



**Universidad
Norbert Wiener**

**UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN
ENFERMERÍA ESPECIALIDAD: ENFERMERÍA EN
ONCOLOGÍA**

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE
MAMA Y SU RELACION CON LA PRACTICA EN
MUJERES DEL CENTRO DE SALUD ALFA Y OMEGA
2022**

Trabajo académico para optar el título de especialista
enfermería en oncología

PRESENTADO POR:

GONZALES JANAMPA JUDYTH TEREZA

ASESOR:

Dra. María Hilda Cárdenas de Fernández

LIMA – PERÚ

2022

DEDICATORIA:

Se lo dedico primeramente a Dios por darme salud y vida, y también dedicar a todas las personas que me ayudaron a seguir avanzando profesionalmente y me dijeron que no me dé por vencida para poder concluir mi segunda especialidad.

En especial a mi esposo e hijo por todo el apoyo incondicional que me han brindado.

AGRADECIMIENTO:

Se lo dedico con todo mi amor y cariño a mi amado esposo por creer en mi capacidad, aunque pasamos momentos difíciles siempre ha estado brindándome su comprensión, cariño y amor.

A mi amado hijo Dereck por ser fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día mas y así poder luchar para que la vida nos depare con mis ideales.

ASESOR DE TESIS:

Dra. María Hilda Cárdenas de Fernández

Presidente : Dra. Giovanna Elizabeth Reyes Quiroz
Secretario : Mg. Maria Angelica Fuentes Siles
Vocal : Mg. Jeannette Giselle Avila Vargas Machuca

ÍNDICE

1.	EL PROBLEMA	11
1.1.	Planteamiento del problema	11
1.2.	Formulación del problema	5
1.2.1.	Problema general	5
1.2.2.	Problemas específicos	5
1.3.	Objetivos de la investigación	5
1.3.1.	Objetivo general	5
1.3.2.	Objetivos específicos	6
1.4.	Justificación de la investigación	6
1.4.1.	Teórica	6
1.4.2.	Metodológica	6
1.4.3.	Práctica	6
1.5.	Delimitaciones de la investigación	6
1.5.1.	Temporal	6
1.5.2.	Espacial	7
1.5.3.	Recursos	7
2.	MARCO TEÓRICO	8
2.1.	Antecedentes	8
2.2.	Base Teórica	9
2.3.	Formulación de hipótesis	11
3.	METODOLOGÍA	12
3.1.	Método de la investigación	12
3.2.	Enfoque de la investigación	12
3.3.	Tipo de investigación	12
3.4.	Diseño de la investigación	12
3.5.	Población, muestra y muestreo	13
3.6.	Variables y operacionalización	13
3.7.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	15
3.7.1.	Técnica	15
3.7.2.	Descripción de instrumentos	15
3.7.3.	Validación	15
3.7.4.	Confiability	15
3.8.	Plan de procesamiento y análisis de datos	16

3.9. Aspectos éticos	16
4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	17
4.1. Cronograma de actividades	17
4.2. Presupuesto	18
5. REFERENCIAS	19
Anexos	23
Matriz de consistencia	24

Resumen

Los cánceres en la mama viene a ser segunda forma de neoplasias comunes en todo el mundo, son frecuentes en mujeres, tanto en países en vías de desarrollo como en los desarrollados. El objetivo fue Determinar el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022. El presente estudio es deductivo, dado que sus métodos son descripciones de los procesos de la construcción de los procesos del conocimiento científico, la población estará conformada por 80 mujeres que acuden a la consulta del Centro de Salud Alfa y Omega en los meses de Octubre a Noviembre del 2021, se usara como técnica la encuesta y el instrumento será el cuestionario, la confiabilidad de los instrumentos se aplicó una prueba piloto a 10 elementos muestrales y se analizó con el coeficiente de correlación de Kuder Richardson como resultado un criterio de aceptación de 0.8 el cual entra es un criterio alto, y en relación a la práctica teniendo un criterio de confiabilidad de 0.9, se analizaran los datos con estadística descriptiva e inferencial y se presentara cada cuadro con su respectivo grafico, se cumplió con los principios ético de investigación.

Palabras clave: Cáncer de mama; Conocimiento; autoexamen; practica

Abstract

Breast cancers are the second most common neoplasms in the world, they are frequent in women, both in developing and developed countries. The objective was to determine the level of knowledge about breast self-examination and its relationship with the practice in women of the Alpha and Omega Health Center 2022. The present study is deductive, since its methods are descriptions of the processes of the construction of the processes. of scientific knowledge, the population will be made up of 80 women who attend the consultation of the Alpha and Omega Health Center in the months of October to November 2021, the survey will be used as a technique and the instrument will be the questionnaire, the reliability of the instruments a pilot test was applied to 10 sample elements and it was analyzed with the Kuder Richardson correlation coefficient as a result an acceptance criterion of 0.8 which enters is a high criterion, and in relation to practice having a reliability criterion of 0.9 , the data will be analyzed with descriptive and inferential statistics and each table will be presented with its respective graph, the principles of research tic.

Keywords: Breast cancer; Knowledge; self-examination; practice

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Los cánceres en las mamas vienen a ser segunda forma de neoplasias comunes en todo el mundo, son frecuentes en mujeres, tanto en países en vías de desarrollo como en los desarrollados, las incidencias aumentaron últimamente por los aumentos de las esperanzas de vida y de las urbanizaciones, también en las adopciones del modo de vida occidental (1,2) Para la OPS (Organización Panamericana de Salud) estima para el 2030, los casos serán más de 597.000 y en 143.200 muertes en toda la región, en especial para el Caribe y América Latina (3).

Se dice que el 81% aproximadamente de mujeres con cáncer de mama, se van a atenderse al especialista cuando el mal está en estadios muy avanzados, en ellos los tratamientos son difíciles, con bajo rendimiento y alto costo. El procedimiento y la administración es difícil con efectos antagónicos y juiciosos en la actividad del trabajo diario, se transforman en sistemas complejos para las mujeres también para su familia. Las buenas alternativas en las mejoras de la situación se dan por una perfecta y con orientaciones políticas públicas, como son las estrategias de prevenciones y diagnósticos precoz (4).

Las detecciones tempranas suponen intervención eficaz en poblaciones asintomáticas, y las pesquisas sobre los indicios y de los síntomas iniciales, aumentan las probabilidades de tener curaciones. Por ello, se requiere construcciones y equipamientos con suficiencia para ayudar al diagnóstico y brindando los tratamientos oportunos, sobre todo en personas que más lo necesitan (5).

