

Cáncer de mama: una problemática alarmante y la importancia del autocuidado

Juana Candy Ramírez Hernández, María Leticia Ruby García Valenzuela

Maestría en Enfermería y Salud Pública / Facultad de Enfermería,
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Morelia, Mich., México.
Contacto: ramirezhernandez.c@hotmail.com

Resumen: El cáncer de mama (CaMa) es la segunda causa de muerte a nivel mundial, esta enfermedad de causa multifactorial es prevenible con un diagnóstico temprano, a pesar de ello, la mayoría de las mujeres descubren por accidente la presencia de nódulos en estadios avanzados. Es trascendental promover el autocuidado, como conducta beneficiosa en la población femenina; el profesional de salud requiere poseer conocimientos, habilidades y destrezas para orientar y concientizar a la mujer sobre la importancia del cuidado para una detección temprana. El presente ensayo tiene como objetivo analizar la problemática actual de salud referente al CaMa. Por ello, el acceso a la información y la ejecución de una técnica de autoexploración como práctica preventiva, son clave esencial. Las instituciones de salud juegan un rol importante en la coordinación e implementación de estrategias educativas; capacitación y exigencia al profesional de salud en la promoción de programas que representen un desafío en la previsión y descubrimiento de enfermedades de elevada incidencia.

Palabras clave: autocuidado, conocimiento, cáncer de mama, mujer, autoexploración

Introducción

El cáncer de mama (CaMa) es una enfermedad heterogénea de causa multifactorial que implica factores de riesgo hormonales, reproductivos y hereditarios; actualmente se puede curar cuando existe un diagnóstico temprano, a pesar de ello, la mayoría de las mujeres descubren por accidente la presencia de nódulos mamarios en un estadio avanzado, lo que repercute de manera significativa en su estado de salud. Se calcula que una de cada ocho mujeres podría desarrollar esta patología en algún momento de su vida (Sánchez et al; 2016).

El CaMa, una de las principales causas de muerte por tumores malignos, se caracteriza por un crecimiento acelerado y desordenado de células. En las mujeres en edad reproductiva es trascendental fomentar prácticas de autocuidado, como método de detección pertinente, se recomiendan prácticas que sean de bajo costo y no invasivas, como el autoexamen de mamas (López et al; 2014).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) a nivel mundial, el CaMa es la segunda causa de mortalidad seguido del cáncer de pulmón, tan sólo en el año 2015 originó 8.8 millones de defunciones, aunado a ello, es importante



Figura 1. 19 de Octubre, día mundial del cáncer de mama. Fotografía de: Aleix Prat.
<https://iberoeconomia.es/opinion/la-investigacion-traslacional>

fundamentar programas de autocuidado dirigidos a la mujer, basados primordialmente en la prevención y promoción (OMS, 2018). La literatura refiere que cada año, cerca de 1.38 millones de mujeres son diagnosticadas con CaMa (Castrezana, 2017).

A nivel Latinoamérica es considerada la primera causa de mortalidad, estudios previos refieren que 30,000 mujeres mueren anualmente, es decir, aproximadamente 82 mujeres por día. En Colombia la incidencia es de 49 casos por cada 100,000 mil mujeres, en Perú 34 casos por cada 100,000 mil, mientras que en Bolivia se presentan 9 casos por cada 100,000 mil (Sánchez et al., 2016).

Datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2018) describen que las mujeres en edad reproductiva ocupan parte significativa de la población con una amplia variedad de problemas de salud entre ellos las neoplasias malignas, en el año 2016 se presentaron 16 defunciones por cada 100 000 mujeres en edades a partir de los 20 años.

En México se presentan alrededor de un 15% de las neoplasias malignas que se atribuyen al sexo femenino (Ramos et al., 2015). En esta población se desconoce completamente si la práctica de autocuidado se ejecuta como una acción presente de manera cotidiana, puesto que debido a los roles que ocupa la mujer en la familia, como el ser ama de casa, hija, madre, etc., influyen en la realización de actividades enfocadas al autocuidado (Andino, 2015).

Importancia de la autoexploración

La autoexploración mamaria mensual, es un método ideal en la detección de tumores entre 1 y 2 centímetros, acción que puede contribuir a la identificación oportuna del CaMa, sin embargo, son pocas las mujeres que aplican la técnica e insuficientes los profesionales de salud que la promueven como conducta favorable en el autocuidado. Por tal motivo, es ineludible fomentar el conocimiento sobre la práctica de autoexploración, con el propósito de educar y disminuir el número de muertes en la población femenina (Delgado et al., 2016).

La prevención a través de una detección temprana es una de las estrategias primordiales en la



Figura 2. La Autoexploración puede salvar vidas. Fotografía de: Farfán Muñoz (2017).

disminución de CaMa, si la mujer conoce el procedimiento de autoexploración, lo podrá emplear como técnica preventiva, por lo tanto, la exploración mamaria es la clave esencial en los programas de salud, los factores determinantes en la ejecución de la técnica son los conocimientos y la habilidad para ejecutar la autoexploración, incluso entre profesionales de la salud (Córdova et al., 2015).

Por lo general, las mujeres que presentan CaMa manifiestan signos y síntomas como la aparición de bultos en la mama y axila, cambios de coloración de la mama, enrojecimiento y modificación de la piel, del mismo modo llegan a exteriorizar eccema y retracción del pezón, hinchazón del brazo y en ocasiones salida de secreción blanquecina del pezón, por lo cual, una técnica correcta de autoexploración en un periodo sintomático, genera mayor probabilidad de tratamiento (Afonso, 2017).

