



UNIVERSIDAD
DE GUANAJUATO

Campus Celaya-Salvatierra

División de Ciencias de la Salud e Ingenierías

Intervención educativa para incrementar el
nivel de conocimiento sobre la
autoexploración mamaria en una
comunidad religiosa de Celaya

Proyecto de intervención

Qué para obtener el grado de:

Maestro en Ciencias de Enfermería

Presenta:

Lic. Joane Dominique

Director:

Mtro. Enrique Blancarte Fuentes

Co-Director:

Dra. Alicia Álvarez Aguirre

Celaya, Guanajuato., Julio 2022



UNIVERSIDAD
DE GUANAJUATO

Campus Celaya-Salvatierra

División de Ciencias de la Salud e Ingenierías

Intervención educativa para incrementar el
nivel de conocimiento sobre la
autoexploración mamaria en una comunidad
religiosa de Celaya

Proyecto de intervención

Qué para obtener el grado de:

Maestro en Ciencias de Enfermería

Presenta:

Lic. Joane Dominique

Director:

Mtro. Enrique Blancarte Fuentes

Co-Director:

Dra. Alicia Álvarez Aguirre

Celaya, Guanajuato., Julio 2022



UNIVERSIDAD
DE GUANAJUATO

Campus Celaya-Salvatierra
División de Ciencias de la Salud e Ingenierías

Intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa de Celaya

Proyecto de intervención

Qué para obtener el grado de:
Maestro en Ciencias de Enfermería

Presenta:

Lic. Joane Dominique

Director:

Mtro. Enrique Blancarte Fuentes

Co-Director:

Dra. Alicia Álvarez Aguirre

Celaya, Guanajuato., Julio 2022

Dr. José Manuel Herrera Paredes
Presidente

Firma

ME y AS María del Rosario Tolentino Ferrel
Secretaria

Firma

Dra. Alicia Álvarez Aguirre
Vocal

Firma

RESUMEN

El cáncer de mama es el más frecuente entre las mujeres, de acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud su incidencia está en aumento, pero su diagnóstico precoz ha logrado disminuir la mortalidad. Dentro de las actividades de prevención destacan la detección temprana de la enfermedad, mediante la autoexploración mamaria, los exámenes clínicos y la mamografía para la detección de prelesiones, la promoción de estilos de vida saludable y la intervención educativa para reforzar las capacidades de autocuidado. El objetivo del presente proyecto Intervención educativa fue incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa de Celaya. Se realizó una intervención educativa, con una muestra de 22 participantes que se llevó a cabo en Junio y Julio del 2021, se desarrollaron tres sesiones educativas de 1h30minutos cada una. Todos los participantes completaron el cuestionario antes y después de la intervención para comparar los resultados obtenidos. Posterior a la implementación de la intervención educativa se observó un incremento del nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria. Es indispensable desarrollar una cultura de detección temprana mediante la autoexploración mamaria, inculcar en las personas la importancia que tiene conocer su cuerpo y, a partir de los 20 años comienzan con autoexploraciones mensuales, como la mejor manera de disminuir el impacto que ocasiona en la mortalidad femenina, en este caso el cáncer de mama.

Palabras clave: intervención educativa., conocimiento., cáncer de mama.
Autoexamen de mamas (Decs)

SUMMARY

Breast cancer is the most common among women, according to the Pan American Health Organization, its incidence is increasing, but its early diagnosis has managed to reduce mortality. Prevention activities include early detection of the disease, through breast self-examination, clinical examinations and mammography to detect pre-injuries, promotion of healthy lifestyles and educational intervention to reinforce self-care capabilities. The objective of this educational intervention project was to increase the level of knowledge about breast self-examination in a religious community in Celaya. An educational intervention was carried out, with a sample of 22 participants that was carried out in June and July 2021, the sessions were developed in three educational sessions of 1h30 minutes each. All participants completed the questionnaire before and after the intervention to compare the results obtained. After the implementation of the educational intervention, an increase in the level of knowledge about breast self-examination was observed. It is essential to develop a culture of early detection through breast self-examination, instill in people the importance of knowing their body and, from the age of 20, they begin with monthly self-examinations, as the best way to reduce the impact it causes on female mortality, in this case breast cancer.

Key words: Early Intervention educational, knowledge, Breast Neoplasms, Breast Self-Examination (Decs).

DEDICATORIAS

A Dios, por estar siempre a mi lado, abriendo puertas donde parecía no haber, por sus bendiciones y grandes oportunidades, brindarme fuerzas y salud para llegar hasta el final de esta etapa de mi vida.

Agradezco a Linda Félix (mi heroína) por estar siempre conmigo, apoyándome en todo.

A mi amado Frantz Louinord, por su apoyo incondicional y sus buenos consejos para seguir adelante, por su atención, de poder contar en él en todo momento, las palabras son pocas para expresarte lo que representa por mí.

Especialmente a mi familia, mi mamá, mis hermanos y hermana, a mis sobrinos, mis primos (as).

A las personas que estuvieron a mi lado durante esos años de maestría, por sus palabras de motivación a Pensly Sylvain, Melissa K. Félix, al grupo anterior de maestría (Kevin, Elisa, Valeria) gracias por todo.

Por último, agradezco a mis compañeros de clase que de una manera u otra aportaron un granito de arena durante esta etapa de mi vida.

AGRADECIMIENTO

A la universidad de Guanajuato, por abrirme sus puertas y permitirme cursar uno de sus programas académicas, haberme permitido crecer como profesional de enfermería a pesar de ser extranjera.

Al coordinador del programa de maestría en Ciencias de enfermería Dr. José Manuel Herrera Paredes, por haber acompañarme durante los trayectos migratorios.

A mi director el Mtro. Enrique Blancarte Fuentes, por compartirme sus conocimientos, por su sacrificio, entrega y apoyo incondicional. Agradezco infinitamente la acogida que recibí de usted. Muchas gracias que Dios le bendiga siempre.

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por brindarme su apoyo financiero para poder cursar esta maestría.

A los maestros del programa de maestría en Ciencias de enfermería, gracias por guiarnos y fórmanos para ser profesionales de enfermería con principios y criterios científicos, capaces de tomar decisiones adecuadas para beneficios de los usuarios.

ÍNDICE

RESUMEN.....	i
SUMMARY.....	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIAS	iv
INTRODUCCIÓN	1
I.ANALISIS SITUACIONAL.....	3
1.1 Ubicación institucional y organizacional	3
1.2 Problemática general.....	16
1.3 Prioridades.....	18
II. POBLEMA SELECCIONADO	20
2.1 Descripción del problema.....	20
2.2 Causas.....	25
2.3 Consecuencias.....	27
2.4 Posibles soluciones.....	29
III.PROYECTO DE INTERVENCIÓN	30
3.1 Enunciado.....	30
3.2 Objetivo general.....	30
3.3 Objetivos específicos	30

3.4 Justificación	31
3.5 Plan de acción	41
3.6 Cronograma de actividades	48
3.7 Presupuesto y recursos	50
3.8 Criterio de evaluación	51
IV. GESTION DEL PROYECTO	54
4.1 Estrategias de la presentación y venta del proyecto	50
4.2 Estrategias para lograr el involucramiento	54
4.3 Estrategias para vencer resistencias	55
V. RESULTADOS	57
5.1 Implementación del proyecto	57
5.2 Evaluación	65
VI. VENTAJAS Y LIMITACIONES	73
VII. CONCLUSIÓN Y SUGERENCIAS	74
IX. BIBLIOGRAFÍAS	82
X. APÉNDICES	84
10.1 Oficio de solicitud para la aplicación del proyecto de intervención	80
10.2 Folleto conocimiento sobre la autoexploración mamaria	85
XI. ANEXOS	89

11.1 Oficio de aprobación	89
11.2 Consentimiento informado	90
11.3 Lista de asistencia.....	93
11.4 Cuestionario nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria.	90
11.5 Cédula de datos sociodemográficos.....	98
11.6 Imágenes del pretest.....	108
11.7 Imágenes postest.....	148
11.8 Evidencias de la implementación	216

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Mapa satelital de la ciudad de Celaya.....	3
Figura 2. Mapa de Celaya.....	4
Figura 3. Pirámide poblacional de Celaya.....	5
Figura 4: Porcentaje de religión en México.....	6
Figura 5. Templo de la tercera orden.....	7
Figura 6: Ubicación de Iglesias de Celaya.....	8
Figura 7. Escudo de la iglesia de Jesucristo.....	9
Figura 8. Ubicación de la iglesia Casa de oración salmo 91.....	10
Figura 9. Escudo casa de oración salmo 9.....	11
Figura10.Fachada de la iglesia.....	11
Figura 11. Organigrama de la institución.....	12
Figura 12. Árbol de problema.....	24

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características de artículos seleccionados.....	37
Tabla 2. Datos sociodemográficos de los participantes de la intervención educativa sobre el autoexamen mamario,2021.....	63
Tabla 3. Nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria de los participantes previo a la implementación de la intervención educativa.	66
Tabla 4. Nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria de los participantes posterior a la implementación de la intervención educativa.....	67
Tabla 5. Comparación de las medias obtenidas por dimensiones antes y después de la intervención educativa.....	70

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica 1. Nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria de los participantes antes y después de la intervención educativa,2021.....68

Gráfica 2. Diferencia de las medias en las puntuaciones dela medición basal y final de la evaluación global.....69

ÍNDICE DE IMÁGENES

Imagen n ^o 1. Grupo Whatsapp del taller autoexploración mamaria.	54
Imagen n ^o 2. Afiche de publicidad del taller autoexploración mamaria	55
Imagen n ^o 3. Presentación de la primera sesión de la intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria	56
Imagen n ^o 4. Presentación de la segunda sesión de la intervención educativa.....	57
Imagen N ^o 5. Mensaje del participante	58
Imagen N ^o 6. Sesión 3 de la intervención educativa para incrementar el nivel conocimiento sobre la autoexploración mamaria	59
Imagen 7. Exposición en el colegio de enfermería de León	60

INTRODUCCIÓN

El cáncer de mama (CaMa) es el tumor maligno más frecuente en las mujeres, con más de 1,2 millones de casos diagnosticados cada año en el mundo (1).

Su incidencia está en aumento, pero su diagnóstico precoz ha logrado disminuir la mortalidad. En algunas ocasiones, el cáncer de mama obedece a mutaciones (alteraciones) genéticas heredadas (2).

En los últimos años se han identificado factores que favorecen la ocurrencia de cáncer de mama, principalmente la edad, factores hormonales, proliferaciones benignas, factores radiación, pero el 50% de los casos no se identifica cual sea la causa principal de la enfermedad (2).

Dentro de las actividades de prevención destacan la detección temprana de la enfermedad, mediante la autoexploración mamaria, los exámenes clínicos y la mamografía para la detección de prelesiones que puedan ser tratadas oportunamente antes de que la enfermedad avance en sus distintas etapas.

Se han identificado también actividades de prevención como lo son; la promoción de estilos de vida saludable e intervención educativa para reforzar las capacidades de autocuidado, siendo fundamental para aumentar conciencia y el conocimiento acerca de cómo la persona se puede mantener sana y prevenir la aparición enfermedades.

El presente proyecto de intervención está conformado por diez apartados; el primero presenta el análisis situacional que describe la ubicación del lugar donde se implentó el proyecto, seguido por el segundo apartado qué presenta la conceptualización y la descripción del problema seleccionado, las causas que dieron origen a este, las consecuencias y las posibles soluciones.

En el apartado tres se presentan los objetivos de dicha intervención, las diferentes estrategias y acciones para su ejecución y evaluación, el cronograma de actividades y también los recursos necesarios. En el cuarto apartado describe la gestión del proyecto, donde se establecen las estrategias de presentación del proyecto ante las autoridades para obtener el permiso, estrategias para conseguir el involucramiento y definir las posibles estrategias para vencer las resistencias en participar en el proyecto.

Además, se presentan los resultados en el apartado quinto, se reportan las limitaciones encontradas durante la implementación del taller en el sexto apartado, lo que permitió establecer conclusiones y sugerencias en el séptimo apartado. Finalmente, se mencionan los apartados de referencias bibliográficas, las bibliografías, los apéndices y por último los anexos.

I. ANÁLISIS SITUACIONAL

1.1 Ubicación institucional y organizacional

El municipio de Celaya conocido como la Puerta de Oro del Bajío, debido al gran auge de su desarrollo industrial, agrícola, ganadero y comercial es uno de los 46 municipios que integran el Estado de Guanajuato, se encuentra situado en la región del Bajío, en la parte centro-sureste de la entidad (3).

Esta ciudad fue fundada el 12 de octubre de 1570 con el nombre de Villa de la Purísima Concepción de Zalaya, nombre que en idioma vasco significa Tierra Llana (4).

Las figuras 1, 2 y 3 muestra el mapa satelital de la ciudad de Celaya, los nombres de los municipios que limitan con la ciudad de Celaya y la pirámide poblacional de este municipio, respectivamente.

Figura 1. Mapa satelital de la ciudad de Celaya



Fuente: Fotografía [Internet]. Disponible en: <https://www.dices.net/mapas/mexico/mapa.php?nombre=Celaya&id=9128>.

Ese municipio se encuentra a 50 km al oeste de la ciudad de Santiago de Querétaro y a 260 km de la capital de México, cuenta con una extensión de 553.23 kilómetros cuadrados, por lo que contribuye con el 17.1% de la superficie total de la zona metropolitana, por su ubicación y su configuración alargada (norte-sur), constituye el centro geográfico de dicha zona (5).

Celaya colinda al norte con el municipio de Comonfort; al este con el municipio de Apaseo el Grande; al sudeste con el municipio de Apaseo el Alto; al sur con el municipio de Tarimoro; al suroeste con el municipio de Cortázar; al oeste con el municipio de Villagrán y con el municipio de Santa Cruz de Juventino Rosas en la parte noreste, todos estos municipios están dentro del mismo estado de Guanajuato (4).

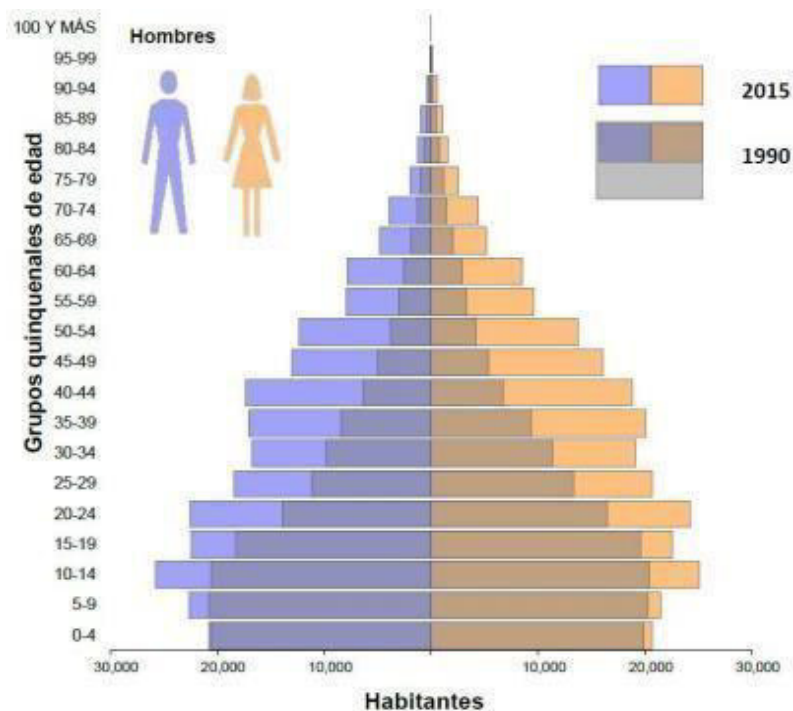
Figura 2. Mapa de Celaya.



Fuente: Fotografía[internet]. Disponible en:
https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos_geograficos/11/11007.

De acuerdo con los resultados del Censo de Población y Vivienda realizado en 2020 por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), la población de Celaya fue estimada a un total de 521,169 habitantes, de los cuales 253,045 fueron hombres y 268,124 fueron mujeres, lo que quiere decir, hay un porcentaje ligeramente mayor de mujeres en el municipio de Celaya (6).

Figura 3. Pirámide poblacional de Celaya



Fuente: INEGI, 2017. Disponible en: <https://www.celaya.gob.mx/cya/wp-content/uploads/2019/05/diagnostico>.

Como se puede observar en la pirámide poblacional para el municipio de Celaya muestra un porcentaje predominantemente de hombres, sin embargo, esto es hasta los 19 años, posteriormente disminuye a partir del grupo comprendido entre los 20 a 24 años, con una diferencia que no es

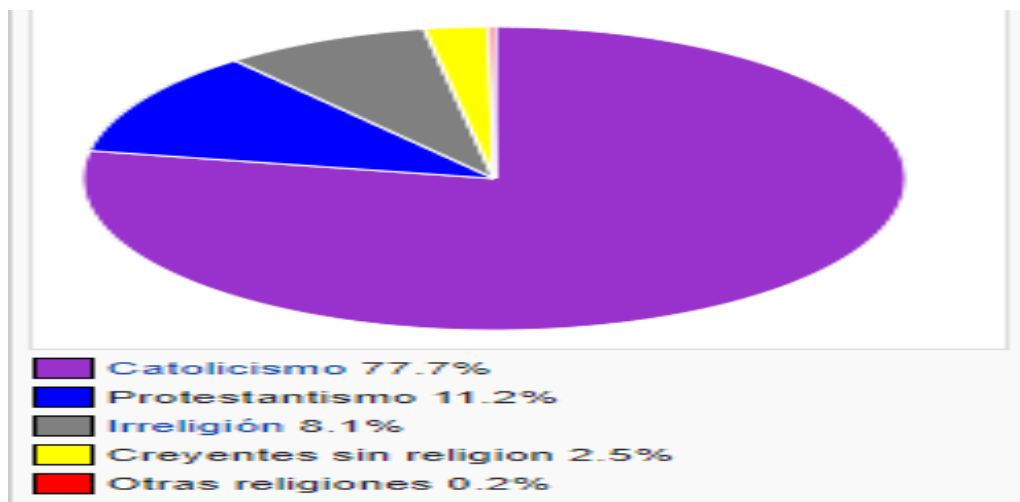
estadísticamente significativa (7).

En cuanto a la religión, México es el segundo país con más católicos del mundo, después de Brasil y seguido por Filipinas, según las cifras del INEGI en 2020, el 77.7% de los mexicanos se declaran cristianos, en su mayoría católicos (8).

Seguida de un amplio agrupamiento de Iglesias Cristianas que incluyen: protestantes, Pentecostales, Evangélicas y cristianas, se continúa con Adventistas del Séptimo Día, Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, Testigos de Jehová, Judaica y finalmente se enuncia la población sin religión (9).

En la figura 4 se muestra el porcentaje de la población mexicana con respecto a su religión, el cual 77.7% profesa ser católicos, 11.2% profesa el protestantismo, el 8.1% no tienen religión, un 2.5% son creyentes, pero no practican ninguna religión mientras que el 0.2% practican otras religiones.

Figura 4: Porcentaje de religión en México



Fuente: Fotografía [Internet]. Disponible en: https://es.wikipedia.org/wiki/Religi%C3%B3n_en_M%C3%A9xico

De acuerdo con la estadística del municipio de Celaya la mayor parte de la población Celayense profesa ser católica con un 91.19%, las religiones protestantes, evangélicas y bíblicas representan un 4.70%, con otras religiones un 0.06% y el 1.92 de la población revela ser atea o no hacen parte de ninguna congregación religiosa, sin religión (10).

Además, la ciudad cuenta con cuatro templos, parroquia y muchas iglesias evangélicas, cristianas no evangélicas entre otras que según el mapa del INEGI son dieciocho, pero no se encuentra un número exacto ya que registradas son muy pocas (11).

