

## Revisión Bibliográfica

### **Título: Autoexamen de mama.**

Díaz Romero, Delio<sup>1</sup>  
González Vals, Ladys<sup>2</sup>  
Barredas Morales, Arelys<sup>3</sup>  
Badillo Sánchez, Orlando<sup>4</sup>  
Donet Díaz, Dewy<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Policlínico Julio Castillo Álvarez, Chambas, Cuba, romerooris@gmail.com

<sup>2</sup> Policlínico Julio Castillo Álvarez, Chambas, Cuba

<sup>3</sup> Dirección Provincial de salud, Ciego de Ávila, Cuba,

<sup>4</sup> Facultad Ciencia Medicas Jose Assef Yara, Ciego de Ávila, Cuba,

<sup>5</sup> Hospital Roberto Rodríguez Fernández, Morón, Cuba, dewy.donet.diaz@gmail.com

### **Resumen**

Es fundamental la educación en cuanto a la detección del cáncer de mama, para ello existen medios tamices los cuales permiten identificar la presencia de la enfermedad. Entre estos está la termografía y el muestreo de tejido. Es importante aclarar que estos medios no evitan el riesgo de tener cáncer de mama, pero si permite la detección en un estadio temprano. El presente trabajo enfatiza en las estrategias educativas para fortalecer la adherencia al auto examen de mama. El objetivo de la presente revisión es caracterizar la estrategia educativa sobre el autoexamen de mama en mujeres adulta mayores. Se realizó una búsqueda exhaustiva en las bases de datos del portal de salud en Cuba Infomed. La búsqueda se realizó en las de las bases de datos MEDLINE, PUDMED.

**Palabras clave:** cáncer de mama, intervención educativa, autoexamen de mama.

### **Summary**

Education regarding the detection of breast cancer is essential, for this there are screening media which allow the presence of the disease to be identified. Among these are thermography and tissue sampling. It is important to clarify that these means do not avoid the risk of having breast cancer, but it does allow detection at an early stage. This paper emphasizes educational strategies to strengthen adherence to breast self-examination. The objective of this review is to characterize the educational strategy on breast self- examination in older women.

An exhaustive search was carried out in the databases of Cuba health portal Infomed. The search was carried out in the MEDLINE, PUDMED DATABASES.

**Keywords:** breast cancer, educational intervention, breast self-examination.

## I. INTRODUCCIÓN

El cáncer de mama (CM) se ha establecido la principal causa de muerte de mujeres en los países desarrollados, la frecuencia de este se va observando en mujeres con mayor edad. Esta enfermedad se observa más en los países de bajos recursos, por esta razón, hoy en día se presenta más de un 55% de muertes por cáncer de mama en países de bajos y medianos ingresos, aunque hay un porcentaje de aproximadamente del 7% que desde el año 2020, pertenece a los casos de esta enfermedad en los países desarrollados <sup>1</sup>.

Es por ello que el cáncer de mama es una enfermedad de impacto mundial, que tiene una alta prevalencia en países desarrollados y en vías de desarrollo, ya que es el segundo cáncer más común en el mundo y el más frecuente entre las mujeres, con cerca de 1,67 millones de casos nuevos diagnosticados en el 2012 y si bien es la causa más frecuente de muerte por cáncer en las mujeres en las regiones menos desarrolladas y viene siendo ahora la segunda causa de muerte en las regiones más desarrolladas <sup>1,2</sup>.

Estados Unidos y Canadá, el 24% de los nuevos casos y el 14% de las muertes por cáncer son por cáncer de mama” de manera similar, entre las mujeres de América Latina y el Caribe el cáncer de mama supone el 27% de los nuevos casos y el 16% de las muertes por cáncer <sup>2-4</sup>.