Con el fin de combatir las enfermedades en el país, el Ministerio de Salud, ha implementado planes de acciones dirigidas para luchar contra el cáncer de mama, se implementó esquemas que ayudan a dar mejores accesos a los usuarios con la finalidad de realizarse las

mamografías, los diagnósticos tempranos y los tratamientos oportunos. El “Plan Nacional para la Prevención y Control de Cáncer de Mama en país del 2018-2021”, contemplan acciones que van a enfrentar los tipos de cánceres (6).

Se conoce que hay tres mecanismos donde las mujeres detecten a tiempo el problema del cáncer de las mamas, ellos son: las mamografías, los exámenes clínicos y los autoexámenes, el autoexamen es sencillo y fundamental, que tienen bajos costos y no son invasivos; en especial son métodos donde al intervenir a las mujeres son más propicias, porque son ellas las que hacen la autoevaluación (7).

Por ello, las propias evaluaciones que realiza la mujer denominado también como autoexámenes de las mamas que son considerados métodos de detecciones que buscan con el objetivo principal las disminuciones de las muertes debido a la enfermedad, pero al conocer el paso adecuado en la realización del examen va a permitir la detección a tiempo y de referir los diagnósticos tempranos, principalmente en los países con bajos sistemas en la salud, donde hay escasos equipamientos que no permiten alcanzar las evaluaciones mediante la mamografía. Es así mencionar la gran importancia de iniciar con los autoexámenes mensuales, luego después de tener 20 años (8).

Se debe tener en cuenta que las mortalidades por este tipo de cáncer pudrían explicar por los factores como son el desarrollo de las ciudades, las urbanizaciones, también las edades tardías en los primeros embarazos, las bajas paridades, la falta de las lactancias maternas y del uso de los anticonceptivos orales, etc., (9).

Se encontró el impacto que causa el cáncer de mama en lo emocional, en lo cognitivo y en las conductas de todas las mujeres y de sus familiares, ellos nos demuestran que no son afecciones orgánicas, sino que tienen muchas dimensiones (10). Según American Cancer Society hace sus recomendaciones para todas las mujeres que deben ser capacitadas y que

se examinen por cada mes con las técnicas preestablecidas; deben ser entre 35 años y 40 años, se recomiendan iniciar las tomas de las mamografías y los exámenes físicos por cada año (11). Se indican que las mamografías se repitan cada año o cada dos años, ello según las edades y de los factores de riesgo que son propias de las mujeres.

El método de diagnóstico disponible y aconsejable del cáncer de las mamas en el mundo es mediante los autoexámenes de las mamas, los exámenes clínicos de las mamas y las mamografías (12). Por las detecciones tempranas y los diagnósticos oportunos se pueden aumentar de forma considerable los éxitos terapéuticos y, también crear mayores conciencias sobre las mujeres del signo de advertencia de esta enfermedad (13).

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión generalidades y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022?

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión finalidad y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022?

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión técnica y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

1.3.2. Objetivos específicos

-Describir el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión generalidades y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

-Identificar el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión finalidad y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

-Establecer el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión técnica y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Los aportes teóricos de este proyecto será un marco teórico de alto valor científico que servirá para actualizar los cuidados y estrategias aplicar para fortalecer las prácticas de los autoexámenes de las mamas con la finalidad de disminuir los índices de morbilidad, asimismo será referente para la institución para crear nuevas alternativas de orientación para el diagnóstico y tratamiento precoz de este tipo de patología.

1.4.2. Metodológica

Desde la perspectiva metodológica será una contribución de conocimiento a la línea de investigación de cuidado oncológicos, por otra parte, será un referente para otros

investigadores que deseen estudiar sobre el tema, otras instituciones podrán replicar el estudio y compartir los resultados con la finalidad de elaborar protocolos de cuidado, finalmente servirá como antecedentes para otras futuras investigaciones.

1.4.3. Práctica

Para la practica será un aporte valioso porque se pondrá de manifiesto lo importante que es el conocimiento para poder desarrollar una actividad en este caso el autoexamen de mama, de la misma forma el resultado podrá ser utilizado para el desarrollo de guías y protocolos de cuidado de manera que se mejore el cuidado brindado

1.5.Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

Los periodos del estudio se encuentran comprendido entre enero a mayo de este año 2022.

1.5.2. Espacial

Esta investigación se realizará en el Centro de Salud Alfa y Omega de Lima Perú

1.5.3. Recursos

Se recurrirán a fuentes bibliográficas, publicaciones científicas disponibles. También se harán usos del recurso tecnológico e informática. Los recursos serán autofinanciados por la investigadora

2. MARCO TEÓRICO

2.5. Antecedentes

Internacional:

Mesa D., Velandia D., Quemba M., (14) en el 2018 en Colombia, cuyo objetivo fue de identificar las actitudes, conocimientos y prácticas en el autoexamen de senos en las mujeres de un centro de educación superior, en segundo semestre del 2017, es un estudio cuantitativo, del tipo descriptivo y transversal con poblaciones de 1225 estudiantes del género femenino. Ha durado un año con muestras de 241 entrevistados de instituciones de educación superior. Las informaciones se recolectaron mediante encuestas que evalúan las actitudes, los conocimientos y las prácticas de los autoexámenes de los senos. En el resultado el 41% de la población en estudio, sí hay practica de los autoexámenes de los senos, el 71% tienen frecuencias adecuadas y el 39% en las etapas sugeridas de los ciclos menstruales. Concluye que la gran parte de la población no practican los autoexámenes, hay pocas claridades de las frecuencias y los momentos para hacerlos.

Por su parte Almonte-Becerril, M., Marbella Parra, N., García Velázquez (15) 2020 en México han tenido como objetivo identificar el factor de riesgo que están asociados al inicio del cáncer de las mamas (CaMa) en estudiantes de enfermería, evaluando los conocimientos y las prácticas de las autoexploraciones y las asociaciones con los riesgos. Fueron seleccionados 200 estudiantes de sexo femenino y se les aplicaron el test semiestructurado indicando los factores nutricionales, ginecológicos, socioculturales y de los estilos de vida; también con preguntas sobre el conocimiento y las prácticas de las autoexploraciones. Luego calcularon los riesgos relativos del desarrollo del CaMa mediante el modelo de Gail. El resultado muestra alto porcentaje de estudiantes que no practican ni conocen las autoexploraciones. Un bajo porcentaje tenían un antecedente familiar del CaMa, en 71%

tienen riesgos elevados asociados al estilo de vida y del factor nutricional. Se debe tener culturas de detección temprana, también detectar factores de riesgos modificables en la mejora los conocimientos sobre las enfermedades; para tener estrategias de prevención mediante la autoexploración.

