



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA  
FACULTAD DE ENFERMERÍA  
CÁTEDRA MATERNOINFANTIL



# **AUTOCUIDADO EN EL CLIMATERIO: AUTOEXAMEN DE MAMA Y MAMOGRAFÍA**

## **AUTORES:**

Br. Barreto, Valeria  
Br. López, Melisa  
Br. Medrano, Virginia  
Br. Moreno, Eliana  
Br. Recoba, Tahina

## **TUTORES:**

Lic. Enf. Pérez, Mercedes

Facultad de Enfermería  
BIBLIOTECA  
Hospital de Clínicas  
Av. Italia s/n 3er. Piso  
Montevideo - Uruguay

**Montevideo, 2011**

## **Resumen**

Este estudio se basó en un diseño tipo no experimental, cuantitativo, descriptivo, y transversal, el cual se llevó a cabo con el propósito de conocer las medidas de autocuidado en el climaterio en las mujeres entre 40 y 50 años, enfocándonos en el autoexamen de mama (AEM) y mamografía. Para lograr tal objetivo, se formuló una encuesta de tipo personal, directa, con preguntas cerradas de respuesta múltiple, que se realizó a una muestra de 88 mujeres que cumplían los rangos de edad establecidos anteriormente, que se encontraban en la sala de espera de la policlínica COMECA, en la ciudad de Canelones, Uruguay, en el período comprendido entre el 5 y el 16 de setiembre de 2011.

Tal encuesta permitió analizar las siguientes variables: edad, nivel de instrucción, fuentes de información, realización del AEM, frecuencia de realización de AEM, técnica de realización de AEM, motivo de no realización del AEM, realización de mamografía, frecuencia de realización de mamografía, hábitos nocivos, antecedentes familiares de cáncer de mama, edad de primera gesta, lactancia materna, edad de menopausia, tratamiento de reemplazo hormonal en la postmenopausia y actividad física.

Para la presentación de los datos se aplicaron tablas con FA y FR%. La representación gráfica se realizó en el programa Microsoft Excel.

Como resultados de este estudio se destacó que en lo que refiere a la realización del AEM, un 65,9% lo practica. Cabe destacar que de una muestra de 88 encuestadas sólo 14 se realizaban el AEM según la frecuencia y técnica correcta establecidas por el MSP.

En lo que respecta a la mamografía, un 86,6% se la realiza, de estos, un 55,1% lo hace cada dos años y un 24,3% cada un año.

## **Introducción**

Al introducirnos en la temática elegida, y luego de revisar publicaciones pertinentes sobre el tema, se puede afirmar que en nuestro país las mujeres son la mayoría de las usuarias del sistema de salud. Se han creado programas que tienen en cuenta la salud de las mismas y sus derechos sexuales y reproductivos, como lo es el Programa Nacional de Salud de la Mujer y Género, área Cáncer en la mujer, el cual abarca todas las problemáticas relacionadas al tema.

Los cambios de hábitos junto con el estrés generado por transformaciones del estilo de vida, contribuyen a aumentar la incidencia de enfermedades crónicas-degenerativas en la población femenina. Esto se ve reflejado en los datos estadísticos obtenidos, que muestran que en el Uruguay se detectan 5 casos de cáncer de mama por día.<sup>1</sup> Del total de casos de cáncer en general el cáncer de mama en la mujer es el de mayor incidencia con un 71,38%, y una mortalidad de 22,74%.<sup>2</sup> Uno de los pilares principales para el abordaje de esta patología es la aplicación de medidas para la detección precoz, siendo estos el AEM y mamografía. Esto se reflejó en el objetivo general de esta investigación científica que persigue la identificación de la aplicación de estas medidas en forma correcta en las mujeres en la etapa de climaterio entre los 40 y 50 años; rango de edad donde son mayores las probabilidades de padecer cáncer de mama.

Por otra parte existen otros factores de riesgo que según investigaciones, aumentan la probabilidades de padecer este tipo de cáncer, como lo son los hábitos nocivos, antecedentes familiares, menarca precoz, primiparidad tardía, nuliparidad, lactancia materna negativa, menopausia temprana, tratamiento de reemplazo hormonal postmenopausia y sedentarismo. Estos factores se vieron plasmados en el instrumento de recolección de datos, como variables para la

---

<sup>1</sup> Programa Vigilancia Epidemiológica - Registro Nacional de Cáncer  
COMISION HONORARIA DE LUCHA CONTRA EL CANCER.

<sup>2</sup> Idem

investigación.

La metodología utilizada en este estudio fue no experimental, descriptivo, cuantitativo y transversal. Utilizándose como instrumento de recolección de datos una encuesta de tipo personal directa, de preguntas cerradas con respuestas múltiples, que abarcó a un total de 88 usuarias entre 40 y 50 años que se encontraban en la sala de espera de la policlínica COMECA, en la ciudad de Canelones, Uruguay, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011.

## **Objetivos**

**Objetivo General:** Identificar las medidas de control que practican las mujeres para la detección precoz de cáncer de mama, en la etapa del climaterio entre los 40 y 50 años que se encuentran en sala de espera de Policlínica COMECA en la ciudad de Canelones en el período comprendido entre el 5 y el 16 de Setiembre de 2011.

### **Objetivos Específicos:**

- Caracterizar a la población en estudio (mujeres que cursan la etapa del climaterio entre 40 y 50 años) que se encuentran en sala de espera de Policlínica COMECA en la ciudad de Canelones en el período comprendido entre el 5 y el 16 de Setiembre de 2011.
- Identificar la cantidad de mujeres en la etapa del climaterio entre 40 y 50 años, que se realizan mamografía y de AEM, según las normas establecidas por el MSP (frecuencias de realización y técnicas correctas), que se encuentran en sala de espera de Policlínica COMECA en la ciudad de Canelones en el período comprendido entre el 5 y el 16 de Setiembre de 2011.
- Conocer los motivos por los cuales las mujeres en la etapa del climaterio entre 40 y 50 años que se encuentran en sala de espera de Policlínica COMECA en la ciudad de Canelones en el período comprendido entre el 5 y el 16 de Setiembre de 2011 no se realizan mamografía y AEM.
- Identificar factores de riesgos que influyen en la aparición de cáncer de mama en las mujeres en la etapa del climaterio entre 40 y 50 años que se encuentran en sala de espera de Policlínica COMECA en la ciudad de Canelones en el período comprendido entre el 5 y el 16 de Setiembre de 2011.

## **Metodología**

Para la selección del universo se tomó en cuenta la bibliografía sobre el tema, que afirma que la mayor probabilidad de padecer cáncer de mama se encuentra en el climaterio entre los 40 y 50 años como consecuencia de la disminución de la producción de hormonas.

La muestra se corresponde con el universo siendo aquellas mujeres entre 40 y 50 años de edad que se encuentran en la sala de espera de la policlínica de CO.ME.CA. de la ciudad de Canelones, en el periodo comprendido entre el 5 y 16 de setiembre del 2011.

La determinación del tamaño de la muestra se basó en el tiempo y la cantidad de encuestadores para realizar la recolección de datos siendo en este caso 3, determinando como criterio aproximadamente 30 encuestas por investigador; obteniéndose una muestra de 88 usuarias.

Se tomó como criterio de inclusión ser mujer cursando la etapa de climaterio entre el rango de edad 40 – 50 años y estar en sala de espera de la policlínica de COMECA en la ciudad de Canelones.

Como criterios de exclusión se consideraron mujeres que no se encuentran en este rango de edad y aquellas que se nieguen a realizarse la encuesta.

En esta investigación las encuestadas fueron nuestra única fuente de datos, debido a que no se utilizó otra información complementaria como por ejemplo historia clínica.

Se utilizó como instrumento de recolección de información una encuesta de tipo personal directa, la cual consta de 17 preguntas cerradas de respuestas múltiples. Para el procesamiento y presentación de los datos se aplicaron tablas con frecuencia absoluta, frecuencia relativa porcentual y tablas bivariadas de frecuencia absoluta relacionando técnica de realización de AEM y frecuencia, nivel de instrucción y realización de AEM, nivel de instrucción y realización de

mamografía. La representación gráfica de dichos datos fue a través de gráficos de barra realizadas en el programa Microsoft Excel.

El análisis de los datos fue de tipo descriptivo analítico utilizándose la distribución de frecuencias absoluta y relativa porcentual en las variables individuales y en las relaciones ya mencionadas anteriormente.

## **Normas Éticas**

Previo a la realización de la nota para la autorización institucional de la búsqueda de información se estableció una comunicación con la Jefa de Departamento de Enfermería de COMECA, donde se planteó el interés de llevar a cabo el estudio en dicha institución. Se le informó sobre la temática del trabajo final de investigación y sus objetivos, con su consentimiento, se procedió a la formulación de la nota y protocolo adjunto a la misma, dirigida a la dirección técnica de la institución.