En Colombia, se observa una tendencia al incremento de la mortalidad por este tipo de cáncer, la incidencia y mortalidad para los principales cánceres indican un mal pronóstico; lo que podría atribuirse a estados muy avanzados al momento del diagnóstico o falta de eficacia en el tratamiento. Por lo tanto, esta es una enfermedad que si es detectada tempranamente puede ser curada pero se observa que en “Colombia el 8.3% de los casos de mortalidad por cáncer de seno son evitables y así mismo la incidencia de los casos donde se detecta el cáncer en un estadio tardío es del 70%”, “La tasa ajustada de tumor maligno de la mama para el año 2014 en Colombia fue de 11,49 x 100.000 mujeres, con una tendencia al incremento durante los últimos 10 años. Los departamentos de Atlántico, Cesar, Huila, Risaralda, Valle del Cauca y el distrito de arranquilla son los que superan la tasa nacional” <sup>2</sup>.

“La evidencia muestra que hay descenso significativo de las tasas de incidencia y mortalidad de los tipos de cáncer relacionados con agentes infecciosos y el consumo del tabaco; y aumento en las tasas de incidencia de los cánceres relacionados con actividades de detección temprana (mama, próstata, colon) y nuevas técnicas diagnósticas” <sup>4</sup>.

De esta manera más del 50% de las mujeres sintomáticas se demoran más de tres meses entre la primera consulta y el inicio del tratamiento para el cáncer de mama, lo cual constituye una desventaja en términos del pronóstico de la enfermedad <sup>4</sup>.

En Cuba, el CM ocupa el cuarto lugar entre los tumores malignos y es el segundo más frecuente en la mujer. En el 2018 su incidencia fue de 85,8 por 100 mil habitantes y la tasa de mortalidad fue de 28,2 por mil habitantes <sup>5</sup>; por ello representa un problema sanitario, pues el aumento en la morbilidad y la mortalidad refleja una limitada prevención, un insuficiente diagnóstico precoz y por ende, una alta proporción de cánceres diagnosticados en estadios avanzados <sup>6</sup>.

Sobre el tema, en el área de salud del municipio de Chambas en Ciego de Ávila, el análisis de la situación de salud <sup>5</sup>, en el 2017 y 2018, reveló una tasa de prevalencia de CM de 87 y 92 casos por cada 10 000 habitantes respectivamente y que en una elevada proporción de las mujeres afectadas el diagnóstico no se realizó todo lo precoz que se requiere para asegurar la supervivencia.

Con base en el análisis anterior, se evidencia una necesidad en fortalecer las estrategias educativas, para realizar una identificación oportuna de alteraciones detectadas por parte de las mujeres, al realizar el autoexamen de mama, es por ello que se considera de gran importancia fomentar conocimientos detallados de lo que conlleva este tema a tratar <sup>7</sup>.

La situación problemática que se plantea presupone que las mujeres expresan un nivel de información inapropiado sobre el tema. Sin embargo, no se encuentra algún estudio dirigido al desarrollo de acciones educativas dirigidas a esta finalidad, lo que revela la pertinencia social de la presente revisión, cuyo objetivo es caracterizar la estrategia educativa sobre el autoexamen de mama en mujeres adulta mayores.

## II. MÉTODOS

Se realizó una búsqueda exhaustiva en las bases de datos del portal de salud en Cuba Infomed. La búsqueda se realizó en las bases de datos MEDLINE, PUDMED, nos sirvió para la revisión del tema en las revistas médicas nacionales y nos permitió acceder a libros de autores cubanos sobre el tema. Además revisiones en sitios Web de reconocido prestigio científico. Se realizó búsqueda además en trabajos originales, artículos de revisión, monografías, guías de práctica clínica y libros de texto en español e inglés de los últimos 10 años, teniendo en cuenta que, la temática estudiada se analizará en este periodo.

## III .DESARROLLO

El cáncer es una enfermedad que puede atacar a cualquier mujer u hombre ya que no tiene una causa específica, más cuando nos referimos al cáncer de seno, este es considerado el cáncer con más cifras de morbi-mortalidad en mujeres, alcanzando una cifra de 519.000 muertes en el año 2004, donde el 69% de estas defunciones se presentaron en países en desarrollo, es decir, América del Norte, Europa Oriental, América del Sur, África austral y Asia Occidental son los países con tasas de mortalidad más altas de cáncer de mama y aún siguen en aumento, mientras que los menos desarrollados como África tienen menos incremento de las tasas de incidencia <sup>8,9</sup>.