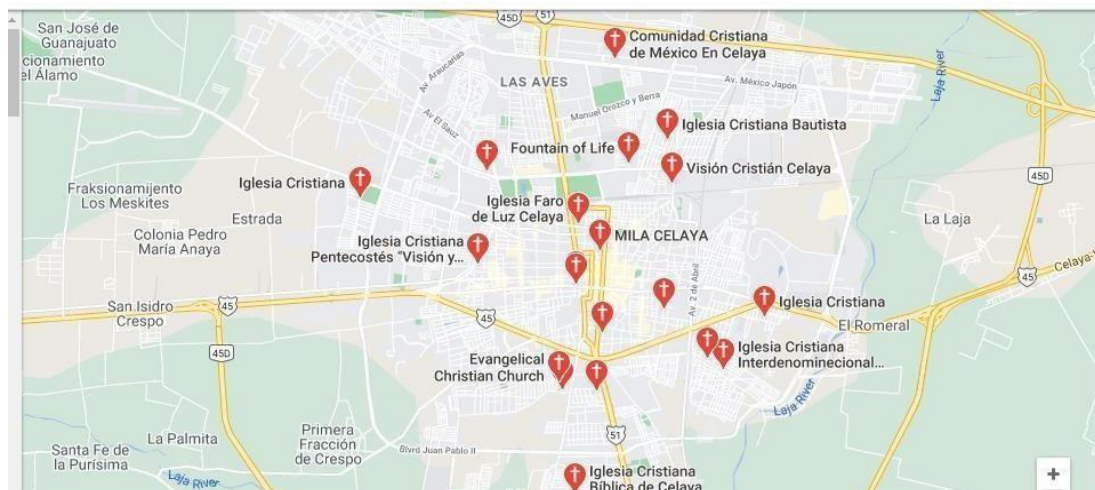
En la figura 5 se muestra el templo de la tercera orden, la figura 6 se observa la ubicación de algunas iglesias cristianas que conforman la comunidad celayense.

Figura 5. Templo de la tercera orden



Fuente: Fotografía [Internet]. Disponible en:
<https://turismocelaya.com/lugares/templo-de-la-tercera-orden>.

Figura 6: Ubicación de Iglesias de Celaya



Fuente: Google Maps.

Todas las congregaciones tienen una doctrina que las diferencia de otras. La Iglesia de Jesucristo es un movimiento religioso dentro del cristianismo protestante que promueve que la esencia del evangelio consiste en la doctrina de la salvación por gracia a través de la sola fe en la expiación de Jesús de Nazaret.

Esas denominaciones tienen un origen común en denominado movimiento de restauración, y comparten las mismas raíces históricas y doctrinales. Esos movimientos surgieron en los Estados Unidos a finales del siglo XVIII y principios del siglo XIX y tiene por objeto restaurar la iglesia tal como se muestra en el Nuevo Testamento de la Biblia (12).

En la figura 7 se muestra el escudo oficial de estas congregaciones cristianas.

Figura 7. Escudo de la iglesia de Jesucristo



Fuente: Fotografía[internet]. Disponible en:
<https://www.IglesiadecesucristoDiosverderoyvidaeterna>.

Esta gran congregación tiene agrupación en muchos países, con el nombre movimiento de Jesucristo Dios verdadero y vida eterna, en el cual se encuentra la iglesia casa de oración salmos 91.

La iglesia casa de oración salmos 91, hace parte de las iglesias cristianas de Celaya y es una de las dos congregaciones del movimiento de Jesucristo Dios verdadero y vida eterna de este municipio. Esta institución está ubicada en el 18 de marzo # 125 entre las calles Francisco Javier Mujica y pioneros de la patria en la colonia Patria Nueva. Celaya; Guanajuato. Teléfono:461 208 4366.

A continuación, en la figura 8 se muestra la dirección de la casa de oración salmo 91 que está ubicada en el 18 de marzo en el número 125 entre las calles Francisco Javier Mujica y pioneros de la Patria .Seguido la figura 9 se evidencia el escudo principal de la iglesia casa de oración salmos 91, que le difiere de otras iglesias ya que como hace parte de una gran congregación cuenta con su escudo oficial que le representa y le difiere con todas las demás

congregaciones religiosas como se ilustra en la figura 7. Mientras que la figura 10 muestra la fachada de esta congregación.

Figura 8. Ubicación de la iglesia Casa de oración salmo 91.



Fuente: Google Maps.

Figura 9. Escudo casa de oración salmo 91



Fuente: Fotografía [Internet]. Disponible en:
<https://www.listennotes.com/podcasts/casa-de-oraci%C3%B3n-salmo-91-gerardo-eloy-BT8FW45ycrx>.

Figura10.Fachada de la iglesia

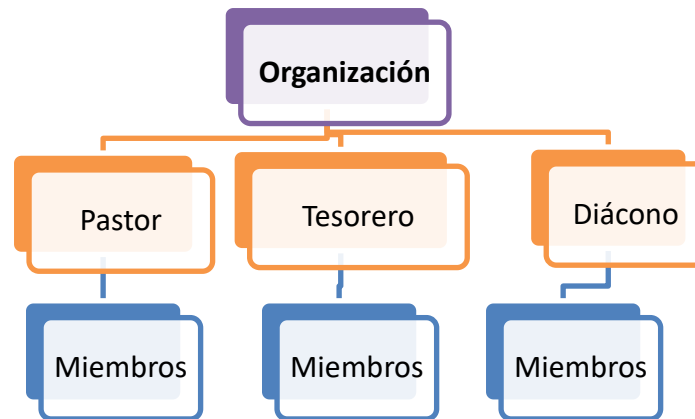


Fuente: Dominique J (2021). Foto tirada

Esta institución cristiana tiene servicios dos días de la semana los domingos y los miércoles a las 6pm.

La figura 11 muestra la conformación de la iglesia, el cual está compuesta por un pastor, un tesorero, una diaconisa y 20 miembros.

Figura 11. Organigrama de la institución



Fuente: Dominique J (2021).

Como todas instituciones organizadas esta iglesia cuenta con una visión: enseñar a las personas como obtener la salvación y vida eterna por medio de conocer al único Dios verdadero y a Jesucristo a quien él envió.

La Misión es la Predicación del evangelio, evangelizar, discipular, enviar.

Los Valores se centralizan en la enseñanza de la Palabra de Dios, la oración y comunión entre hermanos.

1.2 Descripción funcional

La estructura organización de la iglesia casa de oración salmo 91 es muy simple (Ver figura 11) ya que es una pequeña congregación, sólo cuenta con el departamento pastoral compuesto por el pastor, el tesorero y la diaconisa. Esta institución fue fundada en el año 2017. Cuenta con una población de 23 miembros de los cuales un pastor, una diaconisa y un tesorero que es al mismo tiempo el único diácono de la iglesia.

El pastor conduce y guía a los miembros, predica la palabra de Dios, promueve la santificación y la sanación en sus oraciones, envía mensaje de la palabra de Dios a través de las redes sociales YouTube, por WhatsApp así mismo exhorta a los miembros de su congregación cuando viven abiertamente en pecado y los ayuda a tener una correcta relación con Dios. Además de eso tiene como funciones de velar:

- ✓ Cuidar a la congregación.
- ✓ Protección contra la falsa enseñanza.
- ✓ Administración y gobierno de los asuntos de la iglesia.
- ✓ Estimula y guía para los hermanos.
- ✓ Prepara: la iglesia para el regreso de Jesús.
- ✓ Promueve la santidad: vivir de forma ejemplar el fruto del Espíritu.

Mientras que el tesorero por su parte se hace responsable de las ofrendas y los diezmos es decir controla la parte financiera de la iglesia, tiene como funciones de:

- ✓ Mantener los registros permanentes para rastrear los fondos y transacciones financieras de la iglesia.

- ✓ Presidir el comité del presupuesto y prepara el presupuesto anual para que sea aprobado por el pastor de la iglesia.
- ✓ Pagar todas las facturas (Agua, luz, entre otros.) con los diezmos y las ofrendas ofrecidos por los miembros de la congregación.
- ✓ Prepara informes financieros mensuales y anual para presentarlos al pastor y a los miembros.

Dentro de las funciones específicas realizadas por el diácono y la diaconisa se mencionan:

- ✓ Dar la bienvenida a miembros y visitas y ayudarles a entrar y encontrar asiento en el caso que no se encuentren asientos.
- ✓ Visitar a los miembros y en sus hogares, especialmente a los enfermos y necesitados.
- ✓ Velar continuamente por la reverencia en la Casa de Dios.
- ✓ Ayudar a las madres cuando sus niños lloran o necesitan atención.
- ✓ Participar en la limpieza de la iglesia.

Existen algunas limitaciones que pueden delimitar a este proyecto de intervención. Falta de recursos humanos, ya que la mayor parte de los miembros participan sólo los domingos, escasez de tecnología, según el pastor la mayoría de los miembros no tienen acceso a una laptop, algunos no saben manejar las plataformas, por falta de tiempo, tienen programas evangélicos durante el transcurso de la semana también por falta de interés, no dan importancia al tema.

La investigadora no tiene vinculación laboral ni religiosa con la institución. pero, se estableció contacto con el pastor de la iglesia, el cual tiene un año obrando y predicando en esta congregación.

1.3 Problemática general

A nivel mundial se ha observado que el cáncer de mama es la principal causa de muerte en la población femenina, a pesar de realizar múltiples campañas de prevención, con insistencia en la promoción de la autoexploración mamaria mensual; sin embargo, gran cantidad de mujeres nunca han recibido una educación formal acerca de la forma correcta de la autoexploración (13).

En general, existen tres tipos de métodos de detección para la detección temprana del cáncer de mama como la exploración clínica, la autoexploración mamaria y la mastografía.

A pesar de la implementación de esos métodos, la probabilidad de padecer este tipo de cáncer sigue siendo aumentado con un 0.4% para los límites de edad entre 30 y 39 años, de 1.5% entre los 40 y 49 años, 2.8% entre 50 a 59 años y de 3.6% para mujeres entre 60-69 años (13).

La incidencia de esta patología y sus complicaciones puede reducirse mediante la promoción, educación, diagnóstico y tratamiento oportuno (13).

Para la finalidad de este proyecto de intervención se retoman únicamente el concepto de autoexploración mamaria, ya que es simple, de bajo costo y no invasivo; además, tiene la ventaja de ser llevado a cabo por la propia persona.

En el caso de la iglesia casa de oración salmos 91, como es una congregación reciente y pequeña no cuenta con muchos miembros, hace falta de recursos tanto humanos, materiales y económicos, escasez a la tecnología la mayoría de

los miembros no tienen acceso a una computadora tampoco tiene un departamento de salud para proporcionar consejos saludables y preventivos a los participantes.

Por no contar con un departamento de salud existen ciertas limitaciones sobre los beneficios de la autoexploración de los senos como técnica preventiva de CaMa, al hacer preguntas a los miembros de esta congregación sólo dos sabían sobre esta práctica. Por eso no despiertan el interés de cumplir acciones preventivas ya que según algunos estudios la religión influye mucho en la toma de decisión de la persona, en este caso en el autocuidado (Autoexploración mamaria).

Por otro lado, el concepto de autoexploración mamaria en una religión ortodoxa es percibida como una acción pecaminosa por su connotación sexual, lo que ha sido referido por mujeres sanas tanto como por quienes están o han estado afectadas por el cáncer de mama. En este sentido, los programas de prevención y control enfrentan una importante barrera cultural a la que se suma el desconocimiento y la ejecución incorrecta de la técnica (14).

Con lo anterior mencionado, implementar esta intervención en esta comunidad religiosa ayudaría a los miembros de conocer más sobre la enfermedad ,van a poder adquirir conocimientos sobre la autoexploración mamaria para tomar conciencia de la necesidad de evaluaciones médicas periódicas para un diagnóstico precoz y también con esta intervención se pretende motivar a los miembros de esta institución tanto en el sexo femenino como masculino sobre la toma de decisiones para realizar esta práctica y lograr así el mejor control de esta patología crónica y contribuir en la mantención de la salud y una mejor calidad de vida.

1.4 Prioridades

La autoexploración mamaria es una función inherente para la vida de cada persona ya que sea hombre o mujer y es indispensable para todos los seres vivos. Para solucionar la problemática de autoexamen mamario en la iglesia casa de oración salmo 91 como prioridades se podría establecer:

La incorporación un área o un departamento de salud para impulsar la promoción de la salud y también se debe contar con la ayuda de expertos y de la secretaría de salud, para ofrecer servicios voluntarios o a precio adecuado mensual o cada 2 meses (examen de la vista, el papanicolaou) a los miembros.

Realizar talleres de orientación sobre las medidas preventivas de las enfermedades más corrientes como el virus papiloma humano, el cáncer cervicouterino, la autoexploración mamaria, entre otros, con el fin de proporcionar mensajes específicos dirigidos a sensibilizar a los miembros y crear en ellos un sentido decorresponsabilidad para la autoexploración

Promover la educación sanitaria adecuada, fomentar un estilo de vida saludable, proporcionar informaciones oportunas y adecuadas a los miembros ya que existen muchas informaciones en salud que le pueden ayudar a prevenir algunas enfermedades si se detectan a tiempo.

Capaciten a los profesionales de salud para mejorar el nivel de conocimiento del autoexamen de mamas y de esta forma eduquen satisfactoriamente a los miembros de esta congregación, enseñar la autoexploración mamaria, implementando estrategias metodológicas congruentes con el tipo de población y que estén centradas en la participación.

También se debe evaluar los programas que promocionan el autoexamen de mamas, con el fin de identificar si realmente tiene impacto en la población (miembros).

Ofrecer a los miembros de esta congregación la oportunidad de aprender y reconocer cualquier cambio anatómico en los senos, es decir tener la capacidad de hacer la diferencia entre mamas normales y anormales, brindar conocimiento de saber qué buscar y cuál es el tiempo apropiado para hacer la autoexploración manual y enseñar las técnicas adecuadas que les van a ayudar a detectar precozmente todo tipo de anomalías relacionadas con la enfermedad.

II. POBLEMA SELECCIONADO

2.1 Descripción del problema

El cáncer sigue siendo uno de los principales problemas de salud pública en países desarrollados, lo que genera elevados costes ya sanitarios, afectivos y sociales (15).

El CaMa es un tumor maligno que se origina en las células de la mama, entendiendo por tumor maligno un grupo de células de la mama que crecen de manera desordenada e independiente, que tiende a invadir los tejidos que lo rodean, así como órganos distantes (metástasis) una enfermedad en la cual las células de la mama se multiplican sin control (16).

A nivel mundial, el cáncer de mama se ha convertido en la neoplasia de más frecuente en mujeres (17).

Una encuesta de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para el año 2019 reveló que el cáncer de mama representó un 16% de todos los cánceres en la población femenina y va en crecimiento en cuanto a estadística (18).

Enseguida se estima que una de cada ocho mujeres corre el riesgo de desarrollar esta neoplasia a lo largo de su vida, razón por la cual todas mujeres deben realizarse una evaluación regular y mensual de sus senos, sobre todo después de cada menstruación (18).

En México, el CaMa es la primera causa de muerte por cáncer en mujeres mayores de cuarenta años y más (18). Aunque esta neoplasia afecta a ambos sexos, las mujeres corren más riesgo para desarrollar esta enfermedad.

De acuerdo con la información del primer informe de Gobierno Mexicano, para

el año 2019 se han registrado 7,354 defunciones de cáncer de mama, cifra más elevada en la historia del país. La causa principal de tanta mortalidad se debe en la no detección oportuna de lesiones a través de la autoexploración mamaria y la no realización del examen clínico mamografía (18).

La autoexploración mamaria se encuentra entre las técnicas de diagnóstico precoz del cáncer de mama, la cual no reduce la incidencia, pero se estima que cerca del 95% de los tumores mamarios son detectados por la propia mujer, disminuyendo así la mortalidad al detectar este cáncer precozmente (19).

Esta técnica constituye la piedra angular de los programas de prevención y control, dado que la sensibilidad de la prueba es elevada si se emplea la técnica correcta, consta de dos pasos: inspección u observación y palpación. No obstante, la simplicidad de esta prueba, la autoexploración mamaria, tiene poca prevalencia entre las mujeres de 10 a 30 %, debido a los mitos y tabúes para autoexplorarse (14).

Los reglamentos de la Norma Oficial Mexicana NOM-041-SSA2-2011 para la Prevención, Diagnóstico, Tratamiento, Control y Vigilancia Epidemiológica del Cáncer de Mama, el cual se contempla en tres medidas de detección: la autoexploración, el examen clínico de las mamas y la mastografía (20).

En el cual, la autoexploración mamaria debe realizarse a partir de los 20 años, sobre todo en países con escasos recursos económicos que no cuentan con infraestructura suficiente para el tamizaje poblacional, el examen clínico a partir de los 25 años y la mastografía de los 40 años y a las mujeres mayores de 70 años, deben realizar cualquier examen clínico bajo indicación médica (20).

A pesar de los reglamentos establecidos en la NOM-041-SSA2-2011, sólo cuatro de cada diez mujeres se hacen la autoexploración mamaria al mes para detectar anomalías mamarias, datos de la encuestadora Heras Demotecnia 2019 (18). Lo que ha contribuido al incremento de casos de cáncer de mama en el país.

Según los resultados obtenidos en algunos estudios el desconocimiento en la técnica correcta son los principales obstáculos que influyen en el proceso de la no realización de la autoexploración mamaria ya que las mujeres no saben sobre la morfología de sus senos, los pasos para hacerse el autoexamen de mamas, las técnicas adecuadas, la duración y el momento preciso en relación con el día de inicio de la menstruación para llevar a cabo esta práctica (19).

Otros motivos mencionados con más frecuencia por las mujeres que no revisan sus mamas fueron que no consideran que sea una práctica importante o no saben cómo realizarla, el tiempo dedicado para sus actividades cotidianas, las creencias religiosas. Mientras otras mencionan por no contar en sus hogares con una privacidad para poder realizarla (21).

Por lo tanto, el personal de enfermería debe promover la utilización correcta de las técnicas, proporcionando informaciones adecuadas para la detección temprana del cáncer de mama y así disminuir su mortalidad.

Para la disciplina de enfermería la educación para la salud en cuanto a la autoexploración mamaria de la comunidad es considerada como su principal unidad de atención, por lo que realizar intervenciones fundamentados en las necesidades y problemas de salud para fomentar esta práctica mamaria en la población, así como una evaluación continua y sistemática de los hábitos de salud, son elementos clave para el proceso de cuidado de la salud y mejoramiento de la atención sanitaria.