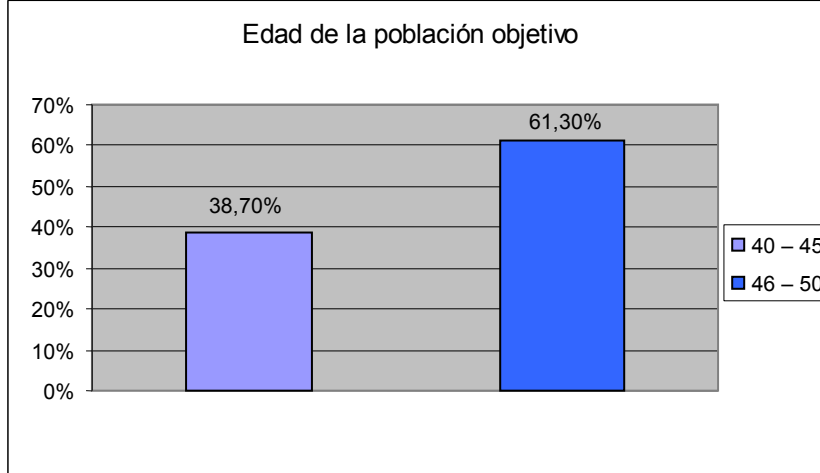
Luego de obtenida la autorización se procedió a la recolección de información en la sala de espera en la policlínica de COMECA ciudad de Canelones. Previo a la realización de encuesta se le informó a cada participante sobre el fin de la investigación y sus objetivos además de garantizar el anonimato no solicitándose nombres, apellidos, dirección, teléfonos u otros datos personales.



## RESULTADOS

▪ **Edad:**

*Gráfico N° 1:*

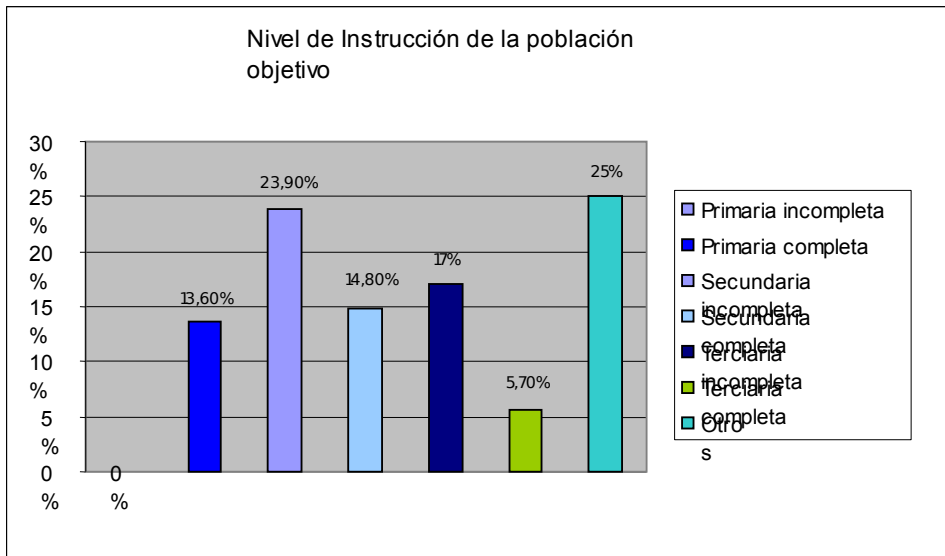


**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

Se obtuvo una población total de 88 mujeres, de las cuales el 61,3% tienen entre 46-50 años y el 38,7% tienen entre 40-45 años.

▪ **Nivel de Instrucción:**

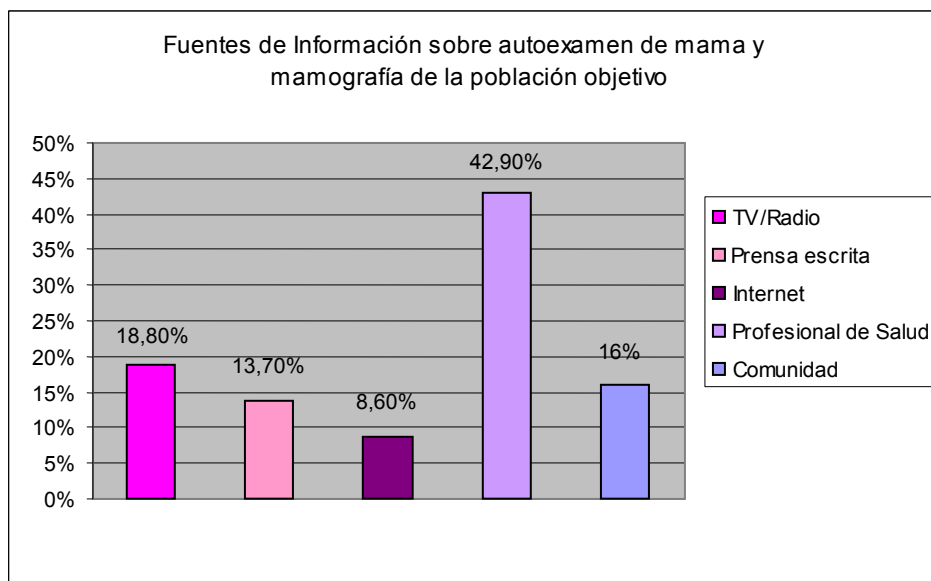
*Gráfico N° 2:*



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

Según nivel de instrucción, el mayor porcentaje, 25% corresponde a la opción otros. Seguido con 23,9% que cuentan con secundaria incompleta, 17% con terciaria incompleta, 14,8% secundaria completa, 13,6% primaria completa y el 5,7% restante con terciaria completa. No se encontraron encuestadas con primaria incompleta.

- **Fuentes de Información sobre autoexamen de mama y mamografía:**  
Gráfico N° 3:

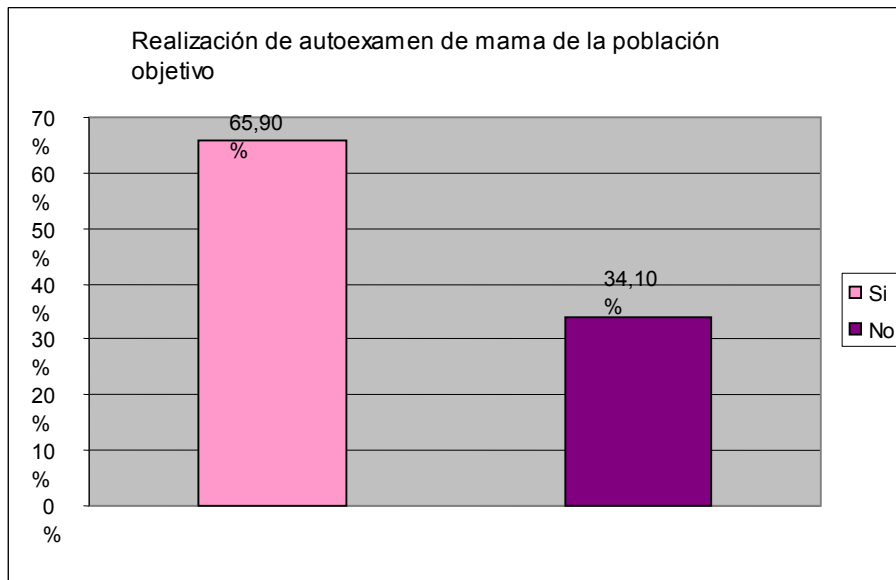


**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

El N, en este caso es de 175 debido a que en algunos casos las encuestadas seleccionaron más de una opción. Se destaca que el 42,9% obtuvieron la información por el personal de salud seguido con 18,8% por medios de comunicación (TV y radio).

▪ **Realización de autoexamen de mama:**

Gráfico N° 4:



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

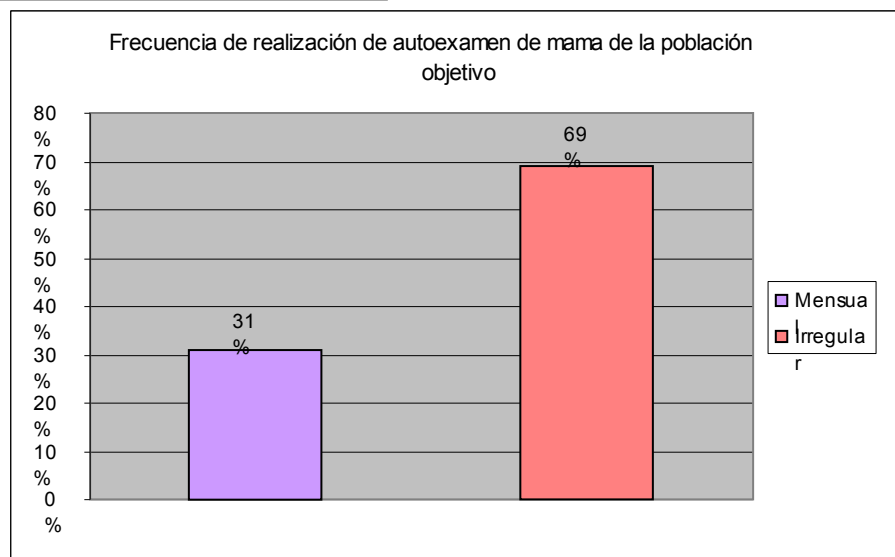
En relación a la variable realización de autoexamen de mama, se obtuvo que un 65,9% se lo realiza, mientras que un 34,1% no lo hace.