Sin embargo, es fundamental la educación en cuanto a la detección del cáncer de mama, el más asequible para su detección es el autoexamen de mama ya que puede realizarse con facilidad y en momentos de disposición de la persona. Es un medio de autoconocimiento realizado por cada mujer, el cual consiste en examinar visual y físicamente los senos, identificando cualquier cambio en ellos; aún no es demostrado como un examen preciso para detectar cáncer de seno, por lo tanto no se debe realizar en reemplazo a los

demás exámenes clínicos, debe ser solo un complemento. Teniendo en cuenta esto, hay medios diagnósticos que se deben realizar en caso de detectar anomalías en las mamas por esta enfermedad, está la mamografía, ecografía de mama e imágenes de la mama por medio de resonancia magnética. También existen exámenes más recientes y experimentales como la tomosíntesis de la mama o mamografía 3D, estudios ópticos por imágenes, imagen diagnóstica molecular de la mama, mamografía por emisión de positrones, tomografía de impedancia eléctrica y la elastografía; con base en esto se observa que existen diversos tipos de medio diagnóstico para identificar el cáncer de mama en caso de padecerlo <sup>8,10-12</sup>.

"La sensibilización del público en general sobre el problema del cáncer de mama y los mecanismos de control, así como la promoción de políticas y programas adecuados, son estrategias fundamentales para el control poblacional del cáncer de mama" sin embargo actualmente estas estrategias a nivel educativo son insuficientes para brindar un conocimiento necesario a la población femenina para que se adhiera a la realización de autoexamen de mama, ya que no se garantiza una continuidad, coordinación y calidad de las intervenciones en todo el proceso de prevención y detección precoz del cáncer <sup>12</sup>.

El término cáncer engloba un grupo numeroso de enfermedades que se caracterizan por el desarrollo de células anormales, que se dividen, crecen y se diseminan sin control en cualquier parte del cuerpo. Las células normales se dividen y mueren durante un periodo de tiempo programado. Sin embargo, la célula cancerosa o tumoral pierde la capacidad para morir y se divide casi sin límite. Tal multiplicación en el número de células llega a formar unas masas, denominadas tumores o neoplasias, que en su expansión pueden destruir y sustituir a los tejidos normales <sup>9</sup>.

La mama es un órgano glandular ubicado en el pecho. La mama está formada por tejido conjuntivo, grasa y tejido mamario que contiene las glándulas que pueden producir la leche materna. También se llama glándula mamaria <sup>9</sup>.

El cáncer de mama es un proceso oncológico dado en las glándulas mamarias donde las células sanas se multiplican y transforman en células malignas y por ende en un tumor maligno convirtiéndose así en un cáncer de mama, este concepto permite clasificar las características biológicas responsables de producir dicha enfermedad, así mismo se abarcan distintos tratamientos para evitar que las células cancerígenas sigan proliferando hacia otros tejidos, órganos cercanos o ganglios linfáticos; dentro de los tratamientos está la quimioterapia, hormonoterapia, radioterapia y anticuerpos monoclonales <sup>11,13,14</sup>.

Tipos de cáncer de mama:

Existen diferentes tipos de cáncer de mama, entre estos podemos encontrar:

In situ: Estos se localizan en los conductos galactóforos, los cuales conducen la leche hacia los pezones.

Infiltrante: Este rompe los conductos galactóforos y generan una invasión en la grasa mamaria que rodea los conductos; puede llegar a los vasos de la mama, linfáticos o sanguíneos.

Lobular: Se puede originar en las glándulas mamarias fabricantes de leche.

Ductal: El revestimiento de los conductos de la mama pueden encontrarse con presencia de células anormales.