Leonardo Alvarez Im, Et Al (16) 2017, en Honduras el objetivo fue analizar el conocimiento, actitud y práctica en mujeres sobre cáncer de mamas y la detección con tratamientos oportunos. Estudio descriptivo, transversal en primer trimestre 2017. Mediante 100 usuarios de consultas externas en ginecología y medicina general del Centro de Salud San Miguel, Hospital San Felipe Tegucigalpa, Hospital Santa Teresa de Comayagua. Las variables fueron conceptos sobre el cáncer de las mamas, prácticas y métodos de autoexámenes de las mamas y actitudes sobre importancias y promociones de autoexámenes. Los sujetos entrevistados escucharon cáncer de las mamas, su tratamiento y diagnóstico, con conceptos incompletos de la importancia y de los métodos de los autoexámenes, de la importancia del método de imagen. El 90% tenían de 21 a 51a años y el 93% practican los autoexámenes una vez al año. Los métodos del tratamiento conocido fueron las cirugías en 77%, opinan que los médicos poco promocionan el autoexamen.

Nacionales

De La Reguera Z, Allison N (17), 2019, su objetivo fue analizar los niveles de conocimientos del cáncer de las mamas y las prácticas de los autoexámenes de las mamas en los estudiantes de Ciencias de Salud Universidad Privada del Norte 2019. Población de 273 estudiantes de la universidad de 7mo y 8vo ciclo de nutrición y dietética, terapia física, psicología, enfermería de Universidad Privada del Norte, con muestra de 160 estudiantes del cual las variables: conocimientos del cáncer de las mamas y prácticas de los autoexámenes de las mamas, la investigación descriptivo, transversal, se aplicó el instrumento los dos

cuestionarios uno conocimientos del cáncer de mamas en escala Likert, el otro de establecer las prácticas de autoexámenes de mamas. Los encuestadas tienen niveles de conocimientos regulares en 77%, buenos en 15% y malos en 7% del aspecto general de cánceres de mamas, factor de riesgos y prevenciones; el 78% de estudiantes tienen prácticas del autoexamen.

De la misma manera, Landa H, Yesenia; Torres Z, Magaly V, (18) en Perú tuvo como objetivo, analizar las relaciones del nivel de conocimiento en cáncer de mamas y las prácticas de los autoexámenes en las mujeres con menopausias del Centro Salud Justicia Paz y Vida de mayo a junio del 2018. Estudio no experimental, básica. La población fue 60 mujeres con menopausias de entre 45 a 60 de edad que van al centro de salud; se usó las encuestas, el instrumento es un cuestionario que mide los niveles de conocimientos en cáncer de las mamas y las prácticas de los autoexámenes de las mamas; donde los niveles de conocimientos de cáncer de las mamas de 50 féminas con menopausias con medio nivel en 57% , bajo nivel en 22% y alto nivel en 21%; en prácticas de los autoexámenes de las mamas el 71% prácticas inadecuada, 29% adecuada. No hay relación de niveles de conocimientos en cáncer de mamas y prácticas de autoexámenes en 62 mujeres con menopausias del Consultorios de Planificación Familiar, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la alterna.

Asimismo Ortiz Cieza, Ana Paula (19), 2020 en Perú, su objetivo fue analizar las relaciones de los niveles de conocimientos en prevención del cáncer de las mamas con prácticas de los autoexámenes de las mamas, en enfermeras, estudio descriptivo, transversal con muestra de 117 enfermeras, que cumplen con criterios de inclusión aplicando encuestas para analizar conocimientos en prevención del cáncer de mamas y de prácticas realizadas, donde el nivel de conocimiento de prevención del cáncer de mamas fue 77% regular y 23% eran buenos, en prácticas del autoexamen de mamas el 55% tiene prácticas y el 47% no lo hacen. En

relación del nivel de conocimiento de prevención del cáncer de mamas con las prácticas de autoexamen de mamas, es significativa en prueba de Chi cuadrado ($X^2 = 16.325$, $p = 0.000$).

2.2. Base Teórica

Autoexamen de mamas (AEM)

La autoexploración mamaria son técnicas de detección del cáncer de mamas que se basan en palpación y observación que realiza la mujer en sus mamas, son procedimientos simples que ayudan detectar de manera temprana los cánceres de las mamas, no genera incomodidad y su fin es detectar temprana cualquier alteración, pueden mejorar las supervivencias de las usuarias con carcinomas mamarios. En gran porcentaje son mujeres que se detectan nódulos indicando alteraciones mamarias. La asociación americana del cáncer (ACA) sugiere autoexploración de las glándulas mamarias mensualmente a las mujeres, en mayores de 20 años (20). Los exámenes son importantes ya que permiten a las mujeres detectar la alteración de las mamas. El AEM es el método preventivo que detecta alteraciones o patologías, ayuda al diagnóstico temprano y a tratamientos adecuados (21). El 96% de cáncer de mamas se pueden curar, si es que la enfermedad se detecta en etapas iniciales. La Sociedad Médica Nacional e Internacional recomiendan que la mujer examine sus mamas desde los 20 años de edad. Se demostró que de cada 10 mujeres se presenta el cáncer de mamas en alguna etapa de vida siendo frecuentes en edades de 40 hasta 65 años (22)

Técnicas de autoexamen de mamas

Los pasos a seguir los autoexámenes de las mamas son (23): Primero. Ver si en piel de mamas hay nódulos. Ver si hay cambios del tamaño de mamas. Observar si el pezón está normal sin estar retraído o hundido. Segundo. Hacer la misma observación poniendo las manos sobre la cadera y, luego detrás de la nuca. Tercero. Poner una mano detrás de la nuca.

Examinar la mama izquierda con la mano derecha, presionar con los dedos y hacer movimientos circulares. Cuarto. Examinar los pezones para detectar la presencia de nódulos o secreciones de líquidos. Quinto. Hacer últimas palpaciones cerca de las axilas que pueden contener algo de tejidos mamarios. Sexto. realizar la misma operación en la siguiente mama. Hacer las mismas exploraciones de forma horizontal, colocar almohada debajo de hombros.

