

Intervención educativa de enfermería para la prevención de cáncer de mama en una comunidad

Nursing educational intervention for the prevention
of breast cancer in a community

Intervenção educativa de enfermagem para prevenção
do câncer de mama em uma comunidade

Jacqueline Felipe Vázquez¹

Liliana Ines Benhumea Jaramillo¹
<http://orcid.org/0000-0001-5212-0096>

Jessica Belen Rojas Espinoza¹
<http://orcid.org/0000-0003-4444-0123>

¹Universidad Autónoma del Estado
de México, Facultad de Enfermería y
Obstetricia. Estado de México, Toluca;
México.

Autor de Correspondencia:

Jacqueline Felipe Vázquez

Correo electrónico:

jaquivazquezfelipe@gmail.com

Recibido: 09 noviembre 2023

Aceptado: 05 diciembre 2023

Publicado: 20 diciembre 2023

Resumen

Introducción: Las estrategias de prevención y detección precoz son recomendadas para mejorar el pronóstico y la supervivencia de las pacientes con cáncer de mama.

Objetivo: Implementar intervenciones educativas de enfermería para la prevención del cáncer de mama en mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, Ixtlahuaca.

Metodología: Estudio cuantitativo, con diseño descriptivo-transversal. La muestra se conformó de 35 mujeres de 20 a 50 años de edad, en la comunidad de San Pedro de los Baños; se aplicó un cuestionario con 17 ítems de opción múltiple y preguntas abiertas, esto con la finalidad de tener un diagnóstico de lo que las mujeres conocían sobre el cáncer de mama, para después planear las intervenciones de educación y llevarlo a la práctica.

ISSN: 2954-4459

Resultados: Mediante los temas y la información sobre prevención de cáncer de mama brindada a las mujeres, se apoyó la realización de estilos de vida saludable y el autocuidado.

Discusión y Conclusiones: El acompañamiento del profesional de enfermería en intervenciones educativas mediante sesiones de capacitación para la prevención de cáncer de mama, a fin de informar a las mujeres sobre los factores de riesgo que desencadenan este tumor maligno que se puede desarrollar a una temprana edad, favorece la prevención y el autocuidado de las mismas.

Palabras clave: Cáncer de mama, educación en salud, promoción en salud, mamografía, autoexamen de mamas.

Abstract

Introduction: Prevention and early detection strategies are recommended to improve the prognosis and survival of patients with breast cancer.

Objective: Implement nursing educational interventions for the prevention of breast cancer in women aged 20-50 years in the Community of San Pedro de los Baños, Ixtlahuaca.

Methodology: Quantitative study, with descriptive-cross-sectional design. The sample was made up of 35 women between 20 and 50 years of age, in the community of San Pedro de los Baños; A questionnaire with 17 multiple choice items and open questions was applied, with the purpose of having a diagnosis of what the women knew about breast cancer, to then plan the educational interventions and put it into practice.

Results: Through the topics and information on breast cancer prevention provided to women, the realization of healthy lifestyles and self-care was supported.

Discussion and Conclusions: The support of the nursing professional in educational interventions through training sessions for the prevention of breast cancer, in order to inform women about the risk factors that trigger this malignant tumor that can develop at an early age, favors their prevention and self-care.

Keywords: Breast cancer, health education, health promotion, mammography, breast self-examination.

Resumo

Introdução: Estratégias de prevenção e detecção precoce são recomendadas para melhorar o prognóstico e a sobrevivência de pacientes com câncer de mama.

Objetivo: Implementar intervenções educativas de enfermagem para a prevenção do câncer de mama em mulheres de 20 a 50 anos na Comunidade de San Pedro de los Baños, Ixtlahuaca.

Metodologia: Estudo quantitativo, com desenho transversal descritivo. A amostra foi composta por 35 mulheres entre 20 e 50 anos, da comunidade de San Pedro de los Baños; Foi aplicado um questionário com 17 itens de múltipla escolha e questões abertas, com a finalidade de se ter um diagnóstico do que as mulheres sabiam sobre o câncer de mama, para então planejar as intervenções educativas e colocá-las em prática.