Medular: Hay agrupación de células cancerosas.

Coloide: Este es un tipo de carcinoma infiltrante, ductal.

Tubular: Al igual que el coloide, es un tipo de carcinoma ductal infiltrante.

Inflamatorio: Se genera un bloqueo de los vasos linfáticos, a causa de las células cancerosas, produciendo una inflamación en la mama

Basal-Epitelial: Está caracterizado por el receptor de estrógeno, negativo.

Luminal A: Caracterizado por receptor de estrógeno aumentado.

Luminal B y C: Su característica está en tener baja o moderados genes específicos y del grupo de RE <sup>11</sup>.

En el desarrollo del cáncer se evidencia la etapa y que grado celular presenta

En el estadio 0: Se observa que las células tipo cancerosas se encuentran en los conductos mamarios pero no han invadido todo el tejido.

En el estadio 1: Se observa una masa globular que se sitúa en la mama pero que no se extiende a los tejidos adyacentes

En el estadio 2: Se observa que la masa globular se extiende a la axila y hay probabilidades que se extienda a los ganglios que quedan en la parte axilar

En el estadio 3: Se observa que el tumor se ha extendido por los ganglios axilares y por los tejidos adyacentes

En el estadio 4: Se observa que el tejido mamario ya ha sido invadido por el tumor y se ha extendido a otros órganos del cuerpo <sup>11</sup>.

No se puede determinar una población específica de mujeres que padecen cáncer de mama. La ciencia ha buscado factores de riesgo para dar una mayor probabilidad de padecer esta patología entre ellos está la genética como uno de los factores de riesgo principales, la menstruación precoz y menopausia tardía, la edad, algún diagnóstico de mastopatía, tabaquismo, sedentarismo, dieta no equilibrada, estrés, alcohol entre otros <sup>13,14</sup>.

Los antecedentes familiares se consideran uno de los factores de riesgo más predisponentes para el cáncer en especial si el parentesco es cercano, por ejemplo la madre o la abuela, constituyen entre un 5% y un 0% de todos los casos “mutación de algún gen (BRCA1, BRCA2 y otros) que se transmite por herencia y predispone a padecer cáncer de mama” <sup>13,14</sup>.

Por el contrario la predisposición hormonal se da por trastornos endocrinos, fundamentalmente cuando la función de los estrógenos no se está realizando correctamente, es un factor discutible actualmente pero puede guardar algo de relación con la toma de medicamentos hormonales <sup>13,14</sup>.

Cómo se diagnostica<sup>13,14</sup>:

- Mamografía: en este examen diagnóstico se localizan alteraciones en las mamas por medio de una baja potencia de rayos X el fin es detectar a tiempo antes de que las células cancerígenas se proliferen a otros tejidos.

- Ecografía: En esta técnica se emplean imágenes emitidas por ultrasonidos, donde se pueden detectar tumores en estadios tempranos los cuales se identifican como quistes.

I Jornada de Secciones Provincial Capitulo Ciego de Ávila  
IJSOCUENF2023

- **Biopsia:** cuando ya se ha detectado la presencia de cáncer en las mamas, se realiza una biopsia con el fin de confirmar el diagnóstico, consiste en usar la extracción de una parte de tejido cancerígeno, allí se traslada a patología y se determina el grado de diseminación, también se realiza una valoración del Gen HER2 y de los receptores hormonales, esto nos dará la información sobre las características biológicas del cáncer de mama <sup>13,14</sup>.

- **Resonancia magnética nuclear:** Es una técnica en la cual se obtienen imágenes de estructuras y órganos del cuerpo, sometiendo al paciente a ondas de radiofrecuencia.

- **Pruebas complementarias:** Puede ser un análisis de sangre para identificar el estado del paciente en otros aspectos.

