivo, y para obtener un efecto se utilizó el estadístico T de Student.

CONOCIMIENTO

Dimensiones	Generalidades	Frecuencia	Pasos	Global
Valor final	Malo	Malo	Malo	Malo
Puntaje	3-4	3-4	9-13	15-22
Valor final	Bueno	Bueno	Bueno	Bueno
Puntaje	5-6	5-6	14-18	23-30

CAPITULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

IV.a. RESULTADOS

TABLA 1

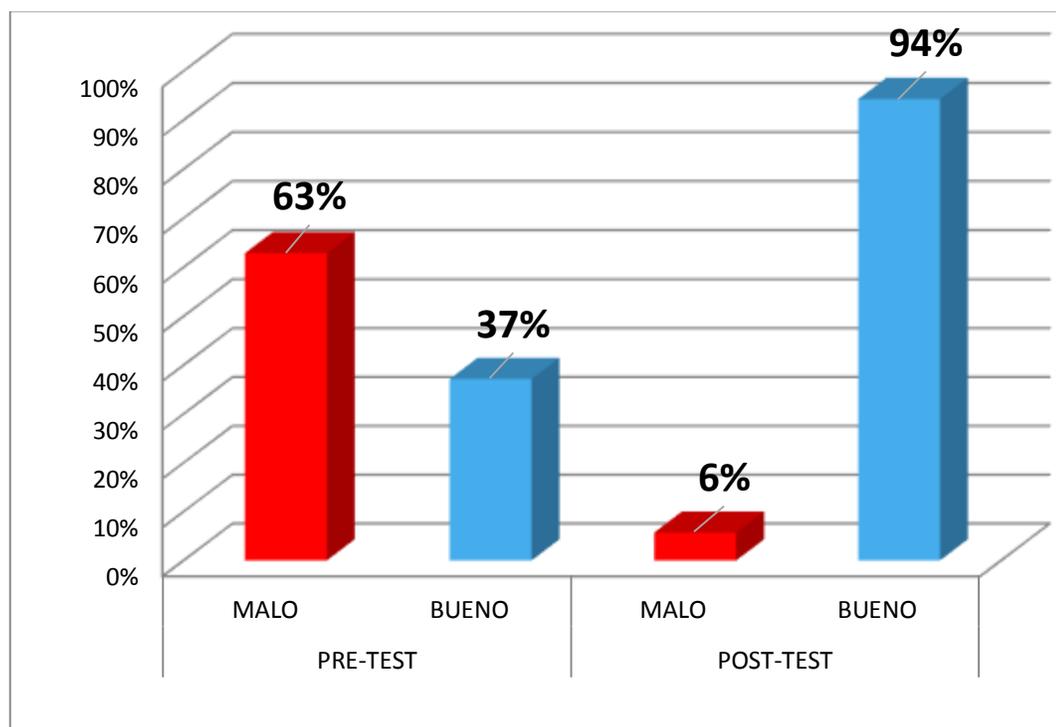
**DATOS GENERALES DE LAS ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ
YATACO PACHAS PUEBLO
NUEVO OCTUBRE
2 016**

DATOS GENERALES	CATEGORÍA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
EDAD	15 años	3	9%
	16 años	12	34%
	17 años	15	43%
	18 años	5	14%
ESTADO CIVIL	Casada	1	3%
	Soltero	31	89%
	Conviviente	3	8%
SECCION	A	18	51%
	B	17	49%
INFORMACION	Colegio	10	29%
	Medios de Comunicación	6	17%
	No sabe	19	54%
TOTAL		35	100%

La edad de las estudiantes en su mayoría fue de 17 años alcanzando 43%(15), el estado civil fue soltera alcanzando 89% (31), la sección fue A alcanzando un 51% (18) y un 54%(19) refiere que no recibió información sobre autoexamen de mamas.

GRAFICO 1

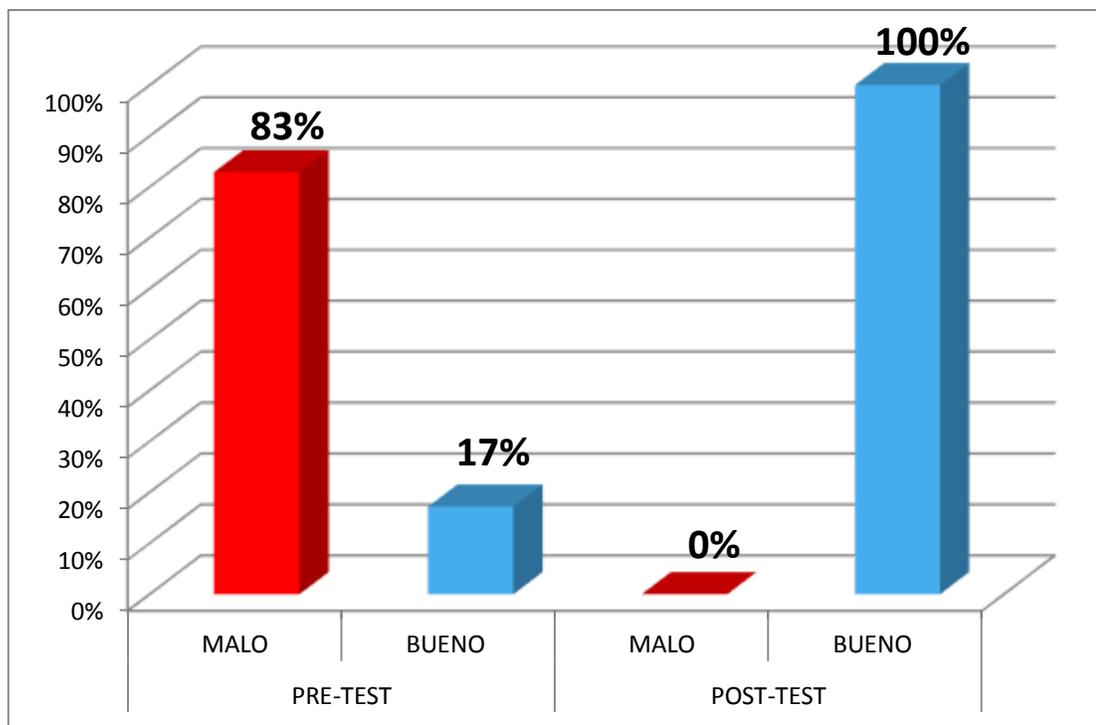
CONOCIMIENTO SEGÚN GENERALIDADES ANTES Y DESPUÉS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2 016



Se puede observar que del 100%(35) de adolescentes con respecto al conocimiento según sus generalidades del autoexamen de mamas fue malo obteniendo 63%(22) antes de la intervención educativa, sin embargo, después de la intervención educativa fue bueno alcanzando 94%(33).

GRAFICO 2

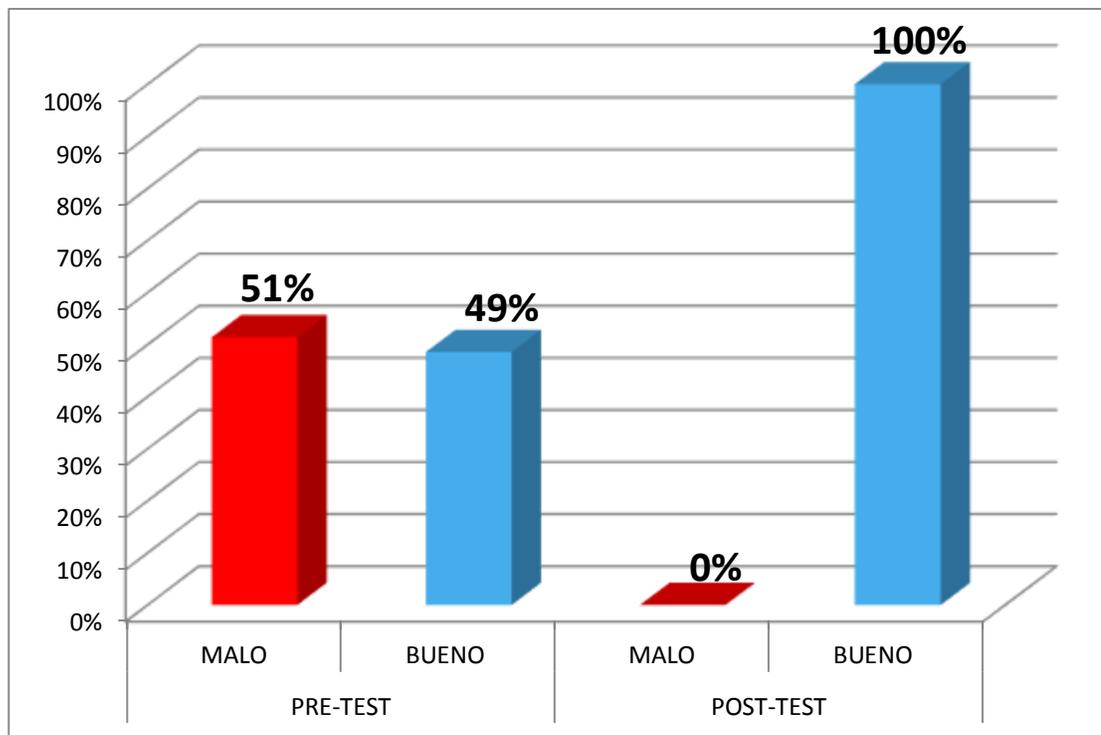
CONOCIMIENTO SEGÚN FRECUENCIA ANTES Y DESPUES SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2 016



Se puede observar que del 100%(35) de adolescentes con respecto al conocimiento según frecuencia del autoexamen de mama fue malo obteniendo 83%(29) antes de la intervención educativa, sin embargo, después de la intervención educativa fue bueno alcanzando el 100% (35).