▪ **Frecuencia de realización de autoexamen de mama:**

Gráfico N° 5:

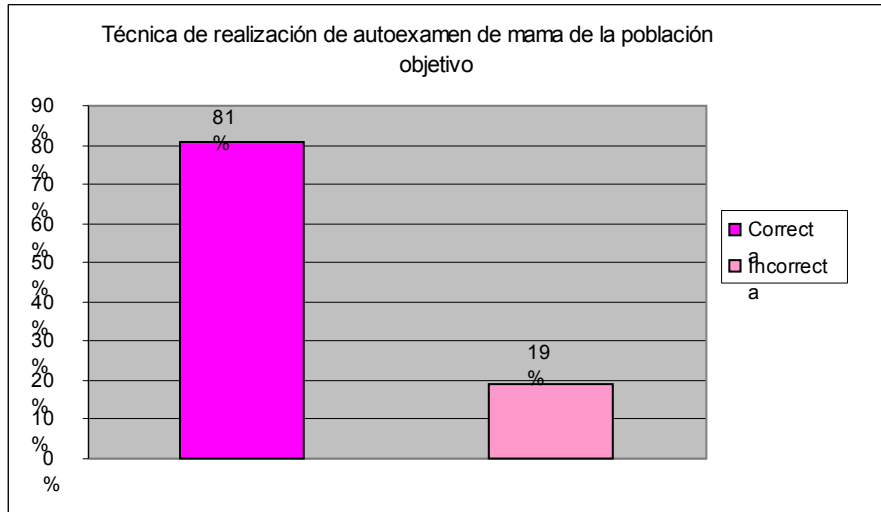
**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

El N corresponde a las usuarias que se realizan el autoexamen de mama es decir 58. Se detectó que solo un 31% se lo práctica mensualmente y un 69% en forma irregular.



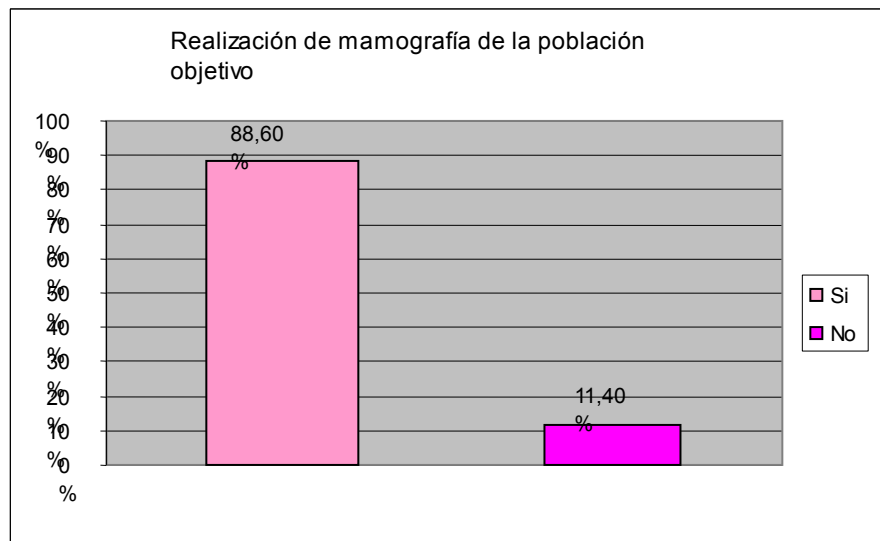
▪ **Técnica de realización de autoexamen de mama:**

Gráfico N° 6:



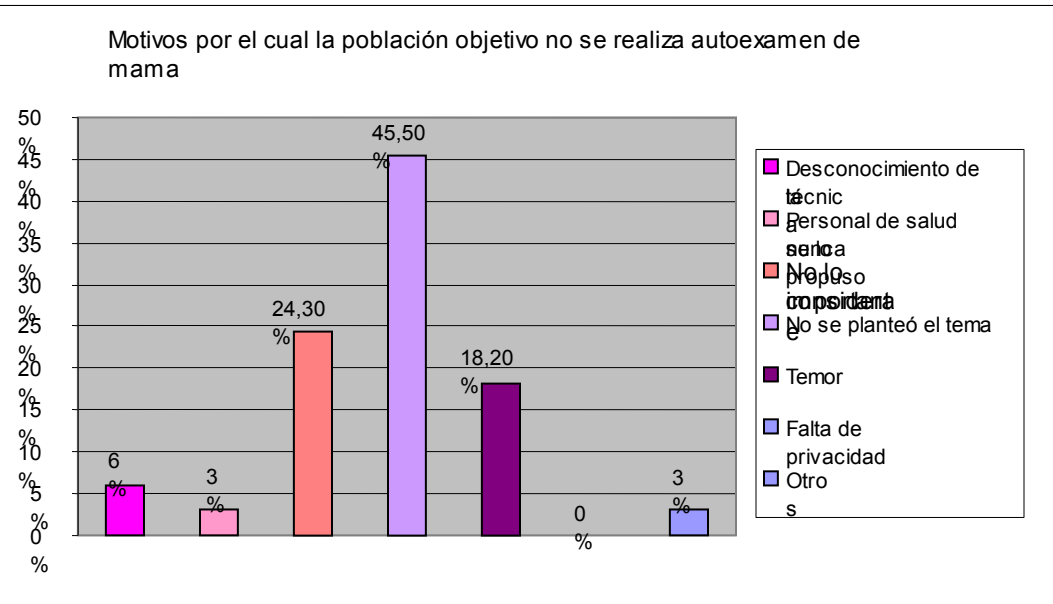
**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

Con igual N que el gráfico anterior, se muestra un mayor porcentaje 81% de usuarias que se realizan la técnica correcta de autoexamen de mama.



• **Motivos de no realización de autoexamen de mama:** *Gráfico N° 7*

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.



Dicha variable se aplicó a las encuestadas que no se realizaban AEM siendo un total de 30 mujeres y un N de 33 debido a que algunas usuarias seleccionaron más de una opción donde se obtuvo que el 45,5% nunca se planteó el tema, el 24,3% no lo considera importante y un 18,2% que no se lo realiza por temor.

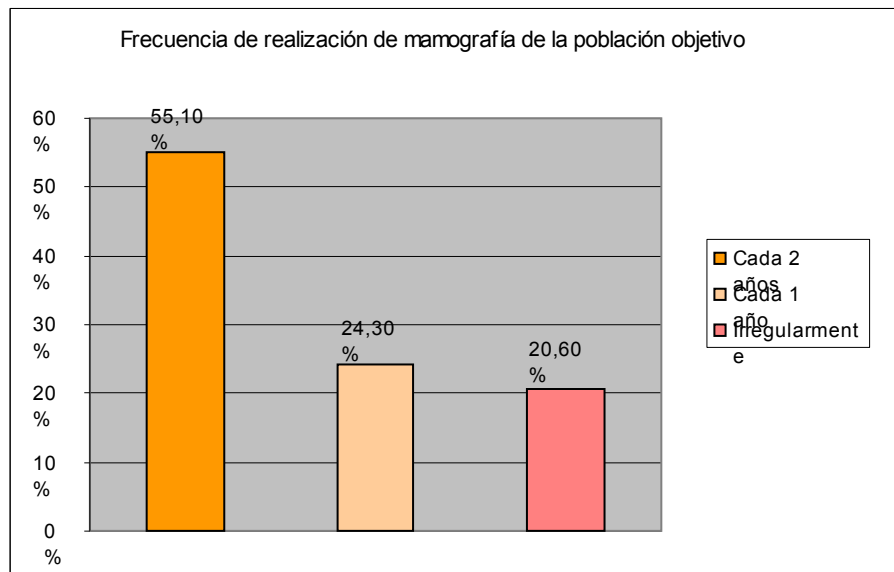
▪ **Realización de mamografía:** *Gráfico N° 8*

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

Aquí se obtuvo que un 86,6% de las encuestadas cumplieron con dicho estudio, mientras que el 11,4% no lo hizo.

▪ **Frecuencia de realización de mamografía:**

Gráfico N° 9:



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

Esta variable se aplicó en base a un N de 78 correspondiente a usuarias que se realizaban mamografía. Un 55,1% lo hacen cada 2 años, 24,3% cada 1 año y el resto 20,6% irregularmente.

**Tabla N° 18.1:**

<b>N.Instrucción/A.Mama.</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Total</b>
<b>P.Incompleta</b>	-	-	-
<b>P.Completa</b>	6	6	12
<b>S.Incompleta</b>	16	5	21
<b>S.Completa</b>	10	3	13
<b>T.Incompleta</b>	3	2	5
<b>T.Completa</b>	10	5	15
<b>Otros</b>	13	9	22
<b>Total</b>	58	30	88

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

Para relacionar la influencia que tiene el nivel de instrucción con la realización del AEM se aplicó esta tabla bivariada con un N igual a 88. Se destacó que el nivel de instrucción no influye en la aplicación de dicha técnica.