Autoexploración de las mamas <sup>15-18</sup>:

El autoexamen de mama es muy importante ya que al realizarlo conocemos nuestros senos y evidenciamos alguna anomalía, una de las recomendaciones es realizarlo 8 días después de la menstruación ya que los cambios hormonales pueden tener síntomas de dolor o edema, es importante conocer los pasos y relajarse en el momento de la realización, se recomienda el autoexamen de mamario más a mujeres jóvenes ya que la mamografía solo es utilizada mujeres mayores de 40 años <sup>15-18</sup>.

Se deben tener en cuenta los siguientes pasos:

1. Observar que en la piel de las mamas no se encuentren nódulos o protuberancias. Es importante revisar si existe algún cambio en el tamaño o aspecto de las mamas, incluir los pezones; que estos no estén retraídos o hundidos
2. De la misma manera, colocar las manos sobre las caderas y después detrás de la nuca, observando cada mama.
3. Enseguida colocar una mano detrás de la nuca, examinando así la mama izquierda con la mano derecha y viceversa, realizando movimientos circulares con la yema de los dedos; se debe presionar el pezón observando que no haya salida de secreciones.
4. Incluir la palpación del área cercana a la axila, ya que esta también puede contener algo de tejido mamario.
5. Se realizará la misma operación en la otra mama; es recomendable realizar la misma exploración en decúbito supino, es decir, acostada boca arriba colocando alternativamente una almohada bajo los hombros <sup>15-18</sup>.

El autocuidado es un concepto introducido por Dorothea E Orem en 1969, donde se plantea que “ El autocuidado es una función humana reguladora que debe aplicar cada individuo de forma deliberada con el fin de mantener su vida y su estado de salud, desarrollo y bienestar por tanto es un sistema de acción” por lo tanto se emprenden cuidados para la propia salud que puedan prevenir un diagnóstico de cáncer de mama en etapas tardías, la teoría del autocuidado se refiere a conductas de las personas consigo mismas, o con el entorno en el que se encuentran con el fin de reducir factores de riesgo que puedan afectar su propia salud y su calidad de vida <sup>4</sup>.

#### IV. CONCLUSIONES

En conclusión, es posible generar un cambio respecto a los conocimientos, donde se resalte el autoexamen de mama en la dimensión de apoyo educativo, permite así fortalecer el autocuidado en las mujeres desde un enfoque preventivo y educativo.

#### V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Molina Guevara, Gabriel Enrique. “factores cognitivos y actitudinales y su influencia en la adherencia del screening del cáncer de mama en las mujeres entre 40 a 64 años que acuden al subcentral de salud de la parroquia agosto Nicolás Martínez en el periodo febrero 20 4” [internet] mbato cuador marzo 20 5[consultado 26 marzo 2019]. Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/9240/1/MOLINA%20GUEVARA%20GABRIEL%20ENRIQUE.pdf>
2. Organización Mundial de la Salud. Definición de Cáncer de Seno. [Internet]. 2018 [consultado 28 marzo 2019]. Disponible en: <https://www.who.int/topics/cancer/breastcancer/es/>
3. Sociedad Española de Oncología Médica. Prevención de cáncer.[internet]. 2018 [consultado 28 marzo 2019]. Disponible en: <https://seom.org/informacion-sobre-el-cancer/prevencion-cancer?showall=1>
4. Ydalsys Hernández Alejandro Pacheco Miriam Larreynaga “La teoría Déficit de autocuidado Dorothea Elizabeth Orem” [internet] Gac méd espirit vol.19 no.3 sancti spíritus set.-dic. 2017[consultado 28 marzo 2019]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009)
5. Dirección de Registros Médicos y Estadísticas de Salud. Anuario Estadístico de Salud 2018 [en línea]. La Habana: Ministerio de Salud Pública; 2019 [citado 15 Sep 2019]. Disponible en <http://files.sld.cu/bvscuba/files/2019/04/Anuario-ElectrónicoEspañol-2018-ed-2019.pdf>
6. Cuba. Ministerio de Salud Pública. Objetivos de trabajo para el año 2019 [en línea]. La Habana: MINSAP; 2019. [citado 15 Sep 2019]. Disponible en: <http://files.sld.cu/editorhome/files/2019/01/objetivos-Minsap2019.pdf>
7. Sánchez UY, Urdaneta MRamón J, Villalobos IN, Contreras BA, García J, Baabel ZN, et al. Conocimiento sobre cáncer de mamas y práctica del autoexamen de mamas en mujeres de edad mediana. Rev Ven Oncol [en línea]. 2017 [citado 15/09/2019]; 28(1):[aprox. 14 p.]. Disponible en: [www.oncologia.org.ve/site/upload/revista/pdf/06.\\_sa\\_nchez\\_y\\_\(3751\)\(1\).pdf](http://www.oncologia.org.ve/site/upload/revista/pdf/06._sa_nchez_y_(3751)(1).pdf)