GRAFICO 3

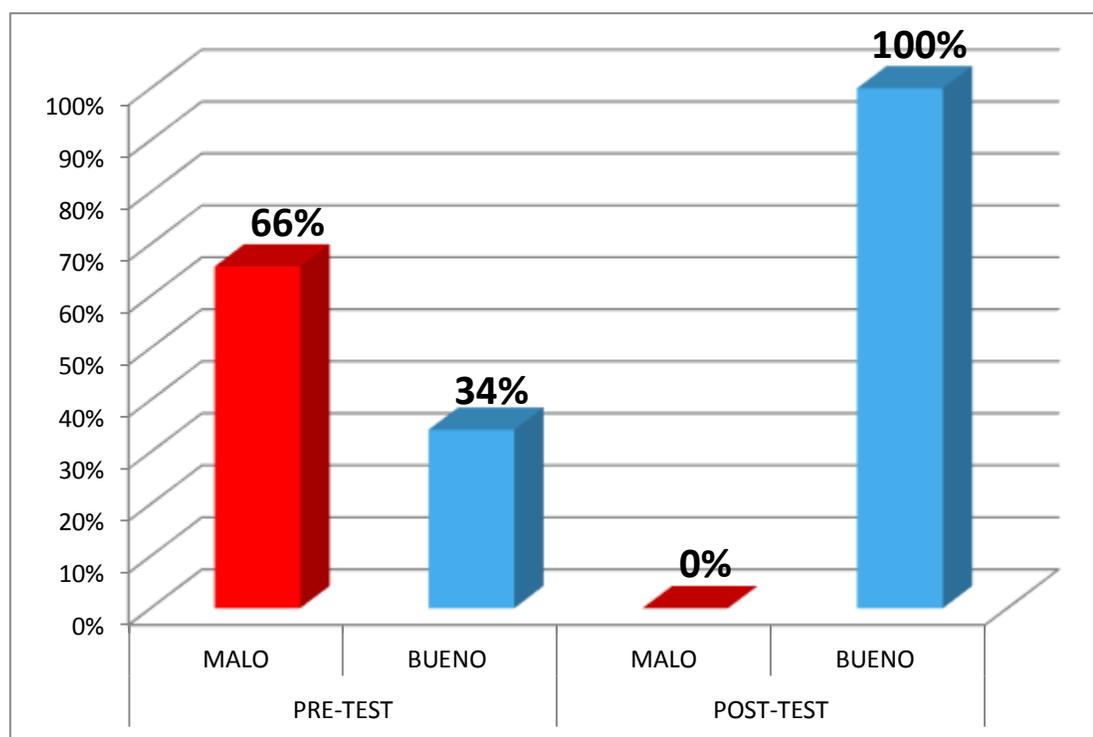
**CONOCIMIENTO SEGÚN PASOS ANTES Y DESPUES SOBRE
AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO
PACHAS PUEBLO NUEVO
OCTUBRE
2 016**



Se puede observar que del 100%(35) adolescentes con respecto al conocimiento según pasos del autoexamen de mamas fue malo obteniendo 51%(18) antes de la intervención educativa, sin embargo, después de la intervención educativa fue bueno alcanzando el 100%(35).

GRAFICO 4

**EFFECTO DEL CONOCIMIENTO GLOBAL ANTES Y DESPUES SOBRE
AUTOEXAMEN DE MAMAS DE LAS ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO
PACHAS PUEBLO NUEVO
OCTUBRE
2 016**



Se puede observar que de las adolescentes encuestadas con respecto al conocimiento global de autoexamen de mamas antes de la intervención educativa el 66%(23) fue malo y 34%(12) fue bueno, después de la intervención dio como resultado que el 0%(0) fue malo y el 100%(35) fue bueno.

PRUEBA DE LA HIPOTESIS GENERAL.

PRUEBA DE T DE STUDENT

$$Z = \frac{\bar{X}}{\frac{\sigma}{\sqrt{n}}}$$

\bar{X} : Media muestral ó promedio del post –test: 28.34

σ : media poblacional o promedio del pre-test: 21.51

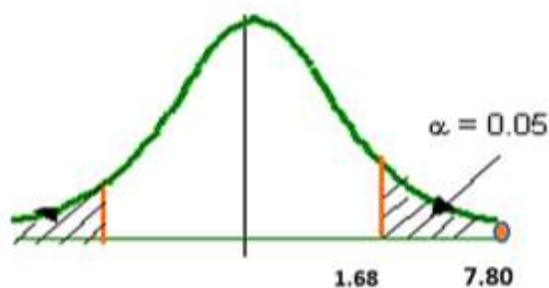
n: tamaño de la muestra: 35

$$T \text{ student} = Z = \frac{\bar{X}}{\frac{\sigma}{\sqrt{n}}}$$

$$T = \frac{28.34}{\frac{21.51}{\sqrt{35}}}$$

$$T = \frac{28.34}{3.63}$$

$$T = 7.80$$



Conclusión:

Para $p: 0,0001$ el valor de $T > 1,68$, entonces se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que afirma que la intervención educativa tiene un efecto positivo.

IV.b. DISCUSIÓN.

Una de las estrategias que utiliza el profesional de enfermería para fortalecer la educación de la población es la intervención educativa, el estudio realizado refleja una experiencia relacionada con el autoexamen de mamas en las alumnas de la institución educativa José Yataco Pachas.

La edad de las estudiantes en su mayoría fue 17 años con 43%, el estado civil fue soltera alcanzando 89%, la sección que más predominó fue "A" en el 51% y un 54% refiere que no recibió información sobre autoexamen de mamas. (Tabla 1). Los resultados difieren con los de Cusi M.¹⁸ Quien en su estudio encontró dentro de su grupo de estudio predominando las edades entre 15 y 17 años en un 90%. Condori L, Sairitupa J, Quispe A.¹⁸. en su estudio encontraron que la mayoría de alumnas eran solteras y que cursaban por 5to año de secundaria. Como se puede observar la similitud con el estudio citado destacándose que las estudiantes en estudio cuentan con una fortaleza respecto al año de estudio que se encuentran y conocimiento sobre biología facilitando de alguna manera el aprendizaje de conductas sanitarias y promocionales. Considerando que la adolescencia es una etapa donde el ser humano adquiere diversos cambios físicos y psicológicos para alcanzar la madurez se debe tomar en cuenta tales características para el entendimiento y trabajo conjunto con dicho grupo de interés frente a su situación de futuras profesionales de la salud y como mujeres quienes deben de interesarse por su autocuidado propio.

Se obtuvo que de las alumnas encuestadas con respecto al conocimiento sobre autoexamen de mamas según sus generalidades fueron malo obteniendo 63% antes de la intervención educativa, sin embargo, después de la intervención educativa fue bueno alcanzando 94% (grafico 1). En las generalidades de él autoexamen de mamas se ha tomado aspectos básicos como concepto, importancia y criterio cronológico obteniéndose un conocimiento malo, Inga P.¹⁴ En su estudio obtuvieron que antes de la

intervención educativa las mujeres tenían un conocimiento bajo sobre el autoexamen de mamas alcanzando 65% sin embargo después de la intervención educativa se logró un incremento significativo sobre el nivel de conocimiento en las mujeres sobre autoexamen de mamas en un 96%. El autoexamen de mamas es muy importante porque permite a la mujer conocer su cuerpo y a la vez poder detectar alguna anormalidad. Constituye el único método preventivo para detectar alguna patología o alteración, ayudando a un diagnóstico precoz y a un tratamiento adecuado. Es necesario explicar detenidamente a las estudiantes la importancia del autoexamen mamario se debe señalar que las exploraciones iniciales, tendrán como objetivo familiarizarse con las características físicas propias de las mamas y las exploraciones subsecuentes se dedicarán a la búsqueda de anomalías que requieran consulta profesional. Es importante que el examen de la mama forme parte del examen físico, independientemente de que haya o no signos apreciados por la propia mujer. Por tanto, es necesario fortalecer el conocimiento que tienen las alumnas considerando que por su inexperiencia pueden tener múltiples deficiencias con respecto a la realización del autoexamen de mamas las cuales pueden mejorar con la educación oportuna y continúa desarrollando programas educativos.

Con respecto al conocimiento sobre autoexamen de mamas según frecuencia fue malo obteniendo 83% antes de la intervención educativa, sin embargo después de la intervención educativa fue bueno alcanzando el 100% (gráfico 2), Morales J, Zavala Y¹⁶ quien en su estudio encontraron que la mayoría de las mujeres desconocían con qué frecuencia realizarse el autoexamen de mamas antes de la intervención educativa un 30% sin embargo después de la intervención conocían con qué frecuencia realizarse la autoexploración alcanzando un 81%. El autoexamen de mamas se debe realizar frecuentemente con un intervalo de un mes, una semanas después de la

menstruación, ya que las mamas están menos tensas, dolorosas e hinchadas. Especificando una fecha obligatoriamente cada mes.

El conocimiento sobre autoexamen de mamas según pasos fue malo obteniendo 51% antes de la intervención educativa, sin embargo, después de la intervención educativa fue bueno alcanzando el 100% (grafico 3). Sin embargo, Proenza L, Gallardo Y, García D Castillo¹⁴, en su estudio encontraron que las mujeres conocían sobre el autoexamen de mamas, pero tenían deficiencia con respecto a la técnica del autoexamen de mamas un 27 %. Para realizar una correcta técnica de autoexamen de mamas se deben de seguir pasos en orden como es la exploración visual y la Palpación con el fin de encontrar y descubrir algunas anormalidades en las mamas. La exploración visual significa Inspeccionar visualmente cada seno para reconocer anormalidades como aparición de un bulto, secreción que no sea leche materna, inflamación del seno, irritación o formación de hoyuelos en la piel, anormalidades en el pezón (enrojecimiento, descamación o hundimiento). Cada vez que se examine las mamas la mujer se acostumbrará a su apariencia, además que le será más fácil identificar cualquier cambio que ocurra. También Fijarse en el tamaño y la forma normal de cada seno Juntar las manos detrás de la cabeza y empujarlas hacia el frente. Fijarse por el espejo en la forma y el contorno de los senos. Sin mucha prisa, buscar cambios en el tamaño y la forma de cada seno. Tratar de identificar áreas de hinchazón, escamas de piel, sarpullidos, decoloración u otros cambios no usuales en la piel. Luego, poner las manos firmemente sobre las caderas, doblarse un poco hacia el espejo y al mismo tiempo colocar los hombros y los codos adelante. La palpación consiste tocarse ambas mamas con el fin de buscar cualquier bulto o masa extraña debajo de la piel. Palpar el tejido presionando la yema de los dedos, Para asegurarse de cubrir todo el seno, la mujer debe tomarse su tiempo y seguir un patrón definido: Espiral, en círculos concéntricos, en

vertical, en estrella. Es importante seguir un orden adecuado para realizar una buena autoexploración mamaria.

Con respecto al conocimiento global de autoexamen de mamas antes de las intervenciones educativas el 66% fue malo y 34% fue bueno, después de la intervención dio como resultado que el 0% fue malo y el 100% fue bueno (grafico 4). Resultados similares a los de Cusi M.¹⁷ quien obtuvo que antes de la intervención educativa las estudiantes tenían un conocimiento bajo sobre lo que es el autoexamen de mamas 12% y después aplicada la intervención obtuvo 97%. La intervención educativa aplicada demuestra ser eficaz; por tanto, se creyó necesario extender las intervenciones educativas a las estudiantes para que la mujer se acostumbre a realizarse mensualmente el autoexamen de mamas y pueda detectar a tiempo un cáncer de mamas; La educación es la base de casi todas las conductas del ser humano y las conductas saludables también se aprenden poco a poco de forma paulatina, la mujer debe realizarse el autoexamen de mamas incluso las más jóvenes, sería muy provechoso que toda mujer se acostumbre a realizar el autoexamen de mama a partir de su primera menstruación y, por supuesto, que lo siga practicando durante toda su vida. Entre alumnas todas son del género femenino, por lo que se ven doblemente implicadas dentro de esta problemática debiendo ser conscientes y responsables del cuidado de su propia salud, sobre todo concordantes entre lo que enseñan y lo que realizan para brindar una prevención con autoridad moral. Las técnicas son solo instrumentos o herramientas que están en función de un proceso educativo, en tanto que las metodologías son los sistemas y estilos específicos de adquirir conocimientos en este proceso educativo o de formación y que implican necesariamente una concepción ideológica y /o filosófica que guía el desarrollo de este proceso.