**Tabla N° 18.2:**

<b>N.Instrucción/Mamografía</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Total</b>
<b>P.Incompleta</b>	-	-	-
<b>P.Completa</b>	10	2	12
<b>S.Incompleta</b>	18	3	21
<b>S.Completa</b>	11	2	13
<b>T.Incompleta</b>	5	0	5
<b>T.Completa</b>	15	0	15
<b>Otros</b>	19	3	22
<b>Total</b>	78	10	88

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

En esta tabla se expresa la relación entre las variables nivel de instrucción y realización de mamografía con el fin de determinar si el grado de educación influye en la ejecución de este examen clínico siendo un N de 88. Se observó que a mayor nivel de instrucción e mayor la conducta de autocuidado en lo que refiere a la realización de mamografía.

**Tabla N° 18.3:**

Técnica/Frecuencia de autoexamen de mama	Correcta	Incorrecta	Total
Mensual	14	4	18
Irregular	33	7	40
Total	47	11	58

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: AEM y mamografía.

En dicha tabla se representa la relación existente entre la técnica y la frecuencia de realización de AEM siendo un N de 58 correspondiente a las mujeres que aplican dicho procedimiento. El resultado obtenido es que solo 14 encuestadas lo llevan a cabo en tiempo y forma según normas de MSP.

Se utilizaron variables para conocer los factores de riesgo de la población objetivo, que aumentan la probabilidad de padecer cáncer de mama. Los mismos fueron: hábitos nocivos, antecedentes familiares de cáncer de mama, edad de menarca, edad de primera gesta, lactancia materna, edad de menopausia, tratamiento de reemplazo hormonal, y actividad física.

De estas variables se destaca, en cuanto a hábitos nocivos que un 20,5% es fumadora, y un 78,4% no presenta ninguno. En relación a los antecedentes familiares de cáncer de mama, sólo un 2,4% presentó antecedentes por parte materna, y un 5,6% por hermanas.

En referencia a la edad de menarca, un 20,5% presentó su primera menstruación antes de los 12 años de edad. En la variable primera gesta, el 10,2% tuvo su primer embarazo luego de los 30 años de edad, y un 5,8% es nulípara. Respecto a la lactancia materna, un 81,8% amamanto, y un 18,2% no lo hizo. De la variable edad de menopausia se destaca que un 70,4% no ha iniciado la misma.

En cuanto a la variable tratamiento de reemplazo hormonal en la postmenopausia, el 72,8% manifestó no utilizar el mismo. En referencia a la variable actividad física, el 59% realiza algún tipo de actividad, mientras que el 41% no lo hace.



## **DISCUSIÓN**

Finalizada la recolección de datos para el trabajo final de investigación, analizaremos los resultados obtenidos, teniendo en cuenta los objetivos planteados.

Nuestra población objetivo está conformada por mujeres en la etapa de climaterio entre 40 y 50 años, que se encuentran en sala de espera de la Policlínica de CO.ME.CA (Cooperativa Médica de Canelones) en la ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y el 16 de setiembre de 2011, en los horarios de 08-20 hs. (2 hs. diarias), realizando las encuestas 3 estudiantes de Licenciatura de Enfermería, siendo el tema clave el Autocuidado en el Climaterio en lo que refiere al AEM y Mamografía.

De dicha encuesta se obtuvo una población total de 88 mujeres. De las cuales el 61,3% tienen entre 46-50 años y el 38,7% tienen entre 40-45 años. La población con mayor porcentaje es en este caso la de mayor riesgo ya que la incidencia del cáncer de mama aumenta en forma progresiva con la edad, estabilizándose a partir de los 50 años.

En lo que refiere al nivel de instrucción, el mayor porcentaje con un 25% corresponde a la opción otros, dentro de los que se encuentra cursos de auxiliar de enfermería, peluquería, educadoras entre otros. Un 23,9% de la población cuentan con secundaria incompleta seguido por un 17% con terciaria incompleta, 14,8% secundaria completa, 13,6% primaria completa y el 5,7% restante con terciaria completa. No se encontraron encuestadas con primaria incompleta. Respecto a la fuente de información en lo que refiere al AEM y mamografía, el 42,9% de la población la obtiene del personal de salud, siendo esto positivo debido a que la información brindada en general es personalizada y más confiable.

Por otro lado este resultado refleja que la atención por parte del personal de salud, en lo que refiere a la prevención y promoción es recepcionada favorablemente. Esta es una de las funciones del Licenciado en enfermería, es decir la promoción de conductas de autocuidado en los diferentes niveles de atención. Otra opción seleccionada fue la TV-Radio como método de obtención de información, con un 18,8%, estos medios son de difusión masiva por lo que permite llegar a todas las personas. Con una minoría se encuentran las opciones de prensa escrita 13,7% e Internet 8,6%. Cabe destacar que algunas de las usuarias manifestaron obtener la información de más de una fuente es por esto que en esta variable el N es de 175.

En relación a la variable realización de AEM, se obtuvo que un 65,9% se lo realiza, mientras que un 34,1% no lo hace. A pesar de que más de la mitad de la población lleva a cabo dicha técnica, se detectó que no todas lo hacen correctamente, ya que solo un 31% se lo practica mensualmente y un 69% en forma irregular de un N equivalente a 58. Según normas del MSP este debería realizarse una vez al mes 5-7 días post-menstruación, o un día fijo al mes aquellas que ya no menstrúan. Esto permite conocer la anatomía de la mama en las mismas condiciones.

Con el fin de llevar a cabo un análisis más exhaustivo, se relacionaron las variables nivel de instrucción y realización de AEM para determinar si el grado de educación influye en el seguimiento de esta conducta de detección precoz de cáncer de mama. De acuerdo a esto se observó que en general el nivel de instrucción no influye en este caso, ya que no se encontró que a mayor nivel de instrucción mayor la incidencia de realización, las frecuencias absolutas son similares, no destacándose ningún valor.

Al explicarles la técnica correcta a las encuestadas que se realizaban el AEM, se detectó que el 81% la cumplían según las pautas, mientras que el 19% no lo llevaban a cabo adecuadamente. La técnica correcta es esencial, teniendo en cuenta que no sólo se trata de realizar una palpación de las mamas, si no que implica la evaluación exhaustiva en el espejo, inspección del pezón, areola y ganglios linfáticos de la región axilar, en diferentes posiciones.

Con respecto a estas variables anteriores, consideramos de suma importancia cuantificar la relación que existe entre la frecuencia de realización de AEM y la técnica. De esto concluimos que únicamente 14 usuarias afirmaron realizarse el AEM en forma mensual y correcta, se considera que es un porcentaje bajo, ya que solo 14 de las 88 mujeres encuestadas, tienen mayor probabilidad de detectar precozmente cualquier alteración de la mama. Ya sea porque aplican la técnica correcta o porque lo llevan a cabo en el tiempo establecido.

Entre las mujeres que respondieron negativamente a la realización de AEM, el 45,5% afirmó que nunca se planteó el tema, el 24,3% no lo considera importante, seguido de un 18,2% que no se lo realiza por temor, el resto de las opciones se encuentran con un porcentaje mínimo siendo el desconocimiento de la técnica 6%, el personal de salud nunca se lo propuso 3% al igual que la opción otros que corresponde a una encuestada que se encontraba en período de lactancia. Si bien esta variable se aplicó a aquellas que no se realizaron AEM (30), el N es igual a 33 debido a que algunas de las mismas manifestaron más de una opción, ejemplo “desconocimiento de la técnica sumado a que no lo considera importante”. En cuanto a estos datos consideramos que el motivo principal se corresponde con falta de motivación a las usuarias por parte del sistema de salud, y es en este punto donde nuestra función educadora, asistencial y docente juega un rol fundamental. Debido a que la Licenciada en Enfermería actúa en los tres niveles

de atención, como promotora de la salud, previniendo y detectando factores de riesgo.

En lo que respecta a la variable realización de mamografía se obtuvo que un 86,6% de las encuestadas cumplieron con dicho estudio, mientras que el 11,4% no lo hizo. Dicho resultado nos señala que en referencia a este examen existe conciencia y conductas de prevención por parte de las mujeres. Cabe destacar que 6 de las encuestadas recientemente cumplieron 40 años siendo esta la edad de inicio de mamografía en mujeres sin factores de riesgo de cáncer de mama.

Para obtener mayor información se decidió relacionar las variables nivel de instrucción y realización de mamografía con el fin de determinar si el grado de educación influye en la ejecución de este examen clínico. Se encontró que de las usuarias encuestadas, aquellas que presentaban terciaria incompleta y completa se realizaban en su totalidad la mamografía. A diferencia de la relación de las variables nivel de instrucción y realización de AEM, en este caso se destaca que a medida que aumenta el nivel educativo es mayor la conducta de autocuidado en lo que refiere a la realización de la mamografía.

Del 86,6% de las mujeres que se realizaron mamografía, un 55,1% lo hacen cada dos años, 24,3% cada un año y el resto 20,6% irregularmente. El MSP decreta que este estudio debe de realizarse como rutina de control de salud cada dos años, siempre que no se encuentren anomalías.

En referencia a la variable de hábitos nocivos, se detectó que un 78,4% no presenta, seguido de un 20,5% fumadoras, y un 1,1% alcoholista. Estos factores de riesgo pueden ser modificados, pero existen otros no modificables como lo son antecedentes familiares y reproductivos. De esta investigación científica se desprendió que el 67% no presenta antecedentes familiares de cáncer de mama,

un 5,6% respondieron que si presenta por parte de su hermana, un 2,4% por parte materna y el 25% restantes manifestó tener por otros familiares. Según las investigaciones previas sobre el tema, demuestran que en la mayoría de las mujeres que padecen cáncer de mama no existen antecedentes familiares de dicha patología; es importante destacar que el tener un familiar directo con cáncer de mama (madre- hermana) aumenta el riesgo de padecerlo.