Resultados: Através dos temas e informações sobre prevenção do câncer de mama fornecidos às mulheres, foi apoiada a realização de estilos de vida saudáveis e o autocuidado.

Discussão e Conclusão: O apoio do profissional de enfermagem nas intervenções educativas por meio de treinamentos para prevenção do câncer de mama, a fim de informar as mulheres sobre os fatores de risco desencadeadores desse tumor maligno que pode se desenvolver em idade precoce, favorece sua prevenção e autocuidado.

Palavras-chave: Câncer de mama, educação em saúde, promoção da saúde, mamografia, autoexame das mamas.

Introducción

El cáncer de mama es más frecuente en mujeres que en hombres, por ello se promueve el control integral del cáncer de mama, basado en el marco de los programas nacionales de lucha contra el cáncer, integrados por la prevención, la detección, diagnóstico y tratamiento, debido a la incidencia de cáncer de mama, en el cual está aumentando la urbanización y la adopción de modos de estilos de vida¹.

En este sentido, es importante conocer la anatomía de las mamas, los síntomas

que padecen las mujeres sobre esta enfermedad y así mismo, informar sobre éste tumor maligno que puede comenzar en distintas partes de la mama².

Las estrategias de detección precoz son recomendadas para mejorar el pronóstico y la supervivencia de las pacientes con cáncer de mama, por eso es importante conocer los signos y síntomas; el diagnóstico oportuno puede ayudar a prevenir complicaciones mediante un tratamiento adecuado, así mismo, los cuidados de enfermería promueven el bienestar y mejoría de la salud de las mujeres que padecen de esta enfermedad³.

Por lo tanto, la mejor forma de luchar contra esta enfermedad es la prevención y la detección precoz, ya que ambas aumentan las posibilidades de tratamiento y de curación. La intervención educativa de enfermería consiste en aportar información y educación para la salud, con el fin de orientar e identificar todos los síntomas y factores de riesgo, así como a fomentar la adopción de hábitos saludables para la mujer y enseñar la técnica del autoexamen de mamas⁴.

En este sentido, cabe mencionar que la capacitación del personal de salud de primer contacto y el desarrollo de un plan estratégico eficiente encaminado a una detección oportuna, son indispensables para generar una cultura de prevención y detección oportuna del cáncer de mama en mujeres de temprana edad, dando a conocer los factores de riesgo a los que están expuestas las mujeres⁵.

El presente artículo tuvo como objetivo general implementar intervenciones educativas de enfermería para la prevención de cáncer de mama en mujeres de 20-50 años de edad en la comunidad de San Pedro de los Baños, Ixtlahuaca, con el fin de brindar capacitación sobre lo que es cáncer de mama, autoexploración de las mamas, informar sobre los beneficios de tener una vida saludable, implementando la actividad física.

Metodología

Estudio de tipo cuantitativo con diseño de descriptivo-transversal, la muestra se constituyó por 35 mujeres de 20 a 50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, Ixtlahuaca, determinada mediante cuotas, ya que se seleccionó la muestra considerando algunas variables por estudiar; la técnica fue la encuesta, el instrumento fue un cuestionario con 17 ítems.

Los criterios aplicados para seleccionar a las mujeres fueron: Mujeres de 20 a 50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, mujeres que padecen o tienen algún familiar con cáncer de mama, mujeres que aceptan participar en la investigación.

Como parte inicial del proceso de investigación se solicita la autorización del delegado de la localidad, se definen las participantes y se les hace la invitación personal a contestar el cuestionario impreso, mismo que se aplicó en un periodo de dos meses (lunes a viernes) con un tiempo estimado de dos horas al día. Para la recolección de datos, se solicitó la firma de consentimiento informado por cada una de las participantes, y la investigación se apegó al Artículo 100 de la Ley General de Salud en materia de investigación, así como el Código de Helsinki.

De acuerdo con la información recabada con el cuestionario, se diseñó la programación y las temáticas para la intervención educativa, a fin de informar a las mujeres sobre los programas educativos en salud, para prevenir y detectar el cáncer de mama e informar sobre las causas y factores de riesgo que conllevan al cáncer de mama a temprana edad. Se citó a 10 mujeres para brindar las sesiones sobre los temas programados, aplicando una pre y post-evaluación.