Asimismo, para ESSALUD las técnicas de autoexámenes de mamas tiene el siguiente paso (24): Primero: Frente al espejo, colocar las manos por detrás de la cabeza y elevar el codo. Observar si hay masas o cambios de textura o de color de piel. Segundo: Con la mano del lado opuesto palpar todas las superficies de las mama, buscar irregularidades. Tercero: Examinar las axilas con las yemas de los dedos con un movimiento circular tratando de buscar presencias de masas. Repetir el examen en el lado opuesto. Cuarto: Al estar echada, poner las manos detrás de la cabeza alzando los codos. Repetir los procedimientos según el paso 2.

Promoción de la salud con Nola Pender

La promoción de la salud abarcan infinitudes de formas, y estilos pero la teoría de enfermería de Nola Pender, que ha trabajado su teoría según estudios de acuerdo a los aspectos culturales como Fishben y Ajzen, que explican las conductas de los sujetos por conocer las intenciones o los propósitos ante algunos eventos, como es la autoexploración de las mamas, las conductas son probables según dos tipos de acciones como los razonamientos del que hacer y de plantear lo que se razona en las primeras acciones, referida a analizar las acciones destinadas a realizarlas para generar acciones que favorecen la salud, la función humana se define mediante juicios que influyen todas las capacidades de los mismos para lograr niveles según los rendimientos, donde los individuos se plantean situaciones para enfrentar, que

causa habilidades de éxitos o de algunas actividades como son los niveles de conocimientos y prácticas de los autoexámenes de mamas (25).

Hay la teoría de Leavell y Clark que proponen enfoques de promociones y prevenciones de la salud en la enfermedad, las historias de las enfermedades se dan mediante ciclos conocidos, pero hay factores que causan esos factores para impedir el daño, involucra en los temas de estudio, si las mujeres practican correctamente los autoexámenes de las mamas, que disminuyen y se detecta a tiempo los problemas en las mamas (26)

Una de las teoristas más representativas es Dorotea Orem, que en su teoría articula o interrelaciona tres teorías: la del autocuidado, la del déficit de autocuidado y la de los sistemas de enfermería. Orem quien “justifica” la participación profesional de la enfermería en situaciones en que la persona no puede cuidar su salud por sí misma, o no está motivada para hacerlo. Para la autora, el autocuidado es una función regulatoria que los individuos llevan a cabo deliberadamente para cubrir requerimientos vitales, mantener su desarrollo y funcionar integralmente

Se debe tomar en cuenta los factores que son claves en los programas para detectar el cáncer de las mamas que son frecuentes para la detección y los cumplimientos; los factores van a depender de la voluntad para proveer los servicios y los registros computarizados, también del entusiasmo del profesional de salud y administrativo que unen el recurso y los sistemas de comunicación para que se asegure cubrir toda la población (27).

Por otra parte el personal de enfermería cumple un papel importante en la detección precoz y oportuna; porque participa activamente en las campañas de educación para la salud, enseñando a las mujeres a practicar la autoexploración mamaria, desmitificando tabúes, tratamientos de belleza, entre otros.; también participa en las campañas de diagnóstico

precoz, mentalizando a la mujer de la importancia de detectar el cáncer de mama en estadios iniciales, animándolas a que acudan a los controles y a las visitas de seguimiento. (28)

Sobre este particular algunos estudios han concluido que la educación brinda información suficiente como para afirmar que se conoce el autoexamen de mama, pero este nivel de conocimiento no implica que sea el mejor, ya que al comparar los grupos de mujeres profesionales y no profesionales que conocen y se hacen el autoexamen no existen diferencias en cuanto a la calidad de la técnica utilizada. (29)

Cáncer de mama

El cáncer de mama es una patología caracterizada por el crecimiento descontrolado de células en la glándula mamaria. Estas normalmente forman un tumor que a menudo se puede observar en una radiografía y que pueden ser palpados como un bulto. El tumor es considerado maligno, y recibe el nombre de cáncer, cuando las células pueden crecer invadiendo los tejidos circundantes o propagándose áreas distantes del cuerpo, en cuyo caso se denomina metástasis. Aunque esta enfermedad se presenta de manera casi exclusiva en el sexo femenino, los hombres también pueden padecerla. (30)

Los factores de riesgo del cáncer de mama se agrupan en dos categorías. Los factores personales o endógenos representados por aquellos propios de la mujer como la historia familiar de cáncer de mama y/o de ovario, el antecedente de cáncer o una hiperplasia atípica en la glándula mamaria, la nuliparidad, tener su primer embarazo a una edad mayor de 30 años, falta de lactancia materna, menarquía temprana antes de los 12 años y menopausia tardía posterior a los 50 años. Los factores ambientales o exógenos están relacionados con la exposición a radiaciones ionizantes en la etapa de desarrollo mamario, entre los 10 y 20 años, alto consumo de grasas y calorías, ingesta de alcohol, consumo de

anticonceptivos hormonales en la pre menopausia, terapia hormonal de reemplazo después de la menopausia y el hábito de fumar. (31)

Es bueno mencionar que diversos autores a nivel mundial concuerdan que las mujeres si tienen conocimiento o escucharon en algún momento sobre el autoexamen de mama, por lo que concluyen y dan a conocer que se debe tomar conciencia sobre la salud de las mamas y así mismo la prevención frente al cáncer de mamas, con el fin de incentivar campañas de prevención y sensibilización; así como estrategias sanitarias para aumentar en la población los niveles de conocimiento y brindar una medida preventiva y disminuir la incidencia de esta afección mamaria. Así mismo, alentar a las mujeres jóvenes y adultas a realizar correctamente los pasos para una exploración mamaria con el fin de explorar su cuerpo y reconocer si existe algún cambio en mama para así tener una detección temprana y acudir a algún establecimiento de salud con un personal capacitado para que pueda brindarle la orientación correcta. (32)

Por otro lado, otros autores a nivel mundial mencionan que existe una falta de educación sanitaria, por ello se debe fomentar los programas educativos o intervenciones de enseñanzas que puedan ayudar a las mujeres frente al autoexamen de mama, para poder tener una detección temprana. También el autoexamen de mamas debe ser tomado por el personal de salud como un tema demostrativo donde pueda permitir a cada mujer seguir los diversos pasos del autoexamen de mama con su cuerpo para una mayor autoexploración mamaria. El déficit de conocimiento contribuye negativamente a la detección temprana, por lo que se debe recomendar campañas creativas para la toma de conciencia que garantice a las mujeres jóvenes y adulta puedan reconocer su cuerpo, factores de riesgo, síntomas, pasos y con esta información pueda buscar ayuda temprana. (33, 34,35)

2.3. Formulación de hipótesis

Hipótesis General

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

H0: No Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

Hipótesis específicas

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión generalidades y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

H2: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión Finalidad y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

H3: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión técnica y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022

3. METODOLOGÍA

3.2. Método de la investigación

Se empleara el método deductivo, debido a que sus métodos son descripciones de los procesos de la construcción del conocimiento científico. Los métodos son los siguientes: científicos, conjeturas, hipótesis, realizan predicción que tendrían que ser verdaderas si las hipótesis fueran ciertas, se comparan predicciones por la observación empírica y bases a comparaciones, que se pueden revisar o rechazar las teorías, o se pueden aceptarlas provisionalmente (36).