Las investigaciones anteriores sobre el tema señalan que la menarca precoz (antes de los 12 años) es un factor de riesgo de cáncer de mama. De las usuarias encuestadas, un 20,5% tuvo su primera menstruación antes de los 12 años y un 79,5% después. Esta etapa fue citada debido a que durante el momento del desarrollo puberal se hace referencia a un sinfín de cambios, dentro de los cuales según estudios cuanto menos edad las mujeres inician su primer menstruación tienen mayor riesgo de padecer cáncer de mama.

Continuando con los factores de riesgos se encontró que la primiparidad tardía (después de los 30 años) y la nuliparidad aumentan el riesgo de padecer este tipo de cáncer, un 84% de usuarias tuvieron su primera gesta antes de los 30 años de edad, un 10,2% después de la edad señalada; mientras que un 5,8% aún no han tenido gestas. Se detectó que con menor porcentaje se encuentran las mujeres con factores de riesgos mencionados.

En relación a los factores de riesgo reproductivos se encontró que un 81,8% de las mujeres encuestadas tuvieron lactancia materna positiva mientras que un 18,2% no la llevaron a cabo. Investigaciones científicas previas demuestran que la lactancia materna negativa aumenta el riesgo de padecer cáncer de mama, siendo estas una de las razones por las cuales se fomenta actualmente la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad del lactante en conjunto con alimentación complementaria hasta los 2 años de vida.

En relación a la variable edad de menopausia (cese permanente de la menstruación) un 70,4% de la población encuestada aún no había iniciado el cese de la menstruación, un 12,5% se encontraban dentro del rango 41-45 años, un 11,4% entre los 46-50 años, un 4,6% dentro del rango 35-40 años y un 1,1% menores a 35 años. Según estudios sobre el tema, durante el climaterio la disminución de la producción de hormonas puede llevar a traer consecuencias varias, dentro de las cuales se destaca una mayor probabilidad de desarrollar cáncer de mama. La incidencia aumenta de forma progresiva con la edad hasta los 45-50 años, en que tiende a estabilizarse. De acuerdo a nuestra población de estudio, no existen grandes riesgos debido a que el mayor porcentaje aún no ha iniciado la misma.

Aquellas mujeres que cumplen con un tratamiento de reemplazo hormonal en la postmenopausia presentan un mayor riesgo de padecer cáncer de mama, observándose en nuestra investigación que 27,2% lo utiliza y un 72,8% no utilizan dicho tratamiento.

Continuando con el análisis cabe destacar que en la actualidad, cada vez se insiste más en que el sedentarismo es un factor de riesgo importante para padecer enfermedades cardiovasculares pero también diferentes tipos de cáncer entre los que se encuentra el cáncer de mama. En nuestra población objetivo el 59% afirmó realizar actividad física regular y el 41% negó hacerla. Este es un factor de riesgo que puede evitarse, el ejercicio físico es un pilar fundamental en el mantenimiento de nuestra salud en sus aspectos biopsicosociales.

Si realizamos una comparación entre trabajos finales de investigación anteriores de nuestra facultad con el nuestro, encontramos que en la investigación denominada “¿Cómo realizaron su autocuidado las usuarias previo al diagnóstico de cáncer de mama, que concurrieron a la policlínica Equipo de mama, y los

grupos de autoayuda del Hospital Central de las Fuerzas Armadas?” (Diciembre, 2006) el 47% de las mujeres entrevistadas se realizaban AEM según recomendaciones del servicio y un 28% mamografía. En nuestra investigación se ve una similitud en cuanto al porcentaje de mujeres que se realizan AEM siendo un 65,9% lo que demuestra un nivel mayor en lo que refiere a conductas beneficiosas para la salud. En el caso de la realización de la mamografía, un 88,6% de usuarias que se realizan este estudio, siendo un porcentaje mucho mayor que el de la investigación antes mencionada. En la investigación denominada “¿Cuál es el motivo influyente en la no realización del AEM en mujeres de 18 a 45 años?” (Junio, 2007); de las mujeres que no se realizan AEM, el 27% refirió no saber realizárselo, 25% no lo conoce y el 14% el médico nunca se lo propuso. En comparación con nuestro estudio no existen similitudes ya que la mayor causa encontrada para la no realización de AEM es por no plantearse el tema representando un 45,5% de la población de estudio seguido por un 24,3% que no lo considera importante, 18,2% por temor y desconocimiento de la técnica 6%.

- **Conclusiones:**

De un N de 88, se obtuvo que sólo 14 mujeres se realizaban el AEM en forma mensual y correcta, siendo esto una problemática a tener en cuenta, para trabajar sobre el tema. Si bien las encuestadas manifestaron obtener información de diferentes fuentes, no coincide con el resultado final obtenido, lo que muestra una falla en la comunicación tanto del emisor como del receptor, siendo el principal motivo de su no realización que no se plantearon el tema.

En lo que refiere a la mamografía, el 88,6% manifestó realizársela, siendo un punto positivo a destacar. Se puede suponer que este porcentaje es más elevado,

debido a que es un estudio solicitado por el médico y requisito para el carné de salud en todas las mujeres mayores de 40 años.

Respecto a los factores de riesgo, los más importantes a destacar en la población son: el tabaquismo con un 20,5%, y el sedentarismo con un 41%. Siendo estos modificables, pudiendo ser abordados con mayor probabilidad de mejorar los resultados, y en consecuencia la calidad de vida en lo que respecta a la salud.

En lo que refiere a esta temática, enfermería juega un rol fundamental, debido a que mediante la aplicación de sus funciones de docencia, asistencia e investigación, puede llevar a cabo acciones que brinden soluciones a las problemáticas detectadas, como también enfatizar en las conductas favorables para la salud.

- **Sugerencias**

- Debido a que no se encontraron grandes investigaciones en relación a este tema, sugerimos que este trabajo sea el comienzo de futuros trabajos de investigación.
- Promover el autocuidado de la mujer en el climaterio desde todas sus áreas, tanto a nivel biológico como psicológico.
- Difundir mayor información sobre el AEM y mamografía, sus beneficios en la detección precoz de alguna anomalía.
- Considerar las conductas de autocuidado como un control de salud obligatorio de la mujer con su médico tratante.
- Difundir la información en diferentes niveles educativos con el fin de adoptar conductas favorables desde edad temprana.



## BIBLIOGRAFÍA

### **Bibliografía Consultada:**

- Caja López C, López Piza R. Enfermería Comunitaria III. Barcelona: Masson-Slavat; 1993. p. 53.
- Canales F, Pineda E. Metodología de la investigación. Washington: OPS; 1994.
- Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptisa P. Metodología de la Investigación. México: McGraw-Gill; 2003.
- Uruguay. Ministerio de Salud Pública. Programa Nacional de Salud de la Mujer y Género. Montevideo: MSP; 2007.
- Uruguay. Comisión honoraria de lucha contra el cáncer. Programa Vigilancia Epidemiológica - Registro Nacional de Cáncer
- Orem D. Déficit de autocuidado. En : Modelo de Orem: conceptos de enfermería en la práctica. Barcelona: Ediciones Científicas y Técnicas; 1993. p.194-96.

### **Páginas web consultadas:**

- [www.americamama.org](http://www.americamama.org)
- [www.cuidadodelasalud.com](http://www.cuidadodelasalud.com)
- [www.laboratoriobiogen.com](http://www.laboratoriobiogen.com).
- [www.msp.gub.uy](http://www.msp.gub.uy)
- [www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article.htm)
- [www.presidencia.gub.uy](http://www.presidencia.gub.uy)



Montevideo, 17 de noviembre de 2011

Departamento de Dirección del Departamento de Educación, Prof. Lic. Fany Rocha.

Por intermedio de la presente, nos dirigimos a Uds. para solicitar conformación de Tribunal de Defensa para Trabajo Final de Investigación. El mismo fue desarrollado bajo la órbita de la Cátedra de Enfermería Materno Infantil, siendo el tutor el Prof Lic Mercedes Pérez.

El título del estudio es "Autocuidado en el climaterio: Autoexamen de mama y mamografía".

Somos estudiantes cursantes de Gen 06' y Gen 07'.