Los resultados se analizaron mediante estadística descriptiva y se presentaron en tablas de contingencia y gráficos, permitiendo la descripción de los datos.

Resultados

Los resultados que se mencionan a continuación corresponden al diagnóstico obtenido mediante la aplicación del cuestionario a las 35 mujeres de la Comunidad de San Pedro de los Baños.

Datos sociodemográficos

De acuerdo a los resultados obtenidos en los cuestionarios, el 85.7% de las mujeres tienen una edad entre 20 a 25 años, mientras que el 5% son mujeres de 25 a 35 años de edad y el 9.3% son mujeres de 35 a 50 años de edad.

El 80% de las mujeres son solteras, el 11.4% son casadas, el 8.6% viven en unión libre. El 68.6% pertenecen a la religión católica, el 28.6% pertenece a la religión cristiana y el 2.8% son ateas. El 74.3% de las mujeres dependen económicamente de sus padres, el 17.1% dependen de sus esposos y el 8.6% son independientes. El 74.3% son estudiantes, mientras que el 14.4% trabajan y el 14.3% son amas de casa. El 88.6% indicó que los familiares que han presentado esta enfermedad de cáncer de mama son sus tías, el 9% son sus hijas quien han padecido de cáncer de mama y el 2.2% indica que sus hermanas o madres han padecido la enfermedad.

Sobre el cáncer de mama, el 74.3% de las mujeres encuestadas mencionaron que las acciones que nos ayudan a reducir el cáncer de mama son tener una buena alimentación, realizar una autoexploración y una mastografía, un 20% indica que la autoexploración nos ayuda a prevenir el cáncer de mama. Las actitudes que presentan las mujeres frente a su tratamiento quirúrgico son principalmente de miedo, ansiedad y preocupación durante su tratamiento quirúrgico (80%). Se pudo verificar que aproximadamente la mitad de las mujeres (51%) tiene un nivel de información concreto acerca del tema cáncer de mama.

El 42.9% de las mujeres indicó que dentro de las estrategias que tiene el personal de enfermería para la detección de cáncer de mama se encuentra el brindar promoción para la salud, el 40% indicó que es invitar a las mujeres a realizar la mamografía para prevenir el cáncer de mama y el 17.1% refirió que es desarrollar un plan de cuidados individualizados y humanizado de acuerdo con el avance del cáncer de mama.

De las mujeres encuestadas, el 57.1% menciona que algunas medidas que se tienen que tomar en cuenta para la detección del cáncer de mama es tener una alimentación sana, evitando consumir muchas grasas y azúcares. El 31% refiere que no hay ninguna medida para la detección del cáncer de mama y el 14.2% sabe que se debe evitar consumir alcohol y realizar ejercicio.

Los resultados que se presentan en la Tabla No.1: el 68.6% de las mujeres consideran la edad como un factor de riesgo, el 94.3% no se ha realizado mastografía, 62.9 % se han realizado una autoexploración mamaria, el 80% no tiene algún familiar con cáncer de mama, el 88.65% indica que la caída de cabello durante el tratamiento de quimioterapia puede prevenirse, así como 51% de las entrevistadas

entrevistadas considera que es posible prevenir el cáncer de mama y, el 85.7% considera que el tratamiento de cáncer de mama es efectivo.

Tabla No.1

Conocimientos y actividades que las mujeres tienen para prevenir el cáncer de mama.

Variable	Sí %	No %
Considera la edad como factor de riesgo para desarrollar cáncer de mama.	68.6	31.4
Alguna vez te has realizado una mastografía.	94.3	5.7
Alguna vez te has realizado una autoexploración mamaria.	62.9	37.1
Antecedentes de cáncer de mama por parte de un familiar.	20	80
Es posible la prevención de caída de cabello durante los tratamientos de quimioterapia.	11.4	88.6
Considera que se puede prevenir el cáncer de mama.	51.4	48.6
Considera que es efectivo el tratamiento de cáncer de mama	85.7	14.3

Fuente: Cuestionarios aplicados a mujeres de 20-50 años de edad, en la Comunidad de San Pedro de los Baños, septiembre 2021.