3.3. Enfoque de la investigación

Es de enfoque cuantitativo, porque se usara la recolección de datos para hacer la demostración de la hipótesis sustentado en el estudio estadístico y el examen de las cualidades o atributos descritos para determinar los resultados de los modelos de conducta en una población. Al hablar de investigación cuantitativa se alude al ámbito estadístico (37).

3.4. Tipo de investigación

El trabajo es básico, que busca la descripción del elemento que conformaran las variables investigadas, es descriptivo porque los datos se obtendrán de forma directa, que se observaran, se registraran, se analizaran y clasificaran sin tener que hacer manipulación. Es de corte transversal, dado que se realizará en periodos determinados en la ciudad de Lima; se tendrá el propósito de tener los tipos de relaciones que se presentan entre las variables a estudiar (38).

3.5. Diseño de la investigación

Este diseño es no experimental, donde no se manipularán las variables deliberadamente. El investigador no interferirá con intenciones las variables. Se verán los hechos y registros en la manera de presentarse según el lugar y los tiempos para el análisis posterior (39).

3.6. Población, muestra y muestreo

Población:

La población para la investigación científica son todos aquellos elementos que poseen una característica en común factible de estudiar. (40) para esta investigación estará conformada por 80 mujeres que acuden a la consulta del Centro de Salud Alfa y Omega en los meses de Octubre a Noviembre 2021

Criterios de inclusión

- Mujer mayor de 18 años
- Mujeres que sepan leer y escribir
- Mujeres que tengan por lo menos dos controles en la consulta del centro de salud
- Mujeres que firmen el consentimiento informado

Criterios de exclusión:

- Mujer menor de 18 años
- Mujeres que no sepan leer y escribir
- Mujeres que no tengan por lo menos dos controles en la consulta del centro de salud
- Mujeres que no firmen el consentimiento informado

3.6. Variables y operacionalización

Variable 1: Conocimiento sobre autoexamen de mama

Definición operacional: Es toda la información que posee la mujer que asiste a la consulta sobre el autoexamen de mama que incluye generalidades finalidad y técnica

Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Escala Valorativa
Aspectos básicos	Concepto, Importancia, Inicio, Frecuencia Momento	Ordinal	Bueno 8-11
Procedimiento	Inspección de mama ante un espejo		Medio 4-7
	Palpación de mamas y zonas axilares		Bajo 0-3
	Posición adecuada		

Variable 2: Prácticas de autoexamen de mama

Definición operacional: Es la habilidad que tienen las mujeres de realizar la ejecución y conocer la características y duración adecuada del autoexamen de mama

Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición	Escala Valorativa
Ejecución	Frecuencia Momento Realización adecuada	Nominal	Adecuada de 8 A 13
Características	Posiciones adecuadas Identificación de signos		Inadecuada De 0 a 7
Duración	Técnicas Realización en el tiempo adecuado		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Para esta investigación la técnica que se utilizará será la encuesta, y como instrumento el cuestionario

3.7.2. Descripción de instrumentos

El cuestionario para la V1: nivel de conocimientos consta de dos partes, la primera contiene aspectos básicos, la segunda preguntas sobre procedimiento en relación al autoexamen de mamas constó de 11 preguntas y se usó la siguiente escala de medición: 0 - 3 bajo, 4-7 medio y 8-11 alto.

Para la variable 2 de práctica se utilizó un instrumento que consta de 3 partes, la primera contiene ejecución, la segunda parte características y la tercera duración en relación al autoexamen de mama conformado por 13 ítems en donde se calificó de la siguiente manera: 0 – 7 Inadecuadas y de 8- 13 adecuadas. Ambos instrumentos fueron elaborados por López Toribio, Jhomira Leysser (41)

3.7.3. Validación

La validez de los instrumentos la realizó la autora del instrumento por medio de jueces de expertos, en| donde brindaron sus sugerencias que se tuvieron en cuenta por lo que se llevó a reestructurarlas, posteriormente se realizó la prueba binomial $p < 0.05$ por lo tanto el instrumento es validado. (41)

3.7.4. Confiabilidad

Para determinar la confiabilidad de los instrumentos se aplicó una prueba piloto a 10 elementos muestrales y se analizó con el coeficiente de correlación de Kuder Richardson como resultado un criterio de aceptación de 0.8 el cual entra es un criterio alto, y en relación a la práctica teniendo un criterio de confiabilidad de 0.9. El procedimiento fue realizado por la autora del instrumento (41)

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Terminada la obtención de la base de datos luego de la aplicación del instrumento se analizarán los datos mediante el programa de SPSS.25.0, posteriormente se realizarán las figuras y las tablas en el programa Microsoft Office Word 2014 y Microsoft Office Excel 2014. Se procederán con los análisis estadísticos correspondientes a través de los porcentajes y las frecuencias en tablas, usando figuras de barras, cuyos elementos nos ayudan para ver las descripciones de las variables de estudio.

3.9. Aspectos éticos

En toda la redacción y construcción se tomó en cuenta la conducta ética adecuada, respetando los principios universales de la ética, se respetó la autonomía y autodeterminación de la población en estudio ya ellos serán informados sobre todo lo concerniente al estudio, por otro lado, la investigadora se asegurará que no se sufra ningún daño físico social o psicológico, será de benéfico porque al conociendo los resultados se podrán realizar estrategias que ayuden a mejorar el cuidado, asimismo todos recibirán un trato digno y se respetara las decisiones que ellos tomen

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.2. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2021 – 2022																					
	OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO	ABRIL
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4		
Identificación de título																						
Elaboración del problema de estudio: planteamiento del problema, formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación de la investigación y las delimitaciones de la investigación.				X																		
Elaboración del marco teórico del estudio: antecedentes, base teórica y formulación de hipótesis.					X																	
Elaboración de la metodología del estudio: método de investigación, enfoque de investigación, tipo de investigación, diseño de investigación, población, variables y Operacionalización, técnica e instrumentos de recolección de datos, plan de procesamiento y análisis de datos y aspectos técnicos.								X														
Elaboración de aspectos administrativos del estudio: cronograma de actividades y presupuesto.										X												
Elaboración de las referencias del estudio: revisión bibliográfica, anexos, matriz de consistencia.													X									
Aprobación del proyecto																		X		X		
Sustentación de proyecto																						X

