

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



TESIS

**CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOEXAMEN
DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2023**

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

AUTORA:

Bach. Enf. JUANITA NATALIA GIL RODRÍGUEZ

ASESORA:

Dra. SANTOS ANGÉLICA MORÁN DIOSES

CAJAMARCA- PERÚ

2024

CONSTANCIA DE INFORME DE ORIGINALIDAD

1. Investigador: **Juanita Natalia Gil Rodríguez**

DNI: **72553393**

Escuela Profesional/Unidad UNC: **Escuela Profesional de Enfermería**

2. Asesor: **Dra. Santos Angélica Morán Dioses**

Facultad/Unidad UNC: **Facultad de Ciencias de la Salud**

3. Grado académico o título profesional

Bachiller Título profesional Segunda especialidad

Maestro Doctor

4. Tipo de Investigación:

Tesis Trabajo de investigación Trabajo de suficiencia profesional

Trabajo académico

5. Título de Trabajo de Investigación:

CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2023.

6. Fecha de evaluación: **12/11/2024**

7. Software antiplagio: **TURNITIN** **URKUND (OURIGINAL) (*)**



8. Porcentaje de Informe de Similitud: **16%**

9. Código Documento:

10. Resultado de la Evaluación de Similitud:

APROBADO **PARA LEVANTAMIENTO DE OBSERVACIONES O DESAPROBADO**

Fecha Emisión: 19/11/2024

<i>Firma y/o Sello Emisor Constancia</i>
 
Dra. Martha Vicenta Abanto Villar DNI: 26673990

* En caso se realizó la evaluación hasta setiembre de 2023

Copyright © 2024

JUANITA NATALIA GIL RODRÍGUEZ

Todos los Derechos Reservados.

FICHA CATALOGRÁFICA

GIL J. 2023. **Conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca,2023**/Juanita Natalia Gil Rodríguez / 84 páginas

Escuela Profesional de Enfermería

Asesora: Dra. SANTOS ANGÉLICA MORÁN DIOSES

Disertación académica para obtener el Título profesional de Licenciada en Enfermería-UNC 2024.

**CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE
CAJAMARCA, 2023.**

AUTORA: Juanita Natalia Gil Rodríguez

ASESORA: Dra. Santos Angélica Morán Dioses

Tesis aprobada por los siguientes miembros:

JURADO EVALUADOR



M.Cs. Aída Cistina Cerna Aldave

Presidente



Dra. María Elena Bardales Urteaga

Secretaria



M.Cs. Delia Rosa Yturbe Pajares

Vocal

Cajamarca 2024, Perú



MODALIDAD "A"
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA

En Cajamarca, siendo las 11:00 a.m del 11 de setiembre del 2024, los integrantes del Jurado Evaluador para la revisión y sustentación de la tesis, designados en Consejo de Facultad a propuesta del Departamento Académico, reunidos en el ambiente 11-303 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, dan inicio a la sustentación de tesis denominada:
Conocimientos y Prácticas de Autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023

dél (a) Bachiller en Enfermería:

Juanita Natalia Gil Rodríguez

Siendo las 1:00 p.m del mismo día, se da por finalizado el proceso de evaluación, el Jurado Evaluador da su veredicto en los siguientes términos: Muy buena, con el calificativo de: 17, con lo cual el (la) Bachiller en Enfermería se encuentra Apta para la obtención del Título Profesional de: **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA.**

Miembros Jurado Evaluador Nombres y Apellidos		Firma
Presidente:	<u>M. Cs. Aida Cistina Cerna Aldave</u>	
Secretario(a):	<u>Dra. Maria Elena Bardales Urteaga</u>	
Vocal:	<u>M. Cs. Delia Rosa Yturbe Pajares</u>	
Accesitaria:		
Asesor (a):	<u>Dra. Santos Angelica Moran Dioses</u>	
Asesor (a):		

Términos de Calificación:

EXCELENTE (19-20)

MUY BUENO (17-18)

BUENO (14-16)

REGULAR (12-13)

REGULAR BAJO (11)

DESAPROBADO (10 a menos)

DEDICATORIA

Con todo mi amor y cariño a mis padres, que siempre me han brindado su apoyo incondicional y su amor infinito durante mi camino académico, son mi mayor ejemplo de superación, motivación e inspiración constante. Y a mis hermanos que siempre me han motivado a seguir mis sueños y me han brindado su apoyo en cada momento.

Juanita Natalia

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por haberme permitido llegar hasta aquí y darme la oportunidad de disfrutar cada proceso de mi formación profesional para poder lograr mi meta anhelada.

A mis padres Aureliano y Oliva por apoyarme en todo momento y por creer siempre en mí, gracias por impulsarme a cumplir mis sueños y ser mi mejor guía de vida.

A mis hermanos Ronald y Milagros por ser parte importante de mi vida, por escucharme, apoyarme y ser ejemplo de desarrollo profesional a seguir.

A mi alma mater, Universidad Nacional de Cajamarca por permitirme conocer, explorar e incrementar mis conocimientos.

A mis docentes por su invaluable aporte en mi camino universitario.

A mi asesora Dra. Angélica Morán Dioses por guiarme y orientarme durante el desarrollo de la tesis.

Juanita Natalia

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Contenido	
DEDICATORIA.....	i
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	iv
LISTA DE TABLAS.....	vi
LISTA DE ANEXOS.....	¡Error! Marcador no definido.
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
INTRODUCCIÓN.....	x
CAPÍTULO I.....	1
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	3
1.3. Justificación.....	3
1.4. Objetivos.....	4
CAPÍTULO II.....	6
MARCO TEÓRICO.....	6
2.1. Antecedentes de estudio.....	6
2.2. Bases Teóricas.....	9
2.3. Bases Conceptuales.....	11
2.4. Hipótesis de la investigación.....	22
2.5. Variables de estudio.....	22
2.6. Operacionalización de las variables.....	23
CAPÍTULO III.....	25
DISEÑO METODOLÓGICO.....	25
3.1. Diseño y tipo de estudio.....	25
3.2. Población de estudio.....	26
3.3. Criterio de inclusión y exclusión.....	26
3.4. Unidad de análisis.....	26
3.5. Marco muestral.....	26
3.6. Muestra.....	27
3.7. Selección de la muestra procedimiento de muestreo.....	27

3.8. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	27
3.9. Procesamiento y análisis de datos.....	29
3.10. Consideraciones éticas y rigor científico	29
3.11. Dificultades y limitaciones para el estudio	29
CAPÍTULO IV	30
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	30
4.1. Resultados.....	30
4.2. Discusión	33
CONCLUSIONES.....	38
RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
ANEXOS	45

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Conocimiento de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.	30
Tabla 2 Práctica de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.	31
Tabla 3 Relación entre conocimiento y práctica de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.	32

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 1 Cuestionario	46
Anexo 2 Consentimiento informado	50
Anexo 3 Prueba Piloto	51
Anexo 4 Contrastación de hipótesis	54
Anexo 5 Resultados de procesamiento del cuestionario de conocimientos sobre autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.	56
Anexo 6 Resultados de procesamiento del cuestionario de prácticas sobre autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023	61

RESUMEN

CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2023.

Autor: Juanita Natalia Gil Rodríguez¹

Asesora: Dra. Santos Angélica Morán Dioses²

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre conocimientos y las prácticas del autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023. Es un estudio de tipo descriptivo, correlacional y de corte transversal; se estimó una muestra de 141 estudiantes de enfermería. Para la recolección de datos, se utilizó la técnica de la encuesta y se aplicó un cuestionario de conocimientos sobre autoexamen de mamas y una escala tipo Likert para medir la práctica de autoexamen de mamas, ambos instrumentos adaptados de Nina Y. Los datos obtenidos fueron analizados estadísticamente a través del SSPS, versión 26. Los resultados más resaltantes fueron que la mayoría de los estudiantes tiene entre 20 a 25 años representando el 90.78%. En cuanto al sexo predomina el sexo femenino con 85.11%, mientras que el sexo masculino corresponde al 14.89%. Respecto a los antecedentes familiares encontramos que 9.22% refirió tener algún familiar con cáncer de mama y el 11.35% refirió tener algún familiar fallecido con cáncer de mama. Con respecto al conocimiento sobre el autoexamen de mamas, el 73.76% tiene conocimiento medio, mientras el 21.99% tiene conocimiento bajo y el 4.26% tiene conocimiento alto. En cuanto a la práctica del autoexamen de mamas, el 73.05% tiene prácticas inadecuadas y el 26.95% tiene prácticas adecuadas. Se evidenció que prevalece el conocimiento medio y las practicas inadecuadas. Se concluye que existe relación significativa entre conocimientos y prácticas del autoexamen de mamas, demostrado mediante la prueba estadística T de Student (coeficiente de spearman), con un nivel de significancia del 5%. Con un valor de $p=0.002$

Palabras clave: Conocimientos, prácticas y autoexamen de mamas.

¹ Aspirante a Lic. En Enfermería (Bach. Enf. Juanita Natalia Gil Rodríguez, UNC)

² Asesora Dra. Santos Angélica Morán Dioses (Docente Asociada de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, Perú)

ABSTRACT

KNOWLEDGE AND PRACTICES OF BREAST SELF-EXAMINATION IN NURSING STUDENTS AT THE NATIONAL UNIVERSITY OF CAJAMARCA, 2023.

Author: Juanita Natalia Gil Rodríguez¹

Advisor: Dr. Santos Angélica Morán Dioses²

The objective of this research was to determine the relationship between knowledge and practices of breast self-examination in Nursing students at the National University of Cajamarca, 2023. It is a descriptive, correlational and cross-sectional study; A sample of 141 nursing students was estimated. For data collection, the survey technique was used and a knowledge questionnaire on breast self-examination and a Likert-type scale were applied to measure the practice of breast self-examination, both instruments adapted from Nina Y. The data obtained were analyzed. statistically through the SSPS, version 26. The most notable results were that the majority of students are between 20 and 25 years old, representing 90.78%. In terms of sex, the female sex predominates with 85.11%, while the male sex corresponds to 14.89%. Regarding family history, we found that 9.22% reported having a family member with breast cancer and 11.35% reported having a deceased family member with breast cancer. Regarding knowledge about breast self-examination, 73.76% have medium knowledge, while 21.99% have low knowledge and 4.26% have high knowledge. Regarding the practice of breast self-examination, 73.05% have inadequate practices and 26.95% have adequate practices. It was evident that average knowledge and inadequate practices prevail. It is concluded that there is a significant relationship between knowledge and practices of breast self-examination, demonstrated by the Student's T statistical test (Spearman coefficient), with a significance level of 5%. With a value of $p=0.002$

Keywords: Knowledge, practices and breast self-examination.

¹ Aspiring Lic. In Nursing (Bach. Sick Juanita Natalia Gil Rodríguez, UNC)

² Advisor Dr. Santos Angélica Morán Dioses (Associate Professor of the Faculty of Health Sciences of the National University of Cajamarca, Peru)

INTRODUCCIÓN

El autoexamen de mamas (AEM) es un procedimiento simple y accesible de detección temprana de cáncer de mama, que, si se realiza de manera frecuente, puede contribuir a disminuir la mortalidad por neoplasia mamaria y mejorar la calidad de vida. Esta herramienta es eficaz y rentable, permitiendo superar barreras sociales, culturales y económicas que limitan el acceso a programas de diagnóstico precoz. En particular, su implementación es clave en contextos de recursos escasos, donde la infraestructura para tamizaje, como la mamografía es insuficiente (1).

El conocimiento y práctica adecuada de autoexploración mamaria, puede facilitar un diagnóstico temprano de neoplasia, especialmente en países con escasos recursos económicos (2). Un desafío importante en el diagnóstico oportuno del cáncer de mama es que los signos y síntomas en las primeras etapas de inicio de la evolución de la enfermedad suelen ser imperceptibles, una dificultad que se agrava en mujeres de niveles socioeconómicos y educativos más bajos. En este contexto, la promoción del autoexamen de mamas se vuelve esencial para aumentar las tasas de detección temprana. De hecho, se ha demostrado que las mujeres diagnosticadas en estadios tempranos tienen una supervivencia de 2,5 veces superior comparada con aquellas diagnosticadas en estadios tardíos. Por lo tanto, se debe dar mayor énfasis a la enseñanza de autoexploración mamaria en los estudiantes de Enfermería (3).

El propósito de la presente investigación es determinar la relación entre conocimientos y las prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca. Analizando como estas variables interactúan y contribuyen a la detección temprana de neoplasias mamarias. También la metodología empleada fue de tipo descriptivo, con un enfoque transversal y correlacional, lo que permitió explorar la relación entre las variables de interés en un momento determinado.