Intervención de enfermería

Planeación: Para la intervención se realizó la selección de 10 mujeres de la comunidad de San Pedro de los Baños, que cumplieron con los criterios ya mencionados, invitándoles a participar en dicha intervención, se les entregó el consentimiento para firma, así como la planeación de las intervenciones educativas programadas en cuatro sesiones presenciales con los temas, ver Tabla No.2.

Tabla No.2

Planeación de Sesiones educativas

Sesión	Primera	Segunda	Tercera	Cuarta
Tema	Cáncer de mama	Autoexploración mamaria	Alimentación y estilos de vida saludable	Actividad física para una vida saludable
Fecha	24/06/2023	06/07/2023	15/07/2023	22/08/2023
Duración	60 minutos	60 minutos	50 minutos	50 minutos
Recursos	Laptop, bocina, diapositivas.	Maniquí de mamas, laptop, bocina	Laptop, bocina, diapositivas, hojas, lapiceros	Tríptico, bocina, cuerdas, pelotas

Fuente: Sesiones presenciales aplicados a mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

Ejecución de intervenciones educativas: Los datos sociodemográficos de las mujeres que participaron en la etapa de intervención son los siguientes: una mujer tiene entre 20 a 25 años, mientras que tres mujeres tuvieron entre 25 a 35 años de edad, seis mujeres de 35 a 50 años de edad. Una de las mujeres es soltera, cinco son mujeres casadas, dos viven en unión libre, dos mujeres son viudas. Dos mujeres pertenecen a la religión católica, tres mujeres pertenecen a la religión cristiana y cinco mujeres son ateas. Seis mujeres dependen de sus esposos, tres son mujeres independientes. Una mujer depende de otros, seis mujeres son amas de casa y cuatro mujeres son trabajadoras.

Las sesiones (ver Tabla No. 3) se llevaron a cabo en la casa de una de las participantes, los días sábados con un horario de 13:00 pm a 15:00 pm, donde previo a cada sesión se realizó una pre-evaluación y al finalizar se aplicó la post-evaluación, destacando la intervención educativa para la prevención de cáncer de mama, promoviendo la autoexploración de mamas y la importancia de la mamografía, explicando los factores de riesgo, los signos y síntomas que presentan las mujeres al tener cáncer de mama, la importancia de una detección oportuna y tratamiento.

Cambiando estilos de vida a una alimentación saludable, implementando la actividad física en la vida cotidiana. Estas capacitaciones ayudaron a las mujeres a tener un conocimiento suficiente sobre el cáncer de mama destacando un aprendizaje de 95% en las 10 participantes.

Tabla No.3

Actividades por sesión

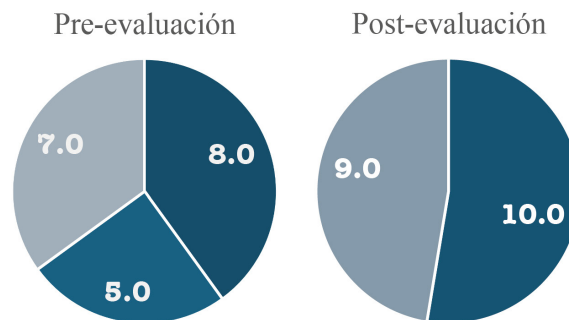
Primera sesión	Para la pre-evaluación, contestan un cuestionario de cinco preguntas abiertas con el tema <i>Cáncer de mama, anatomía de las mamas y los factores de riesgo del cáncer de mama</i> . Se realiza una post evaluación a través de un un crucigrama del mismo tema
Segunda sesión	Se realiza una pre-evaluación con un cuestionario de seis preguntas abiertas, tema: <i>Exploración mamaria</i> Se realiza una post evaluación que consiste en tres preguntas abiertas del mismo tema.
Tercera sesión	Se realiza una pre-evaluación con un cuestionario de cinco preguntas abiertas sobre el tema: <i>Estilos de vida saludable</i> . Para la post-evaluación se aplica un cuestionario de cinco preguntas abiertas sobre el mismo tema
Cuarta sesión	En la pre-evaluación se aplica un cuestionario de cuatro preguntas abiertas del tema: <i>Actividad física y su importancia</i> . En la post evaluación se aplica un cuestionario de relación de preguntas del mismo tema