Barreto Machín, Valeria

López Gervassini, Melisa

Medrano Ibero, Virginia

Moreno Romano, Eliana

Recoba Zeballos, Tahina

## ANEXO 2

### TABULACIÓN DE DATOS

Tabla N°1:

Edad	FA	FR%
40 – 45	34	38,7%
46 – 50	54	61,3%
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

Tabla N° 2:

Nivel de instrucción	FA	FR%
Primaria incompleta	0	0%
Primaria completa	12	13,6%
Secundaria incompleta	21	23,9%
Secundaria completa	13	14,8%
Terciaria incompleta	15	17%
Terciaria completa	5	5,7%
Otros	22	25%
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

Tabla N° 3:

Fuentes de información	FA	FR%
TV/Radio	33	18,8%
Prensa escrita	24	13,7%
Internet	15	8,6%
Profesional de Salud	75	42,9%
Comunidad	28	16%
<b>Total</b>	<b>175</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 4:*

<b>Realización de autoexamen de mama (AEM)</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Si</b>	58	65,9%
<b>No</b>	30	34,10%
<b>Total</b>	88	100%

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 5:*

<b>Frecuencia de realización AEM</b>	<b>FA</b>	<b>FR %</b>
<b>Mensual</b>	18	31%
<b>Irregular</b>	40	69%
<b>Total</b>	58	100

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 6:*

<b>Técnica de realización de AEM</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Correcta</b>	47	81%
<b>Incorrecta</b>	11	19%
<b>Total</b>	58	100

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 7:*

<b>Motivos por el cual no se lo realiza el AEM</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Desconocimiento de la técnica</b>	2	6%
<b>Personal de salud nunca se lo propuso</b>	1	3%
<b>No lo considera importante</b>	8	24,3%
<b>No se planteó el tema</b>	15	45,5%
<b>Temor</b>	6	18,2%
<b>Falta de privacidad</b>	0	0%
<b>Otros</b>	1	3%
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 8:*

<b>Realización de mamografía</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Si</b>	78	88,6%
<b>No</b>	10	11,4%
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 9:*

<b>Frecuencia de realización de Mamografía</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Cada 2 años</b>	43	55,1 %
<b>Cada 1 año</b>	19	24,3 %
<b>Irregularmente</b>	16	20,6 %
<b>Total</b>	78	100 %

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 10:*

<b>Hábitos nocivos</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Tabaquismo</b>	18	20,5 %
<b>Alcoholismo</b>	1	1,1%
<b>Drogas ilegales</b>	0	0%
<b>Ninguno</b>	69	78,4 %
<b>Total</b>	88	100 %

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 11:*

<b>Antecedentes familiares con cáncer de mama</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Madre</b>	2	2,4%
<b>Hermana</b>	5	5,6%
<b>Hija</b>	0	0%
<b>Otros</b>	22	25%
<b>No presenta</b>	59	67%
<b>Total</b>	88	100 %

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

Tabla N° 12:

Edad de menarca	FA	FR%
<12 años	18	20,5 %
>12 años	70	79,5 %
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

Tabla N° 13:

Edad de primera gesta	FA	FR%
<20 años	23	26,1 %
21-30 años	51	57,9 %
31-40 años	9	10,2 %
>41 años	0	0%
No presenta	5	5,8%
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

Tabla N° 14:

Lactancia materna	FA	FR%
Positiva	72	81,8 %
Negativa	16	18,2 %
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 15:*

<b>Edad de menopausia</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>&lt; 35 años</b>	1	1,1%
<b>35-40 años</b>	4	4,6%
<b>41-45 años</b>	11	12,5%
<b>46-50 años</b>	10	11,4%
<b>No ha iniciado</b>	62	70,4%
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 16:*

<b>Tratamiento de reemplazo hormonal</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Si</b>	24	27,2%
<b>No</b>	64	72,8%
<b>total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 17:*

<b>Actividad física</b>	<b>FA</b>	<b>FR%</b>
<b>Si</b>	52	59%
<b>No</b>	36	41%
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.



### **Tablas Bivariadas:**

*Tabla N° 18.1:*

<b>N.Instrucción/A.Ma ma.</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Total</b>
<b>P.Incompleta</b>	-	-	-
<b>P.Completa</b>	6	6	12
<b>S.Incompleta</b>	16	5	21
<b>S.Completa</b>	10	3	13
<b>T.Incompleta</b>	3	2	5
<b>T.Completa</b>	10	5	15
<b>Otros</b>	13	9	22
<b>Total</b>	58	30	88

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 18.2:*

<b>N.Instrucción/Mamog rafía</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>Total</b>
<b>P.Incompleta</b>	-	-	-
<b>P.Completa</b>	10	2	12
<b>S.Incompleta</b>	18	3	21
<b>S.Completa</b>	11	2	13
<b>T.Incompleta</b>	5	0	5
<b>T.Completa</b>	15	0	15
<b>Otros</b>	19	3	22
<b>Total</b>	78	10	88

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

*Tabla N° 18.3:*

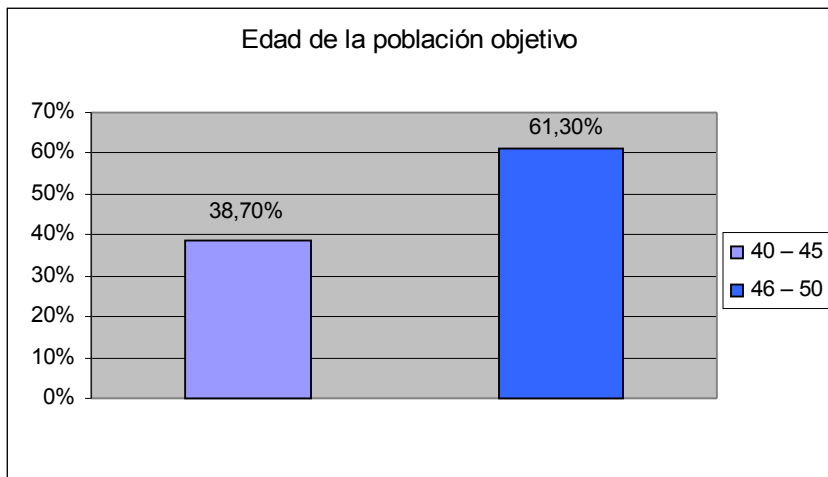
<b>Técnica/Frecuencia de autoexamen de mama</b>	<b>Correc ta</b>	<b>Incorrec ta</b>	<b>Total</b>
<b>Mensual</b>	14	4	18
<b>Irregular</b>	33	7	40
<b>Total</b>	47	11	58

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

## REPRESENTACIÓN GRÁFICA

- **Edad:**  
Nº 1:

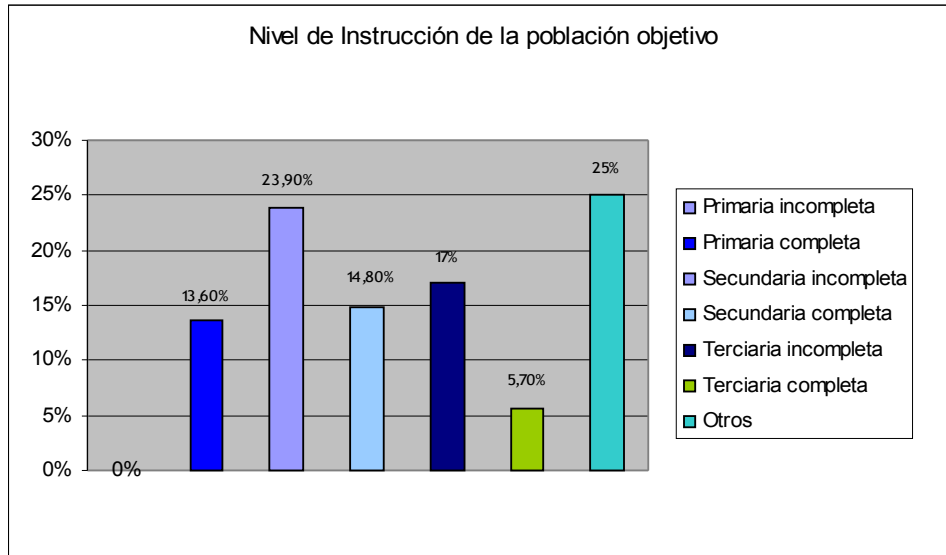
Gráfico



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Nivel de Instrucción:**  
Nº 2:

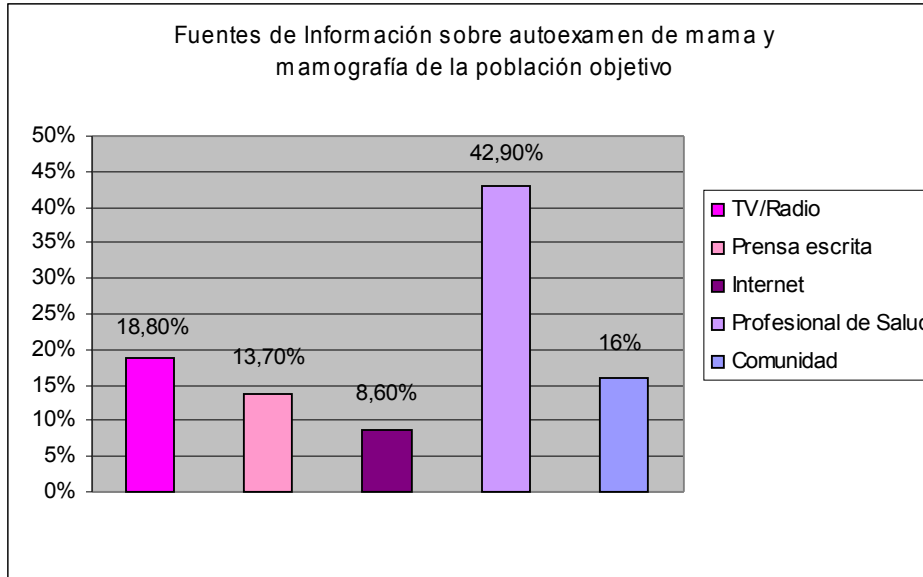
Gráfico



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Fuentes de Información sobre autoexamen de mama y mamografía:**