El estudio está constituido en 4 capítulos:

Capítulo I: Se presenta el problema de investigación; constituido por el planteamiento, formulación, justificación del trabajo de investigación, y objetivos.

Capítulo II: Se aborda el marco teórico conceptual, constituido por los antecedentes, bases teórico-científicas, desarrollo teórico de variables, hipótesis y variables.

Capítulo III: Se muestra el marco metodológico incluye población, muestra, unidad de análisis, criterio de selección, tipo y diseño de investigación; técnica e instrumento para recolectar los datos, validez y confiabilidad, el procesamiento, análisis, discusión de resultados, y consideraciones éticas.

Capítulo IV: Contiene resultados y discusión, conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS) promueve el autoexamen de mamas, especialmente en las poblaciones vulnerables, donde la mayoría de féminas desconoce o comete errores en la práctica, llevando a una desventaja o diagnósticos errados. El conocimiento y práctica de autoexamen de mamas favorece el acceso a diagnósticos tempranos, principalmente, en países de bajos recursos económicos que no poseen infraestructura suficiente, para la realización rutinaria de mamografías (4).

El incremento del cáncer de mama es notable en los últimos años, además de ser causa de deceso de muchas mujeres en todo el mundo. En el 2020 más de 210.000 féminas tuvieron el diagnóstico de esta neoplasia en las Américas, debido a que existen muchos factores que benefician su aparición; sin embargo, en algunos casos también se le suma la falta de conocimiento, escaso control médico y también la omisión de prácticas preventivas necesarias para minimizar riesgos. Por lo que resulta necesario adoptar un conjunto de medidas profilácticas en bien de la salud (5).

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), anualmente, más de 491.000 mujeres en las Américas, reciben el diagnóstico de neoplasia en mamas, y 106.391 mueren debido a esta afección. Esta neoplasia es muy usual entre las mujeres de Latinoamérica y el Caribe, ocasionando altas tasas de incidencia y posicionándolo en el segundo lugar en mortalidad. Cabe señalar que la cantidad de decesos por esta neoplasia en menores de 65 años es mayor en Latinoamérica y el Caribe 50% que en Norteamérica 37%. En la actualidad su detección temprana con ayuda del tratamiento ha posibilitado incrementar la supervivencia de las pacientes (5).

Dinegde et al (5). En Etiopía, 2020 en su investigación conocimiento y práctica de la autoexploración mamaria entre mujeres jóvenes en educación terciaria, determinó que el 52.5% de su muestra escuchó hablar de la autoexploración mamaria a través de los medios de comunicación, sin embargo, solo el 13.1% practicaban la autoexploración mamaria. Esta investigación demuestra la necesidad de sensibilizar tempranamente acerca de la autoexploración mamaria (5).

En Colombia Hernández J., 2019, determinó que el 80.6% comprendía cómo se autorrealiza el examen de mama, mientras que el 3% no específico. Asimismo, en relación con la práctica, 69.1% refirió que lo practicaba, pero en menor proporción 30.9% no efectuaban la autoexploración mamaria. Esta investigación es muy valiosa ya que sus resultados evidencian la influencia del conocimiento sobre esta conducta profiláctica (5).

Un estudio realizado en Venezuela mostró que 63,9% de las féminas desconocían la importancia y utilidad práctica de esta técnica sencilla. Además 75,1% de las mujeres no lo practicaban y 24,9% practicaban el autoexamen de mama. De las 58 mujeres que refirieron realizarse el examen 74,1% lo ejecutaba de forma incompleta y solo 25,9% completamente (6).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Perú (2021), reveló cifras muy preocupantes en cuanto a la prevención de neoplasia de mama, ya que a nivel nacional sólo el 9.3% de féminas entre las edades de 30 a 59 años se ha ejecutado la evaluación clínica de autoexamen de mama por un personal de salud en los 12 últimos meses. Por su parte, en la zona urbana, el porcentaje de féminas que se realizó una evaluación clínica mamaria es del 10.3% y en la zona rural el 4.8%. Asimismo, en la costa el porcentaje es de 11.2%, en la sierra 6.3% y las féminas de la selva que se realizaron este tipo de examen representan el 5.3%. Estos resultados son alarmantes, pues más del 90% de féminas a nivel nacional no acude a realizarse un examen clínico mamario como parte de un chequeo preventivo anual, lo cual evidencia desinterés por parte de la población o quizás escasa sensibilización por parte los profesionales de la salud (5).

En Huánuco, Veramendi et. al. en su investigación encontró que el porcentaje de autoexamen de mama es alto en desconocimiento, el 70,6% no realiza la correcta postura, 70,6% no muestra la correcta inspección y 79,4% no realiza la adecuada palpación, en relación a la practica el 67,6% lo realiza inadecuadamente después de la intervención y el 79,4% presentó una adecuada práctica (7).

En Cajamarca, Boggiano, realizó un estudio en 2019, donde encontró que los estudiantes de Enfermería tienen un nivel de conocimiento medio sobre autoexamen de mama 62,9%, evidencian una actitud positiva el 62,1%, sin embargo, tienen una práctica inadecuada del autoexamen de mamas 72% (8).

Es necesario que, dentro de la Universidad Nacional de Cajamarca, se promueva el autoexamen de mamas como medida preventiva para detectar precozmente la neoplasia mamaria, jugando un rol importante la Escuela de Enfermería y la Oficina General de Bienestar Universitario, los cuales deben asumir un rol preventivo promocional y fomentar actividades o programas profilácticos dentro de la ciudad universitaria en las diferentes escuelas, para lograr el bienestar de los estudiantes.

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023?

1.3. Justificación

El cáncer de mama es una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en mujeres a nivel mundial y nacional. En Perú, el Ministerio de Salud (MINS) ha implementado el Plan Nacional de Cáncer, que prioriza la promoción de la salud con enfoque preventivo, enfatizando la importancia del autoexamen de mamas como método de detección temprana. Sin embargo, existen evidencias de que el conocimiento y la práctica adecuada del autoexamen de mama en la población pueden ser limitados, lo que disminuye su efectividad en la prevención. Este estudio busca contribuir al conocimiento científico evaluando la relación entre el conocimiento y la práctica del autoexamen de mamas en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Desde el punto de vista social, esta investigación es relevante porque los estudiantes de Enfermería. Como futuros profesionales de la salud, desempeñan un papel clave en la promoción de prácticas preventivas y promocionales en la población. Identificar las carencias en el conocimiento y la práctica del autoexamen mamario en estudiantes, permitirá diseñar intervenciones que no solo beneficien su salud, sino que también los capaciten mejor para transmitir estas prácticas a futuros pacientes.

Respecto a las implicancias prácticas, los resultados de este estudio podrán ser utilizados por las autoridades de la Escuela Académico Profesional de Enfermería, docentes y la Oficina de Bienestar Universitario para desarrollar programas preventivos promocionales que fortalezcan las competencias de los estudiantes en la práctica del autoexamen de mamas. Esto contribuirá a una formación más integral, mejorando tanto la prevención personal como la orientación que puedan brindar a sus comunidades.

La investigación aporta valor teórico al enriquecer la comprensión de la relación entre el conocimiento y las prácticas del autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería. Los hallazgos permitirán identificar las barreras que dificultan una adecuada autoexploración mamaria, proporcionando una base sólida para futuras investigaciones en educación y promoción de la salud.

La investigación es factible para su elaboración gracias al apoyo de la E.P. de Enfermería que nos proporcionó los datos necesarios, también se cuenta con el financiamiento económico, tiempo disponible para su realización y sobre todo con un excelente asesoramiento para su ejecución.

1.4. Objetivos

1.4.1. General

Determinar la relación entre conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.

1.4.2. Específicos

- Evaluar los conocimientos del autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca
- Identificar las prácticas del autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

2.1.1. Internacionales

Reyes M, López L. (México, 2021) Investigaron sobre: Conocimiento para predecir la práctica y la actitud del autoexamen mamario. El objetivo fue determinar el nivel de conocimiento, prácticas y su relación con la actitud respecto al autoexamen mamario en mujeres mayores de 20 años. Estudio de enfoque cuantitativo, tipo aplicada, con diseño no experimental, correlacional. Para la recolección de datos se aplicó el cuestionario a la muestra constituida por 503 mujeres. Los resultados obtenidos indicaron que el nivel de conocimiento fue básico en 81.9%, el 74% evidenciaron actitudes desfavorables y el 39,8% practicaban el autoexamen. Se concluye que existe correlación entre las variables (9).

Hernández J. et al. (Colombia, 2019) en la investigación: Conocimientos, actitudes y prácticas sobre autoexamen de mamas en universitarias del área de la salud en Cartagena (Colombia), con el objetivo de determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mama. Estudio fue descriptivo y transversal. Con una muestra de 165 mujeres de 20 a 49 años de edad. Se encontró que 80,6% conoce como se realiza el autoexamen de mama y el 78,7% con práctica adecuada. Se concluye que los estudiantes tuvieron buenos conocimientos sobre el autoexamen de mama y presentaron buena práctica (10).

Mesa D. et al. (Colombia,2019) Investigaron sobre: Conocimientos, actitudes y prácticas de autoexamen de seno en mujeres de una institución de educación superior de Colombia. Cuyo objetivo fue identificar los conocimientos, actitudes y prácticas frente al autoexamen de seno. El estudio fue cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal, en una muestra de 287 participantes. Los resultados

indicaron que el 40,7 % practica el autoexamen de seno, 72,03 % con una frecuencia adecuada y 38,13 % en la etapa sugerida del ciclo menstrual. Se concluye que la mayor parte de la población no se practica el autoexamen, además, existe poca claridad sobre la frecuencia y el momento en que se debe hacer (11).

2.1.2. Nacionales

Aznaran Y, Apeña M. (Trujillo, 2022) investigaron sobre: Conocimientos y prácticas del autoexamen de mamas en mujeres que acuden al consultorio externo del Hospital Provincial Virú, 2022. El objetivo fue determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autoexamen de mamas en mujeres. Estudio de tipo básico, de diseño no experimental descriptivo correlacional y de corte transversal. La muestra fue de 73 féminas. Los resultados fueron que, el 60.3% presentaron un nivel medio de conocimiento, el 37.0% nivel bajo y el 2.7% nivel alto. Con respecto a la práctica se encontró que el 84.9% presentaron prácticas adecuadas y el 15.1% prácticas inadecuadas. Se concluye que no existe relación significativa entre el nivel de conocimientos y las practicas del autoexamen de mama, dado que (Sig.= 0.571> 0.05) (12).

Benites J, Monzón D. (Nuevo Chimbote, 2022) investigaron sobre: Conocimiento y práctica en la técnica del autoexamen de mamas en mujeres de un puesto de salud. Nuevo Chimbote, 2022. Estudio descriptivo, correlacional de corte transversal, el objetivo fue conocer el conocimiento y práctica en la técnica del autoexamen de mamas. La población estuvo conformada por 60 mujeres. Los resultados obtenidos fueron que el 56,7% presentaron conocimiento medio, el 28,3% conocimiento alto y el 15,0% conocimiento bajo. Respecto a la práctica el 61,7% presentaron práctica inadecuada y el 38,3% práctica adecuada. Se concluye que si existe relación significativa entre el conocimiento y la practica en la técnica del autoexamen de mamas (13).

Justo R. (Ica,2021) realizó el estudio sobre: Nivel de conocimiento y su relación con la práctica sobre el autoexamen de mamas en mujeres del Centro de Salud de Santa María, 2021. El objetivo fue determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la práctica sobre el autoexamen de mamas. El estudio es de tipo

básico, correlacional de tipo transversal, de diseño no experimental. La muestra fue de 113 mujeres. Los resultados obtenidos evidenciaron que el nivel de conocimiento es bajo en 35,40 %, nivel medio en 45,1% y la práctica es inadecuado al 68,14 % y adecuado al 31,86%. Se concluye que el nivel de conocimiento no tiene relación significativa con las prácticas del autoexamen de mamas (14).

2.1.3. Regionales

Silva R. (Cajamarca, 2019) investigó sobre: Conocimiento y práctica del autoexamen de mamas en mujeres de 20 a 49 años de edad atendidas en el consultorio de planificación familiar del Centro de Salud de Sucre – Celendín. IV trimestre 2019. El objetivo fue establecer la relación entre el conocimiento y las prácticas sobre el autoexamen de mama. Estudio cuantitativo, observacional, correlacional, transversal. La muestra estuvo conformada por 128 mujeres. Sus resultados reportaron el nivel de conocimiento es bajo y regular con 40,6% y 27,3%, y las prácticas del 59,4% fue inadecuado. Se concluye que existe relación significativa entre el conocimiento y las prácticas del autoexamen de mama con un valor de Chi Cuadrado de 6,02 y un valor de $p=0,049$ (15).