Participación de los sistemas de salud

Es primordial educar a la población sobre el CaMa; el conocimiento y la identificación de factores de riesgo son un desafío de salud para las instituciones y para los profesionales de salud, quienes forman parte del equipo multidisciplinario y cuyas acciones se enfocan en la promoción de la salud y prevención de enfermedades (Dornelles, et al, 2015).

Las instituciones de salud, deberán impulsar programas que incluyan la técnica de autoexploración, puesto que son altamente eficaces en la detección oportuna del CaMa en un 94 % de los

casos, a través de esta práctica las mujeres logran localizar lesiones superficiales, asegurando con ello que los profesionales puedan otorgar un tratamiento oportuno en estadios tempranos (Santos, 2017).

Se han realizado diversos estudios sobre prácticas y agencia de autocuidado en mujeres de 20 a 55 años, cuyo objetivo principal ha sido identificar las características de la agencia de autocuidado que aplican las usuarias para realizar la autoexploración mamaria, los resultados muestran que el 89% de las mujeres realizan la técnica para detectar anomalías en su cuerpo, sin embargo, desconocen la técnica correcta (Cruz & García, 2016).

Conclusiones

El CaMa es sin duda un problema de salud pública que día a día va en aumento, su crecimiento acelerado y su elevada incidencia, lo posicionan en la segunda causa de muerte a nivel mundial. Sin embargo, esta problemática se puede prevenir mediante un diagnóstico oportuno. El acceso a la información y la ejecución de una técnica de autoexploración como práctica preventiva, son clave esencial en la detección eficaz. Las instituciones de salud juegan un rol importante en la coordinación e implementación de estrategias educativas; capacitación y exigencia al personal de salud en la promoción de programas que representen un desafío en la previsión y descubrimiento temprano de anomalías en el cuerpo de la mujer. Ante ello, es evidente la necesidad de fomentar conductas de autocuidado como

herramienta beneficiosa en el control del CaMa, principalmente en las dependencias de primer y segundo nivel de atención. El personal de salud requiere capacitación continua, capacidad y habilidad para infundir ideas innovadoras, asimismo, necesita poseer aptitudes para el desarrollo de acciones que motiven a la mujer a participar en la realización de prácticas de autocuidado. Una educación permanente en el ámbito laboral, podrá orientar al diseño de objetivos concretos para la disminución de la mortalidad por CaMa.

Bibliografía

- Afonso, G. (2017). Cáncer de mama y calidad de vida: una revisión bibliográfica. (Tesis para grado en Enfermería). Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/5881/Cancer%20de%20mama%20y%20Calidad%20de%20Vida%20una%20revisi%20bibliografica.pdf?sequence=1>
- Andino, C. (2015). Bioética y humanización de los servicios asistenciales en la salud. *Revista Colombiana de Bioética*, 10(1), 38-64. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/1892/189242405005.pdf>
- Castrezana, M. (2017). Geografía del cáncer de mama en México. *Investigaciones Geográficas*, 2(93), 2448-7279. <http://dx.doi.org/10.14350/ig.56879>
- Córdova, S., González, P. & Zavala, M. (2015). Autoexploración mamaria en usuarias del Instituto Mexicano del Seguro Social de Teapa, Tabasco, México. *Revista Médica Instituto Mexicano Seguro Social*, 53(3), 368-372. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/4577/457744937019.pdf>
- Dornelles, C; Santos, P; Oliveira, C; Goldim, R; & Ashton, P. (2015). Conocimiento del cáncer de mama hereditario en el personal de enfermería de un hospital público. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*, 23(1), 90-97. Disponible en: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v23n1/es_0104-1169-rlae-23-01-00090.pdf
- Delgado, E; López, V; Uriostegui, L; & Barajas, T. (2016). Conocimiento y perspectiva sobre la autoexploración de mamas y su realización periódica en mujeres. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 32(3), 1-9. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000300002
- Farfán Muñoz D. (2017). La Autoexploración Puede Salvar Vidas, "Lucha Contra El Cáncer De Mama". Sobre T: la otra cara del periodismo, Oct 19, 2017. Disponible en: <https://www.sobret.com/la-autoexploracion-puede-salvar-vidas-lucha-contra-el-cancer-de-mama/>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2018). Estadísticas a propósito del día internacional contra el cáncer. Datos Nacionales. 1-13. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/cancer2018_nal.pdf
- López, S; Castillo, Y; Ávila, M; Cano, L; Ponce, D; & Quevedo, M. (2014). Autocuidado en mujeres en relación a la prevención del cáncer de mama. *Parainfo digital*, 3(20), 1-15. Disponible en: <http://www.indexf.com/para/n20/246.php>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). Cáncer. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
- Ramos, Y; Marimón, E; Crespo, C; Junco, B. & Valiente, W. (2015). Cáncer de mama, su caracterización epidemiológica. *Revista Ciencias Médicas*, 19(4), 619-629. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v19n4/rpr06415.pdf>
- Sánchez, Y; Urdaneta, J; Villalobos, N; Contreras, A; García, J; Zambrano, N; Villalobos, S; y Cepeda, M. (2016). Conocimiento sobre cáncer de mama y práctica del autoexamen de mama en mujeres en edad mediana. *Revista Venezolana de Oncología*, 28(1), 37-51. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=375643222006>
- Santos, A. (2017). Proyecto de intervención educativa de enfermería sobre la autoexploración mamaria impartido a mujeres del municipio de La Victoria de Acentejo. (Tesis para grado en enfermería). Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/5381>