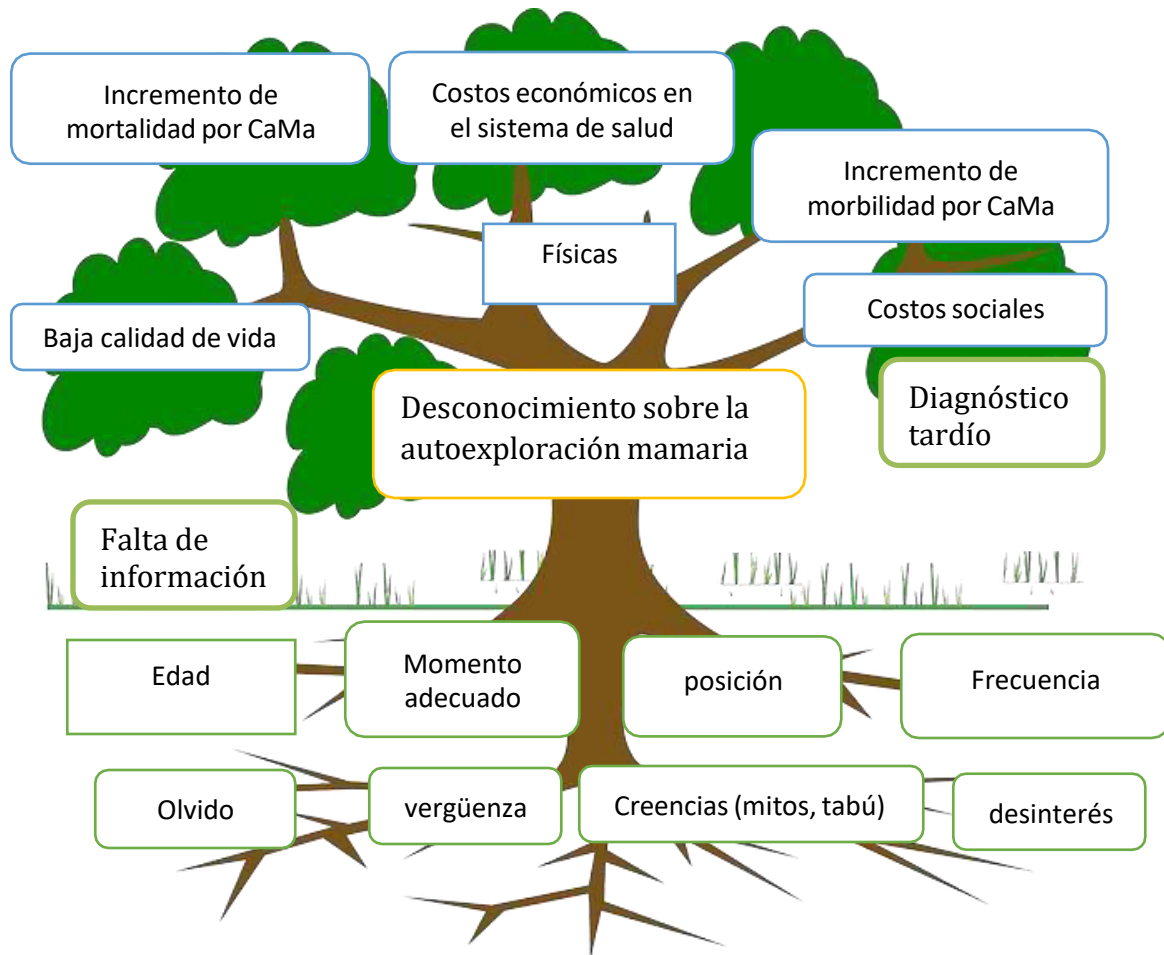
Con lo anterior mencionado, la importancia de esta propuesta educativa en la

iglesia radica a sensibilizar y concientizar a los miembros de esta congregación sobre la importancia del concepto de autoexploración mamaria ya que la mayor parte no tiene conocimiento de esta práctica logrando de esta manera un incremento en el conocimiento de su propia salud y de su cuerpo, para que puedan identificar los cambios anormales que pueden aparecer en su cuerpo y puedan prevenir el cáncer de mama.

También con la aplicación de esta intervención educativa los participantes van a tener las capacidades de identificar los factores de riesgo, las medidas preventivas y finalmente ellas van a poder transmitir lo aprendido a sus familiares y comunidades de generación en generación con el fin de disminuir la tasa de mortalidad que está afectando a todos.

En la figura 12 se evidencia el árbol de problema, en donde en el centro es el problema seleccionado, las raíces representan las causas que engendran esta problemática y la parte de arriba, las hojas representan las consecuencias de dicho problema.

Figura 12. Árbol de problema



Fuente: Dominique, J (2021).

2.2 Causas

Los programas de detección oportuna a través de la autoexploración de mamas son la clave para disminuir la mortalidad por cáncer mamario, sobre todo en aquellos lugares donde es difícil el acceso a la atención médica o al estudio de mamografía (12). Sin embargo, el autoexamen de mama es poco aplicado por la población femenina a pesar de ser simple, diversos estudios reportan que la mayoría de las mujeres no la realizan por diversas razones:

Falta de conocimiento, la limitada información que se le brinda a la población sobre su estado de salud y el autocuidado previo son los principales factores que influyen en la no realización de autoexamen mamario, ya que con la escasez de información sobre la enfermedad las personas sobre todo las mujeres no van a conocer en qué momento del ciclo menstrual en el que se deben realizar la autoexploración, es decir el tiempo apropiado para hacer la autoexploración manual, con el fin de crear un hábito para identificar algún cambio en los senos.

Otra causa es la edad, en algunos estudios las mujeres revelan que no saben la edad establecida para hacerse la autoevaluación.

Otros factores causales por citar son: faltas de confianza en la capacidad para realizarla, el miedo a un hallazgo en este caso encontrar una bolita, ya que es el síntoma más común del cáncer de mama, incomodidad por tocarse las mamas, falta de confianza en el examen, vergüenzas, la falta de tiempo, o se le detectan el cáncer, el desinterés y flojera es decir que no dan importancia a la prueba.

El olvido en muchos hogares las mujeres son la cabecera de la familia, preocupándose por los demás a veces se olviden de vigilar a su propia salud.

Falta de privacidad, la casa está pequeña no encuentran un lugar adecuado para explorarse las mamas.

Mientras que, para otras, sobre todo las religiosas las principales causas para no llevar a cabo la autoexploración mamaria son las creencias [Mitos, tabúes] ya que esta práctica es percibida como una acción pecaminosa por su connotación sexual.

2.3 Consecuencias

la autoexploración de mamas puede ayudar a detectar de forma precoz y oportuna los primeros síntomas del cáncer. Las posibles consecuencias relacionadas con la no realización manual de senos son:

Consecuencias físicas

Tras a un diagnóstico positivo es posible que la persona empiece a tener pensamientos negativos sobre el estado de su salud, primero piensa que se va a morir y con el tiempo durante los tratamientos posiblemente se produzca pérdida de cabello, cicatrices afectando tanto el cuerpo y también la apariencia física pueden sufrir algunos cambios como pérdida o aumento de peso, especialmente si se ha realizado una mastectomía es posible sentir tristeza, autoestima baja, inseguridad en cuanto a su imagen corporal entre otros.

Consecuencias sociales:

El cáncer de mama es un problema a nivel mundial. Al no informar a la comunidad de cómo realizar una adecuada autoexploración mamaria genera aumento de nuevos casos de esta patología maligna y eso, va a incrementar alta tasa de mortalidad.

Baja calidad de vida: la persona no va a tener recursos suficientes para satisfacer todas sus necesidades fisiológicas si tiene que pagar por los gastos mensuales y tratamientos.

Ausencia en el trabajo: por los riesgos para la salud que representa esta enfermedad si no se detecta a tiempo, sus posibles complicaciones pueden conllevar a las personas a faltar en sus labores sea incapacidad de asistir o por estar hospitalizados y eso también va a influir la comunidad y la familia ya que en algunas comunidades las mujeres son los pilares de la economía.

Consecuencias económicas:

Si los gobiernos no aportan soluciones adecuadas esas consecuencias van a seguir aumentando de los gastos de tratamientos. Ya que en México la atención de cáncer es muy costosa y no siempre está incluido dentro de los servicios de atención médica que ofrecen las aseguradoras.

2.4 Posibles soluciones

El cáncer de mama es la neoplasia más frecuente en mujeres sobre todo en países desarrollados, teniendo en cuenta este problema, la intervención educativa es una prioridad ya sea mundial o nacional. Razón por la cual, demuestra la importancia de realizar un manejo oportuno en las personas, empezando por campañas de prevención a todo nivel ya sea en la iglesia, comunidad y complementado con servicios y técnicas de enfermería adecuados que puedan responder a las necesidades.

Por otro lado, se debe implementar un programa educativo para concientizar y mejorar el nivel de conocimiento en las mujeres acerca del autoexamen mamario y el cáncer de mama.

También los personales de enfermería deben enseñar las técnicas básicas de autoexploración mamaria en las redes sociales, en las comunidades para que las personas sean informadas.

La secretaría de salud por su parte debe desarrollar diferentes modelos y estrategias de servicios para informar a la población sobre los programas de detección oportunas, para proporcionar capacitación y crear conciencia.

Implementar un programa educativo en la iglesia para fomentar la autoexploración mamaria y el reforzamiento del conocimiento, las creencias ya según algunos estudios esta práctica es percibida como pecado.

Realizar talleres psicoeducativa para reforzar los beneficios de la práctica de autoexploración de mamas y disminuir el grado de cáncer de mama.

III.PROYECTO DE INTERVENCIÓN

3.1Enunciado

Intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa de Celaya.

3.2Objetivo general

Incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa de Celaya.

3.3Objetivos específicos

- Describir las características sociodemográficas de los participantes en el proyecto de intervención.
- Evaluar el nivel de conocimiento de los participantes previo a la implementación de la intervención educativa.
- Evaluar el nivel de conocimiento después a la capacitación educativa.
- Comparar el nivel de conocimiento antes y después de la intervención educativa.

3.4 Justificación

Un análisis de la problemática de cáncer de mama realizado por la Organización mundial de la salud (OMS) en el año 2019 reportó que este tipo de cáncer continúa siendo una causa preponderante de mortalidad en las mujeres registrándose cada año 1.38 millones de nuevos casos a nivel mundial (22).

En acuerdo con información de la OMS, la tasa de mortalidad ocasionada por esta enfermedad se estima a 70% y la mayoría de estos casos ocurren en países de bajos ingresos debido a los problemas de acceso a diagnóstico oportuno y tratamientos adecuados (20).

Asimismo, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), pronostica que para el año 2030 las muertas aumentarán a 142,000 casos y 596,000 casos nuevos de cáncer en el Continente Americano, principalmente en la zona de América Latina y el Caribe (20).

El pronóstico del cáncer de mama depende en gran medida de la detección temprana, por lo que en la actualidad se ha insistido en la autoexploración mamaria.

El objetivo fundamental de la autoexploración mamaria se refiere a la revisión de las mamas por la misma persona con el fin de familiarizarse con la forma, textura y características normales de las mismas y ser capaz de identificar cualquier anomalía que pueda presentarse, para poder hacer un diagnóstico precoz y así disminuir, en lo posible los casos de cáncer de mama (23).

Sin embargo, a pesar de ser una práctica sencilla y no costosa, la autoexploración mamaria tiene poca prevalencia, pues según el estudio de

Ayala sólo un 30 % de las mujeres lo realizan (24). Las exploraciones de los motivos para no llevarlo a cabo muestran que existen barreras culturales dentro de las cuales existe una connotación religiosa o de carácter sexual ortodoxa, en la que han sido formadas muchas mujeres. De igual manera, se han identificado barreras tales como el miedo a un diagnóstico, las experiencias negativas previas, la baja percepción del riesgo entre otros (24).

Existen diversas recomendaciones sobre el momento de inicio y la periodicidad de las prácticas de autoexamen de seno oportuna, según el país. La Sociedad Americana de Cáncer de los Estados Unidos (American Cancer Society) recomienda la autoexploración mamaria mensual en todas las mujeres a partir de los 20 años (25).

En este sentido, la Secretaría de Salud Federal de México en concierto con la NOM-041-SSA2-2011, para la prevención, diagnóstico, tratamiento, control y vigilancia epidemiológica del cáncer de mama ha implementado algunos programas de acción específico para prevenir la cama, en los cuales se desarrollan acciones para promover la detección oportuna como (20):

1. Autoexploración: Debe promoverse para que las mujeres la realicen a partir de los 20 años de manera mensual sobre todo después de la menstruación.
2. Examen clínico de las mamas: Promovido para que las mujeres lo lleven a cabo a partir de los 25 años de forma anual.
3. Mastografía: Se promueve para ser realizada en mujeres de 40 a 69 años cada 2 años.

A pesar de los lineamientos y programas de acción implementados por la Secretaría de Salud para disminuir la tasa los casos de cáncer de mama en el país. Sin embargo, la cobertura no se ha logrado completamente. Sin una

intervención que refuerce las conductas, sensibilicen a la persona o aborde lo que le impulsa a no tener prácticas de autocuidado en la autoexploración mamaria, la información y conocimiento queda solo en eso.

Las intervenciones con enfoque educativo permiten visualizar diferentes problemáticas intrapersonal e interpersonal que no se pueden evidenciar en la atención bajo el enfoque biomédico, además de los beneficios que trae para la salud conductual, la cual permite intervenir y sensibilizar al sujeto a la vez.

El desconocimiento en la técnica de autoexamen de mama y de los factores de riesgo para cáncer de mama son temas que hay que fortalecer, ya que según diversos estudios la mayoría de las personas sobre todo las mujeres muestran desconocimiento sobre dicho tema. Eso se corroboró con las mujeres de esta institución religiosa ya en un interrogatorio sólo dos sabían sobre este tema, pero la no realiza. Debido a eso la implementación de este proyecto ayudará a conocer más sobre este tema y promoverá las medidas preventivas.

En este sentido, Jacqueline Sandoval y Jairo Peñafiel realizaron un estudio cuali-cuantitativo con enfoque descriptivo en el año 2017 con el objetivo de determinar los conocimientos y prácticas del autoexamen de mamas para la detección precoz del cáncer mamario en una población femenina de 20 a 64 años. Al ejecutar la investigación se obtuvo que el 24% de la población femenina no sabe qué es el autoexamen de mama, evidenciándose el desconocimiento sobre la importancia de esta técnica. La mayor parte de la población que afirmó conocer sobre el tema, pero lo realiza erróneamente, ya que el 49% no toma en cuenta el ciclo menstrual, el 35% no explora el área de la axila, el 29% afirma no utilizar espejo para la exploración de mamas; mientras que el 57% no lo practica por temor a descubrir alteraciones que afecten su salud (26).

Un estudio transversal analítico realizado por Cancela Ramos et al en el año

2016 cuyo el objetivo era determinar, el nivel de conocimiento sobre autoexploración mamaria en mujeres de 20 a 59 años. Los resultados han demostrado que el 83.1% tenían conocimiento básico sobre la técnica, pero no la forma adecuada (23).

Con el propósito de mejorar los conocimientos profesionales sanitarios sobre prevención y promoción de la salud relacionados con la prevención del cáncer de mama y su diagnóstico precoz. Martínez M et al, en el año 2015 diseñaron e Implementaron una educación educativa para elevar el conocimiento de esos profesionales. Tras a la implementación de esta intervención el nivel de conocimientos sobre métodos de detección, técnica de autoexploración cuándo y cómo realizar dicha técnica y la localización más frecuente de aparición de cáncer de mama han mejorado considerablemente (27).

Una investigación mixta, desarrollada en Boca del Río(Veracruz), por Javier Salazar Mendoza et al en el año 2015 con una muestra de diez participantes, cuyo objetivo fue de evaluar los beneficios y práctica de la autoexploración de mamas, los resultados revelan que el 90% de las mujeres desconocen la técnica adecuada de autoexploración mientras que el 62.2% se negó autoexplorarse y los motivos mencionados con más frecuencia por las mujeres que no revisan sus mamas fueron que no consideran que sea una práctica importante o no saben cómo realizarla (21).

Otro estudio observacional con enfoque descriptivo realizado por Espinosa et al, en el año 2015, con una muestra 121 participantes, cuyo objetivo fue caracterizar el nivel Conocimiento sobre autoexamen de mama en mujeres de 30 años y más. Los resultados revelan que el 57,9 % de las mujeres desconocen qué es el autoexamen de mama, solamente el 31,4 % se hacen la autoexploración de forma correcta, el 21,6 % refiere realizarlo mensualmente y el 35,3 %, después de la menstruación mientras que el 82,4 %, de las mujeres refieren haber recibida más información a través de las consultas

médicas (28).

Córdova et al por su parte realizó un estudio transversal en el año 2015, con el objetivo de determinar la proporción de mujeres de 40 años o más que se realizan correctamente autoexploración mamaria en la Unidad Médica Familiar 18 del Instituto Mexicano del Seguro Social, en Teapa, Tabasco, México, La muestra fue de 127 mujeres. En cuanto a los resultados, sólo 0.8% hubo una correcta autoexploración mamaria, la escolaridad predominante fue la primaria con 35.4 % y el 11% hubo antecedente heredofamiliar de tumor maligno de las mamas. En este estudio la proporción de mujeres que realizan correctamente la autoexploración mamaria es alarmantemente baja o sea inferior a 1%. Teniendo cuenta de eso, se requieren intervenciones educativas para corregir el problema (14).

Teniendo en cuenta a eso, en el año 2017 Montes De Oca realizó un estudio tipo cuasi-experimental con el objetivo de medir el efecto de una intervención educativa a mujeres para detectar oportunamente el cáncer de mama, los resultados obtenidos revelan un incremento de conocimiento tanto teórico y práctico en la detección, prevención y diagnóstico oportuno de cáncer de mama en los participantes después de implementar la intervención (29).

Por otro lado, Huapaya en el año 2018 realizó una revisión sistemática de artículo , cuyo objetivo era sistematizar las evidencias sobre la efectividad de una intervención educativa para la prevención y detección precoz de cáncer de mama en mujeres en edad fértil reveló que las intervenciones educativas son efectivas para la prevención y detección precoz de cáncer mamario y que más del 70% de las mujeres tenía conocimientos insuficientes sobre la prevención y detección precoz de dicha enfermedad antes de la intervención educativa y luego de la misma, más del 80% obtuvo conocimientos suficientes sobre la prevención y detección precoz de esta patología (30).

El cáncer de mama es una enfermedad maligna que puede afectar a las personas, ya que puede aumentar el sufrimiento de las personas además tiene efecto negativo en la calidad de vida y finalmente puede conducir a la muerte de manera desastrosa y trágica. Los países en desarrollo tienen la incidencia más alta, y se estima que, para los próximos años, hasta el 70% de los casos recién diagnosticados estarán en el tercer mundo o en personas con un nivel de desarrollo socioeconómico bajo (20).

La mitigación en la incidencia y prevalencia de morbilidad y mortalidad de mujeres con cáncer de mama requieren acciones dirigidas a la prevención a través la autoexploración mamaria, el examen clínico para el control de la enfermedad, especialmente en el grupo de mujeres en edad fértil y mediana, ya que los diversos estudios argumentan que a pesar de que la mayoría de las mujeres encuestadas, tienen una opinión positiva sobre el autoexamen mamario, afirmando que es un método sencillo, práctico y sin costo para prevenir el cáncer de mama, sin embargo, la mayoría no lo realiza, y esto se debe principalmente, falta de conocimiento y técnica adecuada, otras creen que no les afecta, por miedo o vergüenza.

Debido a que el cáncer de mama es la segunda causa de mortalidad en la población femenina a nivel mundial, la autoexploración mamaria es la base inicial de un diagnóstico oportuno. Evaluando el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en la población en riesgo es posible brindar mejor atención oportuna y de calidad a toda la población.

La siguiente tabla muestra los resultados obtenidos de algunas intervenciones educativas sobre el nivel de conocimiento en la autoexploración mamaria, en la cual se evidencia la intervención educativa es una herramienta efectiva para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración de mama.