Paredes J. (Cajamarca, 2021) investigó sobre: Nivel de conocimiento y práctica en autoexamen de mama. Mujeres atendidas en consultorio de planificación familiar. Centro de salud Tulpuna. Cajamarca, 2021. Con el objetivo de determinar la relación entre nivel de conocimiento y práctica del autoexamen de mama en mujeres. Estudio no experimental, corte transversal, descriptivo, prospectivo, correlacional; la muestra fue de 384 mujeres. Se obtuvo los siguientes resultados que el 30,5%, tiene conocimientos básicos y 69,5% desconoce sobre el tema. La práctica adecuada del autoexamen de mamas es realizada por 41,7% y es inadecuada en 58,3%. Se concluye que existe relación entre variables con un valor de Pearson de $p 0.00$ (16).

Boggiano C. (Jaén, 2019) realizó la investigación: Conocimientos, actitudes y prácticas acerca del autoexamen de mamas en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca-Filial Jaén, 2018. El objetivo fue determinar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mama en

estudiantes de Enfermería. El estudio fue descriptivo, correlacional con una muestra de 132 estudiantes. Según resultados se encontró que 62,9 %, tienen un nivel de conocimiento medio, 62,1 % una actitud positiva y 72 % . práctica inadecuada del autoexamen de mamas Se concluye que el nivel de conocimiento tiene relación significativa con la práctica de autoexamen de mamas ($p < 0,05$) (8).

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Teorías que Fundamentan la Investigación

2.2.1.1. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender

El modelo de promoción de la salud de Nola pender, nos muestra el procedimiento de como el individuo llega a participar o no en comportamientos de bienestar a través de experiencias personales relacionadas con su conducta y conocimientos obtenidos. El gráfico de Pender tiene como primer concepto experiencias individuales que ha tenido una persona y la probabilidad de que se haya comprometido a conductas de promoción de la salud (17).

El segundo concepto es sobre factores personales clasificados en biológicos, psicológicos y socioculturales, los cuales definen a cada conducta de manera individual. En la segunda columna presentan 6 conceptos, el primero es la percepción de beneficios de la acción, que son las consecuencias positivas de la conducta de salud. El segundo es la percepción de barreras para la acción, mostrando a los obstáculos que tiene la persona y que le impide lograr la acción y la conducta de salud (17).

El tercer componente, es la percepción de autoeficacia, este representa la percepción que tiene la persona para realizar alguna conducta y teniendo como producto menos impedimentos percibidos para lograr obtener una buena conducta de salud. El cuarto concepto, son los afectos relacionados de la actividad, lo que se refiere a la manera en cómo la persona ve a la acción, manifestando pensamientos positivos o negativos sobre este. El quinto componente son las influencias personales, donde hay gran

probabilidad que el individuo adopte comportamientos de promoción de salud solo si personas cercanas a ellos le brindan apoyo y se unen en la adopción de comportamientos de salud (17).

El último concepto son las influencias situacionales en el entorno, las cuales pueden hacer dudar al individuo, aumentando o disminuyendo su participación en el compromiso en la conducta de salud. En la tercera columna los diversos componentes obtienen como resultado final un compromiso para un plan de acción, una conducta promotora de la salud. Sin embargo, este puede ser persuadido por demandas como el trabajo y responsabilidades que tienen un bajo control, y por preferencias que son decisiones propias que poseen un alto control (17).

El modelo de promoción de la salud nos sirve para analizar como los conocimientos y percepciones de los estudiantes de Enfermería influyen en la práctica del autoexamen mamario, identificando las barreras que impiden la adopción de esta práctica preventiva, orientando el diseño de intervenciones educativas que mejoren el conocimiento y la práctica en los estudiantes de Enfermería. (17)

2.2.1.2. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem

La teoría del autocuidado

El autocuidado es una acción aprendida por los individuos, direccionados hacia un objetivo. Es un comportamiento que se da en circunstancias específicas de la vida, orientado por uno mismo, hacia los demás o hacia el entorno, para controlar factores que perjudican el propio desarrollo y funcionamiento de vida, salud o bienestar (18).

La teoría del déficit del autocuidado

La teoría muestra la relación entre demanda de autocuidado terapéutico y la acción de autocuidado del comportamiento humano, las capacidades desarrolladas de autocuidado que conforman la acción, no son las apropiadas para determinar los componentes de la demanda de

autocuidado terapéutico existente o previsto. Las personas poseen aptitudes para adaptarse a los cambios que se producen en sí mismo o en su entorno. Dorothea Orem usa el término agente de autocuidado para referirse a la persona que brinda cuidados. Cuando los seres humanos se cuidan por sí mismos se les considera agentes de autocuidado. El autocuidado es la capacidad de para participar en su propio cuidado. Las personas que saben satisfacer sus propias necesidades de salud tienen una agencia de autocuidado desarrollada capaz de satisfacer sus necesidades de autocuidado (18).

Al instruirnos sobre la teoría de déficit de autocuidado coincidimos con Dorothea Orem que hay una relación entre las propiedades humanas de necesidad terapéutica de autocuidado y la actividad de autocuidado, donde la capacidad de autocuidado no es adecuada para conocer y cubrir algunos o todos los elementos de la necesidad terapéutica de autocuidado existentes. Esto incluye a aquellos pacientes que requieren una total ayuda de la enfermera por su incapacidad total para desarrollar actividades de autocuidado (18).

La teoría de Dorothea nos permite identificar y analizar el déficit de autocuidado en los estudiantes de Enfermería en relación con el autoexamen de mamas, evalúa el agente de autocuidado y proporciona una base teórica para justificar la necesidad de intervenciones educativas que ayuden a mejorar la práctica, fortaleciendo el concepto de autocuidado tanto para la salud personal como para el futuro rol como promotor de la salud (18).

2.3. Bases Conceptuales

2.3.1. Conocimiento:

El ser humano tiene capacidad cognitiva lo que le facilita comprender lo que le rodea, esta peculiaridad es adquirida mediante la experiencia y el aprendizaje. Desde este punto de vista se puede percibir al conocimiento

como un conjunto de informaciones y representaciones abstractas interrelacionadas que se han acumulado a través de la observación y la experiencia (19).

2.3.1.1. Elementos del conocimiento

- **Sujeto:** Es aquella persona que realiza la acción cognoscitiva al que se denomina “sujeto cognoscente” y hace uso de sus sentidos para procesar la información (20).
- **Objeto:** Es el componente concreto o abstracto que el individuo debe comprender para añadir a su campo cognitivo. Este puede ser parcialmente conocido o totalmente desconocido por el sujeto de conocimiento (20).
- **Operación cognoscitiva:** Es forma de comprender como se da el proceso mental sobre que debe realizar el sujeto en relación del objeto para conocerlo. Se considera que la operación cognoscitiva es inmediata y la representación perdura en el tiempo (20).
- **Representación:** Es el acto interno que adquiere el sujeto al integrar el objeto a través de la operación cognoscitiva. Para obtener el pensamiento donde el sujeto intenta reproducir en su mente el objeto generando una imagen mental (20).

2.3.1.2. Tipos de conocimiento

a) Conocimiento empírico:

Este tipo de conocimiento se adquiere a través de la experiencia del contacto directo con el entorno, teniendo en cuentas las siguientes características: La observación, percepción y el entorno. (21).

b) Conocimiento teórico:

Este tipo de conocimiento muestra conceptos que tienen que ver con la interpretación de la realidad generando de este modo conocimientos

científicos, filosóficos y las creencias religiosas sin necesidad de tener que trasladarlos a la práctica (21).

- c) **Conocimiento práctico:** El sujeto adquiere conocimiento que nos permite obtener un fin o realizar una acción concreta mediante la práctica evidenciando destrezas y habilidades (21).
- d) **Conocimiento en salud:** Adquirir conocimientos en salud implica comprender la salud y el bienestar general, la información sobre salud puede ser difícil de comprender, esto incluye indicaciones médicas, formularios y términos. En consecuencia, la falta de información puede dificultar el manejo correcto de la salud para los pacientes y familias de escasos recursos (22).

2.3.1.3. Valoración del conocimiento

Se clasificaron los resultados según la puntuación total obtenida, en tres puntos de corte, para inferir el nivel de conocimientos, en alto, medio y bajo, teniendo en cuenta el máximo y mínimo puntaje obtenido, en base a la valoración de los ítems para cada interrogante sujeta a intervenir.

- Conocimiento alto: Es la capacidad de conocer, entender y comprender elementos en la mayoría del aspecto más específico (23).
- Conocimiento medio: A diferencia del conocimiento alto el conocimiento medio es una forma de conocer con una menor mediada algunos criterios podrían ser mínimos ya sea por capacidad de entendimiento y/o aplicación de lo aprendido (23).
- Conocimiento bajo: Nos muestra el conocimiento limitado y la capacidad deficiente de conocer algunos aspectos debido a algunos factores que podría estar relacionado a sus vivencias (23).

2.3.2. Práctica

Definición: Es el conjunto de acciones que se llevan a cabo teniendo en cuenta conocimientos previos, con el propósito de mejorar en la disciplina

que se practica, incrementando destreza y habilidad. Las prácticas se ejecutan con el fin de mejorar o adquirir más experiencia o dominio de algún elemento en específico. La práctica es una manera de transformar una realidad, acercarnos y proyectar alternativas de solución frente a dificultades aún desconociendo cual será la solución verdadera y real para cada situación (24).

Escala para medir prácticas

- a) Práctica Adecuada: Grado de destreza realizada en forma correcta ante una situación reiterada conforme a lo establecido.
- b) Práctica Inadecuada: Grado de destreza realizada de forma errónea que no sigue las pautas establecidas.

2.3.2.1. Anatomía de la mama

Glándula mamaria: Las Glándulas mamarias también denominadas senos, son órganos glandulares destinados a producir y secretar leche. Cumplen una función importante durante la lactancia materna brindando alimentación al recién nacido, siendo considerados como verdaderos anexos del aparato de la generación. Tanto hombres como mujeres poseen mamas, pero varían en dimensión y morfología (25).

A) Anatomía: Las mamas están localizadas en la parte anterosuperior del pecho, a derecha e izquierda del esternón, delante de los músculos pectorales mayor y menor, situados entre la tercera y la séptima costilla. Ubicado a la altura de los brazos simétricamente situadas (25).

La glándula mamaria va a variar de diámetro de acuerdo a la madurez sexual, en un recién nacido la glándula mamaria mide 8.10 mm de diámetro manteniéndose así hasta la pubertad. Durante esta etapa surge un crecimiento repentino, llegando en poco tiempo a medir de 10-11 cm. de altura, de 12-13 cm. de anchura y 5-6 cm. de espesor. Respecto al peso la mama varía de acuerdo al volumen. En un recién

nacido el peso de la glándula mamaria es de 30-60 g. En la joven que no da de lactar su peso es de 150-200 gr. En la mujer adulta, el peso oscila entre 400-500 gr, pero puede llegar hasta 800-900 gr. Las mamas son duras y elásticas en las jóvenes nulíparas, no obstante, van perdiendo su consistencia debido a los partos repetidos seguidos de un periodo de lactancia (25).

B) Estructura anatómica: La glándula mamaria adulta está conformada por tres estructuras elementales: piel, grasa subcutánea y tejido mamario, con parénquima y estroma. La cara anterior o cutánea, fuertemente convexa tiene relación con la piel. En casi toda la prolongación esta cara es lisa y uniforme, de coloración blanquecina color blanquecino y cubierta de fino vello (25).

- La areola: Es el área circular que rodea el pezón y tiene un diámetro de 15 a 25 mm de diámetro, presenta una coloración oscura con tubérculos de morgagni de 12 a 20 por término medio esto hace que tenga un aspecto rugoso. Los tubérculos de morgagni son glándulas sebáceas que muestran una peculiaridad en cuyo centro de cada una de estas glándulas se encuentra un pelo, casi siempre de pequeñas dimensiones. Durante el periodo de gestación la areola sufre cambios que pueden ser notorios como el cambio de color y los tubérculos de morgagni se hacen más voluminosos (25).
- El pezón: Esta localizado en el centro de la mama es una gruesa papila que sobresale en el centro de la areola. Es de forma cilíndrica, irregular, rugoso y, a veces, se presenta como agrietado. Debe este aspecto a una multitud de surcos y de papilas que se levantan en su superficie. También puede observarse de 12 a 20 orificios que son, las desembocaduras de los conductos galactóforos. El pezón y la areola poseen músculo liso eréctil, así como glándulas sebáceas (25).