I Jornada de Secciones Provincial Capitulo Ciego de Ávila  
IJSOCUENF2023

8. Instituto Nacional de Cáncer (NIH). Instituto Nacional del Cáncer de los institutos nacionales de la salud de EE.UU. Exámenes de detección del cáncer de seno, versión para pacientes. [internet] 2018. [consultado 4 Agosto 2019]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/seno/paciente/deteccion-seno-pdq>
9. Lucile Packard children's Hospital Stanford Stanford children's Health reast SelfExamination. [internet] 2019. [consultado 4 Agosto 2019]. Disponible en: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=autoexamendellosenos-90P04690>
10. Universidad Estatal a distancia. Qué son las estrategias de aprendizaje.[internet].2011.[Consultado 17 abril 2019].Disponible en: <https://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/contenidos.pdf>
11. Laboratorios Roche Farma, S.A. Hablemos del cáncer de mama. [internet]. 2011.[Consultado 17 abril 2019].Disponible en: [https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/HABLEMOS\\_CANCER\\_MAMA.pdf](https://seom.org/seomcms/images/stories/recursos/infopublico/publicaciones/HABLEMOS_CANCER_MAMA.pdf)
12. Ceballos García, Grey Yuliet, Giraldo Victoria. Universidad de la Sabana. Aquichan. "Autobarreras" de las mujeres al diagnóstico y tratamiento oportuno del cáncer de mama. [internet] 2011. [consultado 4 Agosto 2019]. Disponible en: <http://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/1897/2473>
13. American Cancer Society. Detección temprana y diagnóstico del cáncer de seno. [internet] 2019. [consultado 20 Agosto 2019]. Disponible en: <https://www.cancer.org/es/cancer/cancer-de-seno/pruebas-de-deteccion-ydeteccion-temprana-del-cancer-de-seno.html>
14. Puente Javier, de Velasco Guillermo. Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM). [internet] 2019. [consultado 20 Agosto 2019]. Disponible en: <https://seom.org/informacion-sobre-el-cancer/que-es-el-cancer-y-como-se-desarrol>
15. Gravini-Donado, M., Ortiz-Padilla, M. E., & Campo-Terner, L. A. (2016). Autorregulación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. Educación Y Humanismo, 18(31), 326-342. [consultado 02 de Abril 2020]. Disponible en: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/2366>
16. Sardiñas Ponce R. Autoexamen de mama: un importante instrumento de prevención del cáncer de mama en atención primaria de salud. Rev haban cienc méd [Internet]. 2009 Sep [citado 2020 Abr 02]; 8( 3 ). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2009000300005](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2009000300005)
17. Bastidas Mcdonald, Cerquera Johan, Pimentel Ruben. Prácticas del autoexamen, como prevencion del cancer de seno en las mujeres de Neiva-Huila. [Internet]. 2016 [citado 02 abril 2020]. Disponible en: <https://contenidos.usco.edu.co/salud/images/documentos/grados/T.G.Medicina/33>
18. Sánchez V y colaboradores. Revista ciencia y cuidado conocimientos actitudes y prácticas de prevención del cáncer de mama [Internet] 2020 [onsultado 27 Abril 2020]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.17081/eduhum.18.31.1382>