CAPITULO V:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

V.a. CONCLUSIONES:

- La intervención educativa sobre autoexamen de mamas en el conocimiento de las adolescentes de la Institución Educativa José Yataco Pachas Pueblo Nuevo octubre 2016 tuvo efecto positivo, demostrado a través del estadístico T de Student (7.80), por tanto, se acepta la hipótesis alternativa.
- El conocimiento sobre autoexamen de mamas en las adolescentes de acuerdo a las dimensiones: Generalidades, frecuencia y pasos antes de ejecutar la intervención educativa fue mala. Sin embargo, después de ejecutar dicha intervención el conocimiento en las adolescentes fue bueno. Por tanto, se acepta la hipótesis alternativa.

V.b. RECOMENDACIONES:

- Se recomienda al centro de salud de Pueblo Nuevo para que mediante el programa atención integral de salud en la etapa de vida adolescente apliquen y aborden intervenciones educativas sobre autoexamen de mamas y cáncer mamario y sea así pues más efectivo la aplicación de tal procedimiento.
- Sugerir al director de la institución educativa sobre programas de educación que permita participar activamente a las estudiantes, como las intervenciones educativas sobre temas con aspectos generales del cáncer de mama y autoexamen de mamas para el incremento del conocimiento en las adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización mundial de la salud .Cáncer de mama prevención y control 2014 [Fecha de acceso: 14 de abril del 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/topics/cancerOMS/breastcancer/es/>.
2. Organización Panamericana de la Salud. Concientización sobre el autoexamen de mama. [Texto en línea]. Argentina; 2016 [Fecha de acceso: 16 de septiembre del 2016]. Disponible en: https://www.google.com/url?q=http://www.paho.org/hq/index.php%3Fopcion%3Dcom_docman%26task%3Ddoc_download%26Itemid%3D270%26gid%3D31833%26lang%3Des&sa=U&ved=0ahUKEwiltPfJ7tvRAhUB3SYKHf6xD244FBAWCAQwAA&client=internal-uds-cse&usg=AFQjCNHvT6PJknQy3t_I0g6JMQZHH3_VPA
3. Carvalho. Conocimiento de autoexamen de mama en mujeres del policlínico Santa Rosa. [Tesis de post-Grado] Cuba; 2014 disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192010000500009&script=sci_arttext&tlng=en
4. Instituto docente universitario .Conocimiento sobre autoexamen de mamas en adolescentes. Ecuador; 2014[Tesis post- grado]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192011000600005&script=sci_arttext&tlng=7
5. Chacaliaza .Nivel de conocimiento en estudiantes de secundaria sobre las enfermedades benignas mamarias y autoexamen de mama. Cuba; 2015[Tesis licenciatura] disponible en: <http://www.revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/78/63>
6. Ministerio de Salud del Perú. Casos de tumor Maligno de Cáncer de Mama, por etapas de Vida Según Departamento 2014. Epidemiológico. Puno, 2014. [Fecha de acceso: 25 de noviembre del 2016] disponible en: <http://redsaludpuno.gob.pe/web/epidemiologia>

7. Instituto nacional de enfermedades Neoplásicas. Cáncer de mamas. 2013[Archivo pdf] disponible en: http://www.inen.sld.pe/portal/documentos/pdf/Curso/Plan_Nac_Fort_Prev_Control_cancer.pdf.
8. Apaza M. Conocimiento sobre autoexamen de mama en adolescentes de la institución educativa principal Tacna. Perú; 2013 [Tesis Licenciatura] disponible en: http://200.37.105.196:8080/bitstream/handle/unjbg/172/57_2013_Pacohuanaco_Apaza_M_FACS_Enfermeria_2013_resumen.pdf?sequence=2.
9. Instituto Nacional de Estadísticas e informática. Encuesta demográfica y de salud familiar. Conocimiento y realización de autoexamen de mamas. [Archivo en línea]Peru; 2013. Disponible en: <http://www.inei.gob.pe/web/Endes/>
10. Instituto nacional de Puno.Control de cáncer de mama en el departamento de Puno. [Texto en línea] Puno; 2014. Disponible en: <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/guiadetallada/cancer-de-seno-early-signs-symptoms>
11. Gonzales O, Rodríguez I, De la cruz D, Veliz M, Siles A. Nivel de conocimiento sobre las afecciones benignas mamarias y el autoexamen de mama de las mujeres de un consultorio médico, e incrementar los mismos a través de una intervención educativa, la habana.Cuba [Tesis de Titulación] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252016000200003
12. Blanco M, Quintas M, Gonzales H, Gonzales S, Delgado R. nivel de conocimiento y práctica en la realización del autoexamen de mama antes y después de la capacitación en el consultorio médico de la familia n° 14 del área centro del municipio de ciego de Ávila.2014 [Tesis de Titulación]; España; Disponible en:

http://www.bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol14_supl1_08/articulos/a1_v14_supl108.htm

13. Inga P. conocimientos sobre autoexamen de mama a través de una intervención educativa en mujeres del barrio Chamanal, sector Obapría.[Tesis de Titulación]; España 2013; Disponible en: <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/6445?mode=full>
14. Proenza L, Gallardo Y, García D Castillo. Conocimiento sobre autoexamen de mamas mediante una intervención educativa en mujeres de la policlínica universitaria “Rene Vallejo Ortiz”, Santiago de cuba. .[Tesis de Titulación]; Cuba 2012; Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/3684/368445224010.pdf>
15. Calizaya S. eficacia de las técnicas audiovisuales y demostrativa en el conocimiento práctico el autoexamen de mama en estudiantes de trabajo social de la universidad nacional de Antiplano. Puno.[Tesis de Titulación]; Perú 2016; Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/3004/Calizaya_Charaja_Silvia_Pilar.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Morales J, Zavala Y. eficacia de un taller educativo sobre autoexamen de mama en el nivel de conocimiento y habilidad practica de mujeres que acuden al programa de diabetes del hospital nacional dos de mayo, callao. [Tesis de Titulación]; Perú 2015; Disponible en: http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/1503/JenniferElizabeth_Tesis_tituloprofesional_2015.pdf?sequence=5&isAllowed=y
17. Cusi M. efectividad de la técnica audiovisual en el conocimiento del autoexamen de mamas en estudiantes de la institución educativa secundaria José Carlos Mariátegui –Ilave. Puno. [Tesis de Titulación]; Perú 2015; Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2026/Cusi_Maquera_Melissa_Julie.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

18. Condori L, Sairitupa J, Quispe A. efectividad del programa educativo “cuidando mis mamas” en el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en las alumnas de 5to de secundaria de la institución educativa “fe y alegría n° 24” villa maria del triunfo . callao. [Tesis de Titulación]; Perú 2014; Disponible en: http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/169/Lizet_Tesis_t%C3%ADtuloprofesional_2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Pacohuanaco M. conocimiento, actitud y su relación con la práctica del autoexamen de mama en adolescentes del nivel secundario de la institución educativa mariscal CÁCERES. Tacna. [Tesis de Titulación]; Perú 2012; Disponible en: http://tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/unjbg/172/57_2013_Pacohuanaco_Apaza_M_FACS_Enfermeria_2013.pdf?sequence=1
20. Montoya CÁCERES. Intervención Educativa. [Archivo Pdf] disponible en: http://www.upn291.edu.mx/revista_electronica/DanielIntervencion.pdf
21. Ramírez. Contenido de materias. Definición [Archivo Pdf] disponible en: http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/pdf/agentes_m1.pdf
22. Montes Bautista. Pasos de una intervención educativa. [Archivo pdf] disponible en: http://www.hezkuntza.ejgv.euskadi.eus/r43-573/es/contenidos/informacion/dia6/es_2027/adjuntos/Marco%20Curricular%20PDF/marco_c/pdfs_c/marc_c11.pdf
23. Organización Mundial de la salud. Educación y promoción de la salud.[Texto en línea] disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729519X2009000300005
24. Majes Z, Cano P. Atención primaria, conceptos, organización y práctica clínica. 5th ed. Madrid: Elseiver; 2014.
25. Minsa. Educación de la Salud.[Texto en línea] Peru; 2015 disponible en: http://www.who.int/dg/speeches/2010/educationandhealth_20100920/es/

26. Durand B. El conocimiento. Concepto, guía de laboratorio n° 2. Lima: Universidad Mayor de San Marcos, Perú; 2010.
27. Russel, Bertrand. "El conocimiento Humano". 5ta ed. España. Editorial. Tourus S.A; 2012.
28. Real academia española. Ciencia y Conocimiento Científico. Madrid 2012. [Archivo pdf] disponible en: <http://virtual.uptc.edu.co/drupal/files/195/contenido/pdf.pdf>
29. Delval J. ¿Cómo se construye el conocimiento? .Universidad Autónoma de Madrid. [Texto en línea] España 2011. disponible en: http://antoniopantoja.wanadooads1.net/recursos/varios/cons_cono.pdfm
30. Poloni Z. Tipos de conocimiento .[Archivo pdf] España; 2010 disponible en:<http://www.uaa.mx/centros/cem/bi/Guias%20de%20asignaturas%20y%20componentes%20del%20BI/Teoria%20del%20conocimiento.pdf>
31. American cáncer Society, Definicion de autoexamen de mamas.[Archivo Pdf] San Francisco EE.UU ; 2014 disponible en: <http://www.cancer.org/acs/groups/cid/documents/webcontent/003164-pdf.pdf>
32. Avalos R. Cáncer de mama en Mexico.[Archivo Pdf] . Mexico; 2012 disponible en: <http://www.insp.mx/salud/index.htm>
33. González; D. Conocimiento y práctica en la realización del autoexamen de mama [Tesis de titulación] Argentina; 2012 Disponible en: http://cunori.edu.gt/conocimientoypractica/Auto_examen_de_MAMA.pdf
34. Mendoza B, autoexploración mamaria en mujeres [Archivo pdf] Colombia; 2015. Disponible en: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3475/1/Mendoza_lb.pdf
35. Sociedad Americana del cáncer. Salud de la Mujer. Edit Canadá. Impresora Amarilys E.I.R.L., 2011.
36. Contreras B. Ginecología .Definición de frecuencia. [Artículo en línea] disponible en: <http://www.significados.com/frecuencia>

37. Flores H. Frecuencia del autoexamen de mamas. [Texto en línea] Chiles; 2014. Disponible en: http://www.tuotromedico.com/temas/autoexamen_mamas.htm
38. Verclin. Ginecológica. Tiempo de realización del autoexamen mamario [Texto en línea] Alemania; 2010 disponible en: <http://escuela.med.puc.cl/publ/manualemiologia/270ExamenMamas.htm>
39. Avalos T. Salud de la mujer. Relación con la menstruación. [Archivo pdf] Brasil; 2011 disponible en: http://www.inen.sld.pe/portal/documentos/pdf/Curso/Manual_Doc_Final_0308.pdf
40. Pérez A. Ginecología fisiológica. 2º Ed. Santiago de Chile: Publicaciones técnicas mediterráneo, 2011. p. 359 – 373.
41. Mañoy I. Pasos a Seguir Autoexamen de Mamas. [Texto en línea] disponible en: <http://www.senologia.org/index.php/autoexamen/pasosautoexamenmamas>
42. Abelardo O. ¿Cómo Realizar el Autoexamen del Seno? Tecnicas [Texto en línea] disponible en: <http://www.uchospitals.edu/online-library/content=S04605>
43. Kazmillo F. Autoexamen de mamas como medida de prevención del cáncer de mamas. [Texto en línea] disponible en: http://www.tesis.unjbg.edu.pe:8080/bitstream/handle/unjbg/172/57_2013_Pacohuanaco_Apaza_M_FACS_Enfermeria_2013.pdf?sequence=1
44. Nola J. Pender : Modelo de Promoción de la Salud. [Texto en línea] disponible en: <https://enfermeriavulare16.files.wordpress.com/2016/05/teorc3ada-nola-j-pender-modelo-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf>