- Los ductos galactóforos: Estos ductos tienen su origen en el pezón y cada uno se ramifica y extiende hacia dentro de la glándula mamaria terminado la ramificación en ductos menores llegando a un punto de drenaje. El volumen drenado a través de la red ductal, se considera un lóbulo de la mama (25).

C) Fisiología de la glándula mamaria: El tejido glandular de acuerdo a los distintos periodos de evolución que atraviesa la mujer, experimenta cambios físicos en la pubertad, en la fase proliferativa del ciclo menstrual, embarazo, lactancia y periodo de menopausia. Durante el periodo menstrual el tejido mamario está expuesto a ciclos de estrógeno, que estimula el crecimiento de los conductos galactóforos durante la primera parte del ciclo, y de progesterona, que estimula los lobulillos en la segunda mitad. En esta fase se presenta dolor en las mamas y pequeños nódulos a la palpación. Cuando las mujeres atraviesan por la etapa de la menopausia, hay una disminución natural en el estrógeno y las mamas se vuelven menos densas, como resultado de los cambios fibroquísticos. La gran mayoría de estas masas tumorales son benignas, empero algunas serán consecuencia del cáncer de mama (26).

2.3.2.2. Autoexamen de mamas

A) Definición:

La autoexploración mamaria es un método que tiene como finalidad detectar el mayor número de mujeres con afecciones mamarias en estadios iniciales, teniendo en cuenta aspectos como la observación y la palpación del tejido mamario y anexos, lo que facilita tratamientos menos invasivos, aumentando el índice de supervivencia y mejorando la calidad de vida de la mujer. Por consiguiente, si un tumor mamario es diagnosticado en etapas tempranas significa un tratamiento oportuno y de esta manera la

mujer evita sufrir cambios psicológicos como temor, ansiedad y depresión que implica la noticia de padecer de esta neoplasia (27).

Es importante que la población cree un hábito de la autoexploración mamaria ya que puede salvar un gran porcentaje de vida tanto de hombres como de mujeres, el hecho de disponer de conocimiento sobre las mamas, ayuda a detectar cualquier anomalía de forma inmediata. Si las anomalías en las mamas son detectadas de manera temprana, existen muchas probabilidades de un tratamiento exitoso (27).

B) Frecuencia del autoexamen:

La autoexploración mamaria se debe realizar una vez al mes desde la menarquia y 7 días después del primer día de su menstruación, puesto que en este periodo el tejido mamario está menos sensible y es menor el edema de las mamas. Para las mujeres que estén atravesando el periodo de la menopausia y post menopáusica lo deben realizar un día fijo al mes. Se recomienda que se lleve a cabo un día específico de cada mes para crear un hábito (28).

C) Importancia:

Realizar la autoexploración mamaria sirve para conocer el estado de las mamas, mediante la observación y la palpación podemos determinar si hay algún cambio en su aspecto y composición. En su gran mayoría los cambios que se detectan en durante el proceso de autoexamen tiene causas benignas, pero algunos cambios pueden indicar algo grave, como cáncer de mama (6).

D) Tiempo:

El examen clínico detallado y minucioso de la glándula mamaria se realiza en un tiempo de 6 y 10 minutos debe incluir ambos senos y ganglios linfáticos axilares. Debe abarcar ambas mamas y los

ganglios linfáticos axilares. Hay que emplear al menos 3 minutos a explorar cada mama, aunque el tiempo puede variar puede ser mayor o menor, esto depende de la destreza y habilidad, la edad del paciente, la densidad del tejido mamario y sus antecedentes en cuanto a salud de la mama (26).

E) Técnica para autoexamen

- **Inspección:** Es el proceso que consiste en observar el aspecto externo de las glándulas mamarias, se realiza comparando de forma detallada y minuciosa cada mama, esta inspección se realiza frente a un espejo observando el tamaño, la posición y la simetría, teniendo en cuenta la textura de la piel si esta presenta pliegues, huecos, retracción del pezón, presencia de secreciones o eczemas alrededor del pezón. Esta técnica se debe ejecutar con los brazos extendidos sobre los costados y por consiguiente con los brazos levantados sobre la cabeza (28).

Signos clínicos que se pueden encontrar durante la inspección

- **Pezón invertido (umbilicación):** Se presenta cuando sufren padecimientos inflamatorios o infecciosos del pezón como la galactoforitis. En algunas circunstancias puede hallarse desde el inicio del desarrollo de la glándula mamaria, pero de ser el caso se debe sospechar de afección mamaria maligna (29).
- **Retracción de la piel:** Este signo se puede identificar en el examen físico es rasgo cutáneo que indica un cambio fibroblástico subyacente, que es frecuente de los carcinomas cercanos a la piel, aunque también puede ser secundario a traumatismos como la necrosis grasa (29)
- **Cambios de coloración de la piel:** Al observar la piel de las mamas se puede apreciar engrosamiento y poros abultados o prominentes conocidos como la piel de naranja, siendo una

característica peculiar de tumores que invaden la piel, en el caso del tumor de tipo inflamatorio hay una infiltración a los vasos linfáticos subdérmicos. Cuando hay un proceso inflamatorio o agudo se aprecia cambio de color en la mama, presencia de eritema, ectasia ductal, mastitis y galactocele infectado (29).

- **Secreción por el pezón:** La secreción es normal cuando es calostro o leche y se da de forma espontánea, una secreción es anómala cuando tiene un aspecto seroso, serohemático o hemorrágico esto indica que podría tratarse de un cáncer (29).
 - **Red venosa:** Cuando una mujer está gestando o es obesa esta red venosa es visible en ambas mamas; aquellos que son unilaterales se deben a dilataciones de las venas superficiales, en consecuencia, del flujo sanguíneo que irriga una neoplasia maligna de la mama (29).
- **Palpación:** En este procedimiento de exploración física se usa el tacto para encontrar posibles bultos anómalos o nódulos en la glándula mamaria. Se recomienda la posición decúbito supino, colocando una almohadilla bajo la espalda en la región del seno a examinar. Al momento de palpar el seno derecho se realiza con la mano izquierda y el seno izquierdo con la mano derecha, usando la yema de los dedos y con una presión moderada. En dirección de las manecillas del reloj o en forma de zigzag en busca de pequeñas nodulaciones, esta palpación debe profundizarse hasta la región axilar de cada lado (28).
- **Posición y métodos para el autoexamen**
Paciente en posición sedente
- **Barrido de la pared torácica:** La persona que va a ser examinada debe estar con los brazos sueltos a los costados, luego se coloca la palma de la mano derecha del examinador entre la clavícula derecha y el esternón de ella, y se arrastra

hacia abajo hasta el pezón para encontrar posibles bultos superficiales, este desplazamiento se repite hasta cubrir toda la pared torácica, se hace lo mismo con la mano izquierda del lado izquierdo (29).

- **Palpación digital manual:** Para realizar este método es indispensable conocer la posición de las manos, se debe colocar una mano con la superficie palmar hacia arriba debajo del seno derecho de la paciente, y con los dedos de la otra mano se pasa sobre el tejido de la mama para encontrar posibles bultos anómalos, comprimiéndolos entre los dedos y con la mano extendida, lo mismo se repite en el otro seno (29).
- **Paciente en posición supina:** Para realizar el autoexamen de mama en esta posición el individuo debe levantar un brazo y posicionarlo detrás de la cabeza, seguidamente se coloca una almohada o toalla doblada bajo el hombro, para que el tejido mamario se extienda con más uniformidad sobre la pared del tórax. A través del uso del tacto mediante los dedos 2°, 3° y 4° y ligeramente flexionados se procede a realizar la autoexploración presionando suave pero firme sobre la pared torácica empleando niveles de profundidad: leve, media y profunda ejerciendo presión hacia adentro (29).

F) Métodos de palpación

- **Paralela:** Se inicia por la parte superior de la mama y se hace el recorrido palpando toda su extensión vertical, se comienza hacia abajo y luego hacia arriba, hasta llegar al pezón, posteriormente vuelva a colocar a la persona para aplanar la parte medial de la mama (29).
- **Radiales:** Este método comienza desde el borde del hemisferio mamario hasta el pezón y se realiza en ambas glándulas mamarias (29).

- Circulares. Se realiza el movimiento circular desde el borde exterior del tejido mamario en forma de espiral y termina en el pezón, este método es el más recomendado y apropiado (29).

G) Pasos para su realización

- Es primordial contar con buena iluminación luego colocarse frente a un espejo, situar sus manos detrás de la cabeza y elevar los codos. Seguidamente observamos ambas mamas, teniendo en cuenta la forma, tamaño, la presencia de bultos o hundimientos, color de piel, cambios en la textura y posición del pezón (27).
- Para inspeccionar la mama derecha, ubique su mano derecha detrás de la cabeza elevando el codo, y con su mano izquierda, con la yema de los dedos 2°.3° y 4°, ejerza presión suavemente con movimientos circulares (27).
- Prosiga dando vuelta a la mama en sentido de las agujas del reloj, en seguida palpe toda la superficie de la mama tratando de explorar la presencia de masas o dolor (27).
- Para chequear el pezón se hace emplea el dedo pulgar e índice presionando suavemente notando si hay presencia de secreción o sangrado (27).
- Al examinar la axila derecha se usa la yema de los dedos y se realiza movimientos circulares buscando la presencia de masas lo mismo se realiza en la mama izquierda colocando la mano izquierda detrás de la cabeza elevando el codo con los pasos anteriormente mencionados (27).
- En la posición acostada coloque una almohada o un paño grueso doblado bajo su hombro derecho, al examinar el seno derecho ubique su mano derecha detrás de la cabeza elevando el codo y con la yema de los dedos de la mano izquierda haga una presión

suave con movimientos circulares en toda la mama explorando anomalías como masas o hundimientos (27).

- Al momento de examinar la glándula mamaria izquierda, ubique su mano izquierda detrás de la cabeza elevando el codo y realice los pasos anteriormente mencionados (27).

Es primordial que toda la mujer y hombre conozcan sobre la autoexploración mamaria para poder identificar de manera oportuna algunas anomalías presentes en las mamas y no olvidar que se debe realizar mensualmente 7 a 10 días después del comienzo del periodo y en mujeres con menopausia realizarlo una vez al mes teniendo un día específico en un ambiente tranquilo y siempre de la misma forma (27).

2.4. Hipótesis de la investigación

Ha: Existe relación significativa entre conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.

Ho: No existe relación significativa entre conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023.

2.5. Variables de estudio

- Variable 1: Conocimientos sobre el autoexamen de mamas.
- Variable 2: Práctica del autoexamen de mamas.

2.6. Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Categorías	Escala de medición
Conocimientos sobre el autoexamen de mama	El conocimiento es una de las capacidades más relevantes del ser humano, ya que le permite entender la naturaleza de las cosas que los rodean, sus relaciones y cualidades por medio del razonamiento (16).	La variable de conocimientos sobre el autoexamen de mama será medida a través de un cuestionario elaborado por Nina (30).	Definición del AEM	1. Definición de autoexamen de mamas	Alto 9 -12 pts Medio 5-8 pts Bajo 0- 4 pts.	Cuantitativa ordinal
			Importancia del AEM	2. Importancia del autoexamen de mamas		
			Inicio del AEM	3. Inicio de práctica del autoexamen de mamas en las mujeres 4. Etapa en que la mujer debe realizarse el autoexamen de mamas 5. Etapa en que el varón debe realizarse el autoexamen de mamas		
			Frecuencia del AEM	6. Frecuencia del autoexamen de mamas		
			Momento del AEM	7. Cuando realizar el autoexamen de mamas en relación a la menstruación		
			Posición del AEM	8. Posición para palpar las mamas		
			Cambios al observar y palpar	9. Inspección de las mamas 10. Palpación de las mamas		
			Posición de dedos	11. Posición de los dedos durante el autoexamen de mamas		
			Intensidad de la presión	12. Intensidad para presionar las mamas durante la autoexploración		

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Categorías	Escala de medición
Práctica del autoexamen de mama	Las prácticas son un conjunto de actividades o acciones que desarrollamos al aplicar ciertos conocimientos, con la finalidad de mejorar en la disciplina que se practica. Las prácticas se ejercen para mejorar en algo, o tener más experiencia o dominio en una cosa en específico (24).	La variable de práctica sobre el autoexamen de mama será medida a través de un cuestionario elaborado por Nina (30).	Técnica del autoexamen de mamas	1. Realiza el autoexamen de mamas	Adecuado: 46 – 75 puntos Inadecuado: 15- 45 puntos	Cuantitativa Ordinal
				2. Realiza el autoexamen durante la etapa menstrual		
				3. Para la palpación de sus mamas solo utiliza la posición acostada		
				4. Se pone frente al espejo y observa cambios en las mamas		
				5. Pone las manos en sus caderas y después los brazos extendidos, observando el cambio de tamaño o aspecto de las mamas.		
				6. Para examinar las mamas utiliza las yemas de los 3 dedos medios		
				7. Durante el baño pone su mano izquierda detrás de la cabeza y examina la mama derecha con la mano derecha y viceversa		
				8. Al examinar la mama junta los dedos y presiona con las yemas de los tres dedos medios haciendo lentamente un movimiento circular, siguiendo el sentido de los puntos del reloj (desde las 12) intentando palpar la posible presencia de nódulos.		
				9. La misma operación (8) solo en las posiciones de las 12,3, 6 y 9 del reloj		
				10. Cuando termina, vuelve a poner los dedos y la mano en la misma actitud, pero ahora alrededor del pezón y con movimientos circulares, en sentido de las agujas del reloj.		
				11. Se fija en el pezón solo la posible exudación de líquido.		
				12. Realiza la palpación del área cercana a la axila		
				13. Al terminar la exploración, realiza la misma operación en su otra mama, utilizando los puntos 12, 3, 6 y 9 de reloj.		
				14. Realiza la misma operación estando acostada, colocando una almohada en el hombro derecho para explorar con la mano izquierda su mama derecha, y viceversa		
				15. Se siente segura para enseñar la práctica del autoexamen de mamas.		

CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. Diseño y tipo de estudio

La presente investigación tiene carácter cuantitativo, empleándose cálculos matemáticos, para la comprobación de la hipótesis que ayudan al reforzamiento de teorías existentes. El estudio fue descriptivo, de corte transversal y tipo correlacional.

Enfoque cuantitativo:

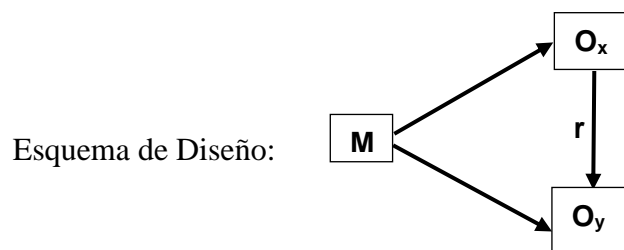
El enfoque es cuantitativo puesto que utiliza la recolección de datos para probar la hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (31).

Descriptivo:

Se describe de forma sistemática las características de una población, situación o área de interés (32).

Correlacional:

La investigación pretende visibilizar cómo se relacionan o vinculan distintos fenómenos entre sí, cómo se comporta una variable conociendo el comportamiento de otra variable relacionada (33). Esta investigación es correlacional porque busca determinar la relación entre el nivel de conocimientos y las prácticas del autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la UNC.



Donde:

M: Estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

O_x: Conocimiento sobre el autoexamen de mamas

O_y: Prácticas del autoexamen de mamas

r: Relación entre las variables

Transversal:

Porque se va a realizar en un determinado tiempo de ocurrencia de los hechos.

3.2. Población de estudio

Conformado por estudiantes de la Escuela Académico de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca que hacen un total de 264 estudiantes de ambos sexos.

3.3. Criterio de inclusión y exclusión**Criterios de inclusión**

- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes mayores de 20 años
- Estudiantes que aceptaron participar voluntariamente participar en el estudio
- Estudiantes que registran matrícula durante el año 2023

Criterios de Exclusión

Estudiantes que no estuvieron presentes en el momento de recolección de datos.

3.4. Unidad de análisis

Cada uno de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

3.5. Marco muestral

Constituido por el registro de los estudiantes matriculados en el periodo 2023 de la Escuela Profesional de Enfermería.

3.6. Muestra

Para la selección de la muestra se consideró el Muestreo Aleatorio Simple, además el tipo de variable es Cuantitativa y por lo tanto se utilizará la siguiente formula:

$$n = \frac{NZ^2PQ}{(N-1)D^2 + Z^2PQ}$$

Resolviendo tenemos:

$$n = \frac{264 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{(264 - 1)0.0565^2 + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 140.8 = 141$$

Donde:

n = Tamaño de la muestra

N = Población (N=264)

Z: Valor asociado a un nivel de confianza. (Z=1.96 si es 95% de Confianza)

D = Margen de error (0.0565)

P = Probabilidad de ocurrencia

Q = Probabilidad de no ocurrencia

Muestra: 141 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería.

3.7. Selección de la muestra procedimiento de muestreo

El tipo de muestreo que se utilizó es el aleatorio simple, de modo que todos los individuos tengan la misma oportunidad de ser incluidos en la muestra (34).

3.8. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se utilizó fue la encuesta y como instrumento dos cuestionarios, el cual fue aplicado y validado por Nina (30). Uno para medir los conocimientos y otro para valorar la práctica sobre autoexamen de mamas. El cuestionario de conocimiento consta en dos partes. La primera parte corresponde a los datos generales, y el cuestionario estructurado en 12 preguntas, que evalúa el conocimiento sobre el autoexamen de mamas. Cada respuesta correcta es calificada con 1 punto y la respuesta incorrecta con 0 puntos. Obteniendo un total de 12

puntos, agrupados de la siguiente manera: conocimiento alto de 9 a 12 puntos, conocimiento medio de 5 a 8 puntos y conocimiento bajo de 0 a 4 puntos.

La segunda parte que evalúa las prácticas del autoexamen de mamas, es un cuestionario estructurado de 15 preguntas a ser respondidos de acuerdo a la escala de Likert, siendo, nunca: 1 punto, rara vez: 2 puntos, a veces: 3 puntos, con frecuencia: 4 puntos y siempre: 5 puntos. Para la interpretación de los resultados se tuvo en cuenta el siguiente puntaje: prácticas inadecuadas de 15 a 45 puntos y prácticas adecuadas de 46 a 75 puntos.

- **Proceso de recolección de datos**

Para la recolección de datos del estudio se envió una solicitud a la directora de la Escuela Profesional de Enfermería, para autorizar la participación de los estudiantes matriculados en el periodo 2023. Teniendo ya el permiso, se coordinó con las docentes correspondientes para poder aplicar el cuestionario. Se dio a conocer el objetivo de la investigación y el instrumento de aplicación. La herramienta que se utilizó fue el cuestionario, mediante el cual se obtuvo los resultados de forma inmediata y de manera gráfica, permitiéndonos ingresar estos datos al software en el SPSS versión 26. Además, se utilizó la prueba de coeficiente de Spearman para medir la relación entre las variables conocimiento sobre el autoexamen de mamas y prácticas del autoexamen de mamas.

- **Validez y confiabilidad del instrumento**

El instrumento fue validado por Boggiano C. obteniendo el coeficiente de confiabilidad mediante la prueba Kuder Richardson, para los conocimientos el valor alcanzado fue (0,83), se usó el Alfa de Crombach para las prácticas del autoexamen de mamas (0,96), indicando así que el instrumento tiene alta confiabilidad. Por lo tanto, el valor promedio del presente instrumento para el estudio es confiable (8).

- **Prueba piloto**

El instrumento se aplicó a 20 estudiantes de las Escuela Profesional de Enfermería, los cuales no formaron parte de la investigación y tuvieron una

confiabilidad de 0.734 y 0.940 mediante el cálculo del Alfa de Cronbach en el SPSS versión 26, es decir que los instrumentos son confiables (Anexo 3).

3.9. Procesamiento y análisis de datos

La recolección de información se realizó a través de encuestas a una muestra seleccionada de 141 estudiantes, la información fue organizada y tabulada en una hoja de cálculo de Excel y se procesó estadísticamente a través del SSPS, versión 26, donde se obtuvo los resultados en tablas y gráficos que serán interpretados estadística y gráficamente, la asociación de variables se realizó mediante la prueba T de student (Coeficiente de spearman).

3.10. Consideraciones éticas y rigor científico

- **Respeto a las personas:** Es el valor que se da a las opiniones y elecciones de personas autónomas al mismo tiempo que se evita obstruir sus acciones, a menos que éstas sean claramente en detrimento de otros (35).
- **Beneficencia:** Este principio debe ser entendido como la obligación de no hacer daño a aquellas personas que participan de la investigación; y extender al máximo los beneficios y disminuir los daños posibles (35).
- **Justicia:** Debe haber justicia en la distribución o lo que se merece, por otro lado, el principio de justicia es que los iguales deben tratarse con igualdad. El investigador debe ser equitativo en ofrecer a cada individuo la posibilidad de riesgo o beneficio independientemente del género, etnia o condición social (35).
- **Autonomía:** Se refiere al respeto por los derechos de cada ser humano, a tomar sus propias decisiones, este principio se concreta con la obtención del consentimiento informado, comprensivo, competente y voluntario del individuo que va a participar en la investigación (36).

3.11. Dificultades y limitaciones para el estudio

- Dificultad para encuestar a aquellos estudiantes que están realizando el internado en los diferentes lugares de nuestra región.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

Tabla 1. Conocimientos sobre el autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023

Conocimiento	N°	%
Bajo	31	21.99
Medio	104	73.76
Alto	6	4.26
Total	141	100.00

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de Enfermería de la UNC

En la tabla 1, Se presenta el conocimiento que tienen los estudiantes de Enfermería sobre el autoexamen de mamas entre lo más resaltante se tuvo que el 73.76% tiene conocimiento medio, mientras que el 21.99% tiene conocimiento bajo y el 4.26% tiene conocimiento alto.

Tabla 2. Prácticas del autoexamen de mamas de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023

Práctica	N°	%
Inadecuado	103	73.05
Adecuado	38	26.95
Total	141	100.00

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de Enfermería de la UNC

En la tabla 2. Se observa que la práctica del autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería el 73.05% tiene práctica inadecuada y el 26.95% tiene práctica adecuada.

Tabla 3. Relación entre conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2023

Conocimiento	Práctica					
	Inadecuado		Adecuado		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	26	18.44	5	3.55	31	21.99
Medio	74	52.48	30	21.28	104	73.76
Alto	3	2.13	3	2.13	6	4.26
Total	103	73.05	38	26.95	141	100.00

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de Enfermería de la UNC

En la tabla 3. Se observa que 104 de las estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca tienen conocimiento medio, el 52.48% tiene prácticas inadecuadas, frente a un 21.28% que realiza prácticas adecuadas. Por otro lado, 31 de los encuestados poseen conocimiento bajo, el 18.44% con prácticas inadecuadas, frente a un 3.55% que realizan prácticas inadecuadas. Finalmente 6 estudiantes tienen conocimiento alto y 2.13 % práctica inadecuada y adecuada.

4.2. Discusión

En el presente estudio de investigación, participaron 141 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, donde se puede evidenciar que la mayoría de estudiantes tienen una edad de 20 a 25 años (90.78%), siendo de sexo femenino (85.11%) y de sexo masculino (14.89%). Respecto a los antecedentes familiares encontramos que (9.22%) refirió tener algún familiar con cáncer de mama y el (11.35%) refirió tener algún familiar fallecido con cáncer de mama. Según el conocimiento sobre el autoexamen de mamas, el (73.76%) tiene conocimiento medio, mientras que el (21.99%) tiene conocimiento bajo y solo el (4.26%) tiene conocimiento alto.

Los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca conocen la definición (86.52%) y la importancia (66.67%), pero desconocen en qué etapa de vida tanto hombres como mujeres deben realizar el autoexamen de mamas, las mujeres en (74.47%) y los hombres en (96.45%), no saben con qué frecuencia debe realizarse la autoexploración mamaria (54,61%), cuando se debe realizar (66.67%) y también desconocen cómo deben estar los dedos al momento de realizar la autoexploración mamaria (79.43%).

Hay estudios que guardan relación con los resultados obtenidos en el presente trabajo como tenemos a Aznaran y Apeña (12). En su estudio “Conocimientos y prácticas del autoexamen de mamas en mujeres que acuden al consultorio externo del Hospital Provincial Virú, 2022” quien encontró que el 60.3% de las féminas presentaron un nivel medio de conocimiento, el 37.0% nivel bajo y el 2.7% nivel alto.

Asimismo, datos similares ha reportado Benites y Monzón (13) demostrando que el 56,7% de las mujeres que acuden al Puesto de Salud Nicolás Garatea de la ciudad de Nuevo Chimbote muestran conocimiento medio, el 28,3% conocimiento alto y el 15,0% conocimiento bajo en la técnica del autoexamen de mamas. Justo R. (14). En su estudio evidenció que nivel de conocimiento es bajo en 35,40 %, nivel medio en 45,1%. Del mismo modo Boggiano C. (8) encontró

que los estudiantes de Enfermería de la UNC - Filial Jaén tienen un nivel de conocimiento medio sobre autoexamen de mama en (62,9 %).