Tabla 1. Características de algunos artículos seleccionados

Autores(as) Año de publicación	Título	Objetivo	Resultados
<p>Odalís Padrón González.</p> <p>Iliana Otero Rodríguez.</p> <p>Dagneris de la Cruz Pérez.</p> <p>María Antonieta Veliz Hernández.</p> <p>Annalie Siles Guerra. (2020)</p>	<p>Intervención educativa sobre enfermedades benignas mamarias y autoexamen de mama</p>	<p>Identificar el nivel de conocimientos 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</p>	<p>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.</p>
<p>Wilber Jesús Riverón- Carralero</p>	<p>Intervención educativa sobre</p>	<p>Evaluar la efectividad de una intervención</p>	<p>Antes del programa educativo</p>

<p>Katherin Rodríguez Escobar</p> <p>Mayelin Ramírez Carralero</p> <p>Onelis Góngora-Gómez</p> <p>Luis Enrique Molina Tamayo (2021)</p>	<p>cáncer de mama</p>	<p>educativa sobre cáncer de mama</p>	<p>predominaron las mujeres con conocimientos inadecuados sobre prevención del cáncer de mama, autoexamen de mama y factores de riesgo (80 %, 65 % y 80 %, respectivamente). Luego de la intervención aumentaron a suficientes: en el primer caso al 85 %, en el segundo y tercero a 100 %. La aplicación de dicho programa resultó efectiva en 68 féminas, para un 85 %.</p>
<p>Martínez Haro M</p> <p>Porta Sanfeliu M</p> <p>Quiñoz Gallardo M</p> <p>D(2015)</p>	<p>Intervención educativa sobre prevención del cáncer de mama con</p>	<p>Mejorar los conocimientos de los profesionales sanitarios sobre prevención y promoción de la</p>	<p>Posterior a la intervención ha mejorado el nivel de conocimientos sobre métodos de dete</p>

	profesionales sanitarios del ámbito hospitalario	salud relacionados con la prevención del cáncer de mama y su diagnóstico precoz	cción, técnica de autoexploración, el momento adecuado, el cómo realizar dicha técnica y la localización más frecuente de aparición de cáncer de mama.
--	--------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fuente: Dominique J,2021.

Hay necesidad de conocimiento sobre la autoexploración mamaria, por lo cual es crucial que los enfermeros(as) necesitan instruir a las personas para poder elevar el nivel de conocimiento sobre esta técnica para disminuir la mortalidad por cáncer de mama.

Actualmente no existen registros en la base de datos de la iglesia Casa de Oración Salmo 91 sobre el conocimiento de la autoexploración mamaria como parte de la detección oportuna de cáncer de mama de manera efectiva que constate la realización por parte de sus miembros de manera oportuna y efectiva.

Con anterior mencionado, se hace indispensable implementar el proyecto de intervención en esta comunidad, ya que hoy en día la educación para la salud a través de la intervención educativa constituye un factor indispensable a la hora de prevenir enfermedades y conseguir una mejor calidad de vida. Para ello, es necesario conseguir una sensibilización y concienciación por parte de todos los miembros de la iglesia a través de los programas de intervención educativas (Autoexploración mamaria). La cual es decisiva para ganar la batalla en contra del cáncer de mama, y así disminuir la alta tasa de

mortalidad provocado por este cáncer.

3.5 Plan de acción

Fase	Estrategias	Acciones	Responsables	Indicador
Fundamentación	Búsqueda y revisión de la información.	<p>Análisis de los diferentes problemas concurrentes.</p> <p>Contacto con el tutor.</p> <p>Elección del tema.</p> <p>Revisión sistemática de artículos relacionados con el tema en los bases de datos.</p> <p>Establecer contacto con el pastor de la iglesia.</p>	<p>Lic. Joane Dominique</p> <p>Mtro. Enrique Blancarte</p> <p>Fuentes.</p>	Carpeta de artículos relacionados con el tema

Elaboración	Estructuración del proyecto de intervención educativa	Elaboración de actividades. Revisiones y asesorías continuas por parte del director y revisora del proyecto.	Lic. Joane Dominique. Mtro. Enrique Blancarte Fuentes. Dra. María De Jesús Jiménez González.	Proyecto de intervención elaborado
Difusión	Presentación del proyecto de intervención.	Elaboración del oficio de solicitud. Presentar el proyecto de intervención ante pastor de la iglesia.	Lic. Joane Dominique Mtro. Enrique Blancarte Fuentes.	Oficios de aprobación (ver anexos 11.1) Presentación sobre el tema autoexploración mamaria

		<p>Presentación del proyecto a los miembros de la iglesia.</p> <p>Establecer fecha para la implementación de la Intervención educativa.</p>		
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Implementación	<p>Desarrollo del Proyecto de intervención.</p> <p>Aplicación del cuestionario nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria.</p> <p>Presentación en power point, con información clara y</p>	<p>3 sesiones</p> <p>Frecuencia 2 sesiones por semana en dos semanas.</p> <p>Duración 1 hora con 30 minutos.</p> <p>Realizar pretest para evaluar conocimientos previos</p> <p>Sesión 1: Exposición sobre el cáncer de mama.</p> <p>Sesión 2. Preguntas relacionadas con la autoexploración</p>	Lic. Joane Dominique	<p>Crear formulario de asistencia (Ver apéndice 11.2).</p> <p>Presentación PPT sobre el temaseleccionado (Ver anexos 11.8).</p> <p>Cuestionario nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria contiene 15 ítems. (Ver anexo 11.4).</p> <p>Evidencia con fotografías.</p>
----------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	precisa sobre el cáncer de mama.	mamaria.		
--	----------------------------------------	----------	--	--

		<p>Presentación sobre la edad establecida, la frecuencia, el momento, los pasos de la autoexploración de mamas a través de un video de demostración, sus beneficios.</p> <p>Sesión 3: Retroalimentación de las sesiones.</p> <p>Reflexión sobre el video.</p> <p>Ejecución de la técnica aplicada por cada participante.</p> <p>Escuchar la experiencia de cada participante</p>		
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Evaluación	Aplicar el mismo instrumento para evaluar la efectividad de la intervención educativa	Elaborar bases de datos con la puntuaciones antes y después la intervención. Elaboración de tablas y gráficas. Presentación de resultados.	Lic. Joane Dominique	Lista de asistencia de los participantes (Ver anexos 11.3) Evidencia con fotografías (Ver anexos 11.8). Análisis de los resultados. Informe final
------------	---------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3.6 Cronograma de actividades

Acciones	Feb.	Mar.	Abr.	May	Jun.	Jul.	Agos.
Análisis de los diferentes problemas concurrentes							
Elección del tema.							
Establecer contacto con el pastor de la iglesia.							
Revisión sistemática de artículos relacionado con el tema en los bases de datos.							
Elaboración de actividades.							
Elaboración del oficio de solicitud.							
Presentar el proyecto de intervención ante							

pastor de la iglesia.							
Establecer fecha para la intervención educativa							
Presentación del proyecto a los miembros de la iglesia.							
Exposición sobre el cáncer de mama y la autoexploración Mamaria							
Realizar pretest para evaluar conocimientos previos.							
Presentación de los pasos de la autoexploración mamaria							
Realizar la evaluación postest.							



3.7 Presupuesto y recursos

Artículo	Unidades	Costo unitario	Cantidad	Costo total
Luz		\$100	4 semanas	\$100
Internet		\$389	4 semanas	\$389
Computadora	1	\$13,000	1	\$13,000
Memoria USB	1	\$200	1pza	\$200
Bolígrafo	1	\$5	1 pza	\$5
Total				\$13,694

Recursos humanos

Autora: Estudiante Lic. Joane Dominique

Director del proyecto: M.A.I.S Enrique Blancarte Fuentes

Otro participante: Pastor Gerardo Eloy Chávez.

3.8 Criterio de evaluación

Pertinencia: Teniendo en cuenta los datos de la OMS se evidencia que un problema mundial. la oportunidad de implementar este proyecto en la iglesia es para motivar a los miembros sobre la importancia de llevar a cabo esta práctica, ya que hacer preguntas sólo 2 miembros sabían sobre esta práctica. Eso se produce debido a que esta institución no cuenta con un departamento de salud que les brinda información adecuada sobre algunos métodos preventivos de enfermedades. Teniendo cuenta de eso, se pretende sensibilizar a los miembros sobre los beneficios de la autoevaluación mamaria para reducir el índice de mortalidad.

Viabilidad: Es viable, ya que esta problemática trae muchas consecuencias en la comunidad cristiana por lo tanto se pretende modificar algunas creencias sobre la autoexploración mamaria y sus beneficios. Sin olvidar la disponibilidad de recursos humanos y financieros para llevar a cabo la intervención.

Originalidad: Hasta la fecha no existen antecedentes de un proyecto como tal en la iglesia casa de oración salmo 91, el cual se centra la concientización y motivación en la exploración mamaria sobre todo en una comunidad religiosa.

Vinculación: El presente proyecto de intervención apoya a la línea de generación y aplicación del conocimiento estilo de vida saludable en persona con enfermedad crónica degenerativas. Para la realización del proyecto se establecerá el contacto directo con el coordinador de la Maestría en Ciencias de Enfermería de la Universidad de Guanajuato, Campus Celaya-Salvatierra quien se le presentará el proyecto para la firma del oficio de solicitud de información también con el pastor de la iglesia para establecer contacto con los miembros de la iglesia.

Aportación: este proyecto permitirá a la disciplina de enfermería reforzar las estrategias de promoción de estilos de vida saludables, prevención de estilos de vida. Pues, los miembros serán conscientes de las consecuencias que conlleva la no realización de esta práctica, asimismo, van a tener la capacidad de identificar los beneficios, que conlleva una reducción de la tasa de mortalidad ocasionada por el cáncer de mama. Así se contribuye a una mejora significativa de la calidad de vida.

Independencia: para el presente proyecto se planea realizar una evaluación previa y post de la intervención para comparar el conocimiento de los participantes sobre la autoexploración de mama, la importancia de esta práctica, los pasos a seguir.

La exploración de mama es un elemento valioso con el que se cuenta para buscar en forma intencionada una tumoración sospechosa y realizar una detección oportuna de cáncer (17).

Existe cuestionario ya válido para evaluar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria cuyo el Alfa de Cronbach 0.837. Este cuestionario fue elaborado en el año 2020 por Carolay Abanto y Beberly Castillo y tiene 15 ítems dividido en dos dimensiones (31).

Verificabilidad: el proyecto será verificado con base en el cumplimiento de avances en tiempo y forma, con lo establecido en el cronograma de actividad. También será verificado en el momento de aplicar la post prueba.

Accesibilidad: las metas son alcanzables dado que se establece contacto directo con el pastor de la iglesia para a la cercanía a los miembros de esta institución ya que existe la problemática y la población ha sido identificada durante una visita a la iglesia y accesible porque esta intervención será aplicada tanto a mujeres y hombres, cristianos y no cristianos con un rango de 20-45 años, por un total de 20 personas.

Evaluación del proceso: Este proyecto de intervención se apegó de manera estricta al cronograma de actividades descrito anteriormente, cumpliendo con las acciones en tiempo y forma. En el caso de no ser posible su realización por causas ajenas, se hicieron los ajustes necesarios implementando estrategias para continuar con el cumplimiento de la propuesta.

Evaluación sumatoria: Este proyecto de intervención se desarrollará en dos fases: la primera fase será teórica, se hará la presentación del proyecto de intervención se aplicará el pretest para evaluar el conocimiento previo sobre la autoexploración mamaria mientras que en la segunda fase será más práctica se le enseñará los pasos de la autoexploración mamaria a través de un video de demostración y al final se aplicará la post prueba. Se pretende capacitar al 100% a los participantes de esta intervención educativa en las prácticas de autoexamen de seno.

Evaluación del impacto: En un período de dos semanas post a la capacitación teórico-práctica, se hará un debate, para evaluar el conocimiento adquirido durante la intervención, donde cada participante pueda explicar en qué cuestiones detecta dichos cambios.

IV.GESTION DEL PROYECTO

4.1 Estrategias de la presentación y venta del proyecto

Después de la revisión del proyecto por parte de la docente encargada de la Unidad de Aprendizaje, se gestionó junto con el responsable del proyecto Mtro. Enrique Blancarte Fuentes una reunión con el pastor de la congregación donde se le presento el proyecto de intervención, los objetivos y a quienes se pretende dirigir la intervención. Una vez identificado el problema de la iglesia, se solicitó un oficio de solicitud firmado por el coordinador del programa de Maestría en Ciencias de Enfermería, Campus Celaya-Salvatierra para llevar a cabo la intervención educativa en la comunidad religiosa.

4.2 Estrategias para lograr el involucramiento

Posterior a la aceptación y autorización de la implementación del proyecto, se invitó a los miembros de esta comunidad cristiana para dar a conocer el plan de implementación del proyecto. Cada participante va a tener la posibilidad de dar su opinión sobre el tema, se pretende proporcionar videos sobre los pasos para el autoexamen mamario. También ante de cada sesión se envió mensaje recordatorio en el grupo de Whatsapp a los participantes para acordarles de la próxima sesión.

4.3 Estrategias para vencer resistencias

Los cambios en las instituciones religiosas siempre son un tema de gran controversia, ya que existen factores como: la creencia, los diferentes puntos de vista sobre la temática, la poca motivación de participar dentro del cambio.

Una de las principales estrategias que se implementó para la ejecución del presente proyecto fue contar con el apoyo del pastor y los miembros ya que los miembros se muestran interesados con el tema.

Posibles resistencias	Posibles estrategias
Falta de tiempo	Se desarrolló la intervención en un horario apropiado para que todos los miembros pudieran participar, ya que tienen dos servicios semanales, de esta forma se podrían cubrir las necesidades horarias de los participantes.
No dan importancia al tema	De acuerdo con los resultados obtenidos en algunos estudios, la mayor parte de las religiosas no hacen la palpación mamaria por causa de su creencia, ya que se percibe como un pecado. Para motivar a los participantes se creará un grupo de WhatsApp para mandar mensaje para acordarle de la próxima sesión. Se le proporcionó informaciones claras y precisas sobre la enfermedad, los beneficios de esta práctica, como se pueden salvar la vida con una detección oportuna. Se proporcionó esas informaciones en un lazo de 1h30 minutos

	<p>aproximadamente, para que captar la atención.</p> <p>Lluvia de idea: Debate en común sobre el tema cada participante va a expresar lo que se entiende sobre el tema.</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

V. RESULTADOS

5.1 Implementación del proyecto

El objetivo planteado en la implementación de la intervención educativa fue aumentar el nivel de conocimiento con relación a la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa. La intervención se planeó y desarrollo de manera virtual con el uso de las tecnologías de información y comunicación, esto por las condiciones que prevalecen por la pandemia del COVID-19.

Después de la autorización por los dirigentes de la comunidad religiosa, se proporcionaron los contactos de los miembros y se creó un grupo de Whatsapp para la invitación y presentación de la intervención, el grupo se conformó por 27 participantes.

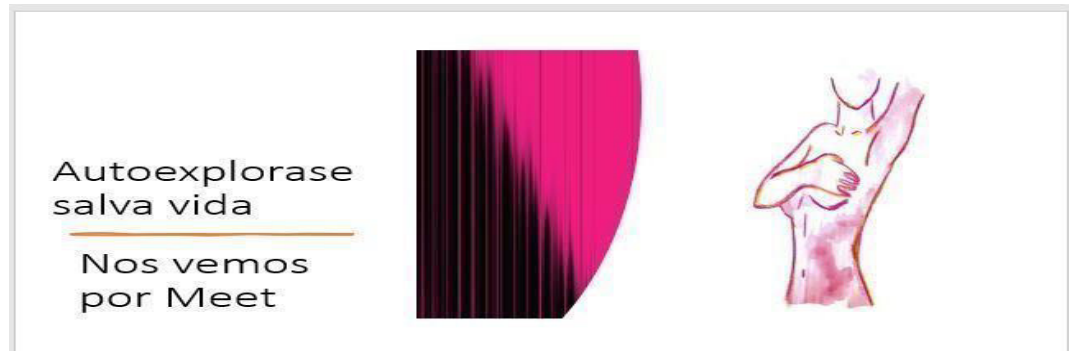
En la imagen número 1 se evidencia la creación del grupo Whatsapp en el cual se hace la primera invitación, la publicación del consentimiento informado y el enlace de acceso de cada sesión mientras que, en la 2 se observa el afiche de publicidad de este taller.

Imagen nº 1. Grupo Whatsapp del taller autoexploración mamaria.



Fuente: Dominique, J.2021.

Imagen n^o 2. Afiche de publicidad del taller autoexploración mamaria.

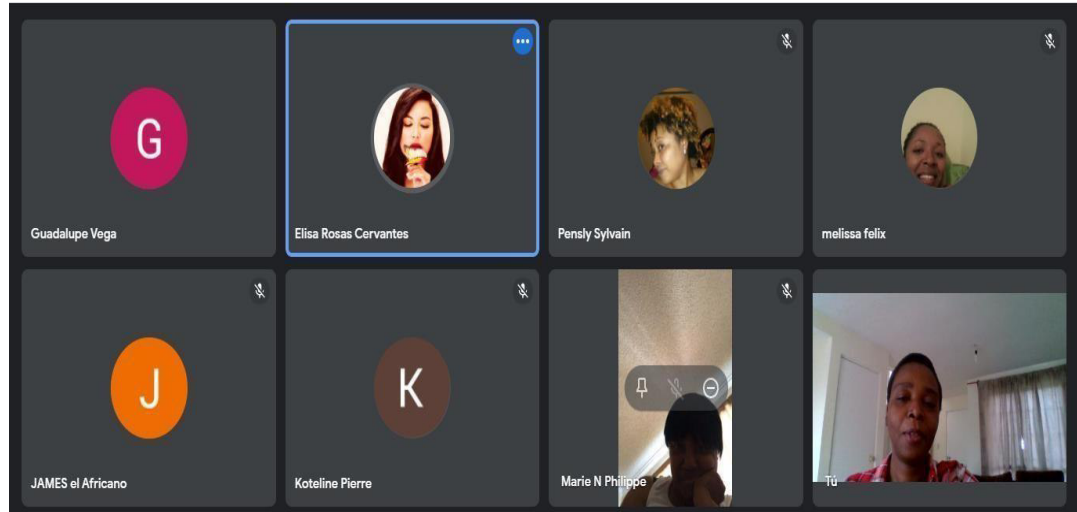


Fuente: Dominique, J.2021

Este taller duró tres sesiones (3), el cual fue programado una sesión por semana durante tres semanas de 5pm hasta las 6h30pm (1h30minutos), pero en coordinación con los participantes se cambió el horario a las 6pm ya que a esta hora la mayoría no podría participar en las sesiones.

En la imagen 3 se observa la presentación de la primera sesión antes de los miembros de la iglesia. En esta primera sesión se habló del objetivo de la intervención educativa, pasó el consentimiento informado se les pidió el apoyo para la ejecución del proyecto con su firma y se aplicó el pretest.

Imagen n^o 3. Presentación de la primera sesión de la intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria.



Fuente: Dominique, J.2021

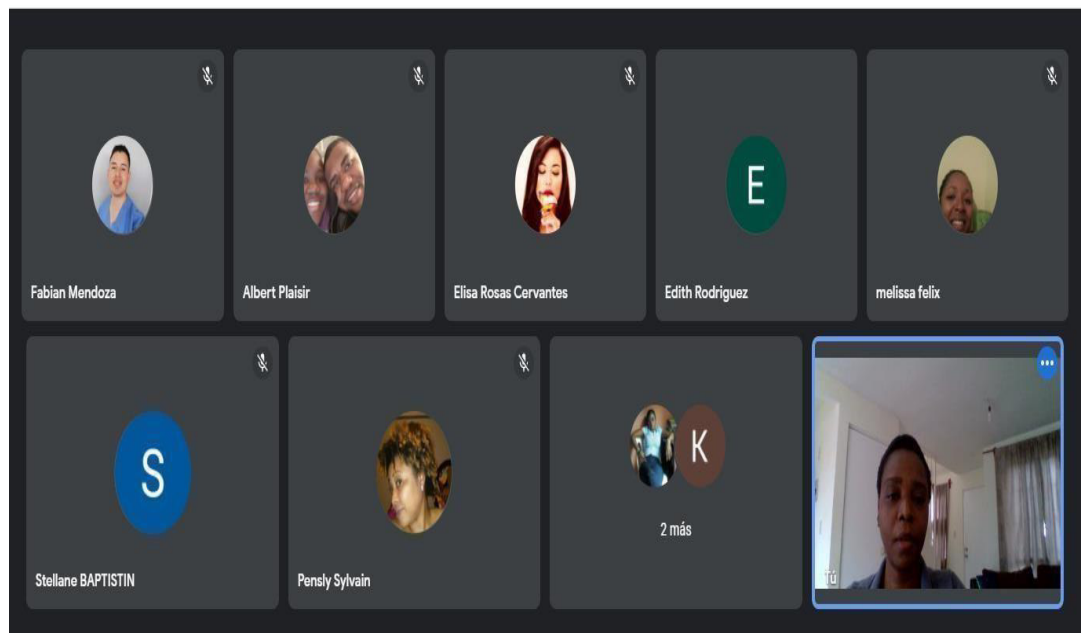
También en esta sesión se definió el cáncer de mama, se desarrollaron algunos temas como la anatomía del seno, las estadísticas mundial y nacional de este tipo de enfermedad, los factores de riesgo, los signos y síntomas entre otros y dejó actividades de búsqueda para la próxima sesión.