ANEXOS

ANEXO 1
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS	Es el conjunto de las acciones educativas programadas para la enseñanza con la finalidad de incrementar los conocimientos sobre autoexamen de mamas	Es el conjunto de las acciones educativas programadas para la enseñanza aprendizaje en las alumnas de la institución educativa José Yataco Pachas, con la finalidad de incrementar los conocimientos sobre autoexamen de mamas. Se evaluó con un pre- test inicial, un post- test final.	Conocimiento sobre autoexamen de mamas	<ul style="list-style-type: none"> • Generalidades • Frecuencia • Pasos

60

				<ul style="list-style-type: none">✓ Exploración Axilar✓ Exploración de los pezones✓ Exploración echada✓ Ordenamiento de los pasos
--	--	--	--	--

ANEXO 2
INSTRUMENTO

I. PRESENTACIÓN:

Yo Milagros Huamanchumo Chirinos alumna de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista estoy realizando un trabajo de Investigación Titulado: **EFFECTO DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN EL CONOCIMIENTO DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016**; Con el objetivo de Determinar el efecto de una intervención educativa sobre autoexamen de mamas en el conocimiento sobre dicho tema , asegurándole además que la información obtenida es de carácter anónima y servirá solo para fines de la investigación.

I. INSTRUCCIONES

Solicito por favor llenar la información correspondiente a datos generales:

1.- EDAD:

- a) 15 años
- b) 16 años
- c) 17 años
- d) 18 años

2.- ¿Estado Civil?

- a. Casada ()
- b. Soltera ()
- c. Conviviente ()

3.- 5to grado: sección (A) (B)

4.- ¿De dónde recibió información sobre autoexamen de mamas?

- a. En el colegio ()
- b. En medios de comunicación ()
- c. No sabe ()

Datos específicos:

A continuación, se presentará una serie de preguntas que Ud. deberá responder marcando con un aspa (x) la alternativa que crea es la correcta de acuerdo a sus conocimientos e información; si tuviera alguna duda no dude en consultar. Agradeciendo por anticipado su colaboración.

II. CONTENIDO PROPIAMENTE DICHO

A. NIVEL DE INFORMACIÓN

GENERALIDADES:

1. ¿Qué Significa para Ud. Autoexamen de mamas?

- a) Es un procedimiento que se realiza la propia mujer para buscar cambios y problemas en el tejido mamario.
- b) Es un procedimiento que solo lo puede realizar el personal de salud en la mujer.
- c) Es una enfermedad causado por el cáncer de mamas
- d) Es un procedimiento que asegura la vida de la mujer.

2.- Usted considera que el autoexamen de mamas es importante por:

- a) Me quiero y tengo que realizarlo
- b) Para evitar el cáncer a las mamas
- c) Para detectar algún cambio en la mama a tiempo
- d) Evita la aparición de protuberancias y bultos en las mamas.

3.- ¿A qué edad una mujer debe comenzar de realizarse el autoexamen de mamas?

- a) Después de la menarquia
- b) A los 14 años
- c) A los 20 años
- d) A los 40 años

❖ **FRECUENCIA:**

4.- ¿Con que frecuencia la mujer se debe realizar el autoexamen de mamas?

- a) Cada 2 meses
- b) Cada 3 meses
- c) Cada semana
- d) Cada mes

5.- ¿Cuánto tiempo debe durar la realización del autoexamen de mamas?

- a) 15 minutos
- b) 30 minutos
- c) 5 minutos
- d) 8 minutos

6.- Es necesario tomar en cuenta la fecha de menstruación para realizar el autoexamen de mamas?

- a) Siempre
- b) A veces
- c) Nunca

❖ **PASOS:**

7.- ¿Cuáles son los pasos del autoexamen de mamas?

- a) Palpación
- b) Exploración visual
- c) Tocar ambas mamas
- d) Exploración visual y palpación

8.- ¿Durante la exploración visual que posturas deben tener los brazos?

- a) Brazos caídos
- b) Brazos en las caderas
- c) Detrás de la nuca
- d) Todas las anteriores

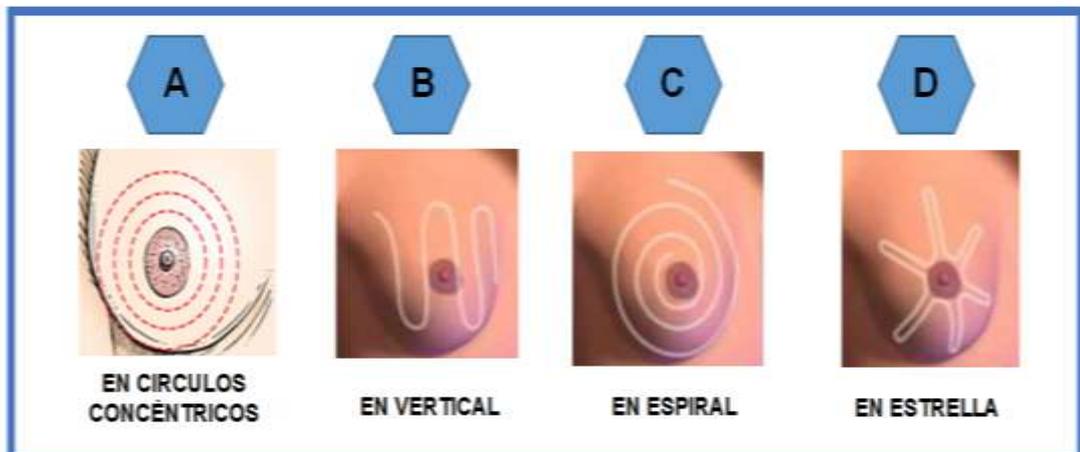
9.- ¿Durante la exploración visual que cambios se observa en las mamas?

- a) Tamaño de las mamas
- b) Cambios en la piel
- c) Cambios en el color del pezón
- d) Todas las anteriores

10.- ¿Para realizar la palpación con que parte de la mano lo realiza?

- a) Toda la mano
- b) Con los dedos
- c) Con la yema de los dedos
- d) Con la palma de la mano

11. Según la siguiente imagen cual es la mejor técnica para realizar la exploración táctil de las mamas:



- a) A y B
- b) Solo C
- c) A, B Y D
- d) Todas

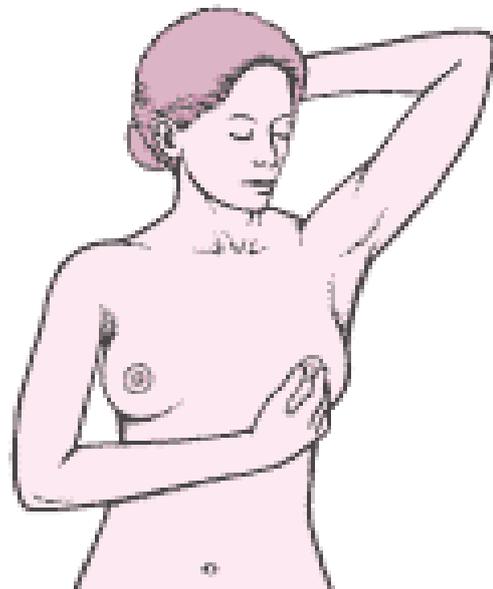
12. ¿Visualice la imagen y responda: ¿Qué tipo de palpación se incluye en el autoexamen de mamas?



- a) Exploración posterior del seno
- b) Exploración axilar
- c) Exploración anterior del seno

13.- Esta imagen refleja:

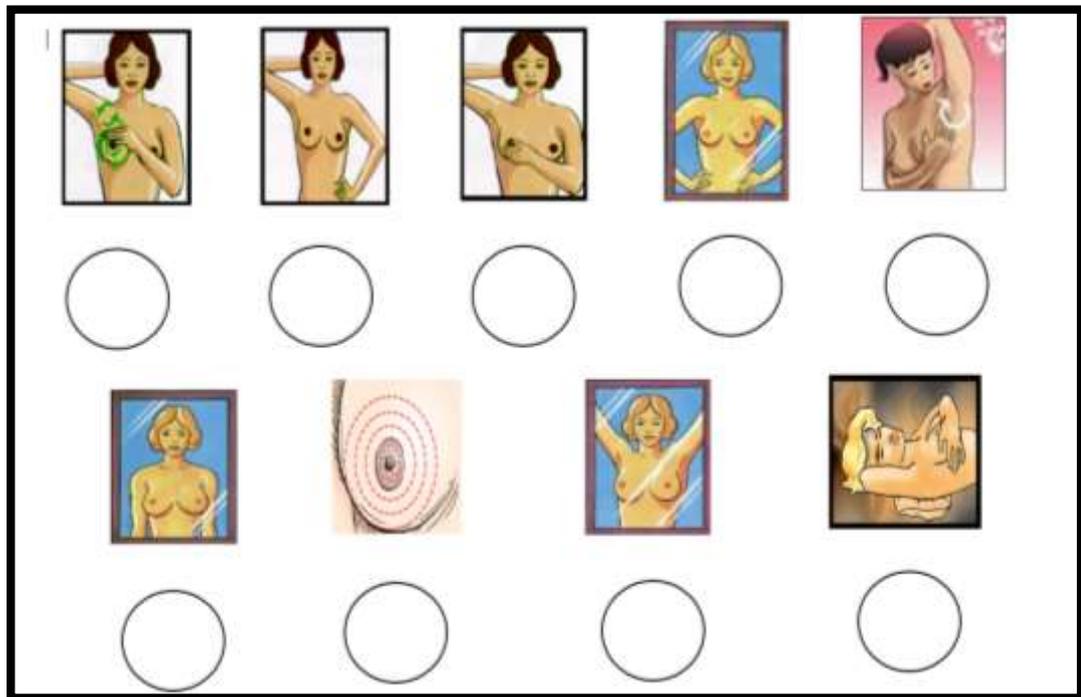
- a) Exploración de los pezones
- b) Exploración de la areola
- c) Exploración inferior del seno



14.- La exploración de mamas debe realizarse de la siguiente manera:

- a) En posición de pie
- b) Solo en posición echada
- c) Ambas posiciones
- d) En cualquier posición

15.- Según las imágenes que se presentan a continuación, enumere la secuencia de un correcto autoexamen de mamas y marce la alternativa correcta.