Datos opuestos encontró Hernández et al. (10) evidenciando que 80,6% conoce como se realiza el autoexamen de mama. Mientras que otros autores nos muestran que evidenciaron conocimiento básico como Reyes y López (9) indicando que el nivel de conocimiento del autoexamen fue básico en 81.9%. Igualmente, Paredes (16) quien señala el 30,5%, si tiene conocimientos básicos sobre cómo debe realizarse el autoexamen de mamas y 69,5% desconoce sobre el tema.

El presente trabajo de investigación muestra que las prácticas de autoexamen de mamas en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, el 73.05% tiene prácticas inadecuadas y el 26.95% tiene prácticas adecuadas. El alto porcentaje de la práctica inadecuada es preocupante, esto indica que, el 53.9% no practica la autoexploración mamaria, 60,29% no toma en cuenta la técnica de las manecillas del reloj, el 65.96% no ejecuta la palpación acostada, 52,48% no realiza la inspección de mamas y 53.9% durante la ducha no toma en cuenta esta práctica mamaria.

Hay estudios que guardan relación con Benites y Monzón (13), evidenciando que el 61,7% presentaron inadecuada práctica en la técnica del autoexamen de mamas y el 38,3% fueron adecuadas. De igual manera Silva R (15). evidenció que las prácticas de autoexploración mamaria el 59,4% fue inadecuado. Igual Paredes J (16) quien expresa que la práctica es inadecuada en 58,3% adecuada en 41,7%. Otro estudio encontrado por Boggiano (8) evidenció que 72 % tienen una práctica inadecuada del autoexamen de mamas.

Por el contrario, Hernández et al. (10) encontraron que el 78,7% tiene práctica adecuada. Asimismo, Aznaran y Apeña (12) con respecto a la práctica de autoexamen de mamas, encontró que el 84.9% de las mujeres presentaron prácticas adecuadas y el 15.1% prácticas inadecuadas.

Los resultados en el presente estudio de investigación evidencian que mayormente el conocimiento en los estudiantes es medio en 76.73 %, el cual nos indica que

tienen escasos conocimientos del autoexamen de mamas, reflejado a la vez en una práctica inadecuada en el autoexamen en 73.05%. Esto se fundamenta con la teoría de Orem donde relata que las personas deben comprender el autocuidado como actos aprendidos para encaminar acciones a la promoción de la salud, los estudiantes de enfermería no muestran acciones de autocuidado.

Además, existen carencias políticas en nuestra E.A.P y alma máter, sobre programas preventivos que educan a la población sobre el riesgo de sufrir neoplasia de mamas y los beneficios de la detección precoz, mediante el autoexamen de mamas originando una carencia del conocimiento. Los futuros profesionales de salud, durante su formación académica deben reforzar sus conocimientos, para que puedan desenvolverse como agentes de salud, educando a la población para detectar precozmente el cáncer de mama.

Las prácticas preventivas de autoexamen de mamas son una herramienta para la detección precoz de cáncer de mama, en nuestro estudio de investigación prevalece las prácticas inadecuadas. La carencia de práctica mamaria es una barrera que no permite realizar una prevención adecuada y oportuna. Se muestra una gran necesidad de fomentar, promocionar y enseñar a los estudiantes la importancia que tiene la autoexploración adecuada para prevenir y promocionar la salud logrando prevenir en estadios tempranos el cáncer de mama evitando mayores complicaciones en la salud.

Los resultados obtenidos de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023, según conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas, el 52.48% tiene conocimiento medio y la práctica es inadecuada. Por lo tanto, se concluye que existe relación significativa entre el nivel de conocimiento sobre el autoexamen de mamas y prácticas del autoexamen de mamas, mediante la prueba estadística T de Student (coeficiente de spearman) a un nivel de significancia del 5%. Con un $p=0.002$

Algo similar encontró Benites J., Monzón D. (13) donde el 56,7% de las mujeres que acuden al Puesto de Salud Nicolás Garatea de la ciudad de Nuevo Chimbote presentan conocimiento medio, el 28,3% conocimiento alto y el 15,0%

conocimiento bajo. En la práctica del autoexamen de mamas el 61,7% presentaron inadecuada práctica en la técnica del autoexamen de mamas y el 38,3% fueron adecuadas. Se concluye que si existe relación estadística significativa entre el conocimiento y la practica en la técnica del autoexamen de mamas en mujeres del Puesto de Salud Nicolás Garatea de Nuevo Chimbote, 2022.

Igualmente, Justo R. (14) evidenció que el nivel de conocimiento es medio en 45,1% y la práctica es inadecuado al 68,14 % por lo que se concluye que el nivel de conocimiento no tiene relación significativa con las prácticas del autoexamen de mama. También Silva R. (15) encontró que el nivel de conocimiento sobre autoexamen de mama es regular con 40,6% y es bajo con 27,3%, y las prácticas del 59,4% fue inadecuado, concluyendo que existe relación significativa entre el conocimiento y las prácticas del autoexamen de mama en las mujeres participantes del estudio demostrado por un valor de Chi Cuadrado de 6,02 y un valor de $p=0,049$. Del mismo modo Boggiano (8) encontró que los estudiantes de Enfermería tienen un nivel de conocimiento medio sobre autoexamen de mama 62,9 %, y práctica inadecuada del autoexamen de mamas 72 %. Se concluyó que, a la prueba de X^2 de Pearson, el nivel de conocimiento guarda una relación significativa con la práctica de autoexamen de mamas ($p<0,05$).

Los conocimientos y prácticas inadecuadas sobre el autoexamen de mamas en los estudiantes de Enfermería limitan identificar oportunamente los signos y síntomas de la neoplasia mamaria dando como resultado falsos diagnósticos, afectando a hombres y mujeres y conduciendo a descubrir la neoplasia en etapa tardía afectando la calidad de vida. El estudio va a permitir utilizar estos resultados para realizar otros trabajos de investigación en la E.P de Enfermería, permitiendo de esta manera tomar decisiones de mejora, creando programas que fortalezcan las practicas preventivas dentro de la ciudad universitaria.

Según Orem el ser humano es capaz de adaptarse a los cambios que se produce en su entorno, teniendo comportamientos que logren el bienestar siendo agentes de autocuidado, pudiendo los estudiantes de enfermería, ser también agentes de cambio para el autocuidado en la salud preventivo promocional mediante el AEM para la detección precoz del cáncer mamario.

Orem nos indica que el autocuidado es una acción que ayuda a las enfermeras a conseguir habilidades y desarrollarse, siendo la responsable de la toma de decisiones. Por esta razón, es importante que los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, mantengan conductas de autocuidado hacia los demás para poder realizar prácticas preventivas sobre autoexamen de mamas.

Nola Pender en su teoría indica que las personas de acuerdo a las vivencias vividas, toman o no la decisión de participar en conductas de promoción de la salud, por ello es importante recibir información y motivación, en el conocimiento y práctica del autoexamen de mamas para tener cambios de conducta en los estudiantes de Enfermería y diseñen estrategias que motiven a la población en la adopción de conductas preventivo promocionales. La carencia en conocimientos y las practicas inadecuadas se ven reflejados dentro de la teoría de déficit de autocuidado evidenciado en el presente trabajo de investigación.

CONCLUSIONES

- El conocimiento sobre autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, en la dimensión de definición, importancia, cambios al observar y palpar e intensidad de la presión de mamas es alto, en la dimensión frecuencia, momento y posición el conocimiento es medio, en la dimensión inicio y posición de dedos en las mamas el conocimiento es bajo, predominando el conocimiento medio.
- La mayoría de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, realizan una práctica inadecuada de autoexamen de mamas.
- Existe relación significativa entre el conocimiento y la práctica del autoexamen de mamas, en estudiantes de Enfermería de la UNC, determinado mediante la prueba estadística T de Student (coeficiente de spearman) se encontró un nivel de significancia del 5%. Con un valor de $p=0.002$.

RECOMENDACIONES

- A la directora de la E.P de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, para que incentive a los docentes de la Escuela de Enfermería con énfasis a los docentes del área de la madre y el niño, sobre el autoexamen de mamas, para que puedan transmitir los conocimientos y prácticas adecuadas de la autoexploración a los estudiantes de Enfermería y de este modo se pueda fomentar una cultura preventivo promocional mediante el conocimiento y práctica adecuada del autoexamen de mamas.
- A la directora de la Oficina de Bienestar, para que ejecute actividades preventivo promocional en coordinación con la E.P. de Enfermería, para incentivar a todos los estudiantes de la universidad la práctica adecuada de autoexploración mamaria para ayudar a la detección precoz de cáncer.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ueki A, Rodríguez L, Díaz R. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mamas en mujeres de una zona rural. *Index Enferm.* 2024; 32(3).
2. Romaní F, Gutiérrez C, Ramos J. Autoexamen de mama en mujeres peruanas: prevalencia y factores sociodemográficos asociados. *Análisis de la Encuesta Demográfica de Salud Familiar (ENDES)*. Scielo. 2011; 72(1).
3. Ospina Díaz JM, Manrique Abril FG, Veja NA, Morales Pacheco AL, Ariza R. NE. La no realización del autoexamen de mama en Tunja, Colombia. *Enfermería Global.* 2011; 10(23).
4. Castillo I, Bohórquez C, Palomino J, Elles L, Montero L. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mama en mujeres del área rural de cartagena. *Revista U.D.C.A Actualidad & Divulgación Científica.* 2016; 19(1).
5. Lazo N. Conocimiento sobre cáncer de mama y práctica del autoexamen de mama en estudiantes de enfermería de una universidad. [Online].; 2021. Acceso 29 de Julio de 2024. Disponible en: <chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcgclefindmkaj/https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11228/Lazo%20Sosa%2C%20Norma%20Jacqueline.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
6. Garau L, Labrada Y. Importancia del autoexamen de mamas en la detección oportuna del cáncer. *MediSur.* 2021; 19(6).
7. Torrel E. Factores de no realización del autoexamen de mama en mujeres de 20 a 50 años. [Online].; 2020. Acceso 04 de 11 de 2024. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/60112/Torrel_ME-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
8. Boggiano C. CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS ACERCA DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. JAÉN,2018. [Online].; 2018. Acceso 5 de Julio de 2023. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.14074/3190>.
9. Reyes M, López L. Conocimiento para predecir la práctica y la actitud del autoexamen mamario. [Online]; 2021. Acceso 7 de Juniode 2023. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/journal/4577/457769670002/html/?fbclid=IwAR1hpBfaAycWPK9QYzDPPxndr6hKK5kjVBXA4iG0qVFXihAxy-mODZahcWo>.

10. Hernández J, Castillo I, Consuegra C, Chávez M. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre autoexamen de mamas en universitarias del área de la salud. Cartagena (Colombia.). Archivos de Medicina. 2019; 19(2).
11. Mesa D, Velandia D, Quemba M. Autoexamen de seno: conocimientos, actitudes y prácticas en mujeres de una institución de educación superior. Revista de investigación en salud. Universidad de Boyacá. 2019; 6(1).
12. Aznaran Y, Apeña M. Conocimientos y prácticas del autoexamen de mamas en mujeres que acuden al consultorio externo del Hospital Provincial Virú, 2022. [Online].; 2022. Acceso 3 de agosto de 2023. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/110198/Aznaran_BY-Y-Ape%20c3%b1a_GMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
13. Benites J, Monzón D. Conocimiento y práctica en la técnica del autoexamen de mamas en mujeres de un puesto de salud. Nuevo Chimbote, 2022. [Online].; 2022. Acceso 5 de Junio de 2023. Disponible en: <https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/4063/52543.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
14. Loarte R. Nivel de conocimiento y su relación con la práctica sobre el autoexamen de mamas. [Online].; 2021. Acceso Lunes de Julio de 2023. Disponible en: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1170/1/TESIS%20JUSTO%20LOARTE.pdf>.
15. Silva R. CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN MUJERES DE 20 A 49 AÑOS DE EDAD ATENDIDAS EN EL CONSULTORIO DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR DEL CENTRO DE SALUD DE SUCRE – CELENDÍN. IV TRIMESTRE 2019. [Online].; 2019. Acceso 12 de Julio de 2023. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5185/Tesis%20Teresa%20Silva.pdf?sequence=1>.
16. Paredes J. NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DE AUTOEXAMEN DE MAMA. MUJERES ATENDIDAS EN CONSULTORIO DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR. CENTRO DE SALUD TULPUNA. CAJAMARCA, 2021. [Online].;

2021. Acceso 20 de mayo de 2023. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/4692/INFORME%20FINAL%20DE%20TESIS%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
17. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Artículo de Revisión. 2011; 8(4).
 18. Naranjo Y, Concepción J, Rodríguez M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gaceta Médica Espirituana. 2017; 19(3).
 19. Alan D, Cortez L. PROCESOS Y FUNDAMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA. primera ed. Alan D, Cortez L, editores. Ecuador: UTMACH; 2018.
 20. Equipo editorial, Etecé.. <https://www.ejemplos.co/elementos-del-conocimiento/>. [Online]; 2022. Acceso 09 de Agosto de 2023. Disponible en: <https://www.ejemplos.co/elementos-del-conocimiento/#:~:text=El%20conocimiento%20es%20la%20forma,representaci%C3%B3n%20y%20la%20operaci%C3%B3n%20cognoscitiva>.
 21. Montagud N. Los 4 elementos del conocimiento. Psicología y mente. 2020; I(5).
 22. Torpy J, Burke A, Golub R. Conocimientos básicos sobre salud. La Revista de la American Medical Association. 2011; 306(10).
 23. Rojas G. NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA EN MADRES CON NIÑOS DE SEISA DOCE MESES, ASENTAMIENTO HUMANO PEDRO CASTRO ALVA, CHACHAPOYAS, 2017. [Online].; 2017. Acceso 3 de Mayo de 2023. Disponible en: <https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/1211/GERMAN%20ROJAS%20FENANDEZ.pdf?sequence=4&isAllowed=y>.
 24. Chaverra B. UNA APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE PRÁCTICA EN LA FORMACIÓN DE PROFESIONALES EN EDUCACIÓN FÍSICA. [Online]; 2003. Acceso 5 de Agosto de 2023. Disponible en: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/206-unaaproximacion.pdf>.
 25. Alcaraz M. LA GLÁNDULA MAMARIA. [Online]; 2020. Acceso 09 de Junio de 2023. Disponible en: <https://webs.um.es/mab/miwiki/lib/exe/fetch.php?media=mama3.pdf>.