En la segunda sesión se hace una retroalimentación de la primera que tenía como objetivo evaluar el nivel de conocimiento de los participantes previo a la implementación de la intervención educativa se hace pregunta a los participantes y se empieza con el tema del día sobre la autoexploración mamaria la definición, edad establecida para el autoexamen mamario como le menciona la NOM 041, el momento adecuado, la frecuencia entre otros. En esta sesión hubo diez (10) participantes.

Posterior a esta sesión se compartió las presentaciones en el grupo de WhatsApp para que todos la pueden revisar y enseñar a sus familiares.

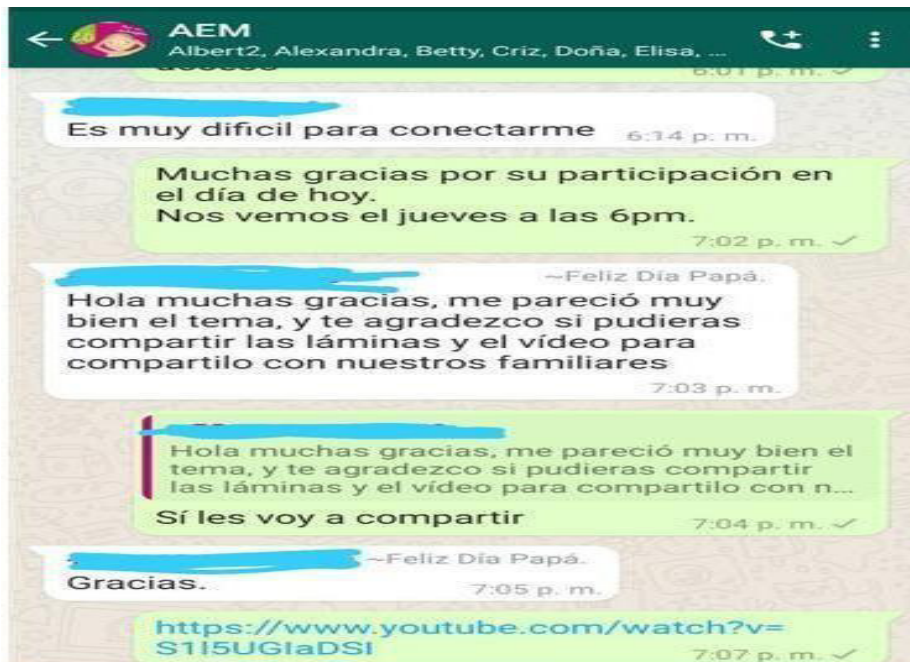
En la imagen 4 se observa la presentación de la sesión número dos (2) de la intervención educativa mientras que, en la imagen 5 se evidencia el mensaje de un participante después de haber presentado los temas de dicha sesión.

Imagen n^o 4. Presentación de la segunda sesión de la intervención educativa.



Fuente: Dominique, J.2021.

Imagen N° 5. Mensaje del participante



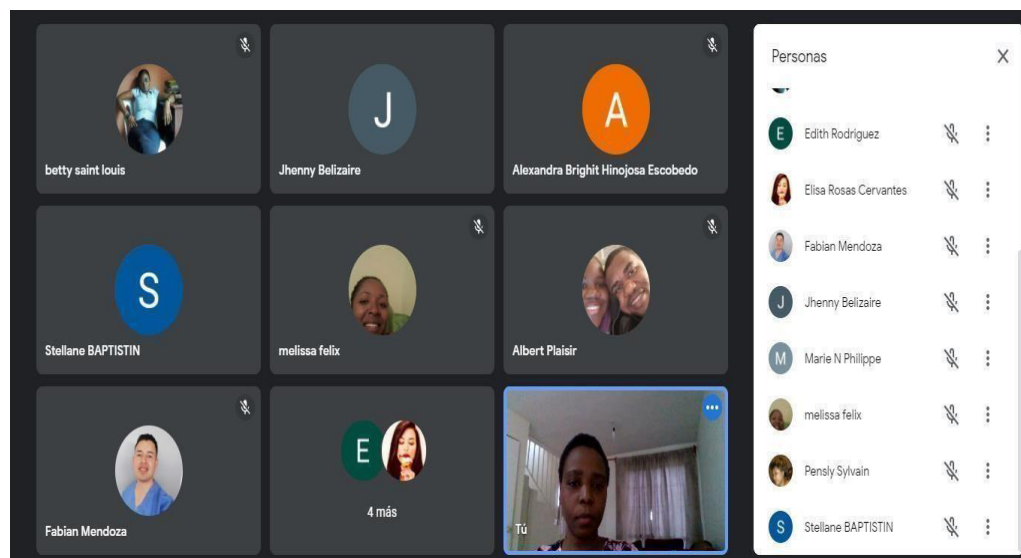
Fuente: Dominique, J.2021

En la tercera sesión se inició con la retroalimentación de todos los temas, se hacen preguntas, resolver dudas, pasar otros videos de demostración de los pasos del autoexamen mamario. Después de haber escuchado las opiniones de los participantes se compartió un enlace en el grupo de WhatsApp para que puedan contestar al postest. Esta última hubo la participación de 12 participantes.

Al momento de evaluar el pretest y postest del total de los participantes sólo 22 contestaron al cuestionario ya que se compartió los temas y el enlace en el grupo.

En la imagen n^o 6 se evidencia la tercera sesión de la intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria.

Imagen N^o 6. Sesión 3 de la intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria.



Fuente: Dominique J.2021

Posterior a la aplicación del postest se presentan las palabras de agradecimiento y se compartió un folleto sobre la autoexploración mamaria con los temas más relevantes como la definición del autoexamen mamario, el momento adecuado para llevar a cabo dicha práctica, la edad, la frecuencia, las posiciones, la importancia de autoevaluación mamaria entre otros y en caso de detectar algún cambio de acudir de inmediato al médico.

En la imagen 7 se muestra presentación de los resultados obtenidos durante la implementación del proyecto de intervención en una sesión educativa programada por el colegio de enfermería de Guanajuato.

Imagen 7. Exposición en el colegio de enfermería de León.

SESIÓN DEL MES AGOSTO
14:30 17 asistentes

UNIVERSIDAD GUANAJUATO

SUGERENCIAS

- ✓ Promover la autoexploración mamaria a todos los hombres y mujeres a partir de los 20 años.
- ✓ Realizar otra intervención educativa donde se realiza la observación directa de las prácticas de la autoexploración mamaria para evaluar la habilidad en cuanto a dicha práctica.
- ✓ Realizar estudios de investigación aplicados a otras comunidades religiosas, con el objetivo de intervenir proporcionando información y educación, utilizando técnicas educativas participativas como una alternativa que permiten incrementar conocimientos y fortalecer debilidades.

Joane Domini...

Sergio Pérez

Joane Dominique

Fuente: Rodríguez Muñoz, F.2021

5.2 Evaluación

El objetivo de este taller fue incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa de Celaya. Esta intervención educativa fue dirigida a ambos sexos de 25 a 45 años. La implementación fue en línea con un total de 27 participantes, de los cuales sólo 22 completaron las pruebas. La evaluación del taller fue por medio de un pre y postest por la plataforma Forms.

A continuación, se presentan los resultados obtenidos durante la implementación de esta intervención educativa de acuerdo con los objetivos específicos utilizando estadística descriptiva e inferencial. Se inicia con el objetivo específico utilizando la estadística descriptiva con frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y medidas de tendencia central y de dispersión para las variables cuantitativas, luego se presentan los resultados obtenidos del pretest sobre el nivel de conocimiento del autoexamen de mama; seguido del postest y por último establecer una comparación para ambas pruebas.

Se evidencia que la muestra estuvo conformada por 22 participantes, dado que estos completaron el pre y postest.

En la tabla en la tabla 1 se aplicó estadística descriptiva con medidas de tendencia central para la variable numérica (edad), se observa que los participantes tenían un promedio 33.32 años, con una desviación estándar de 5.41, la edad mínima fue de 26 y la máxima de 45 años. Se identificaron frecuencias (f) y porcentajes (%) para las variables categóricas. Las características de los sujetos que participaron en el grupo de intervención son predominantes el sexo femenino, solteros, de escolaridad nivel superior (Licenciatura), empleados(as), de religión cristiana y la mayor parte fueron aseguradores (Ver tabla 2).

Tabla 2. Datos sociodemográficos de los participantes de la intervención educativa sobre el autoexamen mamario,2021.

Variable	<i>f</i>	%
Sexo		
Masculino	5	22.7
Femenino	16	77.3
Estado civil		
Soltero(a)	13	59.1
Casado(a)	6	23.3
Escolaridad		
Licenciatura	10	45.5
Postgrado	5	22.7
Ocupación		
Empleado(a)	15	86.2
Estudiante	5	22.7
Religión		
Católicos(as)	7	31.8
Cristianos(as)	15	68.2
Seguro social		
Sí	15	68.2
No	7	31.8

Abreviaturas: *f*= Frecuencia, %=porcentaje.

Fuente: Cédula datos sociodemográficos de los participantes. n = 22.

Con respecto a los resultados de las puntuaciones del pretest y postest de cuestionario conocimiento sobre la autoexploración mamaria, se puede visualizar las puntuaciones de ambas mediciones. Dicho cuestionario contiene 15 ítems dividido en dos dimensiones, la dimensión cáncer de mama con 10 ítems y la dimensión autoexploración mamaria con 5 ítems.

En la tabla 3 se muestra los resultados por sexo de la evaluación del pretest en el cual el sexo femenino tuvo mayor puntuación para la dimensión cáncer

de mama y el sexo masculino obtuvo menor puntuación para la dimensión autoexploración mamaria (ver tabla 3).

Tabla 2. Nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria de los participantes previo a la implementación de la intervención educativa.

Dimensión	Sexo	Mínimo	Máximo	\bar{x}	Mediana	DE
Autoexploración mamaria	Femenino	1	5	3.71	4	1.40
	Masculino	0	4	2.60	3	1.67
Cáncer de mama	Femenino	2	9	6.18	6	2.09
	Masculino	4	6	4.75	4.50	.95

Abreviaturas: \bar{x} = Media; DE = Desviación Estándar.

Fuente: Cuestionario nivel de conocimiento del autoexamen de mama. n =22.

Mientras que en la tabla 4 se evidencia un incremento de los resultados obtenidos en el postest en ambos sexos para las dos dimensiones, sobre todo en el sexo masculino para la dimensión autoexploración mamaria (Ver tabla 4).

Tabla 4. Nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria de los participantes posterior a la implementación de la intervención educativa.

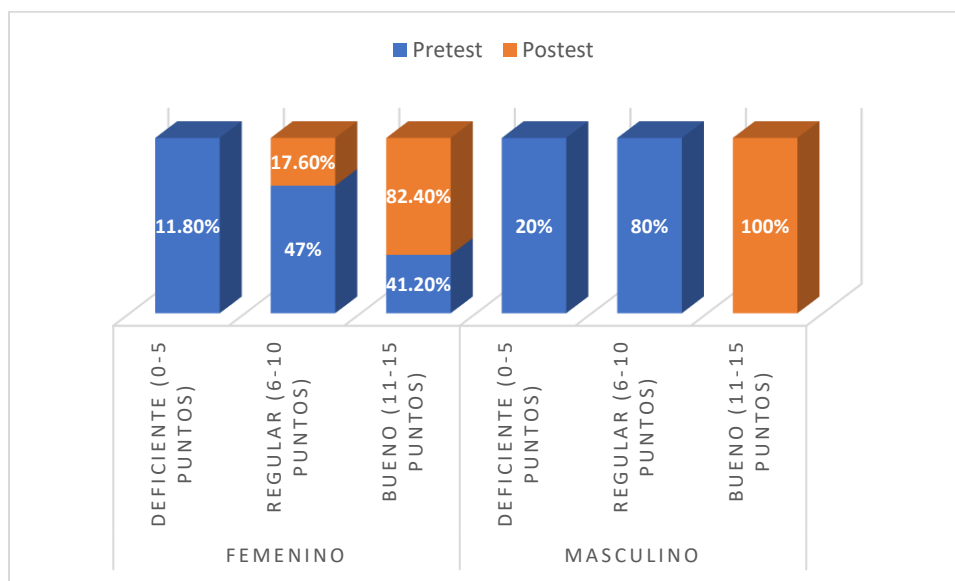
Dimensión	Sexo	Mínima	Máxima	\bar{x}	Mediana	DE
Autoexploración mamaria	Femenino	3	5	3.82	3	1.01
	Masculino	2	5	3.20	3	1.09
Cáncer de mama	Femenino	4	10	8	8	1.73
	Masculino	6	10	8.20	8	1.48

Abreviaturas: \bar{x} = media; DE = Desviación Estándar.

Fuente: Cuestionario nivel de conocimiento del autoexamen de mama. n =22.

En la gráfica 1, se logra apreciar el porcentaje global de los 15 ítems entre la variable conocimiento antes y después de la intervención, en la cual se observa un incremento de conocimiento posterior a la implementación de intervención educativa. (Ver gráfica 1).

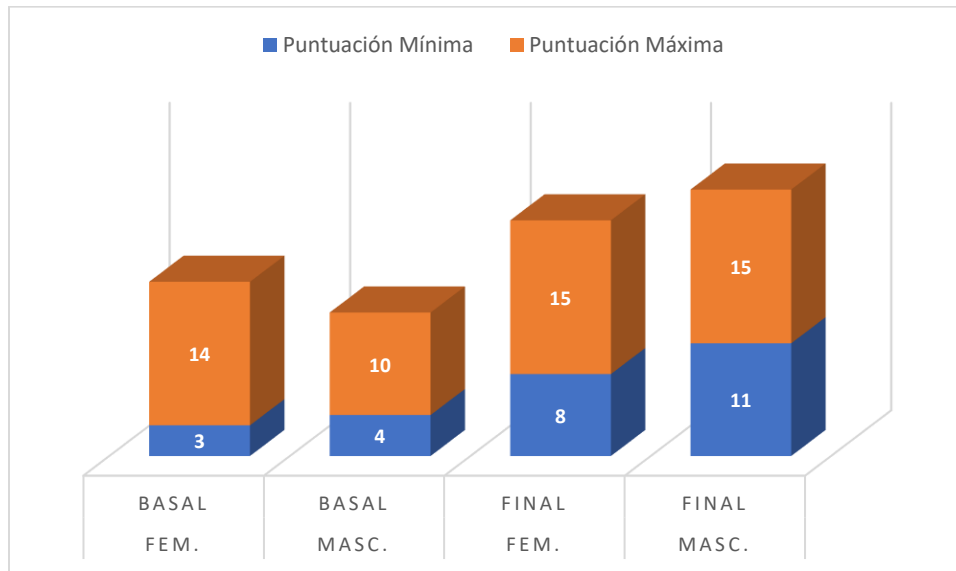
Gráfica 1. Nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria de los participantes antes y después de la intervención educativa,2021.



Fuente: Proyecto de intervención educativa el nivel de conocimiento sobre la autoexploración. n = 22.

En la gráfica 2 se aprecian las diferencias de las medias de los resultados de la puntuación global del pretest y posttest, la puntuación fue de 3 hasta 11 puntos en el sexo femenino y de 4 a 6 puntos en el sexo masculino (Ver tabla 5).

Gráfica 2. Diferencia de las medias en las puntuaciones de la medición basal y final de la evaluación global



Abreviaturas: FEM= Femenino; MASC= Masculino.

Fuente: Proyecto de intervención educativa sobre la autoexploración mamaria, spps 21.n =22.

En la siguiente tabla se puede observar las medias de las dimensiones cáncer de mama y la autoexploración mamaria antes y después de asistir a las sesiones, en la cual se observa que sólo fue significativo ($Z = -2.86; p = .007$) en el caso de las mujeres para la dimensión de autoexploración mamaria mientras que para el sexo masculino no fue significativo ($Z = -.81, p = .414$) para ambas dimensiones. (ver tabla 5).

Tabla 5. Comparación de las medias obtenidas por dimensiones antes y después de la intervención educativa.

Dimensión	Sexo	Medición	Media	Mediana	DE	Z	P
AEM	Fem.	Inicial	3.71	4	1.40	-.64	.516
		Final	3.82	3	1.01		
	Masc.	Inicial	2.60	3	1.67	-.81	.414
		Final	2	5	3.20		
CAMA	Fem.	Inicial	6.18	6	2.09	-2.68	.007
		Final	8	8	1.73		
	Masc	Inicial	4.75	4.50	.95	-1.826	.068
		Final	8.20	8	1.48		

Abreviaturas. Fem = Femenino; Masc = Masculino; AEM = Autoexploración mamaria; CAMA = Cáncer de mama; DE = Desviación Estándar.

Fuente: proyecto de intervención educativa sobre la autoexploración mamaria, spps 21. n =22.

Uno de los aspectos más relevantes de la intervención fueron los comentarios de los hombres ante la realización de la autoexploración mamaria. La mayoría de los hombres no practicaban la autoexploración mamaria, tenían conceptos erróneos sobre esa práctica y la enfermedad, ya que según ellos el cáncer de

mama y la autoexploración mamaria son temas para mujeres, no sabían que la enfermedad podría afectar al sexo masculino tampoco sabían que los hombres podrían llevar a cabo la autoexploración mamaria. Al finalizar la intervención, ambos sexos lograron adquirir un conocimiento adecuado ante esa práctica.

Evaluación de proceso: se registró poca participación de los miembros de la iglesia salmo 91 al momento de programar una sesión, sin embargo, la mayor parte cumplió con las evaluaciones pre y postest, ya que se compartió las presentaciones y el enlace en el grupo de whatsapp.

No todas las fechas se coinciden con lo establecido en el cronograma, ya que los participantes en su mayoría fueron empleados(as), por tal motivo se tuvo que modificar las fechas así que el horario.

Evaluación sumativa: la evaluación del efecto de la intervención en los participantes se realizó mediante un pretest, el cual se aplicó en la primera sesión y un postest el cual se aplicó finalizando la última sesión, se aplicó primero una cédula de datos sociodemográficos muy básicas de forma virtual para conocer las características demográficas de la población junto con el cuestionario para evaluar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria.

En el pretest se obtuvo una puntuación media de 8 con una desviación estándar 2.34, la puntuación global mínima fue de 4 y la máxima de 10 puntos para el sexo masculino mientras que para el sexo femenino la media fue 9.88 ± 3.16 , la puntuación mínima fue de 3 y la máxima 14 puntos.

En el postest la media fue de 13 ± 1.41 , la puntuación global mínima fue de 11 y la máxima de 15 puntos para el sexo masculino mientras que para el sexo femenino la media fue de 12.53 ± 2.06 , la puntuación mínima fue de 8 y la

máxima 15 puntos.

Evaluación del impacto: hubo un cambio en el nivel de conocimiento de ambos sexos ya que el sexo masculino obtuvo un 80% de conocimiento regular en el pretest y aumentó a un 100% de conocimiento bueno en el postest mientras que el sexo femenino obtuvo un 47.1% de conocimiento regular en el pretest para pasar a un 82% de conocimiento bueno en el postest. A pesar de que 2 de los participantes obtuvieron puntuaciones más bajas en el postest otros aumentaron significativamente sus puntuaciones. También hay que resaltar que en esta intervención no evaluaron las habilidades.