4.3. Presupuesto

RECURSOS	2021 – 2022					TOTAL
	Oct.	Noviembre	Diciembre	Enero - Febrero	Marzo - Abril	
Internet	S/. 85	S/.85	S/. 85	S/. 85	S/. 85	S/. 425.00
Laptop						S/. 2600.00
USB						S/. 30.00
Lapiceros	S/. 1				S/. 1	S/. 2.00
Hoja bond A4					S/. 6	S/. 6.00
Copias					S/. 10	S/. 10.00
Impresiones					S/. 50	S/. 50.00
Espiralado					S/. 10	S/. 10.00
Movilidad	S/. 20	S/. 20	S/. 20	S/. 20	S/. 30	S/. 110.00
Alimentos	S/. 10	S/. 10	S/. 10	S/. 10	S/. 400	S/. 480.00
Llamadas	S/. 30	S/. 30	S/. 30	S/. 30	S/. 30	S/. 150.00
TOTAL						S/. 3873.00

5. REFERENCIAS

1. Castillo I, Bohórquez C, Palomino J, Elles L, Montero L. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mama en mujeres del área rural de Cartagena. Rev. U.D.C.A Act. & Div. Cient. [en línea]. 2016 [consultado el 27 de enero de 2022]; 19(1): 5-14. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rudca/v19n1/v19n1a02.pdf>
- 2.- Ministerio de Salud Perú (MINSA) [en línea]. Ministerio de Salud cuenta este año con presupuesto de 733 millones para desarrollar acciones orientadas a combatir el cáncer, febrero de 2018. [consultado el 05 de febrero de 2022] Disponible en: <http://www.minsa.gob.pe/index.asp?op=51¬a=26897>
- 3.- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Estadísticas a propósito del día mundial de la lucha contra el Cáncer de Mama [en línea]. México: INEGI 2018. [consultado el 6 de febrero de 2022]. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/mama0.pdf>
4. Mayer Z. El cáncer como problema de salud pública en el Perú. Rev. Perú. med. exp. salud publica [Internet]. 2018 Ene [citado 2022 feb 19]; 30(1): 07-08. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172646342013000100001&lng=es.
- 5.- Sarria G. Limache G. Control del cáncer en el Perú: un abordaje integral para un problema de salud pública. Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Lima, Perú. 2020
6. Ministerio de salud. plan nacional para la prevención y control de cáncer de mama en el Perú 2017 – 2021. Lima
7. Romani F, Gutiérrez C, Ramos J. Autoexamen de mama en mujeres peruanas: prevalencia y factores sociodemográficos asociados. Análisis de la Encuesta Demográfica de Salud Familiar (ENDES). AnFacmed. 2020;72(1):23-31
8. Petitti D, Calonge N, LeFevre M, Mazurek B, Wilt T, Sanford J, et al. Detección de cáncer de mama: de la ciencia a la recomendación. Radiología. 2019; 256: 8–14.
9. Ministerio de Salud y Protección Social. Cáncer de mama, una enfermedad en ascenso en Colombia. Boletín de prensa [Internet]. [Citado 2 de febrero de 2022]. Disponible en:

<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/-Cancer-de-mama-una-enfermedad-en-ascenso-en-Colombia.aspx>

10. Molano-Tobar NJ, Vélez PE. Percepción acerca del cáncer de mama en un grupo de mujeres de un hospital en Popayán, Colombia. Revista MH Salud. 2017;13. <http://dx.doi.org/10.15359/mhs.13-2.5>

11. American Cancer Society. Conozca sus senos y autoexamen. American Cancer Society; 2018 [Internet]. [Citado 25 de noviembre de 2017]. Disponible en: <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/recursosadicionales/fragmentado/condiciones-no-cancerosas-del-seno-ac-s-recs-for-early-detection>.

12. Ayed A, Eqtaif F, Harazneh L, Fashafsheh I, Nazzal S, Talahmeh B, et al. Breast self-examination in terms of knowledge, attitude, and practice among nursing students of Arab American University/Jenin. Journal of Education and Practice. 2015;6:37-47. [Citado 2 de diciembre de 2017]. Disponible en: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1083853.pdf>

13. Tafa Segni M, Tadesse DM, Amdemichael R, Demissie HF. Breast self-examination: Knowledge, attitude, and practice among female health science students at Adama Science and Technology University, Ethiopia. Gynecol Obstet. 2016;6. <http://dx.doi.org/10.4172/2161-0932.1000368>

14. Mesa-Gutiérrez D, Velandia-González D, Quemba-Mesa M. Autoexamen de seno: conocimientos, actitudes y prácticas en mujeres de una institución de educación superior. Revista Investig Salud Univ Boyacá. 2019;6 (1): 72-87. doi: <https://doi.org/10.24267/23897325.407>

15. Almonte-Becerril, M., Marbella Parra, N., García Velázquez, I. Conocimientos actitudes y práctica de la autoexploración en estudiantes de Enfermería de la Universidad Intercultural del Estado de Puebla (México) HOLOPRAXIS Ciencia, Tecnología e Innovación. ISSN 2588-0942 Volumen 4- Número 2 - julio- diciembre 2020 <https://www.revistaholopraxis.com/index.php/ojs/article/view/139/pdf>

16. Leonardo Alvarez Im, Et al, Conocimientos, actitudes y prácticas en cáncer de mama y el autoexamen para detección temprana, REV MED HONDUR, Vol. 85, Nos. 3 y 4, Internet, 2017 <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2017/pdf/Vol85-3-4-2017-4.pdf>