Fuente: Sesiones presenciales aplicados a mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

Evaluación: En la evaluación de la capacitación sobre *cáncer de mama* se obtuvieron los siguientes resultados: para la pre-evaluación se aplicó un cuestionario de cinco preguntas; 6 personas obtuvieron una calificación de 8.0, tres mujeres obtuvieron una calificación de 7.0 y dos mujeres obtuvieron una calificación de 5.0. En la post-evaluación se les aplicó un crucigrama, ocho mujeres obtuvieron una calificación de 10.0 y dos mujeres 9.0. (Gráfico No. 1)

Gráfico No.1

Pre y post evaluación de la capacitación sobre cáncer de mama.

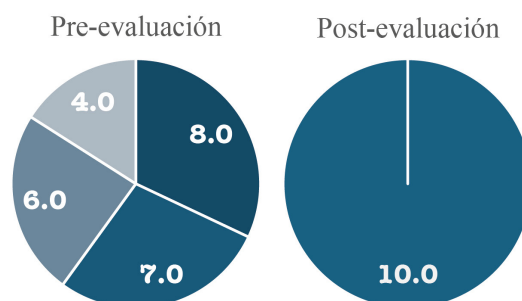


Fuente: Evaluación de la intervención educativa en mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

Para la capacitación sobre *autoexploración mamaria*, se presentan los siguientes resultados en la pre-evaluación: cinco mujeres obtuvieron una calificación de 8.0, dos mujeres obtuvieron una calificación de 7.0, dos mujeres obtuvieron una calificación de 6.0 y una mujer obtuvo la calificación de 4.0. En la post evaluación se aplicó el mismo cuestionario y las 10 mujeres obtuvieron una calificación de 10.0 (Gráfico No.2)

Gráfico No.2

Pre y post evaluación de la capacitación sobre autoexploración mamaria.

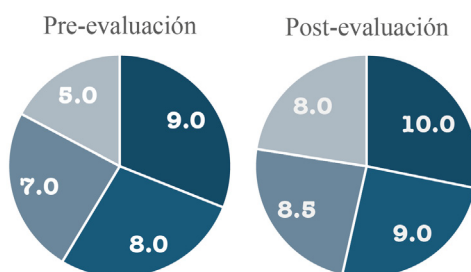


Fuente: Evaluación de la intervención educativa en mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

En lo que respecta al tema de *alimentación y estilos de vida saludable*, en la pre-evaluación se aplicó un cuestionario, en el cual los resultados obtenidos fueron: seis mujeres tuvieron una calificación de 9.0, dos mujeres una calificación de 8.0, una mujer obtuvo la calificación de 7.0 y una mujer obtuvo la calificación de 5.0. En la post evaluación, cuatro mujeres obtuvieron una calificación de 10.0, tres mujeres obtuvieron una calificación de 9.0, dos mujeres una calificación de 8.5 y una mujer obtuvo una calificación de 8.0 (Gráfico No.3)

Gráfico No.3

Pre y post evaluación de la capacitación sobre alimentación y estilos de vida saludable.

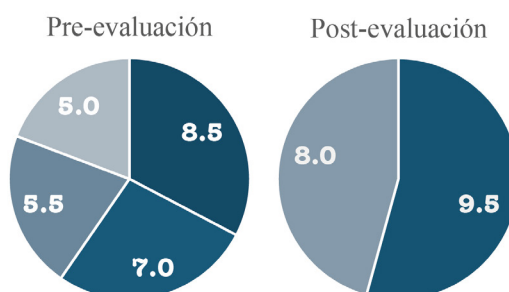


Fuente: Evaluación de la intervención educativa en mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

En la capacitación sobre *actividad física para una vida saludable*. Los resultados obtenidos en la pre-evaluación fueron: cuatro mujeres obtuvieron una calificación de 8.5, dos mujeres obtuvieron una calificación de 7.0, dos mujeres 5.5 y dos mujeres obtuvieron una calificación de 5.0. En la post evaluación se aplica un cuestionario de relación de preguntas, ocho mujeres obtuvieron el 9.5 y dos mujeres obtuvieron de calificación el 8.0 (Gráfico No.4)

Gráfico No.4

Pre y post evaluación de la capacitación sobre alimentación y estilos de vida saludable.