- a) 4 , 7 , 6 , 3 , 5 , 9 , 2 , 1 , 8
- b) 5 , 4 , 8 , 2 , 7 , 1 , 6 , 3 , 9
- c) 5 , 4 , 6 , 3 , 8 , 7 , 1 , 9 , 2

ANEXO 3

VALIDEZ DE INSTRUMENTO – CONSULTA DE EXPERTOS

TABLA BINOMIAL SEGÚN JUECES DE EXPERTOS

Nº	CRITERIOS	Nº DE JUECES DE EXPERTOS					P
		1	2	3	4	5	
1	El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	1	1	1	1	1	0.031
2	El instrumento responde a los objetivos del estudio.	1	1	1	1	1	0.031
3	La estructura del instrumento es adecuada.	1	1	1	1	1	0.031
4	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.	1	1	1	1	1	0.031
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	1	1	1	1	1	0.031
6	Los ítems son claros y entendibles.	1	1	1	1	1	0.031
7	El número de preguntas es adecuado.	1	1	1	1	1	0.031

$$p = \sum P / \sum \text{ITEMS}$$

$$p = 0.217 / 7$$

$$p = 0.031$$

$$p = 0.03$$

VALIDO ≤ 0.05	NO VALIDO > 0.05
SI = 1	NO = 0

ANEXO 4

CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO-ESTUDIO PILOTO

Requiere de una sola aplicación del instrumento y se basa en la medición de la respuesta del sujeto con respecto a los ítems del instrumento.

α : Coeficiente de Alfa de Cronbach

K : El número de ítems

$\sum S_i^2$: Sumatoria de Varianzas de los ítems

S_T^2 : Varianza de la suma de los ítems

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

$$\alpha = \frac{20}{20-1} \times \left[1 - \frac{3.1843}{21.86} \right]$$

$$\alpha = \frac{20}{19} \times [1 - 0.146]$$

$$\alpha = 1.053 \times 0.854$$

$$\alpha = 0.9$$

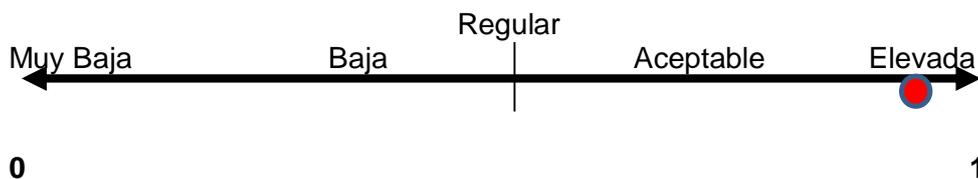
Entre más cerca de 1 está α , más alto es el grado de confiabilidad.

Resultados:

De **0.60** hacia arriba se aproxima a ser confiable.

De **0.80** hacia arriba es altamente confiable.

CONFIABILIDAD



0% de confiabilidad en la medición (la medición está contaminada de error).

100% de confiabilidad en la medición (no hay error)

ANEXO 5

Tabla de códigos

DATOS GENERALES	CATEGORÍAS	CÓDIGO
EDAD	15 años	1
	16 años	2
	17 años	3
	18 años	4
Estado Civil	casada	1
	soltera	2
	conviviente	3
Grado	5to A	1
	5to B	2
Recibió información	En el colegio	1
	Medios de comunicación	2
	No sabe	3

Primera variable

Ítem	Alternativa	Código	Ítem	Alternativa	Código
1.-	a.	2	10.-	a.	1
	b.	1		b.	1
	c.	1		c.	2
	d.	1		d.	1
2.-	a.	1	11.-	a.	1
	b.	1		b.	1
	c.	2		c.	1
	d.	1		d.	2
3.-	a.	2	12.-	a.	1
	b.	1		b.	2
	c.	1		c.	1
4.-	a.	1	13.-	a.	2
	b.	1		b.	1
	c.	1		c.	1
5.-	a.	1	14.-	a.	1
	b.	1		b.	1
	c.	1		c.	2
	d.	2		d.	1
6.-	a.	2	15.-	a.	1
	b.	1		b.	2
	c.	1		c.	1
	c.	1		c.	1
	d.	2		d.	1

ANEXO 6
TABLA MATRIZ
PRE – TEST

Nº	DATOS GENERALES				GENERALIDADES				FRECUENCIA				PASOS											T
	1	2	3	4	1	2	3		4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14	15			
1	3	2	1	3	2	1	1	4	1	1	2	4	1	1	2	2	2	2	2	1	1	14	22	
2	2	2	2	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	1	12	18	
3	1	2	1	1	2	1	2	5	1	1	2	4	1	1	1	1	1	2	2	1	2	12	21	
4	3	2	2	2	2	1	2	5	2	1	2	5	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	27	
5	3	2	2	3	2	1	1	4	2	1	2	5	2	1	1	2	2	2	2	1	2	15	24	
6	4	3	1	1	1	1	2	4	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	14	21	
7	4	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	15	
8	2	2	2	3	2	1	1	4	1	1	2	4	1	1	2	2	2	1	2	1	2	14	22	
9	1	2	2	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	13	19	
10	4	2	1	2	2	2	1	5	1	1	2	4	2	1	2	2	1	2	2	1	1	14	23	

11	2	2	2	1	1	2	1	4	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	2	11	18
12	3	2	2	3	1	2	1	4	1	1	2	4	2	1	1	1	1	2	1	1	1	11	19
13	3	2	1	3	2	1	2	5	2	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	2	11	20
14	3	2	1	2	2	2	1	5	2	1	1	4	2	1	2	1	1	2	2	1	1	13	22
15	3	2	2	1	1	1	2	4	2	1	1	4	2	2	2	2	1	1	1	1	1	13	21
16	2	2	1	1	2	1	1	4	1	1	2	4	2	1	2	2	1	2	2	1	2	15	23
17	3	2	2	1	2	1	1	4	1	1	2	4	2	1	2	2	1	1	2	1	1	13	22
18	2	2	1	2	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	2	1	2	2	1	1	1	12	19
19	1	2	2	3	2	2	2	6	1	1	2	4	2	2	1	2	1	2	2	2	2	16	26
20	3	2	1	3	1	1	1	3	2	1	2	5	2	2	1	1	1	1	2	2	2	14	22
21	3	3	2	3	2	1	2	5	2	1	1	4	2	2	2	2	1	1	1	1	2	14	23
22	2	2	1	1	2	2	1	5	1	2	1	4	2	1	2	2	1	1	1	1	2	13	22
23	3	2	2	3	1	1	2	4	2	1	1	4	1	1	1	2	2	1	2	1	2	13	21
24	2	2	2	2	2	1	1	4	2	1	2	5	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	26
25	2	2	1	3	2	2	2	6	1	2	1	4	2	1	2	2	1	1	2	2	1	14	24
26	2	3	2	3	1	1	1	3	1	2	1	4	2	2	2	2	1	2	1	1	1	14	21

27	3	2	1	3	2	2	1	5	2	1	1	4	2	1	2	1	1	1	2	2	2	14	23
28	2	2	2	1	2	1	1	4	1	2	2	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	18
29	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	4	1	1	2	2	2	1	2	1	2	14	21
30	2	2	2	2	2	1	2	5	1	1	1	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	15	23
31	4	2	1	3	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	2	2	1	2	2	1	1	13	20
32	3	2	2	3	1	1	1	3	2	1	1	4	2	2	2	2	1	1	1	1	1	13	23
33	3	2	1	3	2	1	2	5	1	1	2	4	1	1	2	2	1	1	1	1	1	11	20
34	4	2	1	3	1	1	1	3	2	1	2	5	2	2	2	1	1	1	1	1	1	12	20
35	3	2	1	1	2	2	2	6	1	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	15	24

POST-TEST

GENERALIDADES			FRECUENCIA				PASOS												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		T			
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	17	29		
2	1	2	5	2	1	2	5	2	1	1	2	2	2	2	1	1	14	24	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	1	2	2	16	28	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	1	2	2	2	2	16	28	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	1	2	2	2	2	16	28	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	30	
2	1	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	1	2	2	1	2	16	27	
2	1	1	4	1	2	2	5	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	26	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	1	2	16	28	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	1	2	16	28	
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	1	2	16	28	
2	1	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	29	

2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	30
2	1	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	29
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	29
2	1	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	29
2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	30
2	1	1	4	2	2	2	6	1	1	1	2	1	2	2	2	2	14	24
2	1	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	29
2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	30
2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	29
2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	30
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	29
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	29
2	2	2	6	2	2	1	5	1	2	2	2	2	2	1	2	2	16	27
2	2	2	6	2	2	1	5	2	2	2	2	2	2	2	1	2	17	28
2	2	2	6	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	30
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	1	2	16	28

2	1	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	29
2	1	2	5	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	28
2	2	2	6	2	2	2	6	1	1	2	2	2	2	2	2	2	16	28
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	29
1	2	2	5	2	2	2	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	29
2	1	2	5	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	2	2	17	28
2	2	2	6	2	2	2	6	2	1	2	2	2	2	2	1	2	16	28

ANEXO Nº 07
UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo: _____
padre de familia o apoderado(a) de la
estudiante: _____

de la Institución Educativa José Yataco Pachas acepto que mi menor hija participe en la investigación titulada: "EFECTO DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN EL CONOCIMIENTO DE LAS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ YATACO PACHAS PUEBLO NUEVO OCTUBRE 2016". Habiendo sido informado (a) del propósito de la misma, así como de los objetivos; y teniendo la confianza plena de que la información será solo y exclusivamente para fines de la investigación, asegurándome la máxima confidencialidad.

COMPROMISO DE CONFIDENCIALIDAD

Estimado Padre de familia o apoderado (a):

La investigadora del estudio, para el cual usted ha manifestado su deseo de participar, habiendo dado su consentimiento informado, me comprometo con usted a guardar la máxima confidencialidad de la información, así como también le aseguro que los hallazgos serán utilizados solo con fines de investigación y no le perjudicarán en lo absoluto.