17. De La Reguera, A. N. Nivel de conocimiento sobre cáncer de mama y práctica del autoexamen de mama en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada del Norte, Los Olivos 2019 (Tesis de licenciatura). Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11537/23732https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/23732>
18. Landa H, Yesenia; Torres Z, Magaly V. Nivel de conocimiento sobre cáncer de mama y práctica del autoexamen en menopaúsicas de Justicia Paz y Vida Huancayo 2018. Tesis de grado Universidad de Peruana de los Andes https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1135/T037_71071764_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
-
19. Ortiz Cieza, Ana Paula, Nivel de conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de enfermería. Tesis de Grado Universidad Nacional de Trujillo, 2020 <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/16235/1939.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Berek SJ. In Ginecología de Nobak. Madrid: Mc Graw Hill Interamericana; 2014. p. 960-972.
21. Ministerio de Salud. Proyecto: Salud y nutrición básica. Manual de decisiones: Salud de la mujer. Perú.: Impresora amarilys E.I.R.L.; 2018.
22. Cabrera S. Detección precoz de cáncer de mama. [En línea].; 2020 [Citado 2022 febrero 10]. Disponible en : <http://www.authorstream.com/Presentacion/ara1973-142019-autoexamen-demamas-camcer-mamogenesis-education/>
23. ROCHE FARMA. Hablemos de cáncer de mama. Tercera ed.: Activos de Comunicación Visual, S.A.; 2015.
24. Gerencia central de prestaciones de salud y gerencia de políticas y normas de atención integral de salud. Detección temprana de cáncer de mamas en ESSALUD Lima: Seguro Social de ESSALUD; 2016.
25. Meiriño JL. Vásquez M. Simonetti C. y Palacio MA [Internet]. Lima: El Cuidado, 2017. [Citado el 01 de marzo de 2022]. Disponible en <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
26. García, J. Paradigmas para la enseñanza de las ciencias sociales en las escuelas de medicina. Revista Cubana de Salud Pública; 2018 36(4)371-380 Disponible en la página web: <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2010.v36n4/371-380/>
27. Bohórquez, C. et. al. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mama en mujeres del área rural de Cartagena 2017. Tesis de la Universidad de Cartagena; Cartagena. 2017

28. Ramos, R. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre prevención de cáncer de mama en las estudiantes universitarias del área jurídica, social y administrativa de la Universidad Nacional de Loja año 2017. Tesis de la Universidad Nacional de Loja; Ecuador. Roxana N .pdf- repositorio] [Tesis]. Loja. 2018
29. Ochoa, F. Conocimientos, actitudes y prácticas del autoexamen de mamas en mujeres del área rural. Cuenca, 2018. Tesis de la Universidad de Cuenca; Ecuador. 2019
30. American Cancer Society. ¿Qué es el cáncer de seno? Estados Unidos, 2016; [Citado 3 febrero 2022] Disponible en: <https://www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-seno/pruebas-de-deteccion-y-deteccion-temprana-del-cancer-de-seno.html>
31. Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Norma Técnico - Oncológica para la prevención, detección y diagnóstico temprano del cáncer de Cérvix a nivel nacional. Lima: Perú contra el Cáncer; 2008. [Citado 2 enero 2022] Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/1786.pdf>
32. Koc, Gulen- Savas, Ergol, Yildirim, Aydin. Female university students' Knowledge and practice of breast Self-Examination in Turkey. 2019mar, 22(3) :410-415. Artículo Ncbi Us National library of medicine national institutes of health (Pmc). Available in: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30837432>
33. Fiador, G.S. Breast self-examination for breast cancer among female students of University of Ghana. (2018). Uospace University of Ghana. Available in: <http://ugspace.ug.edu.gh>
34. Kalliguddi S, Sharma S, Gore ca. Knowledge, attitude, and practice of breast self-examination amongst female it professionals in silicon valley of India. J family med prim care [serial online] 2019 [cited 2019 sep 16]; 8:568-72. Available in: <http://www.jfmpc.com/text.asp?2019/8/2/568/252999>
35. Abera H, Mengistu D, Bedaso a effectiveness of planned teaching intervention on knowledge and practice of breast self-examination among first year midwifery students. Editor: nülüfer erbil, school of health, ordu university, Turkey. (2017) Available in: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0184636>
36. Hernández. Metodología de la investigación científica. (5ta ed). México: McGraw-Hill interamericana Edit, S.A. ;2012.
37. Vargas Z. La investigación aplicada: Una forma de conocer las realidades con evidencia científica. 2009;33(1):155–65.
38. Canales F., Alvarado E., Pineda E. Metodología de la investigación [Internet]. 2º Edición. Washington. EUA; 1994 [citado el 20 de enero de 2022]. 232 p. Disponible en: <http://ebevidencia.com/wp-content/uploads/2014/04/Metodologia-de-la-investigaci%C3%B3n-manual-para-el-desarrollo-de-personal-de-salud.pdf>

39. Hernández R., Fernández C., y Baptista M. Metodología de Investigación. Sexta edición. México D.F.: Mc Graw-Hill Interamericana. 2014[citado 01 de febrero 2022]
40. López L, Prada E, Marin D. Representación sociales sobre prácticas investigativas. Condiciones de la universidad.2019 Educare: España. Barcelona. Abril-Junio, P. 37- 42. Disponible en: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/2654/265460762012/265460762012.pdf>
41. López Toribio, Jhomira. conocimientos y prácticas sobre el autoexamen de mama en mujeres que acuden al “Hospital Nacional Sergio E. Bernales” 2018, Trabajo de Grado Universidad Nacional Federico Villareal Leysser http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2995/UNFV_LOPEZ_TORIBIO_JHOMIRA_LEYSSER_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo A. Matriz de consistencia

FORMULACION DE PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLOGICO
<p>Problema general ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relacion con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimension generalidades y su relacion con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022? ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimension Finalidad y su relacion con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022? -¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimension técnica y su relacion con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022?</p>	<p>Objetivo General Determinar el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022</p> <p>Objetivos específicos -Describir el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión generalidades y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022 -Identificar el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión Finalidad y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022 -Establecer el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión técnica y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022</p>	<p>Hipótesis General Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022 H0: No Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022</p> <p>Hipótesis específicas H1: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión generalidades y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022 H2: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión Finalidad y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022 H3: Existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama en su dimensión técnica y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega 2022</p>	<p>Primera variable: conocimiento sobre autoexamen de mama</p> <p>Segunda variable: Practica sobre autoexamen de mama</p>	<p>Tipo de Investigación El trabajo de investigación es deductivo. Enfoque cuantitativo El estudio son investigaciones del tipo analítico, descriptivo correlacional Método y diseño de la investigación deductivo Población Muestra para esta investigación estará conformada por 80 mujeres que acuden a la consulta del Centro de Salud Alfa y Omega en los meses de Octubre Noviembre del 2021</p>

Anexo B. Instrumentos de recolección de datos

CONOCIMIENTOS Y PRACTICA SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES DEL CENTRO DE SALUD ALFA Y OMEGA 2022

I. PRESENTACION

El presente cuestionario tiene como finalidad de obtener la información acerca del nivel de conocimiento y las practicas adecuadas que Ud. Tiene acerca del autoexamen de mammas, le pido se sirva a responder a las preguntas planteadas con mayor sinceridad y confianza posible, ya que este cuestionario será de carácter confidencial. Su participación será voluntaria y su información será utilizada solamente para fines de investigación. Por lo tanto, agradezco su colaboración y gentileza

II. ASPECTOS GENERALES

Edad: _____ Sexo _____

Grado de Estudio: Analfabeta () Primaria incompleta () Primaria completa ()
Secundaria incompleta () Secundaria completa () Media superior () Licenciatura () Posgrado ()

Ocupación: Ama de casa () Estudiante () Profesional () Trabajadora dependiente ()
Trabajo independiente () Empleada del hogar ()

Estado Civil: Soltera () Conviviente () Casada () Divorciada () Viuda ().