Aunque la poca participación de los miembros en las sesiones, la intervención fue efectiva ya que se notó un cambio en la medición del postest en comparación con el pretest.

VI.VENTAJAS Y LIMITACIONES

Dentro de las ventajas encontramos el interés y la disposición, el tiempo y el apoyo por parte de los dirigentes y el pastor de la iglesia para la implementación de la intervención de manera virtual.

En algunas sesiones el pastor mandó mensaje en el grupo para motivar a los miembros, se disponía del horario y se manejó un horario flexible para que los sujetos pudieron participar en lo posible en las sesiones.

Se asignaron actividades como preguntas para que los participantes pudieron investigar y contestar en la próxima sesión, con el objetivo de continuar con el proceso desde casa para adquirir más conocimiento sobre el tema y así lograr mayor efecto del taller.

Se logró un aumento del nivel de conocimiento sobre el cáncer de mama y la autoexploración mamaria después la implementación de la intervención educativa.

Otra limitación para mencionar fue la virtualidad, la falta de contacto humano en el manejo de los temas ya que algunos temas requieren presencialidad para mejor rendimiento.

La poca participación de los miembros en las sesiones, a pesar del cambio de horario.

Para superar estos obstáculos se llegó acuerdo con los participantes de compartirlas presentaciones y los videos en el grupo de whatsapp.

VII.CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

La autoexploración de mama ofrece a las personas la oportunidad de aprender lo que es normal para ellas en sus mamas y cuando lo está haciendo con regularidad eso le va a ayudar a reconocer cualquier cambio anatómico que puede afectar a su salud ya que esta práctica contribuye una las mejores maneras de detección temprana del cáncer de mama.

la práctica regular de la autoexploración de mama en la población estudiada no fue tan buena ya que en el pretest se notó alguno deficiente de conocimiento sobre dicho tema tras de aplicar esta intervención en la iglesia se evidencia que el nivel de conocimiento ha mejorado al comparar los resultados del pretest y postest (Femenino inicial 9puntos, masculino 8puntos;resultado final masc.13puntos,fem. 12.53 puntos).

De acuerdo con lo que ya expuesto se recomienda:

- ✓ Implementar más intervención educativa en las comunidades religiosas que abordan las variables conocimiento, motivos y actitudes ante la autoexploración mamaria.
- ✓ Promover la autoexploración mamaria a todos los hombres y mujeres a partir de los 20 años.
- ✓ Realizar otra intervención educativa donde se realiza la observación directa de las prácticas de la autoexploración mamaria para evaluar la habilidad en cuanto a dicha práctica.
- ✓ Realizar estudios de investigación aplicados a otras comunidades religiosas, con el objetivo de intervenir proporcionando información y educación, utilizando técnicas educativas participativas como una alternativa que permiten incrementar conocimientos y fortalecer debilidades.

- ✓ Recomendar campañas creativas para la toma de conciencia que garantice tanto a hombres y mujeres ya que sean jóvenes y adulta para puedan reconocer a su cuerpo.
- ✓ Orientación continúa del personal de enfermería sobre la autoexploración de mama, promoviendo de esta manera una intervención preventiva, en busca de la práctica y conocimiento óptimos del autoexamen de mama por parte de la comunidad.
- ✓ Se sugiere dirigir este tipo de proyecto también a la población masculino.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1.Martin M, Herrero A, Ehavarria I, Martín M. El cáncer de mama. Rev.arbor.2015[Consultado el 08 de febrero de 2021]; 191(773), 234.Disponible en:<http://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/2037/2530>.

2.Espinosa RM. Cáncer de mama.Rev.MédicaSinergia. 2017[Consulta 08 de febrero de 2021];2(01):8-12.

3.Secretaría de cultura. Celaya [Internet]. [Consultado el 03 de marzo de 2021]. Disponible en:
https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/destino_mes/guanajuato/celaya.html#:~:text=CELAYA&text=Es%20conocida%20como%20%22La%20Puerta,y%20significa%20%22Tierra%20Llana%22.

4.Wikipedia. Celaya. [internet].2021. [Actualización 05 de febrero 2021, consulta 03 de marzo de 2021]. Disponible en:
<https://es.wikipedia.org/wiki/Celaya>

5.Enciclopedia de los municipios y delegaciones de Mexico.Estado de Guanajuato, Celaya. [Internet]. [Consulta 03 de marzo de 2021]. Disponible en:
<http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM11guanajuato/municipios/11007a.html>.

6.Enciclopedia libre Wikipedia. Municipio de Celaya. [Internet].2021. [Actualización el 23 de marzo del 2021, consultado el 11 de marzo de 2021]. Disponible en: https://es.wikipedia.org/wiki/Municipio_de_Celaya

7. Centro de integración juvenil A.C. Diagnóstico del contexto sociodemográfico del área de influencia del cij Celaya. [internet]. ebco.2018. disponible en:
<http://www.cij.gob.mx/ebco2018-2024/9050/9050csd.html>.

8. Wikipedia la enciclopedia libre. Religión en México. [Internet] 2018. [Consultado el 05 de marzo del 2021]. Disponible en:
https://es.wikipedia.org/wiki/Religi%C3%B3n_en_M%C3%A9xico#cite_note-Statista_2018-1

9. Inegi. Panorama de las religiones en México 2010. [Internet]. 2011 [Consulta el 05 de marzo de 2021]. Disponible en:
http://internet.contenidos.inegi.org.mx/contenidos/Productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/censos/poblacion/2010/panora_religion/religiones_2010.pdf

10. RIVAS, Luís Alfonso González, et al. Factores críticos de éxito en la mejora de la calidad de la industria manufacturera en el municipio de Celaya. [Internet]. Pistas Educativas. 2016. [Consultado el 03 de marzo 2021]; 38(121). Disponible en:
<https://mexico.pueblosamerica.com/l/munest/guanajuato/celaya>

11. Turismo Celaya. Templos de Celaya. [Internet]. Disponible en: <https://turismocelaya.com/templos-de-celaya/#:~:text=Sab%C3%ADas%20que%20Celaya%20cuenta%20con,con%20incre%C3%ADble%20infraestructura%20y%20legado!&text=Una%20joya%20de%20la%20arquitectura,Celayense%20Francisco%20Eduardo%20Tre%20Guerras>.

12.Kasper W, Talavera TV. Jesús, el Cristo. Sígueme. Internet. [Consulta 08 de febrero de 2021]. Disponible en:

https://es.wikipedia.org/wiki/Iglesias_de_Cristo.

13.Santana-Chávez L, Zepeda-Flores S, González-Muñoz L, Meléndez-Morales J. Efectividad de la autoexploración mamaria supervisada como estrategia educativa. Ginecol Obstet Mex.2015. [Consulta 09 de marzo del 2021];83(9):522-527.Disponible en:

<https://www.medigraphic.com/pdfs/ginobsmex/gom-2015/gom159c>.

14.Córdova-Cadena S, Gonzalez-Pozos PV, Zavala-Gonzalez Autoexploración mamaria en usuarias del Instituto Mexicano del Seguro Social de Teapa, Tabasco, México.Rev. Médica del instituto mexicano del seguro Social.2015. [Consultado el 10-03-21];53(3):368-72. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/pdf/4577/457744937019>.

15.Instituto Nacional de las mujeres (Inmujeres). Cáncer de mama y cervi-uterino. inmujeres. [Internet]2019[Actualizado octubre de 2019, consulta 12 de marzo 2021];53(9):1689–99. Disponible en:

<https://www.medigraphic.com/pdfs/sinergia/rms-2017/rms171b>.

16.González A, Henny L, Suárez B. Mortalidad por cáncer de mama en la población femenina de riesgo (15 a 75 años) en las entidades federales distrito capital, miranda y zulía. Venezuela. periodo 1995-2011. Medula.2018[Consultado el 09 de febrero de 2021]; 27(1), 42-56. <http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/45169/articulo2.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

17.Duarte C. El cáncer de mama, desafío mundial Breast cáncer, global challenge. Rev. Colomb Cancerol.2015;19(1):2014–5. Disponible

en:<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-colombiana-cancerologia-361-pdf-S0123901515000165>

18. Alba servín. Cáncer de mama: sólo cuatro de cada diez mujeres se autoexploran. El economista [Internet] 2019. [Consultado el 10 de febrero 2021]. Disponible en:

<https://www.eleconomista.com.mx/arteseideas/Cancer-de-mama-solo-cuatro-de-cada-10-mujeres-se-autoexploran-20191102-0020.html>.

19. López S, Castillo Y, Ávila M, Cano L, Ponce Quevedo M. (2014). Autocuidado en mujeres en relación con la prevención del cáncer de mama. [Internet]. [Consultado 10 de marzo del 2021]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/306392266_Autocuidado_en_mujeres_en_relación_a_la_prevencción_del_cáncer_de_mama.

20. Global std certificación. el cáncer de mama y las normas oficiales mexicanas.[internet]2016.disponible en:<https://www.globalstd.com/blog/el-cancer-de-mama-y-las-normas-oficiales-mexicanas/>

21. Salazar MJ, Castellanos CE , Pérez Y, Lozada S, Castellán Pérez A, López Posadas J et al. Intervención de enfermería en mujeres violentadas: beneficios y práctica de autoexploración de mamas. Rev. Elec de portales médicos.2018.Disponible en:<https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/intervencion-enfermeria-mujeres-violentadas-beneficios-practica-autoexploracion-mamas/>.

22. Sánchez Urdaneda Y et al. Conocimiento sobre cáncer de mamas y prácticas del autoexamen en mujeres de mediana edad. Rev. Venezolana de Oncología.2016; en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375643222006>.

23. Cancela M, Contreras J, Phinder M, Acevedo A, Sánchez E et al. Nivel de conocimiento sobre autoexploración mamaria en mujeres de 20 a 59 años. *Medicina e investigación*. 2016.4(1):10-14. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medicina-e-investigacion-353-articulo-nivel-conocimiento-sobre-autoexploracion-mamaria-S221431061600008X#:~:text=AEM%3A%20autoexploraci%C3%B3n%20m, no%20se%20realizan%20la%20autoexploraci%C3%B3n>

24. Ayala EM, Melo JE. Detección temprana del cáncer de mama: utilidad del autoexamen y la educación. [Internet]. *Salud Areandina*. 2016.5(1):36
Disponible en: <https://revia.areandina.edu.co/index.php/Nn/article/view/1352/1233>

25. Cima fundación. Detección oportuna: ¿Qué puedo hacer para detectar oportunamente el cáncer de mama? [Internet]. Cima fundación mx. 2021. [Consulta 10 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.cimafundacion.org/deteccion-oportuna/>

26. Sandoval J R, Peñafiel J R C. autoexamen de mamas como método de detección temprana del cáncer mamario en la población femenina de la ciudad de Tulcán. *Horizontes de enfermería*. 2017 [Consulta 10 de marzo del 2021];7:40-50. Disponible en: <https://revistasdigitales.upec.edu.ec/index.php/enfermeria/article/view/127/182>

27. Martínez Haro M, Quiñoz Gallardo MD, Porta Sanfeliu M. Intervención educativa sobre prevención del cáncer de mama con profesionales sanitarios del ámbito hospitalario. [Internet] *Metas Enferm*. 2015;18(3)]. Disponible

en:<https://www.enfermeria21.com/revistas/metast/articulo/80722/intervencion-educativa-sobre-prevencion-del-cancer-de-mama-con-profesionales-sanitarios-del-ambito-hospitalario/>.

28.Espinosa G, Arévalo R, Osvaldo Rodríguez SO, Sánchez A. Conocimiento sobre autoexamen de mama en mujeres de 30 años y más. [Internet]. Rev. Cubana de Medicina General Integral [Consulta 10 de marzo de 2021];31(2), 00.Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0864-21252015000200003

29.Montes de Oca Gómez A. Eficacia de una intervención educativa en la detección oportuna de cáncer de mama. [Internet]. Tesis Doctoral dissertation, Universidad Veracruzana.2017. [Consultado el 20 de abril del 2021]. Disponible en: <https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/1944/49712/MontesdeOcaGomezAlejandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

30.Huapaya Goycochea PA. Efectividad de la intervención educativa para la prevención y detección precoz de cáncer de mama en mujeres en edad fértil. 2018. [Consulta 20 de marzo del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2041>

31. Castillo Miranda A F. Nivel de conocimiento y práctica del autoexamen de mama en mujeres adultas. Centro de salud materno infantil deSalaverry,2020. 2020. [Consultado el 08 de junio del 2021]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/55988/Abanto_FCR-Castillo_MBR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

IX.BIBLIOGRAFÍAS

Centro para el control y la revisión de enfermedades. ¿Qué es el cáncer de mama?[Internet].2020.Disponible en:

https://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/basic_info/what-is-breast-cancer.htm.

Hernández Sáez, I., González Sáez, Y., Heredia Benítez, L. Y., Heredia Cardoso, A. A., Conde Martín, M., & Aguilar Oliva, S. Intervención educativa sobre detección precoz del cáncer de mamas. Rev. Archivo Médico deCamagüey.2011;15(3).Disponible en:

<http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v15n3/amc070311>.

Santana-Chávez L, Zepeda-Flores S, González-Muñoz L, Meléndez-Morales J. Efectividad de la autoexploración mamaria supervisada como estrategia educativa. Ginecol Obstet Mex.2015. [Consulta 09 de marzo del 2021];83(9):522-527.Disponible

<https://www.medigraphic.com/pdfs/ginobsmex/gom-2015/gom159c>.

Tuna A, Avdal EU, Yucel SC, Dal NA, Dicle A, Ozkan A, et al. Effectiveness of online education in teaching breast self-examination. Asian Pac J Cancer Prev. 2014[Consultado el 08 de febrero del 2021];15(7):3227-3231.Disponible

https://www.researchgate.net/publication/262226406_Effectiveness_of_Online_Education_in_Teaching_Breast_Self-Examination.

Inegi. Estadísticas a propósito del día mundial de la lucha contra el cáncer. Informe. Aguascalientes: Instituto Nacional de Estadísticas y Geografía Report No [Internet]2015. [Consultado el 10 de febrero 2021]. Disponible en:

<https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2020/Cancermama20>.

Sánchez Urdaneta Y, Urdaneta Machado J, Villalobos Iniciar N, Contreras Benítez A, García J, Baabel Zambrano N, et al. Conocimiento sobre cáncer de mamas y practica de autoexamen de mamas en mujeres de edad mediana. Artículo de revisión. Rev. Venez Oncol.2016;28(1):37-51. Disponible en: [http://www.oncologia.org.ve/site/upload/revista/pdf/06_sanchez_y_\(351\)\(1\).pdf](http://www.oncologia.org.ve/site/upload/revista/pdf/06_sanchez_y_(351)(1).pdf) <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375643222006>

Imss. Cáncer de mama. [Internet] 2015. [Consultado el 06 de febrero de 2021]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/cancer-mama>

Tenahua-Quitl I, Arrijoja-Morales G, Salazar-Peña MTL, Sifuentes-Pasillas PG, Antonio-López MT, de León-Gómez A. Conocimiento, razones y mitos en estudiantes de enfermería sobre la autoexploración de mama. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. 2017;25(2):95-9. Disponible en: http://revistaenfermeria.imss.gob.mx/editorial/index.php/revista_enfermeria/article/view/313/356

X.APÉNDICE

10.1 Oficio de solicitud para la aplicación del proyecto de intervención en la iglesia Casa de oración salmo 91.

Asunto: Solicitud de aplicación del proyecto

Past.Gerardo Eloy Chávez

Pastor de la iglesia

Iglesia Casa de oración salmo 91, Celaya

Presente:

Aprovecho el medio para enviar un saludo, al mismo tiempo solicitar su autorización y apoyo para que la estudiante. **Joane Dominique**, quien actualmente está cursando la Maestría en Ciencias de Enfermería en la Universidad de Guanajuato, Campus Celaya-Salvatierra, aplique su proyecto de intervención que lleva por título "INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA FOMENTAR LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA", que tiene por objetivo de fortalecer la evaluación mamaria para evitar el riesgo de desarrollar el cáncer de seno generando un máximo beneficio en cuestiones de salud para los miembros de esta congregación. La anterior petición consta de aplicar en ciertas fases el desarrollo del proyecto, que va desde la aceptación de dicha propuesta hasta la aplicación del mismo.

El cual se pretende desarrollar e implementar de manera virtual a todos los miembros de esta iglesia.

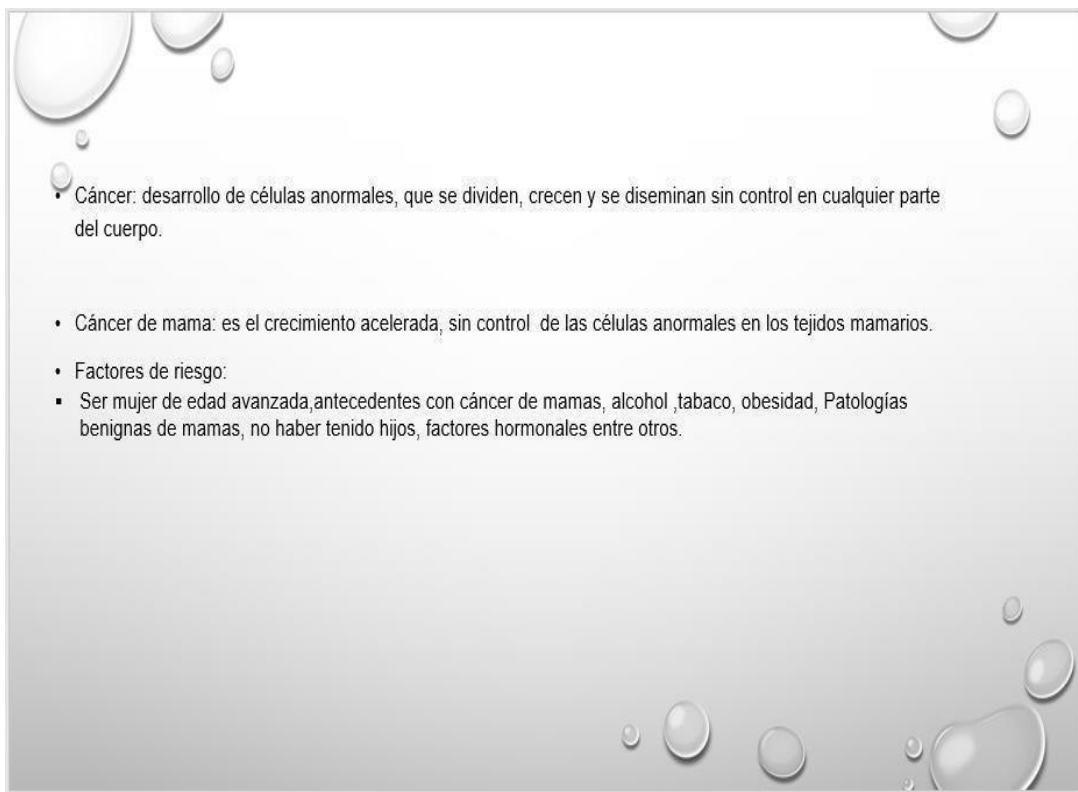
En espera de contar con una respuesta positiva, se despide su seguro servidor. Quedo a sus órdenes para cualquier duda y orgándome fecha y hora para la presentación del proyecto de intervención educativa.