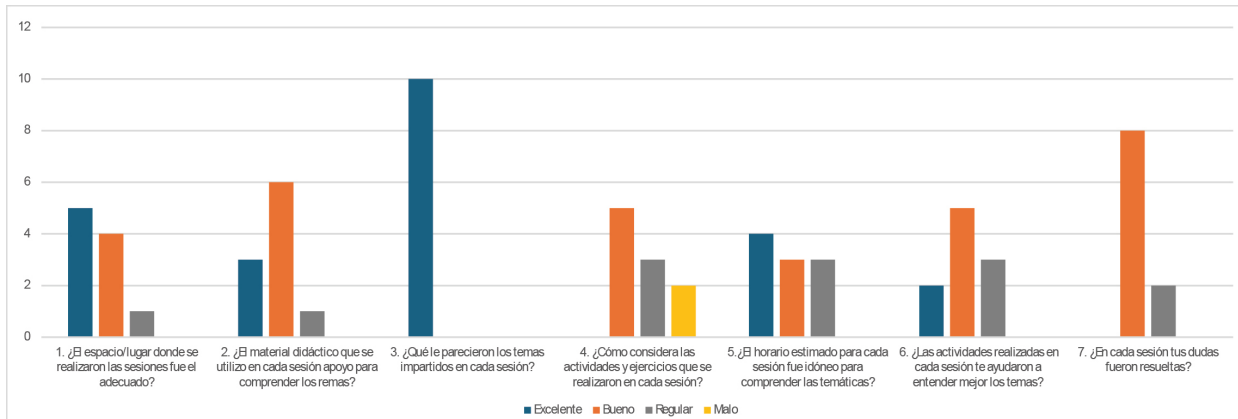


Fuente: Evaluación de la intervención educativa en mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

Por último, se presentan, por medio de una gráfica, los resultados de la encuesta de satisfacción al haber concluido las capacitaciones de intervención educativa de enfermería para la prevención de cáncer de mama en mujeres de 20-50 años de edad. Destacando el 100% de las mujeres consideran que los temas impartidos en cada sesión fueron excelentes (Gráfico No. 5)

Gráfico No.5

Encuesta de satisfacción



Fuente: Evaluación de la intervención educativa en mujeres de 20-50 años de edad en la Comunidad de San Pedro de los Baños, junio 2023.

Discusión

El cáncer de mama es un tumor maligno que se origina en el tejido de la glándula mamaria y tienen la capacidad de invadir los tejidos sanos hasta alcanzar órganos y huesos e implantarse en ellos provocando un proceso llamado metástasis. Continúa como la primera neoplasia en mujeres en el mundo y es un problema de salud pública, se ha incrementado su frecuencia y mortalidad en países desarrollados y en desarrollo⁶. Es por ello que proporcionar información pertinente para la prevención y detección oportuna de esta enfermedad, es fundamental; por lo que en los resultados destaca la calificación de excelente a las temáticas ofrecidas en la intervención educativa.

El cáncer de mama es un problema de salud cada vez más importante por la tendencia ascendente en su incidencia y mortalidad, determinadas por el aumento en la prevalencia de los factores de riesgo y la falta de un programa nacional de detección oportuna integral, lo cual resulta evidente por el diagnóstico del cáncer de mama en etapas tardías hasta en un 52%⁷.

El objetivo de la Iniciativa Mundial contra el Cáncer de mama es reducir en un 2.5% anual la mortalidad mundial por esa enfermedad, lo cual entre 2020 y 2040 se evitarían 2,5 millones de muertes a nivel mundial.