26. Organización Panamericana de la Salud. Detección temprana: Fisiología de la mama y exploración clínica de mamas. [Online]; 2019. Acceso 26 de mayo de 2023. Disponible en: <https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2015/fisiologia-de-la-mama.pdf>.
27. Murillo E. PRACTICAS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMA EN LA POBLACIÓN FEMENINA: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA. [Online]; 2020. Acceso 15 de Mayo de 2023. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/52076/PRACTICAS%20SOBRE%20AUTOEXAMEN%20DE%20MAMA%20EN%20POBLACION%20FEMENINA.%20REVISION%20INTEGRATIVA.pdf?isAllowed=y&sequence=1>.
28. Paucar E. Conocimientos y prácticas sobre el autoexamen de mamas en las adolescentes de una institución educativa nacional. 2016. [Online]; 2016. Acceso 15 de mayo de 2023. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5897/Paucar_me.pdf?sequence=3&isAllowed=y.
29. Sánchez M, Álvarez C, Durán C. La técnica correcta para la exploración de mama. Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM. 2017; 61(2).
30. Nina Y. CONOCIMIENTO, ACTITUD Y PRACTICA ACERCA DEL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN LAS(OS) ESTUDIANTES DE LA E. A. P. DE ENFERMERIA DE LA UNJBG. TACNA-2013. [Online].; 2013. Acceso 3 de agosto de 2023. Disponible en: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/1973>.
31. Roldán S. Enfoque cuantitativo y Enfoque cualitativo. [Online].; 2015. Acceso 6 de agosto de 2023. Disponible en: <https://slideplayer.es/slide/4268098/>.
32. Tamayo M. TIPOS DE INVESTIGACIÓN. [Online].; 2019. Acceso 3 de Agosto de 2023. Disponible en: https://trabajodegradoucm.weebly.com/uploads/1/9/0/9/19098589/tipos_de_investigacion.pdf.
33. Moreno E. Metodología de investigación, pautas para hacer Tesis. [Online]; 2018. Acceso 7 de agosto de 2023. Disponible en: <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2018/04/investigacion-correlacional.html>.
34. Otzen T, Manterola C. Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. Int. J. Morphol. 2017; 35(1).

35. Comisión Nacional. INFORME BELMONT. PRINCIPIOS ETICOS Y DIRECTRICES PARA LA PROTECCION DE SUJETOS HUMANOS DE INVESTIGACION. [Online]; 1974. Acceso 9 de agosto de 2023. Disponible en: <https://uis.com.mx/assets/belmont.pdf>.
36. Arguedas O. Elementos básicos de bioética en investigación. Acta Médica Costarricense. 2010; 52(2).

ANEXOS

ANEXO N° 01

CUESTIONARIO

PRESENTACIÓN:

Buenos días soy Bachiller en Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca (UNC) estoy realizando un estudio de investigación, el cual tiene como objetivo determinar los conocimientos y prácticas del autoexamen de mamas en los estudiantes de Enfermería de la UNC, 2023.

Le agradezco por brindarme su tiempo, por lo tanto, cabe destacar que esta información es solo para fines de investigación y anónima.

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrará una serie de preguntas cuyo objetivo es conocer su opinión, marque las que considere correctas.

I. DATOS GENERALES:

Género: Femenino () Masculino ()

Edad:años

Antecedentes familiares:

- Alguien de tu familia tiene cáncer de mama SÍ () NO ()
- Falleció algún familiar con esta enfermedad SÍ () NO ()

II. CONOCIMIENTO SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMA

1. ¿Qué entiende usted por el autoexamen de mamas?

- a) Procedimiento realizado por la propia persona para detectar precozmente la presencia de alguna anormalidad en las mamas.
- b) Examen que es realizado por el médico.
- c) Procedimiento que reemplaza el examen clínico de la mama y la mamografía.
- d) Chequeo que solo la mujer se realiza en casa para buscar cambios en el tejido mamario.

2. El autoexamen de mamas es importante para:

- a) Estar segura(o) de que nuestras mamas están sanas
- b) Detectar muchas alteraciones de la mama
- c) Conocer nuestro cuerpo
- d) Calcular el día de la menstruación

3. ¿Cuándo se debe iniciar la práctica del autoexamen de mamas en las mujeres?

- a) Después del primer embarazo
- b) A partir de la menarquía
- c) En el periodo de la pre-menopausia
- d) En el periodo de la postmenopausia.

4. ¿En qué etapa de vida las mujeres deben realizarse el autoexamen de mamas?

- a) En edad fértil

- b) Que se encuentran en el periodo de la premenopausia
 - c) Postmenopáusicas
 - d) De todas las edades
- 5. ¿En qué etapa de vida los varones deben realizarse el autoexamen de mamas?**
- a) En el caso de que el riesgo se incremente a mayor número de mujeres familiares afectadas en primer grado de consanguinidad.
 - b) En todas las etapas y más aún a partir de los 60 años
 - c) Solo a partir de los 60 años
 - d) Ninguna de las anteriores.
- 6. ¿Con qué frecuencia se debe realizar el autoexamen de mamas?**
- a) Diariamente
 - b) Semanalmente
 - c) Mensualmente
 - d) Una vez al año
- 7. ¿Generalmente cuándo se debe realizar el autoexamen de mamas en relación a la menstruación?**
- a) Antes de la etapa menstrual
 - b) Durante la etapa menstrual
 - c) Después de la etapa menstrual
 - d) Aproximadamente de 7 a 10 días después de la menstruación.
- 8. ¿En qué posición se debe colocar la mujer o varón para palpar las mamas?**
- a) Acostada(o)
 - b) Parada(o)
 - c) Arrodillada y parada(o)
 - d) Solo a y b
- 9. Al inspeccionar la mama se debe observar:**
- a) Cambios en la piel, deformación mamaria y cambios en la axila
 - b) Deformación mamaria, secreción del pezón e hinchazón de ganglios
 - c) Secreción del pezón, cambios en la piel y areola
 - d) Todas las anteriores.
- 10. Para la palpación de las mamas se emplea:**
- a) La palma de la mano
 - b) Todos los dedos
 - c) Las yemas de los tres dedos medios
 - d) Las yemas de los dedos
- 11. Durante el autoexamen de mamas los dedos deben estar:**
- a) Separados y flexionados
 - b) Separados y extendidos
 - c) Juntos y flexionados
 - d) Juntos y extendidos
- 12. Durante el autoexamen de mamas se debe presionar:**
- a) Superficial y profundo con movimientos circulares formando un espiral
 - b) Medianamente fuerte y profundo sin movimientos circulares

- c) Superficial, mediano y profundo con movimientos circulares y haciendo círculos
- a) concéntricos.
- d) Ligeramente fuerte y haciendo movimientos circulares.

PRÁCTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMA

N: nunca = 1
 RV: rara vez = 2
 AV: a veces = 3
 CF: con frecuencia = 4
 S: siempre = 5

Inadecuado: 15 – 45 puntos
 Adecuado: 46 – 75 puntos

PREGUNTAS	N	RV	AV	CF	S
1. ¿Realiza usted el autoexamen de mamas?					
2. En relación a su menstruación, usted ¿realiza el AEM durante la etapa menstrual? (si es varón pase a la pregunta.					
3. Usted para la palpación de sus mamas solo utiliza la posición acostada					
4. Se pone usted frente al espejo, con los brazos caídos a lo largo del cuerpo y observa, si en la piel de las mamas aparecen nódulos u hoyuelos, o cambios en el tamaño o aspecto y si los pezones están normales, percatándose que no estén invertidos, retraídos, fijados hacia el interior o presenten secreción					
5. Pone usted las manos en sus caderas y después los brazos extendidos, observando solo el cambio de tamaño o aspecto de las mamas.					
6. Para examinar usted las mamas. utiliza las yemas de los 3 dedos medios					
7. Usted durante el baño o estando acostada. Pone su mano izquierda detrás de la cabeza y examina la mama derecha con la mano derecha					
8. Para examinar usted la mama junta los dedos y presiona con las yemas de los tres dedos medios haciendo lentamente un movimiento circular, siguiendo el sentido de los puntos del reloj (desde las 12) intentando palpar la posible presencia de nódulos.					
9. Realiza usted la misma operación (8) solo en las posiciones de las 12,3, 6 y 9 del reloj.					
10. Cuando termina usted el horario, vuelve a poner los dedos y la mano en la misma actitud, pero ahora alrededor del pezón y con movimientos circulares, en sentido de las agujas del reloj.					
11. Se fija usted en el pezón solo la posible exudación de líquido.					
12. Para terminar usted realiza la palpación del área cercana a la axila.					
13. Al terminar usted la exploración, realiza la misma operación en su otra mama, utilizando su mano contraria y siguiendo solo los puntos 12, 3, 6 y 9 de reloj.					
14. Realiza usted la misma operación estando acostada, colocando una almohada en el hombro derecho para explorar con la mano izquierda su mama derecha, y luego repitiendo la misma operación con la mama izquierda					
15. Se siente usted segura para enseñar a otras mujeres o varones la práctica del autoexamen de mamas.					

ANEXO N° 02

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Buenos días, mi nombre es Juanita Natalia Gil Rodríguez, soy Bachiller en Enfermería de la UNC, y en esta oportunidad estoy desarrollando un estudio de investigación con autorización de la Universidad Nacional de Cajamarca, el cual tiene como objetivo determinar los conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Usted deberá responder a todos los ítems que a continuación se le presentan en el documento adjunto. Su participación es libre y voluntaria. La información que usted brinde es de uso exclusivo para la investigación y contribuirá a la implementación de programas educativos.

Yo..... identificado con
DNI..... acepto participar en la investigación, siendo informado de todos
los aspectos que concierne.

.....

Firma del participante

Cajamarca, de del 2023.

ANEXO N° 03

PRUEBA PILOTO

CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO

El Lic. Alfredo Edgar Alcalde Guerra, identificado con DNI N° 18144146 de profesión Estadístico egresado de la Universidad Nacional de Trujillo, doy fe que los Instrumentos tienen una confiabilidad de 0.734 y 0.940 mediante el cálculo del Alfa de Cronbach en el SPSS versión 26, es decir que los instrumentos son confiables y se puede aplicar en la siguiente tesis titulada: **“CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2023”**

Kuder Richardson, se trata de la misma fórmula que el Alfa de Cronbach solo que esta última es expresada para ítems continuos y Kuder Richardson para ítems dicotómicos.