ATENTAMENTE
"LA VERDAD, OS HARÁ LIBRES"

M.A.I.S. ENRIQUE BLANCARTE FUENTES
COORDINADOR DE PROGRAMA
DE LICENCIATURA EN ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

CAMPUS CELAYA-SALVATIERRA
DIVISION DE CIENCIAS DE LA SALUD
E INGENIERIAS
COORDINACIÓN DE LICENCIATURA
EN ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

10.2 Folleto conocimiento sobre la autoexploración mamaria.



- **Signos y síntomas de cáncer de mama**

Inflamación de la mama, irritación cutánea o formación de hoyos, dolor de mama, dolor en el pezón, enrojecimiento, descamación o engrosamiento del pezón o la piel de la mama, secreción del pezón que no sea leche, bulto en las axilas.

El diagnóstico precoz del cáncer de mama es fundamental para conseguir un buen pronóstico de la enfermedad.

La autoexploración mamaria es un método de detección oportuno de cáncer de mama. Consiste en el autoexamen mamario por la persona misma, no tiene costo y es muy sencillo. Esta técnica consiste en dos pasos: Inspección y palpación.

De pie observe cambios:



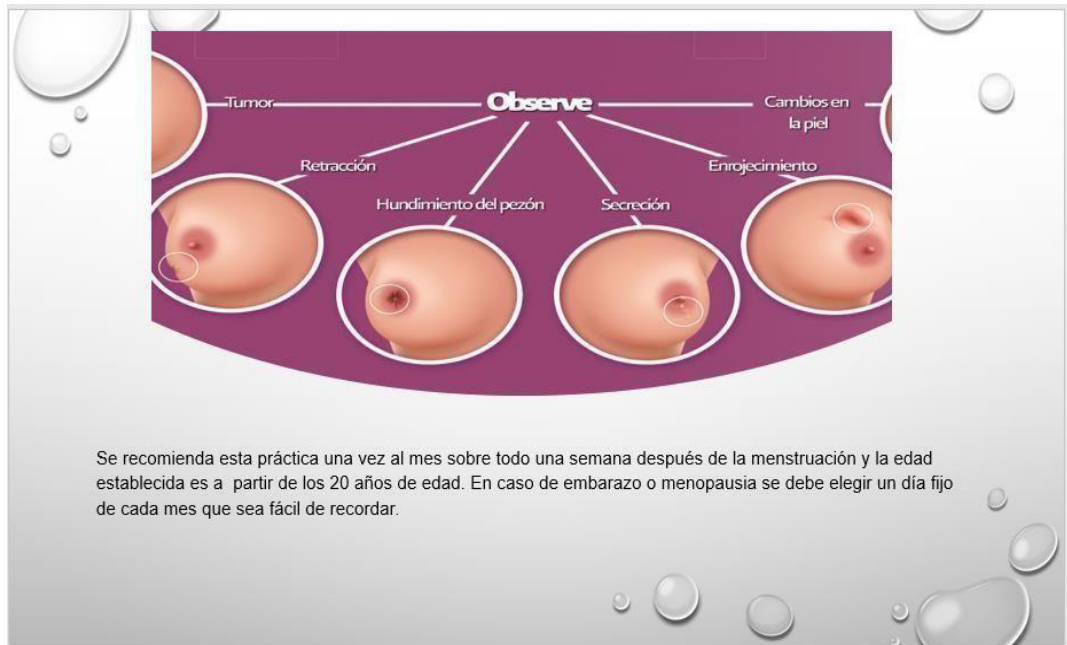
Con los brazos hacia arriba

Con las manos en las caderas

Inclinada hacia adelante

Inspección: se observa el aspecto externo de los pechos. Tamaño, posición simétricos; vigilar cambios en la textura de la piel de los senos, desviación o retracción del pezón así como salida de secreciones.

Palpación: permite descubrir posibles bultos anormales o nódulos en el pecho. Se hace con la yema de los dedos y con una presión moderada se inicia la exploración siguiendo la dirección de las manecillas del reloj o en forma de zigzag, buscando nodulaciones pequeñas hasta la región axilar.



OBSERVA
de pie, frente al espejo

- Si hay deformación de las mamas, cambios de color, pezón desviado o hundido.
- Coloca las manos en las caderas, presiona firmemente e inclínate un poco hacia adelante y busca alguno de los cambios mencionados.
- Observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos.

TOCA Y SIENTE

- Con la yema de los dedos, puedes hacerlo mientras te bañas.
- De pie, con una mano detrás de la cabeza, explora toda la mama con movimientos circulares empezando por la axila hasta terminar en el pezón.
- Termina tu exploración apretando o comprimiendo la mama y observa si hay salida de líquido anormal por el pezón.
- Efectúa todas las maniobras anteriores, pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda.

Si observas o encuentras: Bultos, endurecimientos o hundimientos, desviación, ulceración, secreción de pus o sangre del pezón o engrosamiento de la piel.

¡ACUDE A CONSULTA MEDICA INMEDIATAMENTE!

www.cnegsr.gob.mx

tocarse SIN miedo es AMAR-SE

Al palparse mensualmente, aprenderá a conocer el estado normal de sus senos, y a detectar cualquier signo de alarma, y por consiguiente, actuar a tiempo, evitando, en caso de malignidad, que la enfermedad alcance estadios más avanzados y más difíciles de tratar.

AUTOEXPLORACIÓN DE MAMAS

Practícala una vez al mes 7-10 días después del inicio de tu ciclo menstrual



Desde diferentes ángulos observa la simetría, tamaño, forma y coloración de tus mamas

Toca y palpa tu mama con movimientos profundos y firmes desde la axila hasta el pezón conforme a las manecillas del reloj

XI.ANEXOS

11.10ficio de aprobación

**Casa de oración Salmo 91,
de Iglesia de Jesucristo
Dios Verdadero y Vida Eterna.**

El que suscribe, Gerardo Eloy Chávez Barragán, ministro de culto tiene a bien solicitar su autorización para que Joane Dominique, alumna del programa de maestría en Ciencias de enfermería pueda llevar a cabo el proyecto de intervención denominado intervención educativa para incrementar el nivel de conocimiento sobre la autoexploración mamaria en una comunidad religiosa de Celaya, cuyo objetivo es la revisión, retroalimentación y en su caso aprobación del proyecto.

Dicho proyecto forma parte de las actividades de aprendizaje de las materias de proyecto de intervención I y II a cursar en el 4^{to} y 5^{to} cuatrimestre del programa citado.



En espera de vermos favorecidos con su autorización, agradecemos las atenciones que sirva dar al presente, sin otro particular quedamos de usted.

ATENTAMENTE.

GERARDO ELOY CHAVEZ BARRAGAN.

Pastor de la Casa de oración, Salmo 91.

11.2 Consentimiento informado

<p style="text-align: center;">X. ANEXOS</p> <p>10.1 Consentimiento informado</p> <p style="text-align: center;">Consentimiento informado</p> <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO Campus Celaya - Saltillo</p> <p style="text-align: center;">División de Ciencias de la Salud e Ingeniería Maestría en Ciencias de Alimentos</p> <p style="text-align: center;">Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.</p> <p>Nota: Usted y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicar:</p> <p>He leído la hoja de información y entendiendo los objetivos del estudio en el que me he propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.</p> <p>Se me ha explicado que el riesgo de participar es menor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé en pre-post prueba y tomaré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Al mismo tiempo tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esto no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no recibiré remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.</p> <p>Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si necesito más</p>	<p style="text-align: right;">información acerca de la investigación como mis derechos, actividades, etc., puede contactar al Dr. Nicolás Padilla presidente del Comité de Bioética del Campus Celaya Saltillo 6611503061 Mmualiano 303</p> <hr/> <p style="text-align: right;">Cul Enrique Colunga Celaya, Guanajuato CP. 38060 bioetica@uqg.mx He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntario informado y voluntariamente acepto participar en el estudio.</p> <p style="text-align: right;"> Nicolás Padilla Saltillo 24 de junio de 2021</p> <p style="text-align: right;">Nombre, Firma</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">  </div>
<p style="text-align: center;">Consentimiento informado</p> <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO Campus Celaya - Saltillo</p> <p style="text-align: center;">División de Ciencias de la Salud e Ingeniería Maestría en Ciencias de Enfermería</p> <p style="text-align: center;">Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.</p> <p>Nota: Usted y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicar:</p> <p>He leído la hoja de información y entendiendo los objetivos del estudio en el que se me ha propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.</p> <p>Se me ha explicado que el riesgo de participar es mayor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé en pre-post prueba y tomaré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Al mismo tiempo tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esto no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no recibiré remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.</p> <p>Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si necesito más</p>	<p style="text-align: right;">Bioética del Campus Celaya Saltillo 6611503061 Mmualiano 303 Cul Enrique Colunga Celaya, Guanajuato CP. 38060 bioetica@uqg.mx He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntario informado y voluntariamente acepto participar en el estudio.</p> <hr/> <p style="text-align: right;">Nombre, Firma</p> <p style="text-align: right;">Ma Guadalupe Vega Lopez 28/07/21</p>



Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.

Nota: Usted y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicador:
 He leído la hoja de información y entendiendo los objetivos del estudio en el que se me ha propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.
 Se me ha explicado que el riesgo de participar es mayor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé un pre-punt prueba y tomaré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Así mismo sé que tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esta no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no tendré remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.
 Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si requiero más información acerca de la investigación como mis derechos, actividades, etc., puede contactar al Dr. Nicolás Padilla presidente del Comité de

Cel. Enrique Calzaga, Celaya, Guanajuato CP.38060 Inve@uag.mx
 He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntariamente informada y voluntariamente acepto participar en el estudio.

México, Querétaro, Edo. 24 de Junio 2021
 Nombre, firma y fecha.

Consentimiento Informado
 UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO
 Campus Celaya - Subterráneo
 División de Ciencias de la Salud e Ingeniería
 Maestría en Ciencias de Enfermería

Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.

Nota: Usted y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicador:
 He leído la hoja de información y entendiendo los objetivos del estudio en el que se me ha propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.
 Se me ha explicado que el riesgo de participar es mayor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé un pre-punt prueba y tomaré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Así mismo sé que tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esta no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no tendré remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.
 Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si requiero más información acerca de la investigación como mis derechos, actividades, etc., puede contactar al Dr. Nicolás Padilla presidente del Comité de

Cel. Enrique Calzaga, Celaya, Guanajuato CP.38060 Inve@uag.mx
 He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntariamente informada y voluntariamente acepto participar en el estudio.

Efraim Rojas Cervantes
 Efraim Rojas Cervantes
 24 de Junio del 2021
 Nombre, firma y fecha.

Consentimiento Informado
 UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO
 Campus Celaya - Subterráneo
 División de Ciencias de la Salud e Ingeniería
 Maestría en Ciencias de Enfermería

Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.

Nota: Usted y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicador:
 He leído la hoja de información y entendiendo los objetivos del estudio en el que se me ha propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.
 Se me ha explicado que el riesgo de participar es mayor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé un pre-punt prueba y tomaré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Así mismo sé que tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esta no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no tendré remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.
 Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si requiero más información acerca de la investigación como mis derechos, actividades, etc., puede contactar al Dr. Nicolás Padilla presidente del Comité de

Cel. Enrique Calzaga, Celaya, Guanajuato CP.38060 Inve@uag.mx
 He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntariamente informada y voluntariamente acepto participar en el estudio.

Rosely Sulain Pae
 Rosely Sulain Pae
 06/24/21
 Nombre, firma y fecha.

Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.

Nota: Dated y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicador:
He leído la hoja de información y entendiendo los alcances del estudio en el que se me ha propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.
Se me ha explicado que el riesgo de participar es menor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé en propia prueba y temeré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Así mismo sé que tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esto no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no tendrá remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.
Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si necesito más información acerca de la investigación como mis derechos, actividades, etc., puedo contactar al Dr. Nicolás Padilla presidente del Comité de Bioética del Campus Celaya Salvatierra 461150361 Montañalme 303

Nombre del Campus Celaya Salvatierra: 461150361 Montañalme 303
Caj. Enrique Cologoy, Celaya, Guanajuato CP 38060 bioeticaco@ugm.mx
He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntario informado y voluntariamente acepto participar en el estudio.
Nombre, firma y fecha.

Título del proyecto: INTERVENCIÓN EDUCATIVA PARA INCREMENTAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA AUTOEXPLORACIÓN MAMARIA EN UNA COMUNIDAD RELIGIOSA DE CELAYA.

Nota: Dated y el investigador responsable tendrán el original de este documento. Aplicador:
He leído la hoja de información y entendiendo los alcances del estudio en el que se me ha propuesto participar. He tenido la oportunidad de hacer preguntas y analizar las respuestas que se me brindaron.
Se me ha explicado que el riesgo de participar es menor al mínimo por la temática que es sensible, que mi participación es individual, responderé en propia prueba y temeré mis datos personales los cuales serán tratados de manera confidencial y con fines de investigación. Así mismo sé que tengo la libertad de retirarme del estudio en cualquier momento sin necesidad de explicar mi decisión y que esto no afectará mi relación en la empresa. Por otro lado, tengo conocimiento de que no tendrá remuneración económica alguna, y tampoco tendré que aportar dinero por mi participación. Estoy consciente de que la participación es voluntaria.
Este consentimiento no tiene fecha de expiración y si que, si necesito más información acerca de la investigación como mis derechos, actividades, etc., puedo contactar al Dr. Nicolás Padilla presidente del Comité de Bioética del Campus Celaya Salvatierra 461150361 Montañalme 303

Caj. Enrique Cologoy, Celaya, Guanajuato CP 38060 bioeticaco@ugm.mx
He leído y entendido esta forma de consentimiento voluntario informado y voluntariamente acepto participar en el estudio.
Janselky Pierre Pierre, 24 de junio del 2021
Nombre, firma y fecha.

11.3 Lista de asistencia

Lista de asistencia 2021					
No	Nombre completo	Junio	Julio		Agosto
		24	28	01	15
1	Edith Rodríguez Gutiérrez		X	X	
2	Melissa K. Félix	X	X	X	
3	Ma Guadalupe Vega López	X			
4	Pensly Sylvain	X	X	X	
5	Elisa Rosa	X	X	X	
6	Noelia rincón				
7	Koteline Pierre	X	X	X	
8	Fabian Mendoza		X	X	
9	Jamesley Pierre	X			
10	Marie Nadine Félix			X	
11	Albert Plaisir		X	X	
12	Gerardo Eloy Chávez Barragán	X			
13	Yolande Joseph		X	X	
14	Sterlande Baptistin			X	
15	Jenny Belizaire			X	
16	Alexandra Hinojosa			X	
17	Fanny Adabel Gonzalez				
18	Guytho St-Cyr				
19	Tamara Lizbeth Alejo				
20	Xudzi		X		
21	Maritza				
22					

11.4 Cuestionario nivel de conocimiento sobre autoexploración mamaria.

1. ¿Qué es el cáncer de mama?

- a) Enfermedad incurable
- b) Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama
- c) Dolor exagerado en las mamas
- d) Ninguna de las anteriores.

2. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- a) No dar de lactar a sus hijos.
- b) Acudiendo todos los días al establecimiento de salud.
- c) No se puede prevenir este tipo de cáncer.

-
- d) Manteniendo un régimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

3. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- a) Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- b) Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- c) Presencia de secreción por los pezones y dolor.
- d) Todas

4. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- a) Todas las mujeres mayores de 50 años
- b) Hombres y mujeres de cualquier edad
- c) Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- d) Ninguna de las anteriores.

5. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- a) Consumo de alcohol y tabaco
- b) Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- c) No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- d) Todas las anteriores

6. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- a) A partir de los 40 años
- b) A partir de los 50 años en adelante
- c) A cualquier edad
- d) Solo las mujeres que tienen hijos

7. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- a) A partir de los 15 años hacia adelante
- b) Todas las mujeres que requieran este examen
- c) Solo las mujeres mayores de 30 años
- d) Solo las mujeres que ya pasaron la menopausia

8. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- a) Mamografía mamaria
- b) Ecografía mamaria
- c) Autoexamen de mamas

-
- 9. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?**
- a) Hierbas medicinales
 - b) Extracción del útero
 - c) Quimioterapia
 - d) Medicamentos orales que le pide en la farmacia
- 10. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?**
- a) Visitando al médico diariamente
 - b) Realizar buenos hábitos alimenticios, ejercicios y autoexamen de mama
 - c) Solo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
 - d) Solo la b y c
- 11. ¿Qué es el autoexamen de mamas?**
- a) Es un examen de las mamas
 - b) Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
 - c) Es una ecografía mamaria
 - d) Ninguna de las anteriores
- 12. ¿Porque será importante conocer el autoexamen de mama?**
- a) Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
 - b) Porque no me ayudara a detectar si tengo cáncer de mamas
 - c) No me ayudaría en nada
 - d) Ningunas de las anteriores

-
- 13. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?**
- a) Diariamente
 - b) Mensualmente
 - c) Una vez al año
 - d) Nunca
- 14. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?**
- a) Cualquier día del año
 - b) Cualquier día del mes
 - c) Una semana después de la menstruación
 - d) Todas las anteriores

15. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- a) Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- b) Todas las mujeres en edad fértil
- c) Solo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- d) Ninguna de las anteriores.