FIRMA

ANEXO 8

EVIDENCIAS (FOTOGRAFÍAS)

PRE-TEST (DIA: MARTES 4 DE OCTUBRE DEL 2016)





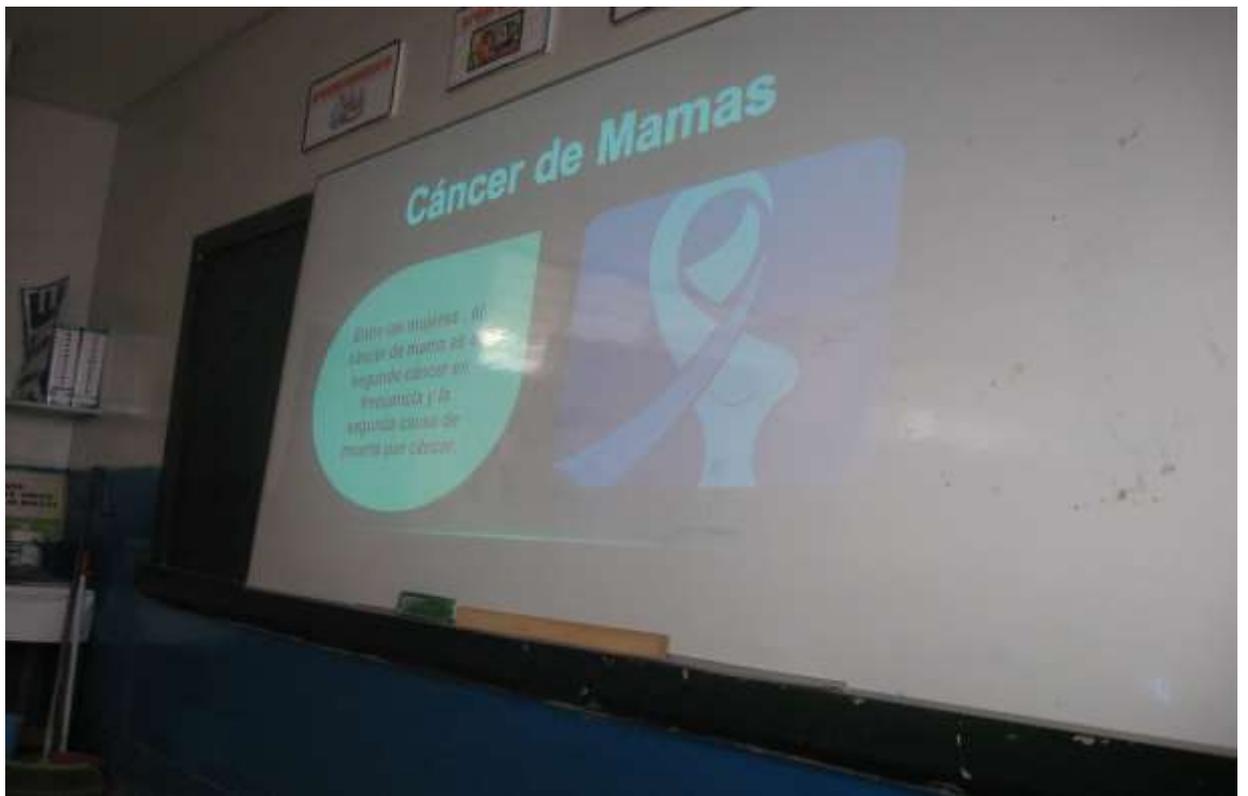


INTERVENCIÓN EDUCATIVA
DÍA: MARTES 11 DE OCTUBRE

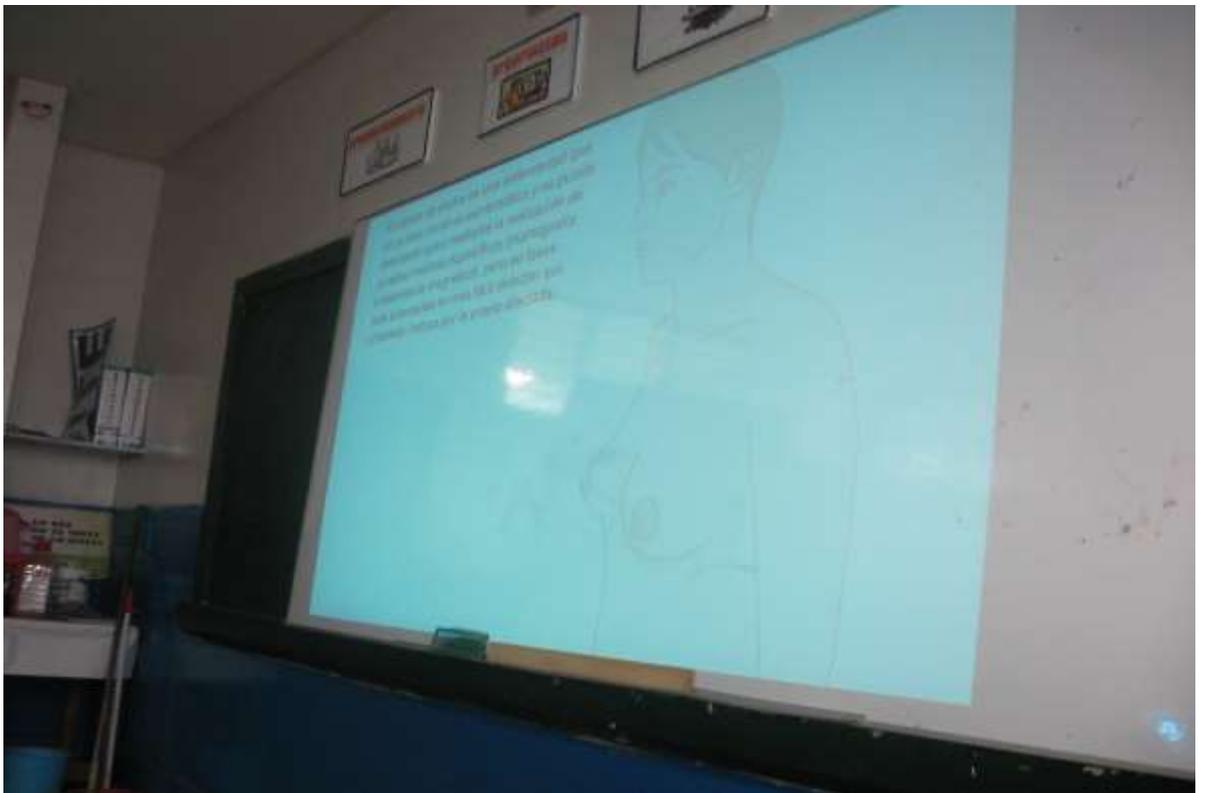


DÍA: MARTES 25 DE OCTUBRE





DÍA: MARTES 08 DE NOVIEMBRE



DÍA: MARTES 15 DE NOVIEMBRE



DIA: MARTES 22 DE NOVIEMBRE



DIA: MARTES 29 DE NOVIEMBRE



POST TEST (DÍA: MARTES 6 DE DICIEMBRE)





**MATERIALES UTILIZADOS EN LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA
(DIAPOSITIVAS)**

DIAPOSITIVA 1

AUTOEXAMEN DE MAMAS



Exponente: Milagros Huamanchumo Chirinos

DIAPOSITIVA 2

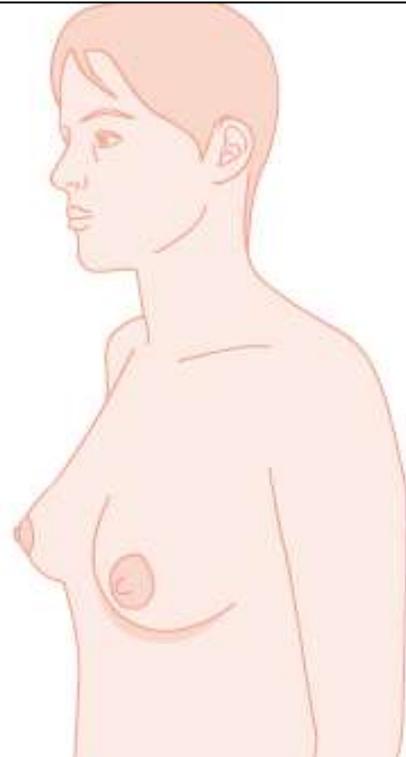


Autoexploración mamaria

El cáncer de mama afecta cada vez más a mujeres jóvenes que no se encuentran dentro de los grupos de mayor riesgo, por eso la autoexploración es el mejor método de detectar cualquier anomalía.

DIPOSITIVA 3

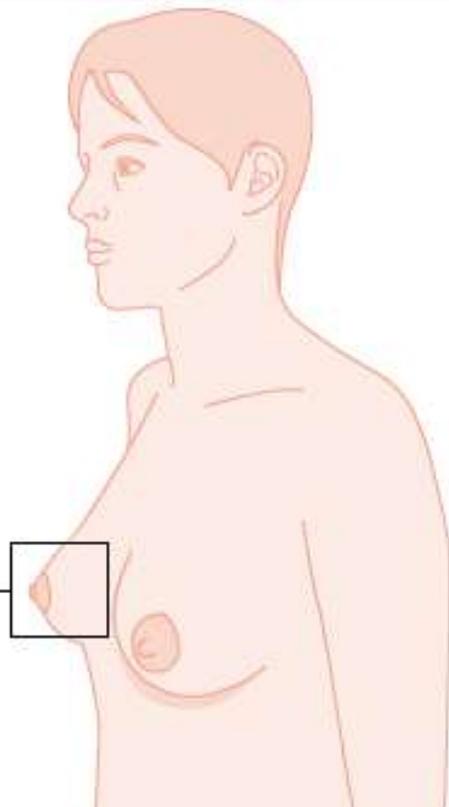
El cáncer de mama es una enfermedad que en su fase inicial es asintomática y no puede detectarse salvo mediante la realización de pruebas médicas específicas (mamografía o resonancia magnética), pero en fases más avanzadas es más fácil detectar sus síntomas, incluso por la propia afectada.



DIPOSITIVA 4

El cáncer de mama es una enfermedad que en su fase inicial es asintomática y no puede detectarse salvo mediante la realización de pruebas médicas específicas (mamografía o resonancia magnética), pero en fases más avanzadas es más fácil detectar sus síntomas, incluso por la propia afectada.

El principal grupo de riesgo son las mujeres mayores de 65 años, pero cada vez afecta a mujeres más jóvenes.



DIPOSITIVA 5

Qué hay que buscar

Mediante la autoexploración la mujer puede detectar diversas anomalías que los tumores generan en la zona de los senos como por ejemplo:

Aparición de nódulos en la zona de la axila

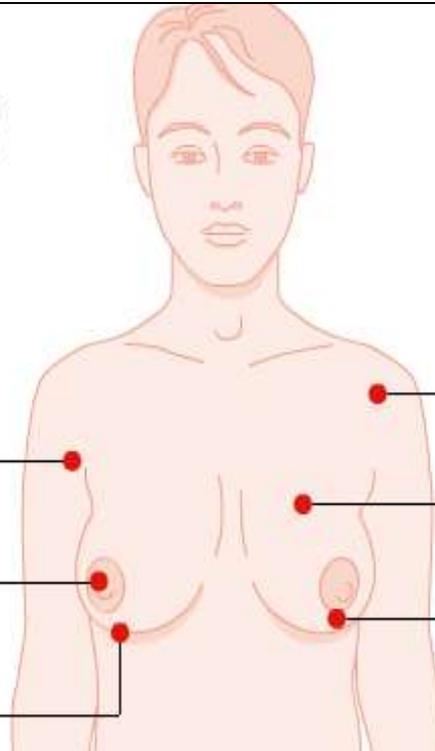
Cambios o hundimiento en el pezón

Cambios en el tamaño

Menor movilidad al levantar los brazos

Cambio del color o la textura de la piel

Irregularidades en el contorno



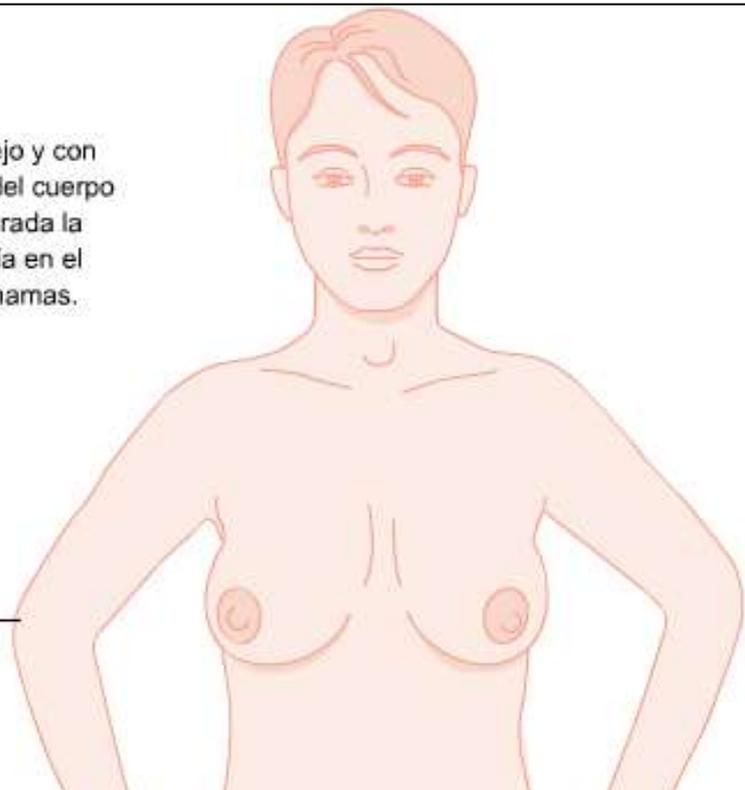
DIPOSITIVA 6

Cómo se debe hacer

Exploración visual

Colocada delante de un espejo y con los brazos caídos a lo largo del cuerpo se debe comprobar con la mirada la existencia de alguna anomalía en el tamaño o el aspecto de las mamas.

La revisión se debe repetir colocando los brazos en las caderas.



DIAPOSITIVA 7

Cómo se debe hacer
Exploración visual



Qué hay que buscar 

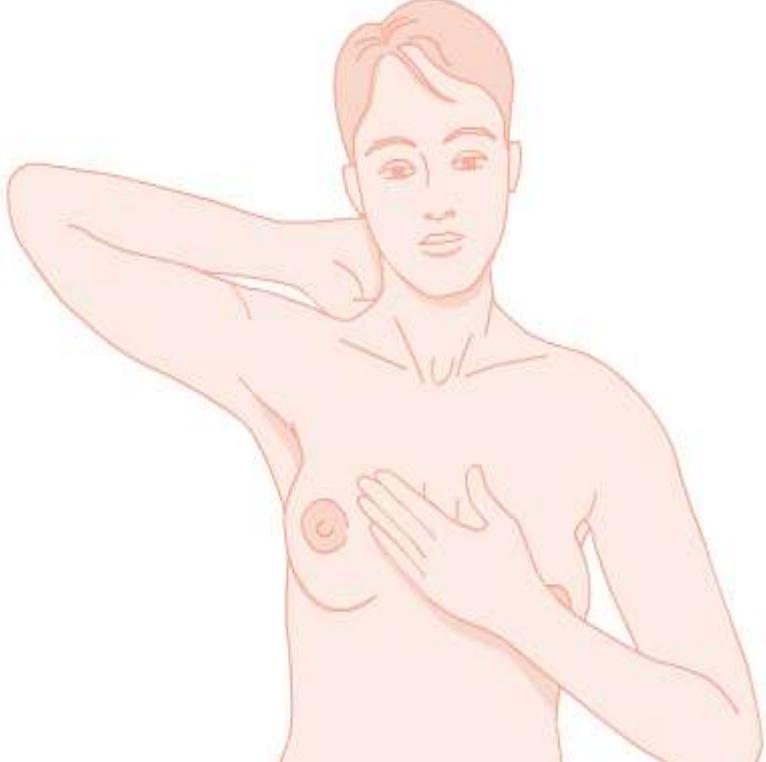
- Variaciones de tamaño
- Cambios en la piel
- Cambios en el color

Colocar los brazos en alto con las manos detrás de la nuca y comprobar que ambas mamas se elevan por igual.

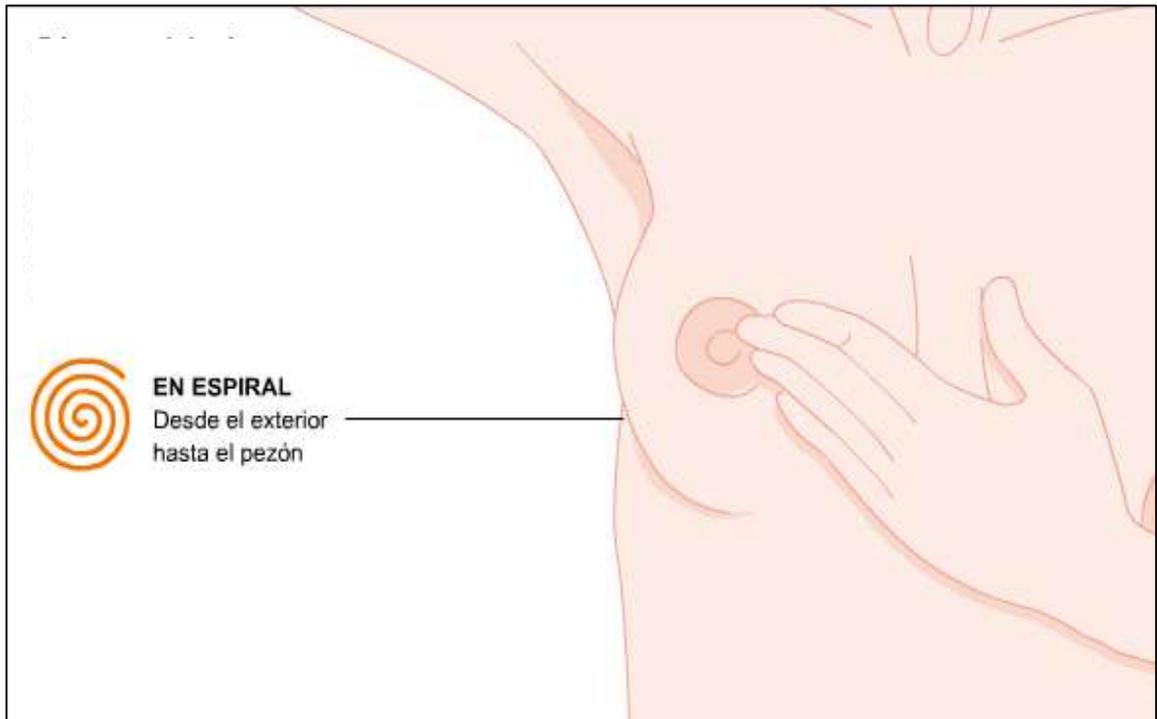
DIAPOSITIVA 8

Cómo se debe hacer
Exploración táctil

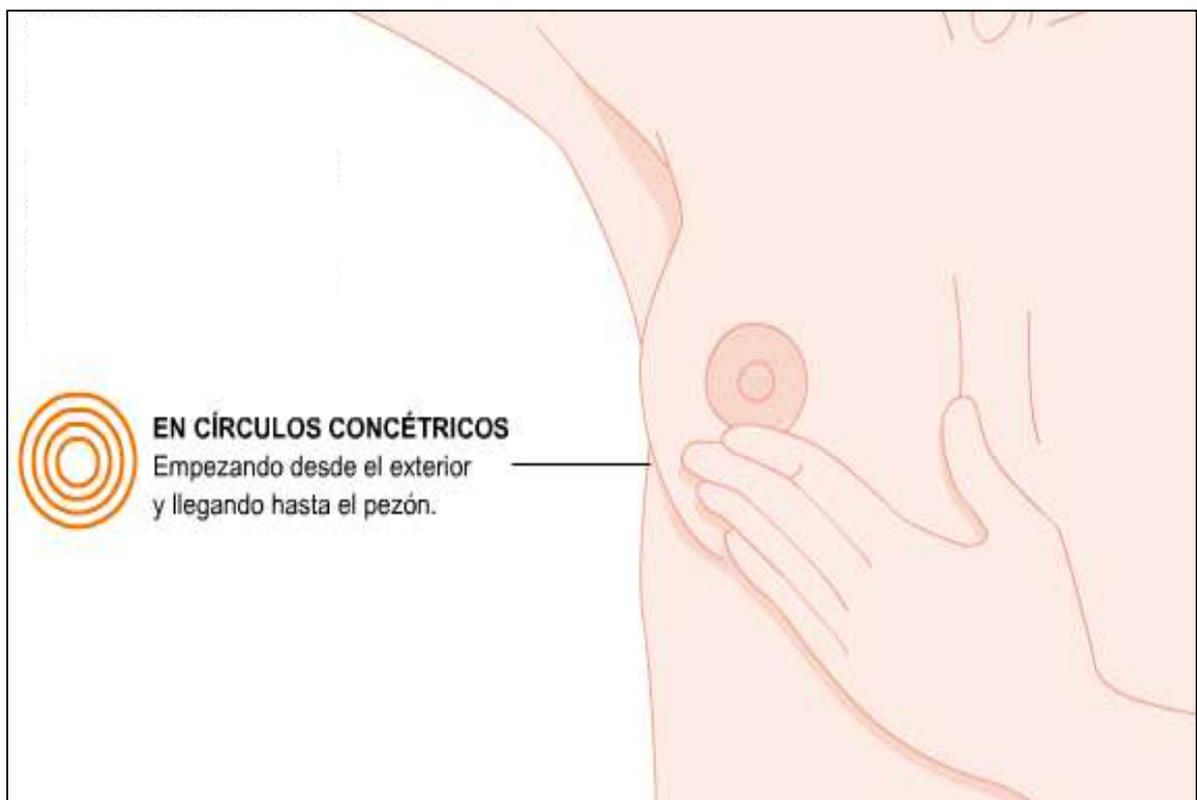
Se debe levantar el brazo derecho a la altura de la nuca y con la mano izquierda palpar el pecho derecho.