Formula:

$$r_{tt} = \frac{k}{k-1} * \frac{st^2 - \sum p.q}{st^2}$$

Donde:

- P la promoción de cada ítem que con resultados favorables.
- $\sum p.q$ Sumatoria de la multiplicación de p*q
- S_t^2 es la varianza de la suma de todos los ítems
- k es el número de preguntas o ítems.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,734	12

CUESTIONARIO: CONOCIMIENTO SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMAS													
N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	TOTAL
1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	7
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	11
3	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	9
4	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	5
5	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	6
6	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	6
7	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	5
8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
9	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	6
10	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	9
11	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	4
12	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	6
13	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	11
14	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	9
15	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	10
16	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	11
17	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	7
18	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	5
19	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12

Resumen del alfa de Cronbach no deja de ser una media ponderada de las correlaciones entre las variables (o ítems) que forman parte de la escala. Puede calcularse de dos formas: a partir de las varianzas (alfa de Cronbach) o de las correlaciones de los ítems (Alpha de Cronbach estandarizado). Hay que advertir que ambas fórmulas son versiones de la misma y que pueden deducirse la una de la otra. El alpha de Cronbach y el alpha de Cronbach estandarizados, coinciden cuando se estandarizan las variables originales (ítems).

A partir de las varianzas, el alfa de Cronbach se calcula así:

$$\alpha = \left[\frac{k}{k - 1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right],$$

Donde:

- S_i^2 es la varianza del ítem i,
- S_t^2 es la varianza de la suma de todos los ítems y
- k es el número de preguntas o ítems.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,940	15

CUESTIONARIO: PRACTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMA																
N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	TOTAL
1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	19
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	16
3	3	3	3	3	2	5	5	3	3	3	2	4	4	4	2	49
4	4	3	2	3	2	3	3	2	4	3	4	2	3	4	2	44
5	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	2	4	2	40
6	3	3	1	2	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	60
7	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	22
8	2	3	4	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	39
9	4	3	1	2	2	4	1	3	1	1	3	4	4	3	3	39
10	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	39
11	3	3	2	5	2	3	3	5	3	3	5	5	3	3	2	50
12	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	3	21
13	2	3	1	4	2	4	2	3	2	3	2	3	3	2	4	40
14	3	3	2	1	1	5	1	3	4	3	5	4	4	2	5	46
15	3	1	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	4	62
16	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	23
17	1	3	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	23
18	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	16
19	2	3	1	4	1	1	1	3	3	3	2	5	3	1	5	38
20	2	2	2	3	2	3	1	3	1	2	2	3	3	2	3	34

ANEXO N° 04

CONTRASTACIÓN DE HIPOTESIS

HIPOTESIS

Hipótesis Nula: No Existe relación significativa entre el conocimiento y práctica de autoexamen de mamas.

Hipótesis Alternativa: Existe relación significativa entre el conocimiento y prácticas de autoexamen de mamas.

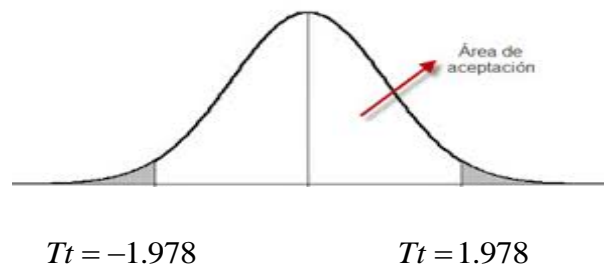
NIVEL DE SIGNIFICANCIA: $\alpha = 0.05$

ESTADÍSTICA DE PRUEBA: T de student (coeficiente de spearman)

$$T = \frac{\rho}{\sqrt{\frac{(1-\rho^2)}{n-2}}} = \frac{0.253}{\sqrt{\frac{(1-(0.253)^2)}{141-2}}} = 3.0831$$

Grado de libertad $n-2=141-2=139$ Tabla=1.978 con un nivel de significancia del 5%

REGIONES



DECISIÓN: Ho se rechaza, por lo tanto, existe relación significativa entre conocimientos y prácticas de autoexamen de mamas, mediante la prueba estadística T de Student (coeficiente de spearman) a un nivel de significancia del 5%. Con un $p=0.002$

CORRELACIONES

			Nivel de Conocimiento sobre el autoexamen de mamas	Practicas del autoexamen de mamas
Rho de Spearman	Nivel de Conocimiento sobre el autoexamen de mamas	Coeficiente de correlación	1,000	,253**
		Sig. (bilateral)	.	,002
		N	141	141
	VAR00027	Coeficiente de correlación	,253**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	141	141

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

ANEXO N° 05

RESULTADOS DE PROCESAMIENTO DEL CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2023.

Tabla 4. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Qué entiende usted por el autoexamen de mamas?

Pregunta 1	N°	%
Respuesta incorrecta	19	13.48
Respuesta correcta	122	86.52
Total	141	100.00

Tabla 5. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Para qué es importante el autoexamen de mamas?

Pregunta 2	N°	%
Respuesta incorrecta	47	33.33
Respuesta correcta	94	66.67
Total	141	100.00

Tabla 6. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Cuándo se debe iniciar la práctica del autoexamen de mamas en las mujeres?

Pregunta 3	N°	%
Respuesta incorrecta	40	28.37
Respuesta correcta	101	71.63
Total	141	100.00

Tabla 7. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿En qué etapa de vida las mujeres deben realizarse el autoexamen de mamas?

Pregunta 4	N°	%
Respuesta incorrecta	105	74.47
Respuesta correcta	36	25.53
Total	141	100.00

Tabla 8. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿En qué etapa de vida los varones deben realizarse el autoexamen de mamas?

Pregunta 5	N°	%
Respuesta incorrecta	136	96.45
Respuesta correcta	05	3.55
Total	141	100.00

Tabla 9. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Con qué frecuencia se debe realizar el autoexamen de mamas?

Pregunta 6	N°	%
Respuesta incorrecta	77	54.61
Respuesta correcta	64	45.39
Total	141	100.00

Tabla 10. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Generalmente cuándo se debe realizar el autoexamen de mamas en relación a la menstruación?

Pregunta 7	N°	%
Respuesta incorrecta	94	66.67
Respuesta correcta	47	33.33
Total	141	100.00

Tabla 11. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿En qué posición se debe colocar la mujer o varón para palpar las mamas?

Pregunta 8	N°	%
Respuesta incorrecta	61	43.26
Respuesta correcta	80	56.74
Total	141	100.00

Tabla 12. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Qué se debe observar al inspeccionar las mamas?

Pregunta 9	N°	%
Respuesta incorrecta	43	30.50
Respuesta correcta	98	69.50
Total	141	100.00

Tabla 13. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Qué se emplea para la palpación de la palpación de las mamas?

Pregunta 10	N°	%
Respuesta incorrecta	64	45.39
Respuesta correcta	77	54.61
Total	141	100.00

Tabla 14. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según ¿Cómo deben estar los dedos durante el autoexamen de mamas?

Pregunta 11	N°	%
Respuesta incorrecta	112	79.43
Respuesta correcta	29	20.57
Total	141	100.00

Tabla 15. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Cómo se deben presionar las mamas durante la autoexploración?

Pregunta 12	N°	%
Respuesta incorrecta	58	41.13
Respuesta correcta	83	58.87
Total	141	100.00

ANEXO N° 06

RESULTADOS DE PROCESAMIENTO DEL CUESTIONARIO DE PRÁCTICAS SOBRE AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2023

Tabla 16. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Realiza usted el autoexamen de mamas?

Pregunta 1	N°	%
Nunca	33	23.40
Rara vez	43	30.50
A veces	49	34.75
Con frecuencia	10	7.09
Siempre	6	4.26
Total	141	100.00

Tabla 17. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta. En relación a su menstruación, usted ¿realiza el AEM durante la etapa menstrual? (si es varón pase la pregunta)

Pregunta 2	N°	%
Nunca	67	47.52
Rara vez	29	20.57
A veces	38	26.95
Con frecuencia	06	4.26
Siempre	01	0.71
Total	141	100.00

Tabla 18. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Usted para la palpación de sus mamas solo utiliza la posición acostada?

Pregunta 3	N°	%
Nunca	64	45.39
Rara vez	29	20.57
A veces	40	28.37
Con frecuencia	02	1.42
Siempre	06	4.26
Total	141	100.00

Tabla 19. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Se pone usted frente al espejo, con los brazos caídos a lo largo del cuerpo y observa, si en la piel de las mamas aparecen nódulos u hoyuelos, o cambios en el tamaño o aspecto y si los pezones están normales, percatándose que no estén invertidos, retraídos, fijados hacia el interior o presenten secreción?

Pregunta 4	N°	%
Nunca	34	24.11
Rara vez	27	19.15
A veces	46	32.62
Con frecuencia	21	14.89
Siempre	13	9.22
Total	141	100.00

Tabla 20. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Pone usted las manos en sus caderas y después los brazos extendidos, observando solo el cambio de tamaño o aspecto de las mamas?

Pregunta 5	N°	%
Nunca	41	29.08
Rara vez	33	23.40
A veces	52	36.88
Con frecuencia	09	6.38
Siempre	06	4.26
Total	141	100.00

Tabla 21. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Para examinar usted las mamas utiliza las yemas de los 3 dedos medios?

Pregunta 6	N°	%
Nunca	28	19.86
Rara vez	20	14.18
A veces	40	28.37
Con frecuencia	28	19.86
Siempre	25	17.73
Total	141	100.00

Tabla 22. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Usted durante el baño o estando acostada, pone su mano izquierda detrás de la cabeza y examina la mama derecha con la mano derecha?

Pregunta 7	N°	%
Nunca	47	33.33
Rara vez	29	20.57
A veces	37	26.24
Con frecuencia	16	11.35
Siempre	12	8.51
Total	141	100.00

Tabla 23. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Para examinar usted la mama junta los dedos y presiona con las yemas de los tres dedos medios haciendo lentamente un movimiento circular, siguiendo el sentido de los puntos del reloj (desde las 12) intentando palpar la posible presencia de nódulos?

Pregunta 8	N°	%
Nunca	32	22.70
Rara vez	33	23.40
A veces	38	26.95
Con frecuencia	19	13.48
Siempre	19	13.48
Total	141	100.00

Tabla 24. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Realiza usted la misma operación (8) solo en las posiciones de las 12,3, 6 y 9 del reloj?

Pregunta 9	N°	%
Nunca	43	30.50
Rara vez	42	29.79
A veces	38	26.95
Con frecuencia	15	10.64
Siempre	03	2.13
Total	141	100.00

Tabla 25. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Cuándo termina usted el horario, vuelve a poner los dedos y la mano en la misma actitud, pero ahora alrededor del pezón y con movimientos circulares, en sentido de las agujas del reloj?

Pregunta 10	N°	%
Nunca	41	29.08
Rara vez	46	32.62
A veces	37	26.24
Con frecuencia	11	7.80
Siempre	6	4.26
Total	141	100.00

Tabla 26. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta. ¿Se fija usted en el pezón solo la posible exudación de líquido?

Pregunta 11	N°	%
Nunca	40	28.37
Rara vez	28	19.86
A veces	39	27.66
Con frecuencia	20	14.18
Siempre	14	9.93
Total	141	100.00

Tabla 27. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿usted realiza la palpación del área cercana a la axila?

Pregunta 12	N°	%
Nunca	27	19.15
Rara vez	32	22.70
A veces	41	29.08
Con frecuencia	26	18.44
Siempre	15	10.64
Total	141	100.00

Tabla 28. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Al terminar usted la exploración, realiza la misma operación en su otra mama, utilizando su mano contraria y siguiendo solo los puntos 12, 3, 6 y 9 de reloj?

Pregunta 13	N°	%
Nunca	33	23.40
Rara vez	33	23.40
A veces	40	28.37
Con frecuencia	22	15.60
Siempre	13	6.22
Total	141	100.00

Tabla 29. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Realiza usted la misma operación estando acostada, colocando una almohada en el hombro derecho para explorar con la mano izquierda su mama derecha, y luego repitiendo la misma operación con la mama izquierda?

Pregunta 14	N°	%
Nunca	46	32.62
Rara vez	44	31.21
A veces	28	19.86
Con frecuencia	14	9.93
Siempre	09	6.38
Total	141	100.00

Tabla 30. Distribución de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2023 según pregunta ¿Se siente usted segura para enseñar a otras mujeres o varones la práctica del autoexamen de mamas?

Pregunta 15	N°	%
Nunca	29	20.57
Rara vez	36	25.53
A veces	37	26.24
Con frecuencia	21	14.89
Siempre	18	12.77
Total	141	100.00

NOMBRE DEL TRABAJO

**CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE AUT
OEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES
DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD N
ACI**

AUTOR

JUANITA NATALIA GIL RODRÍGUEZ

RECuento DE PALABRAS

15538 Words

RECuento DE CARACTERES

84022 Characters

RECuento DE PÁGINAS

84 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

1.1MB

FECHA DE ENTREGA

Nov 12, 2024 10:38 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Nov 12, 2024 10:40 PM GMT-5

● **16% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Base de datos de trabajos entregados
- Material citado
- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 19 palabras)