Gracias por su participación

11.5 Cédula de datos sociodemográficos

1. Folio 11	5. Estado civil <input checked="" type="radio"/> Soltero(a) <input type="radio"/> Casado(a) <input type="radio"/> Divorciado(a) <input type="radio"/> Separado(a) <input type="radio"/> Otros
2. Edad 39	6. Ocupación <input type="radio"/> Desempleado(a) <input type="radio"/> Empleado(a) <input type="radio"/> Hogar <input checked="" type="radio"/> Estudiante
3. Sexo <input type="radio"/> Masculino <input checked="" type="radio"/> Femenino	7. Religión <input type="radio"/> Católico(a) <input checked="" type="radio"/> Cristiano(a)
4. Escolaridad <input type="radio"/> Ninguna <input type="radio"/> Primaria <input type="radio"/> Secundaria <input type="radio"/> Bachillerato <input type="radio"/> Licenciatura <input checked="" type="radio"/> Postgrado	

1. Folio 2	5. Estado civil <input checked="" type="radio"/> Soltero(a) <input type="radio"/> Casado(a) <input type="radio"/> Divorciado(a) <input type="radio"/> Separado(a) <input type="radio"/> Otros
2. Edad 30	6. Ocupación <input type="radio"/> Desempleado(a) <input checked="" type="radio"/> Empleado(a) <input type="radio"/> Hogar <input type="radio"/> Estudiante
3. Sexo <input type="radio"/> Masculino <input checked="" type="radio"/> Femenino	7. Religión <input type="radio"/> Católico(a) <input checked="" type="radio"/> Cristiano(a)
4. Escolaridad <input type="radio"/> Ninguna <input type="radio"/> Primaria <input type="radio"/> Secundaria <input type="radio"/> Bachillerato <input checked="" type="radio"/> Licenciatura <input type="radio"/> Postgrado	

1. Folio

3

2. Edad

39

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

1. Folio

4

2. Edad

26

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

1. Folio

12

2. Edad

26

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

1. Folio

8

2. Edad

48

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

1. Folio

14

2. Edad

32 años

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

- Soltero(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Separado(a)
- Otros

6. Ocupación

- Desempleado(a)
- Empleado(a)
- Hogar
- Estudiante

7. Religión

- Católico(a)
- Cristiano(a)

1. Folio

10

2. Edad

34

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

1. Folio

18

2. Edad

29

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

- Soltero(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Separado(a)
- Otros

6. Ocupación

- Desempleado(a)
- Empleado(a)
- Hogar
- Estudiante

7. Religión

- Católico(a)
- Cristiano(a)

1. Folio

13

2. Edad

30

3. Sexo

- Masculino
- Femenino

4. Escolaridad

- Ninguna
- Primaria
- Secundaria
- Bachillerato
- Licenciatura
- Postgrado

5. Estado civil

- Soltero(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Separado(a)
- Otros

6. Ocupación

- Desempleado(a)
- Empleado(a)
- Hogar
- Estudiante

7. Religión

- Católico(a)
- Cristiano(a)

1. Folio

22

2. Edad

40

3. Sexo

- Masculino
- Femenino

4. Escolaridad

- Ninguna
- Primaria
- Secundaria
- Bachillerato
- Licenciatura
- Postgrado

5. Estado civil

- Soltero(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Separado(a)
- Otros

6. Ocupación

- Desempleado(a)
- Empleado(a)
- Hogar
- Estudiante

7. Religión

- Católico(a)
- Cristiano(a)

1. Folio

7

2. Edad

34

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

1. Folio

21

2. Edad

37

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

5. Estado civil

- Soltero(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Separado(a)
- Otros

6. Ocupación

- Desempleado(a)
- Empleado(a)
- Hogar
- Estudiante

7. Religión

- Católico(a)
- Cristiano(a)

1. Folio

16

2. Edad

32

3. Sexo

- Masculino
- Femenino

4. Escolaridad

- Ninguna
- Primaria
- Secundaria
- Bachillerato
- Licenciatura
- Postgrado

5. Estado civil

- Soltero(a)
- Casado(a)
- Divorciado(a)
- Separado(a)
- Otros

6. Ocupación

- Desempleado(a)
- Empleado(a)
- Hogar
- Estudiante

7. Religión

- Católico(a)
- Cristiano(a)

1. Folio

20

2. Edad

27

3. Sexo

- Masculino
- Femenino

4. Escolaridad

- Ninguna
- Primaria
- Secundaria
- Bachillerato
- Licenciatura
- Postgrado

1. Folio
9

5. Estado civil

Soltero(a)
 Casado(a)
 Divorciado(a)
 Separado(a)
 Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)
 Empleado(a)
 Hogar
 Estudiante

7. Religión

Católico(a)
 Cristiano(a)

2. Edad
28

3. Sexo

Masculino
 Femenino

4. Escolaridad

Ninguna
 Primaria
 Secundaria
 Bachillerato
 Licenciatura
 Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)
 Casado(a)
 Divorciado(a)
 Separado(a)
 Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)
 Empleado(a)
 Hogar
 Estudiante

7. Religión

Católico(a)
 Cristiano(a)

5. Estado civil

Soltero(a)
 Casado(a)
 Divorciado(a)
 Separado(a)
 Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)
 Empleado(a)
 Hogar
 Estudiante

7. Religión

Católico(a)
 Cristiano(a)

1. Folio
5

2. Edad
42

3. Sexo

Masculino
 Femenino

4. Escolaridad

Ninguna
 Primaria
 Secundaria
 Bachillerato
 Licenciatura
 Postgrado

1. Folio

19

2. Edad

29

3. Sexo

Masculino

Femenino

4. Escolaridad

Ninguna

Primaria

Secundaria

Bachillerato

Licenciatura

Postgrado

5. Estado civil

Soltero(a)

Casado(a)

Divorciado(a)

Separado(a)

Otros

6. Ocupación

Desempleado(a)

Empleado(a)

Hogar

Estudiante

7. Religión

Católico(a)

Cristiano(a)

Imágenes del pretest

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años.
- Hombres y mujeres de cualquier edad

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Solo la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 2

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Solo la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

Participante 3

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables;

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

¿Deben realizarse el autoexamen de mamas?

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

ite examen

monepauisá

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

¿Se detecta precozmente el cánc

- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

Participante 4.

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mamas?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mamas?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año

Participante 5

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

20. ¿Con qué frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

19. ¿Por qué será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 6

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

No answer provided.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

No answer provided.

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 7.

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad. antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 8

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 9

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Solo la b y c

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores.

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 10

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la monepauia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Solo la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 11

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad. antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Solo la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.
- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama

Participante 12

8. ¿Qué es el cáncer de mama?
- Enfermedad incurable
 - Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
 - Dolor exagerado en las mamas
 - Ninguna de las anteriores.
9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?
- No dar de lactar a sus hijos
 - Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
 - No se puede prevenir este tipo de cáncer
 - Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.
10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?
- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
 - Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
 - Presencia de secreción por los pezones y dolor
 - Todas
11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?
- Todas las mujeres mayores de 50 años
 - Hombres y mujeres de cualquier edad
 - Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
 - Ninguna de las anteriores
12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?
- Consumo de alcohol y tabaco
 - Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
 - No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
 - Todas las anteriores
13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?
- A partir de los 40 años
 - A partir de los 50 años en adelante
 - A cualquier edad
 - Sólo las mujeres que tienen hijos
14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?
- A partir de los 15 años hacia delante
 - Todas las mujeres que requieren este examen
 - Sólo las mujeres de 30 años
 - Sólo las mujeres que ya pasaron la monepauisá
15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?
- Mamografía mamaria
 - Ecografía mamaria
 - Autoexamen de mamas
 - Examen médico anual
16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?
- Hierbas medicinales
 - Extracción del útero
 - Quimioterapia
 - Medicamentos orales que le pide en la farmacia
17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?
- Visitando al médico diariamente
 - Realizar buenos hábitos alimenticios
 - Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
 - Sola la b y c
18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?
- Es un examen de las mamas
 - Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
 - Es una ecografía mamaria
 - Ninguna de las anteriores
19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?
- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
 - Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
 - No me ayudará en nada
 - Ninguna de las anteriores
20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?
- Diariamente
 - Mensual
 - Una vez al año
 - Nunca
21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?
- Cualquier día del año
 - Cualquier día del mes
 - Una semana después de la menstruación
 - Todas las anteriores
22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?
- - Todas las mujeres en edad fértil
 - Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
 - Ninguna de las anteriores.

Participante 13

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Solo la b y c

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 14

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad. antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 15

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras.
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la monepauasia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 16

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad. antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios.pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la monepauasia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 17

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
 - Ecografía mamaria
 - Autoexamen de mamas
 - Examen médico anual
-

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por qué será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.
- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama

Participante 18

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
 - Extracción del útero
 - Quimioterapia
 - Medicamentos que se le pide en la farmacia
-

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
 - Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
 - No me ayudará en nada
 - Ninguna de las anteriores
-

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 19

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos
- A partir de los 40 años

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
 - Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
 - Es una ecografía mamaria
 - Ninguna de las anteriores
-

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 20

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 21

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la monepausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
-

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

-
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 22

8. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

9. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

10. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

11. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

12. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

13. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

14. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

15. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

16. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

17. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

18. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

19. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

21. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación

22. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?



Todas las mujeres en edad fértil



Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales



Ninguna de las anteriores.

Imágenes postest

Participante 1

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por qué será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
 - Cualquier día del mes
 - Una semana después de la menstruación
 - Todas las anteriores
-

Participante 2

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 3

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la monepauisia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
 - Ecografía mamaria
 - Autoexamen de mamas
 - Examen médico anual
-

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
 - Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
 - Es una ecografía mamaria
 - Ninguna de las anteriores
-

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 4

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la monepauia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cancer de mama:

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que sera importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

Participante 5

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con qué frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 6

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
 - Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
 - Es una ecografía mamaria
 - Ninguna de las anteriores
-

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación

Participante 7

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
 - A partir de los 50 años en adelante
 - A cualquier edad
 - Sólo las mujeres que tienen hijos
-

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 8

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que sera importante conocer el autoexamen de mama:

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
 - Cualquier día del mes
 - Una semana después de la menstruación
 - Todas las anteriores
-

Participante 9

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama:

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
 - Ecografía mamaria
 - Autoexamen de mamas
-

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
 - Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
 - Es una ecografía mamaria
 - Ninguna de las anteriores
-

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 10

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 11

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales

Participante 12

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Como puede prevenir el cancer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con qué frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
 - Todas las mujeres en edad fértil
 - Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
 - Ninguna de las anteriores.
-

Participante 13

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama:

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores

Participante 14

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama:

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad,antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

15. ¿A partir de que edad se debe realizar una ecografía mamaria:

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cancer de mama:

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
 - Todas las mujeres en edad fértil
 - Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
 - Ninguna de las anteriores.
-

Participante 15

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 16

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que sera importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
 - Cualquier día del mes
 - Una semana después de la menstruación
 - Todas las anteriores
-

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 17

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 18

9. ¿Que es el cancer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 19

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia delante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Como puede prevenir el cancer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios,pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama:

Diariamente

Mensual

Una vez al año

Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

Cualquier día del año

Cualquier día del mes

Una semana después de la menstruación

Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama

Todas las mujeres en edad fértil

Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales

Ninguna de las anteriores.

Participante 20

9. ¿Que es el cancer de mama:

Enfermedad incurable

Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.

Dolor exagerado en las mamas

Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

No dar de lactar a sus hijos

Acudiendo todos los días al establecimiento de salud

No se puede prevenir este tipo de cáncer

Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama

Presencia de un bulto en la mama o en las axilas

Presencia de secreción por los pezones y dolor

Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 21

9. ¿Qué es el cáncer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama:

- Cambio del tamaño, coloración y forma de la mama
- Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
- Presencia de secreción por los pezones y dolor
- Todas

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual:

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
 - Ecografía mamaria
 - Autoexamen de mamas
 - Examen médico anual
-

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Participante 22

9. ¿Que es el cancer de mama?

- Enfermedad incurable
- Es el crecimiento anormal de las células como un tumor maligno localizado en la mama.
- Dolor exagerado en las mamas
- Ninguna de las anteriores.

10. ¿Cómo cree usted que se pueda prevenir el cáncer de mama?

- No dar de lactar a sus hijos
- Acudiendo todos los días al establecimiento de salud
- No se puede prevenir este tipo de cáncer
- Manteniendo un regimen de nuestra propia salud con hábitos saludables.

11. ¿Cuáles son los síntomas de padecer cáncer de mama?

- Cambio del tamaño,coloración y forma de la mama
 - Presencia de un bulto en la mama o en las axilas
 - Presencia de secreción por los pezones y dolor
 - Todas
-

12. ¿Quiénes pueden padecer cáncer de mama?

- Todas las mujeres mayores de 50 años
- Hombres y mujeres de cualquier edad
- Todas las mujeres que ya tuvieron su primera relación sexual
- Ninguna de las anteriores

13. ¿Cuáles son los factores de riesgo de padecer cáncer de mama?

- Consumo de alcohol y tabaco
- Sobrepeso u obesidad, antecedente de un familiar con cáncer de mama
- No realización de actividad física e ingesta de comidas chatarras
- Todas las anteriores

14. ¿A partir de qué edad es necesario realizarse una mamografía anual?

- A partir de los 40 años
- A partir de los 50 años en adelante
- A cualquier edad
- Sólo las mujeres que tienen hijos

15. ¿A partir de qué edad se debe realizar una ecografía mamaria?

- A partir de los 15 años hacia adelante
- Todas las mujeres que requieren este examen
- Sólo las mujeres de 30 años
- Sólo las mujeres que ya pasaron la menopausia

16. ¿Cuál cree usted es la forma de detectar precozmente el cáncer de mama?

- Mamografía mamaria
- Ecografía mamaria
- Autoexamen de mamas
- Examen médico anual

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia

17. ¿Cuál cree usted que es el tratamiento para el cáncer de mama?

- Hierbas medicinales
- Extracción del útero
- Quimioterapia
- Medicamentos orales que le pide en la farmacia

18. ¿Cómo puede prevenir el cáncer de mama?

- Visitando al médico diariamente
- Realizar buenos hábitos alimenticios
- Sólo realizar ejercicios, pautas activas en el trabajo y toma de 8 vasos de agua
- Sola la b y c

19. ¿Qué es el autoexamen de mamas?

- Es un examen de las mamas
- Es un examen de reconocimiento y exploración de las mamas
- Es una ecografía mamaria
- Ninguna de las anteriores

20. ¿Por que será importante conocer el autoexamen de mama?

- Permitirá reconocer si existe alguna alteración de mis mamas
- Porque no me ayudará a detectar si tengo cáncer de mama
- No me ayudará en nada
- Ninguna de las anteriores

21. ¿Con que frecuencia usted se realiza el autoexamen de mama?

- Diariamente
- Mensual
- Una vez al año
- Nunca

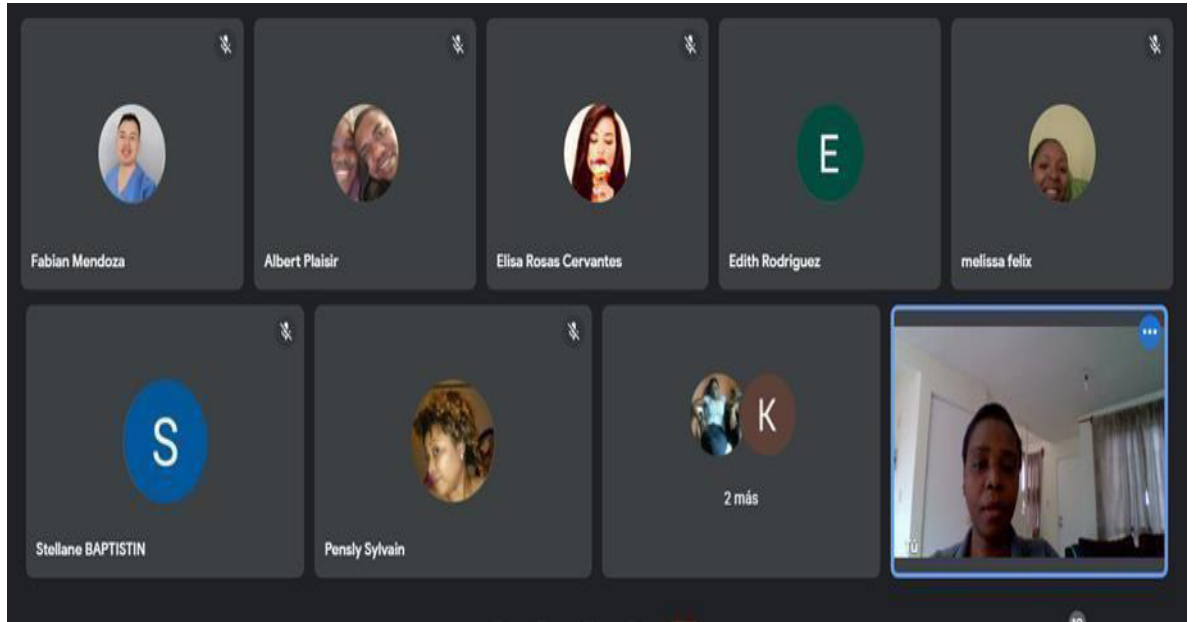
22. ¿Cuál cree usted que es el momento oportuno para el autoexamen de sus mamas?

- Cualquier día del año
- Cualquier día del mes
- Una semana después de la menstruación
- Todas las anteriores

23. ¿Quiénes deben realizarse el autoexamen de mamas?

- Solo las mujeres con familiares de cáncer de mama
- Todas las mujeres en edad fértil
- Sólo las mujeres que han tenido relaciones sexuales
- Ninguna de las anteriores.

Evidencias de la implementación



Joane dominique está presentando

INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICAS DE LA JAMAICA

2018: 44 164 defunciones causadas por tumores malignos, 7 257 por cáncer de mama.

- 1% son jóvenes de 15 a 29 años
- 13% tienen entre 30 a 44 años.
- entre los 45 a 59 años (38%).
- 59 años (48 por ciento) fallecen por cáncer de mama. [Fuente: INEGI. Estadísticas de mortalidad 2018].

A screenshot of a Zoom meeting showing a presentation slide on the left and a grid of participants on the right. The slide contains statistics about cancer deaths in Jamaica in 2018. The participant grid includes Joane dominique, Elisa Rosas Cervantes, Stellane BAPTISTIN, Albert Plaisir, melissa felix, Yolanda Joseph, lapais fauna, 2 más, and Tú.

Joane Dominique está presentando

De pie observe cambios:

Inspeccione el contorno y aspecto anterior de los pechos. Tamaño, posición areolas; color cambios en la textura de la piel de los areolas. Elevación o retracción del pezón por causa de las secreciones.

Palpación permita descubrir posibles bultos anormales o nódulos en el pecho de manera la terna de los areolas y con una presión moderada se realiza la exploración ligeros la elevación de los mamilos del pezón en el forma de zigzag, buscando molestaciones pequeñas hasta la axila axila.

Joane Dominique, Elisa Rosas Cerv..., Albert Pizar...

Betty Sant..., Melissa Inf..., Stefano BAPTISTA

Marta M. Philipp...

14:30 17 asistentes

SUGERENCIAS

- ✓ Promover la autoexploración mamaria a todos los hombres y mujeres a partir de los 20 años.
- ✓ Realizar otra intervención educativa donde se realiza la observación directa de las prácticas de la autoexploración mamaria para evaluar la habilidad en cuanto a dicha práctica.
- ✓ Realizar estudios de investigación aplicados a otras comunidades religiosas, con el objetivo de intervenir proporcionando información y educación, utilizando técnicas educativas participativas como una alternativa que permiten incrementar conocimientos y fortalecer debilidades.

Joane Domini...

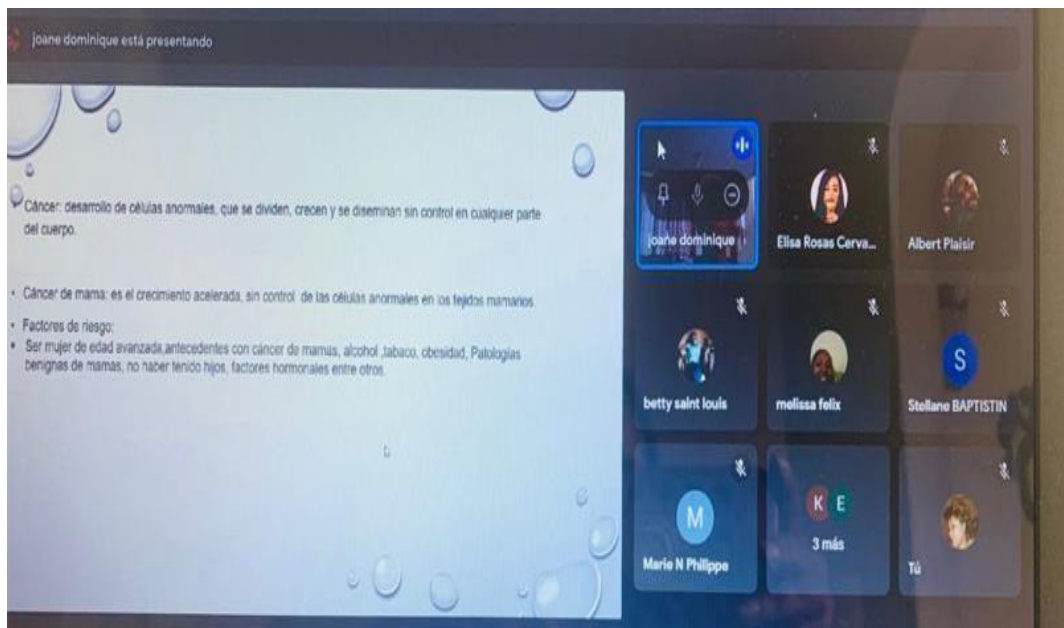
Sergio Pérez

Joane Dominique

Joane dominique está presentando

Cáncer: desarrollo de células anormales, que se dividen, crecen y se diseminan sin control en cualquier parte del cuerpo.

- Cáncer de mama: es el crecimiento acelerado, sin control, de las células anormales en los tejidos mamarios.
- Factores de riesgo:
 - Ser mujer de edad avanzada, antecedentes con cáncer de mamas, alcohol, tabaco, obesidad, Patologías benignas de mamas, no haber tenido hijos, factores hormonales entre otros.



The image shows a Zoom meeting interface. On the left, a presentation slide titled 'Joane dominique está presentando' contains text about cancer. On the right, a grid of participant avatars is visible, including Joane dominique, Elisa Rosas Cerva..., Albert Plaisir, betty saint louis, melissa felix, Stelano BAPTISTIN, Marie N Philippe, 3 más, and Tú.