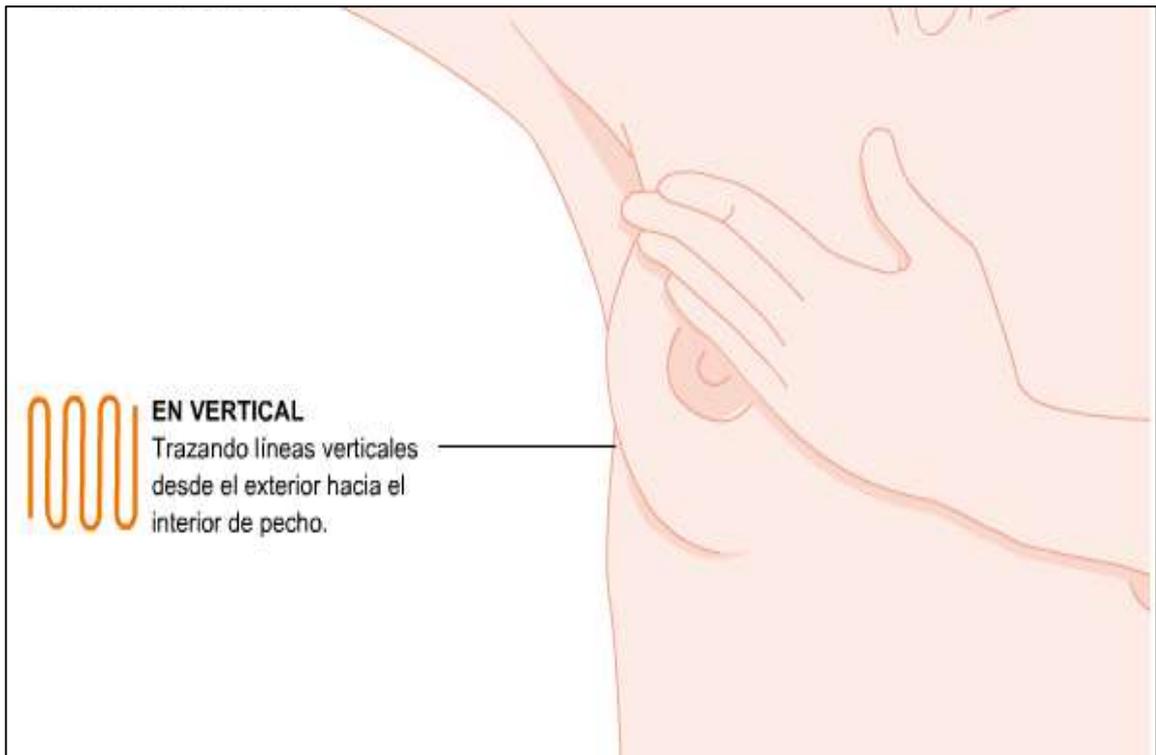
DIAPPOSITIVA 9



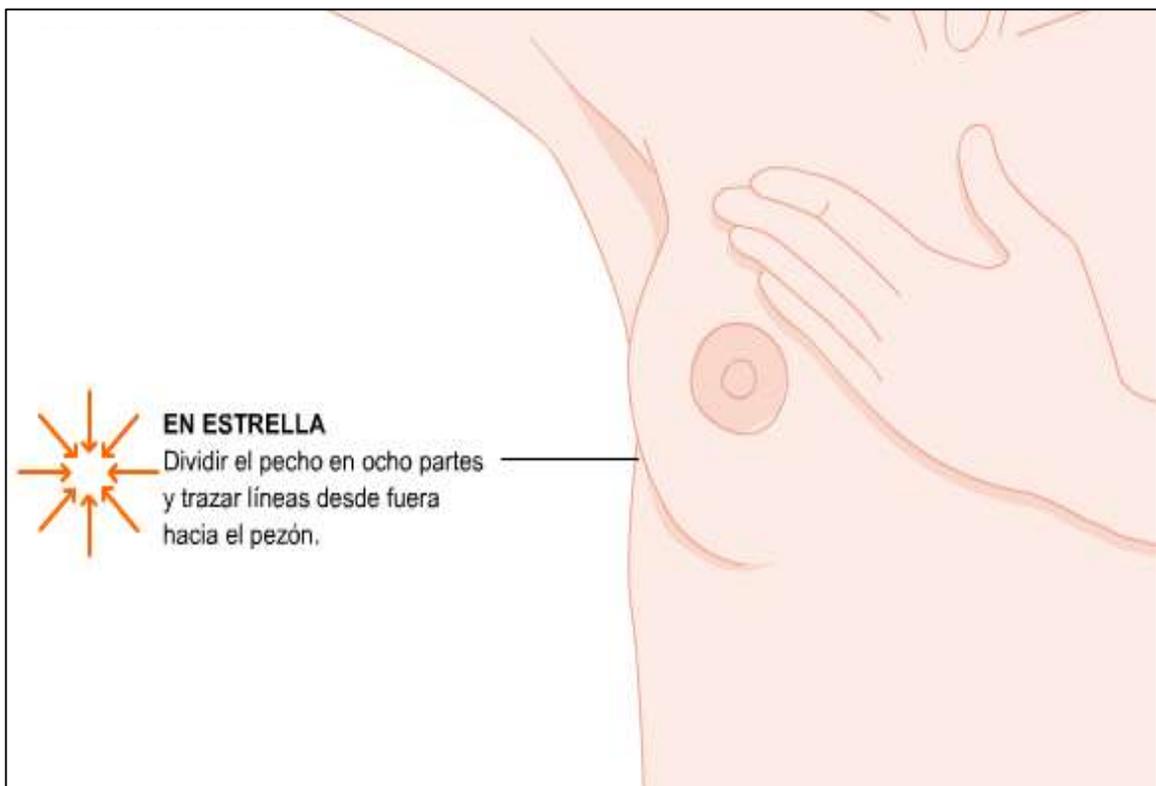
DIAPPOSITIVA 10



DIAPOSITIVA 11



DIAPOSITIVA 12



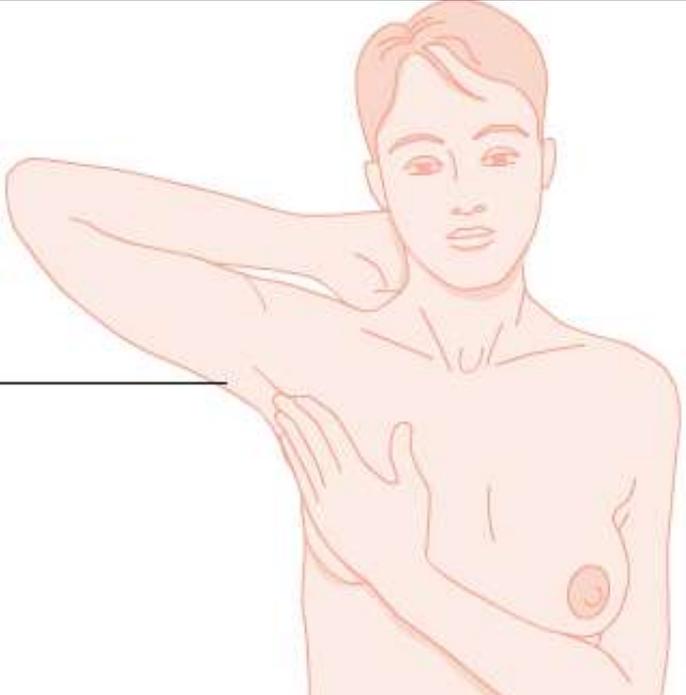
DIAPOSITIVA 13

Cómo se debe hacer
Exploración táctil

Axilas
También se debe palpar la zona de la axila pues también ahí pueden aparecer bultos o se pueden inflamar los glándigos.

Qué hay que buscar 

- Bultos
- Hoyuelos



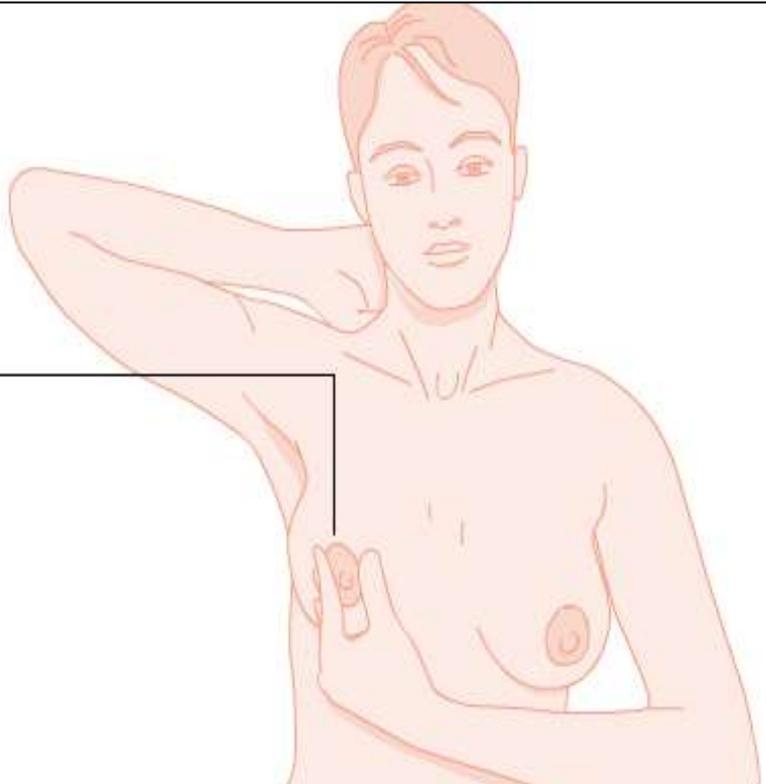
DIAPOSITIVA 14

Cómo se debe hacer
Exploración táctil

Los pezones
Hay que presionar ligeramente el pezón entre los dedos índice y pulgar. Levantarlo junto a la areola para comprobar si existe movilidad.

Qué hay que buscar 

- Dolor o hundimiento
- Secreciones
- Desprendimiento

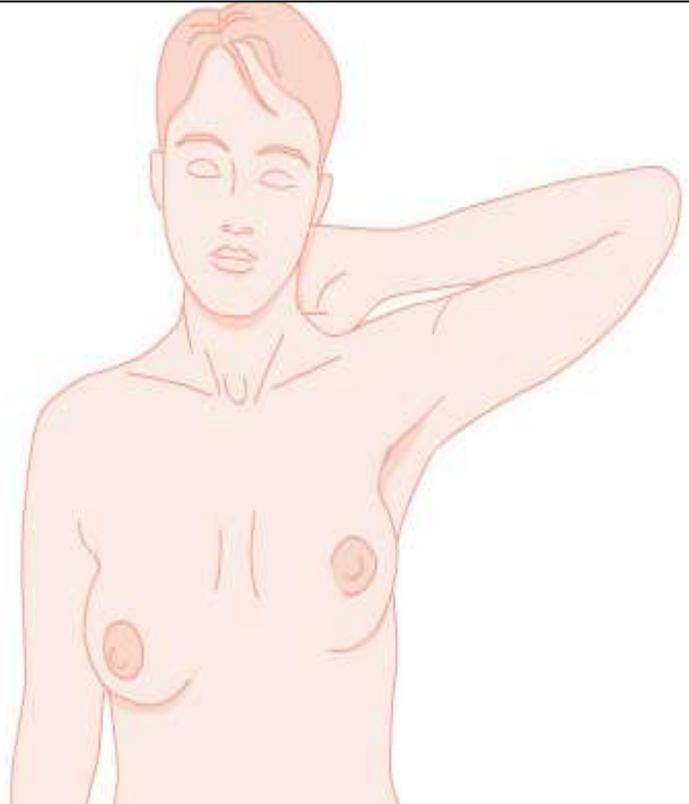


DIAPOSITIVA 15

Cómo se debe hacer

Exploración táctil

Se debe repetir todo el proceso con el otro pecho, levantando el brazo contrario.



DIAPOSITIVA 16

Cómo se debe hacer

Exploración táctil

También hay que realizar la exploración tumbada, palpando ambos pechos.

Es conveniente colocar una almohada debajo del hombro que está elevado para facilitar el reconocimiento.

Se debe colocar un brazo por detrás de la nuca para explorar el pecho de ese mismo lado.