Al cumplirse ese objetivo, para el 2030 se evitaría el 25% de las muertes por cáncer de mama entre las mujeres y para el 2040 esa cifra sería del 40%. Los tres pilares para alcanzar dicha meta son: la promoción de la salud para una detección precoz; el diagnóstico oportuno y programas de tratamiento integrales para el cáncer de mama⁸.

La forma más eficaz de reducir la mortalidad debido al cáncer de mama es encontrar el cáncer en una etapa temprana y recibir el tratamiento adecuado para combatir la enfermedad. La mastografía es la base del tamizaje del cáncer de mama, ya que nos permite detectar tumores antes de que sean palpables o empiece a manifestarse algún síntoma⁹⁻¹⁰.

Conclusiones

Las intervenciones educativas de enfermería para la prevención de cáncer de mama, son esenciales para favorecer la prevención y el autocuidado en la mujer con riesgo de presentar cáncer de mama a temprana edad, así la implementación de intervenciones educativas de enfermería y programas de promoción para la salud de manera directa favorece el aprendizaje de técnicas de prevención para el cáncer de mama, como lo es la autoexploración y la importancia de la mastografía semestral y anual en pacientes con y sin antecedentes.

Por su parte los estilos de vida saludables son individuales pero el acompañamiento del profesional de enfermería es indispensable para el apego de estos. Por ello el desconocimiento y falta de capacitación sobre factores de riesgo y medidas de prevención ante el cáncer de mama favorece una detección tardía y un mal pronóstico.

Las mujeres creen que es importante realizarse la autoexploración de las mamas, pero no saben la técnica adecuada, por ello se capacita acerca de la técnica adecuada en apego a guías de práctica clínica.

Referencias

1. OMS. Marco de aplicación de la iniciativa mundial contra el cáncer de mama: evaluación, fortalecimiento y expansión de los servicios de detección precoz y tratamiento del cáncer de mama: resumen ejecutivo. Organización Mundial de la Salud. [Internet] 2018 Available from: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240067134>
2. González MJ. ¿En qué consiste el cáncer de mama? Top Doctors España. [Internet]
3. 2022. Available from: <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/en-que-consiste-el-cancer-de-mama>
4. Organización Panamericana de la Salud. Cáncer de mamá. Hojas informativas para los profesionales de la Salud. La oficina Regional para las Américas [Internet] 2022. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/cancer-mama>
5. Palmero PJ., Lassard RJ, Juárez-Aguilar LA, Medina-Núñez CA. Cáncer de mama: una visión general. Acta méd. Grupo Ángeles [Internet]. 2021; 19(3):354-360. Available from: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-72032021000300354&lng=es. Epub 04-Abr-2022.
6. Scott GPR., Ramírez-Moran AF., Desten-Ramos A., Soto-Martínez O. Intervención educativa sobre cáncer de mama en mujeres, Policlínico Universitario “Emilio Daudinot Bueno”, Guantánamo 2017-2018. Rev. inf. cient. [Internet]. 2019; 98(5): 597-607. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332019000500597&lng=es. Epub 29-Oct-2019.
7. Pereira Mendes, A.V., Da Costa-Lindolpho, M., y Pinto-Leite, A. La asistencia de la enfermera en la visión de mujeres mastectomizadas. Enfer Glob, [Internet] 2012; (26): 416-426. Available from: <https://dx.doi.org/10.4321/S1695-61412012000200026>.
8. Cárdenas-Sánchez, J., Bargalló-Rocha, E., Erazo. Valle, A., Maafs, E., & Poitevin Chacón, A. Consenso Mexicano sobre diagnóstico y tratamiento del cáncer mamario. Gamo-smeo.com. [Internet] 2013. Available from: <https://www.gamo-smeo.com/temp/CANCER%20DE%20MAMA.pdf>

9. OMS. Reducir la mortalidad por cáncer de mama con metas al 2040. Organización Mundial de la Salud. [Internet] 2021. Available from: <https://www.intramed.net/contenido/ver.asp?contenido=99459>

10. 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. RUDCA [Internet]. 2016; 19(1):5-14. Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/rudca/v19n1/v19n1a02.pdf>.