CONOCIMIENTOS SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMA ASPECTOS BÁSICOS

1. EL autoexamen de mama consiste en:

a) La palpación que realiza la propia mujer alrededor de ambas mammas y axilas con el objetivo de encontrar algún bulto extraño

b) En la visualización de las mammas realizado por la propia mujer para conocer mejor su cuerpo

c) En la palpación de mammas realizada a través de equipos como la mamografía para detectar algún bulto extraño

2. El autoexamen de mama es importante por lo siguiente

a) Porque ayuda a mantener ambas mammas en buen estado físico.

b) Porque ayuda a la mujer a detectar de manera rápida síntomas del cáncer de mama

c) Porque ayuda a la mujer a conocer mejor su cuerpo

3. ¿A partir de qué edad se recomienda realizar el Autoexamen de mama?

a) Se deben realizar todas las mujeres a partir de los 20 años

b) Se deben realizar todas las mujeres a partir de los 35 años

c) Se debe realizar todas las mujeres a cualquier edad.

4. ¿Con qué frecuencia cree que se debe realizar el autoexamen de mamas?

a) Cada dos meses.

b) Una vez al mes.

c) Cuando lo indica el médico

5. Las mujeres en edad fértil para realizarse el autoexamen de mama (AEM) deben tener en cuenta lo siguiente: a) Se realiza el último día de la menstruación.

b) Se realiza de 7 a 10 días después de la menstruación

c) Se realiza entre 3 a 5 días antes de la menstruación

PROCEDIMIENTO INSPECCION /OBSERVACION DE MAMAS

6. La realización adecuada del autoexamen de mama en la inspección es:

a) Estar parada frente a un espejo con sus mamas descubiertas, colocando los brazos a lo largo del cuerpo, las manos en la cintura y las manos detrás de la nuca.

b) Estar frente a un espejo realizando una presión con las manos por toda la mama.

c) Estar frente a un espejo presionando firmemente las mamas con una mano.

7. Durante la inspección/observación de mama es importante observar lo siguiente:

a) bultito, hundimientos, presencia de líquido claro o con sangre y cambio en la apariencia del pezón (enrojecimiento y/o piel anaranjada)

b) Enrojecimiento, presencia de ganglios axilares, heridas, cicatriz

c) Hundimiento, manchas, hinchazón, secreción, bulto.

PALPACION DE MAMAS Y ZONA AXILAR

8. La realización adecuada de la palpación de mamas y axilas en el autoexamen de mama consiste en:

a) Realizar una comprensión de las mamas a través de movimientos firmes de afuera hacia adentro.

b) Realizar la palpación de mamas y axilas a través de movimientos circulares de adentro hacia afuera de manera suave pero firme.

c) Realizar una palpación de afuera hacia adentro en las mamas con el fin de encontrar hundimiento.

9. El procedimiento adecuado para realizar el autoexamen de mama es de la siguiente manera:

a) Se palpa toda la mama

b) Se palpa solo en el lugar de molestia o dolor

c) Se palpa desde la zona axilar llegando hasta la mama y el pezón

10. En la realización de la palpación de mama y zonas axilares los cambios de gran importancia son:

a) Endurecimiento de la piel, presencia de bultitos en mamas y axilas, y zonas dolorosas

b) Secreción, Aumento de la consistencia de piel, cicatriz, enrojecimiento

c) Presencia de bultitos, manchas, zonas dolorosas, enrojecimiento

POSICIONES

11. Cuáles son las posiciones adecuadas para realizar la palpación de mamas y axilas en el Autoexamen de mamas:

a) Solo se realiza parada

b) Se realiza parada, sentada y acostada

c) Se realiza solo cuando estamos sentados

Cuestionario para medir Practica de autoexamen de Mama

N	PRACTICAS	SI	NO
	EJECUCION		
1	¿Usted se realiza el autoexamen de mamas cada mes?	X	
2	¿Examina y palpa las mamas por encima de la ropa interna?		x
3	¿Realiza el autoexamen de mamas durante la menstruación?		x
	CARACTERISTICAS		
4	¿Se para frente a un espejo con los brazos caídos, manos a la cintura o detrás de la cabeza?	X	
5	¿considera que debe observar enrojecimiento, hundimientos secreción o algún tumor (bultito) en las mamas?	X	

6	Auto examina sus mamas únicamente cuando se encuentre parada?		x
7	Examino ambas mamas al mismo tiempo.		x
8	¿Presiona el pezón para comprobar si sale alguna secreción?	X	
9	Exploro mis mamas siguiendo la dirección de las manecillas del reloj	X	
10	Realizo la palpación en forma circular del contorno de las mamas hacia el pezón	X	
11	¿Coloca los brazos detrás de la nuca y con el otro brazo revisa la mama opuesta?		
12	¿Intenta encontrar presencia de bultitos o zonas dolorosas en la mama?	X	
	DURACION		
13	¿Considera que debe demorarse más de una hora para auto examinarme las mamas?		x

ANEXO A. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN MÉDICA

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

Título del proyecto: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMA Y SU RELACION CON LA PRACTICA EN MUJERES DELCENTRO DE SALUD ALFA Y OMEGA 2022

Nombre de los investigadores principales:

Lic. GONZALES JANAMPA JUDYTH TEREZA

Propósito del estudio:

Determinar el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama y su relación con la practica en mujeres del Centro de Salud Alfa y Omega

Inconvenientes y riesgos: Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

Costo por participar: Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

Confidencialidad: La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

Renuncia: Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

Consultas posteriores: Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse a Lic. GONZALES JANAMPA JUDYTH TEREZA

Participación voluntaria:

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Nombre y apellidos del responsable de encuestadores	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	
Teléfono:	

Lima, febrero del 2022

***Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

.....
Firma del participante