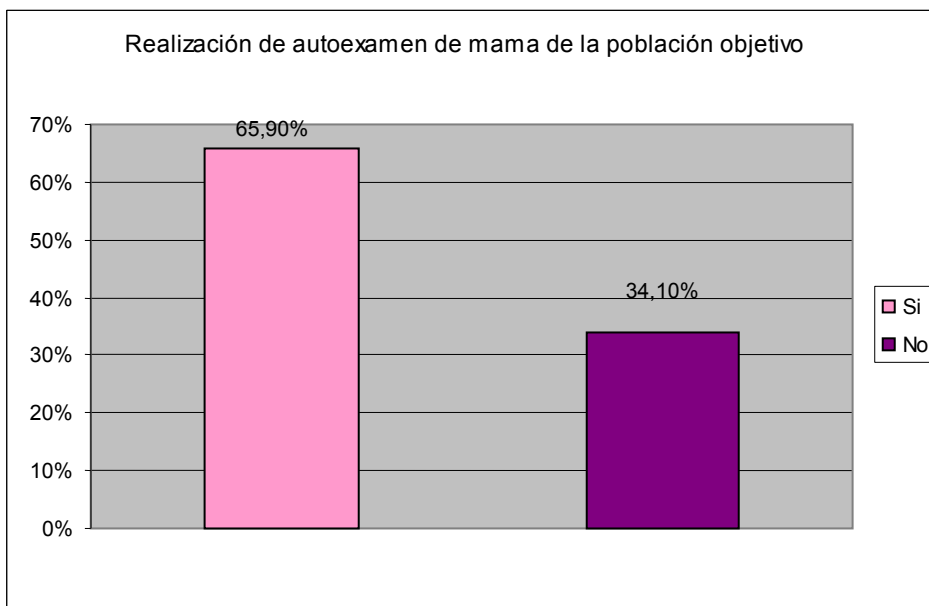
**Gráfico N° 3:**



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Realización de autoexamen de mama:**

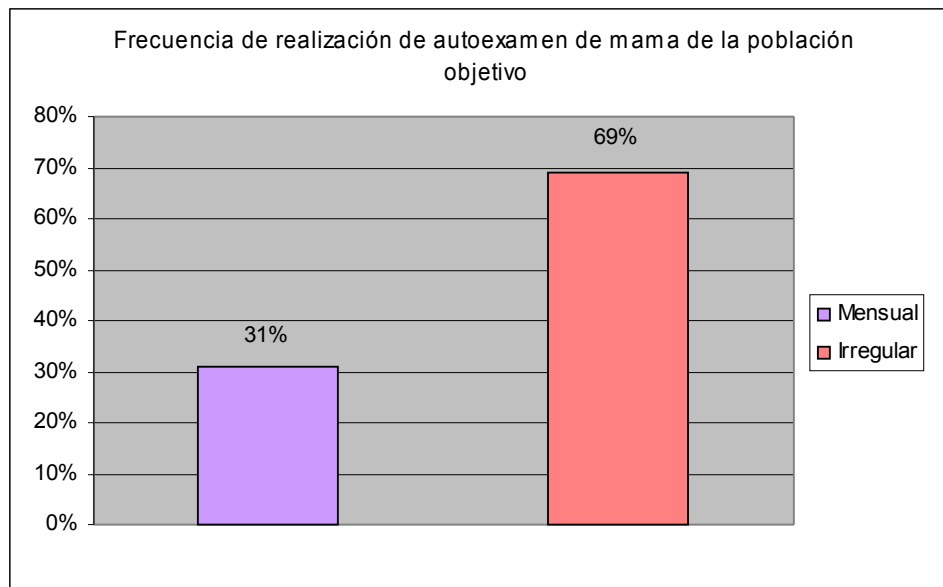
**Gráfico N° 4:**



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ ***Frecuencia de realización de autoexamen de mama:***  
***Nº 5:***

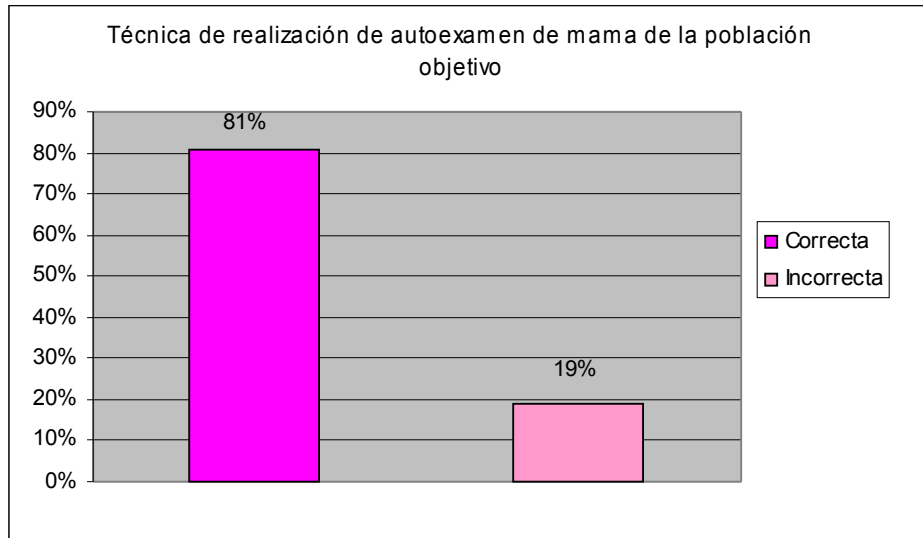
*Gráfico*



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Técnica de realización de autoexamen de mama:**  
Nº 6:

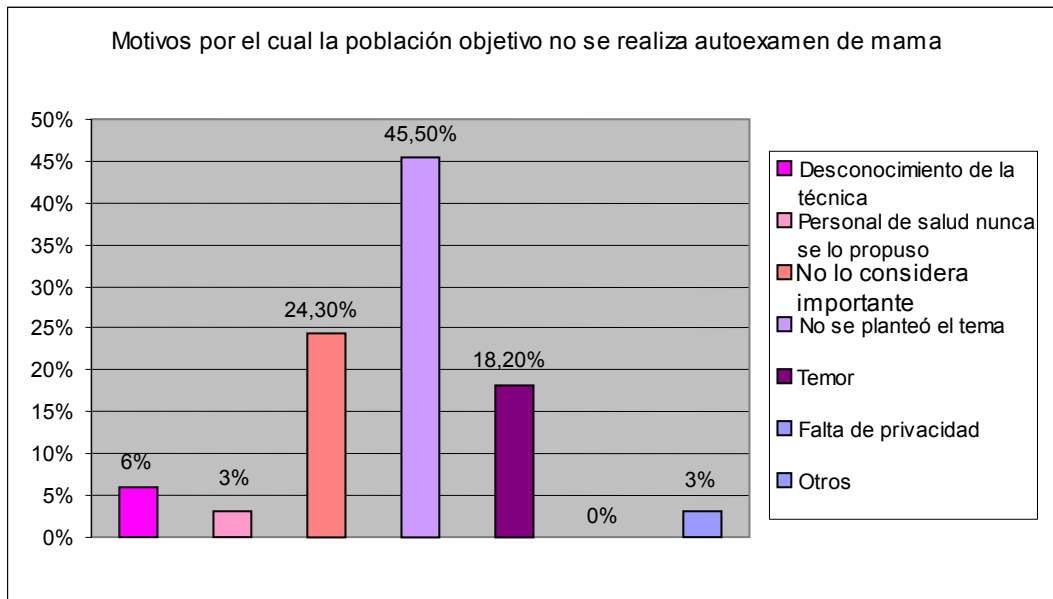
Gráfico



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Motivos de no realización de autoexamen de mama:**

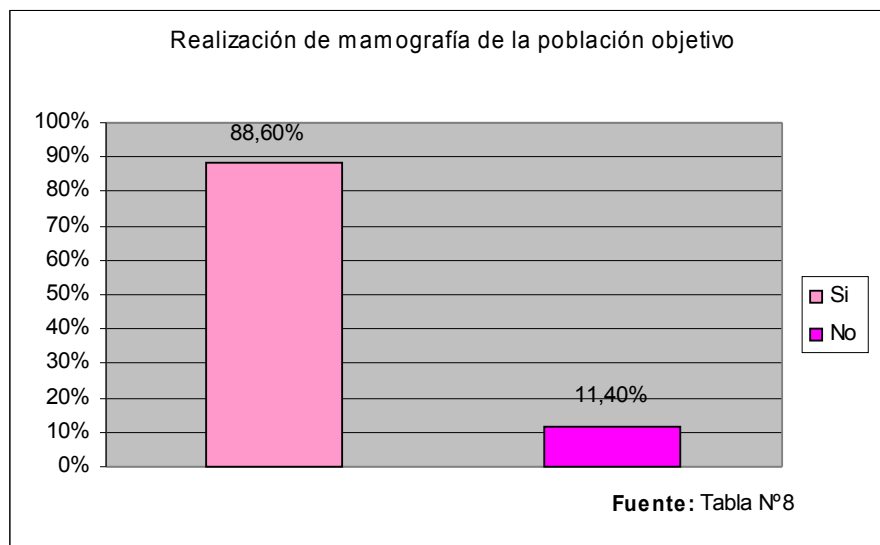
Gráfico Nº 7:



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Realización de mamografía:**  
N° 8:

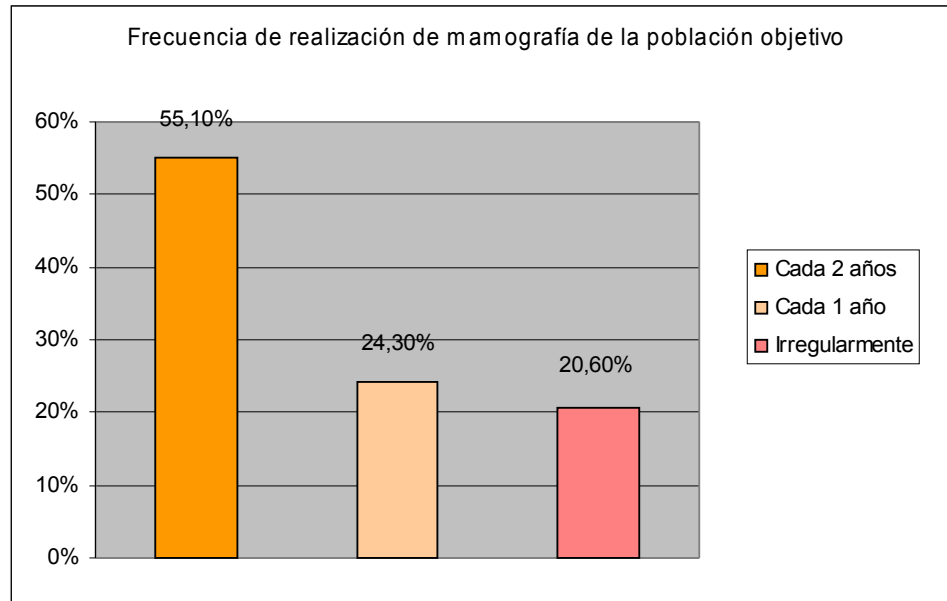
Gráfico



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Frecuencia de realización de mamografía:**  
Nº 9:

Gráfico

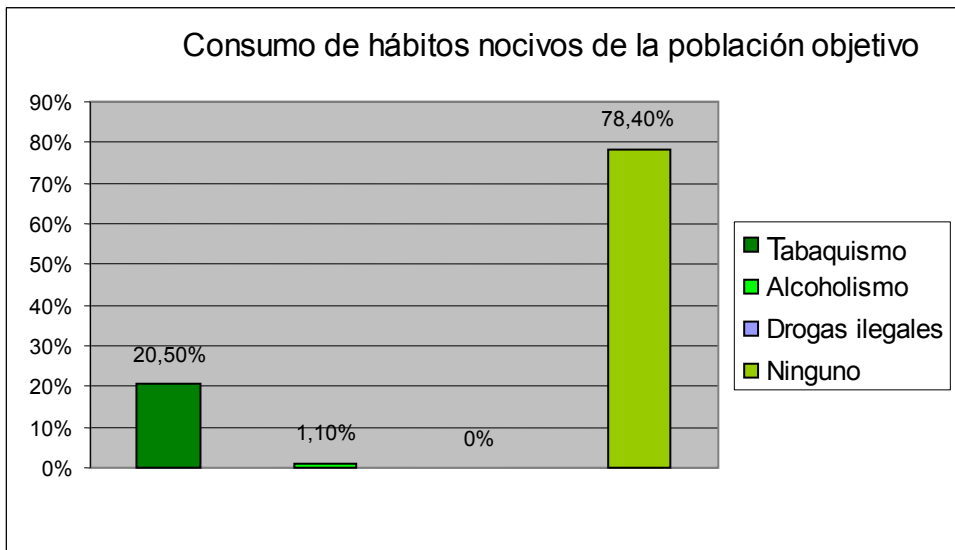


**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.



▪ **Hábitos nocivos:**

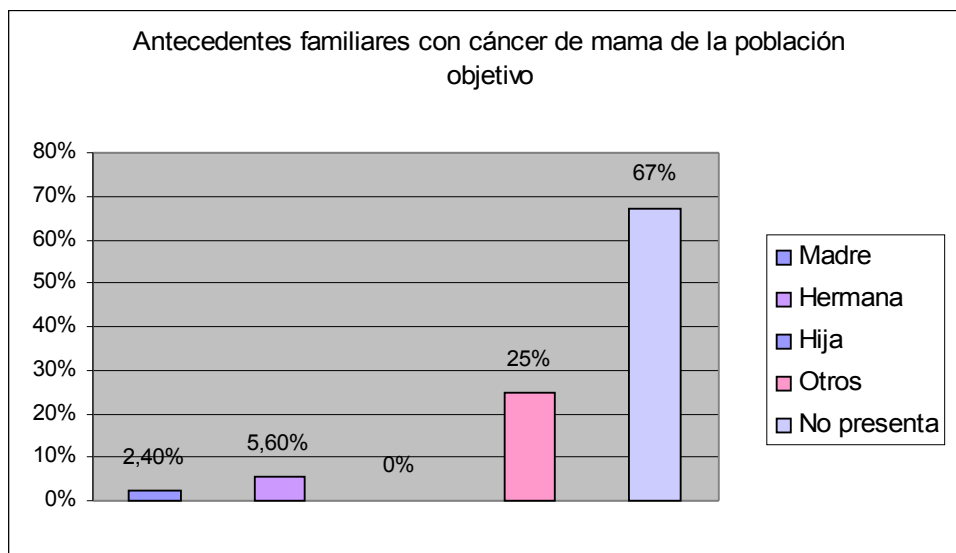
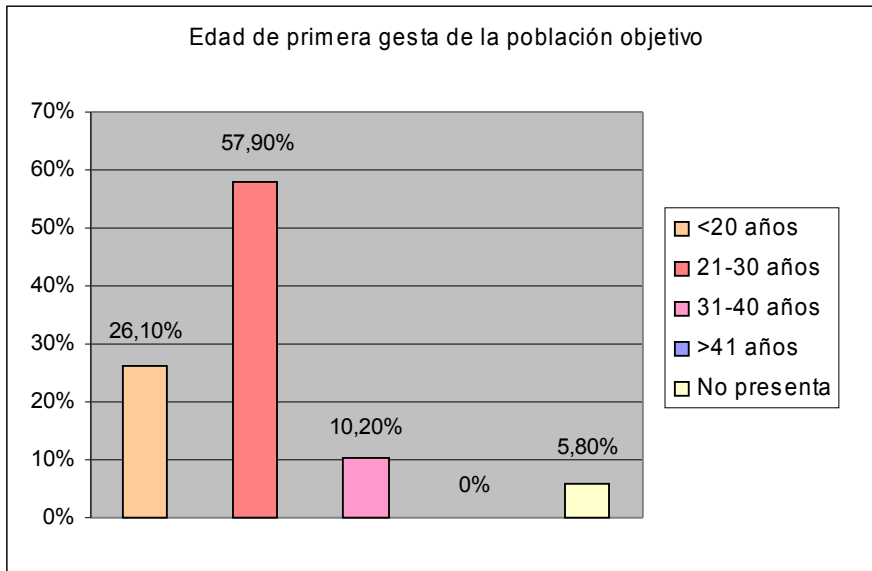
Gráfico N° 10:



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Antecedentes familiares:**  
Nº 11

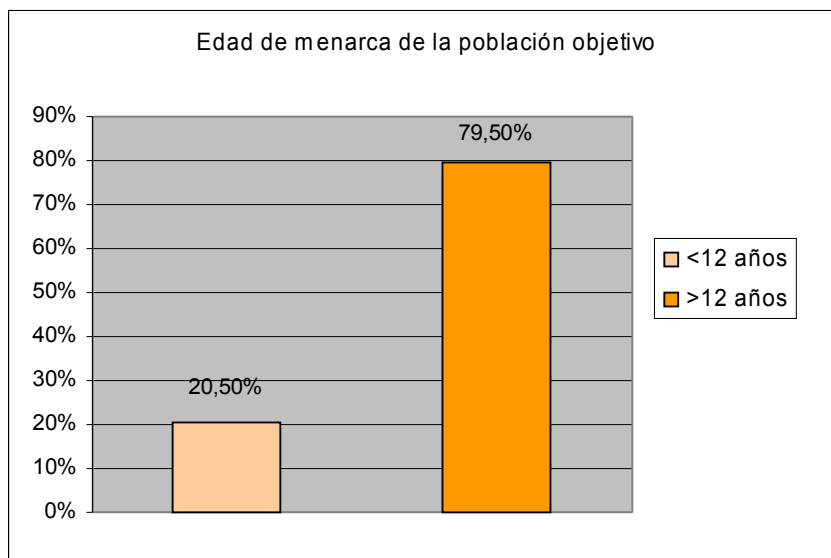
Gráfico



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Edad de menarca:**  
Nº 12:

Gráfico



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

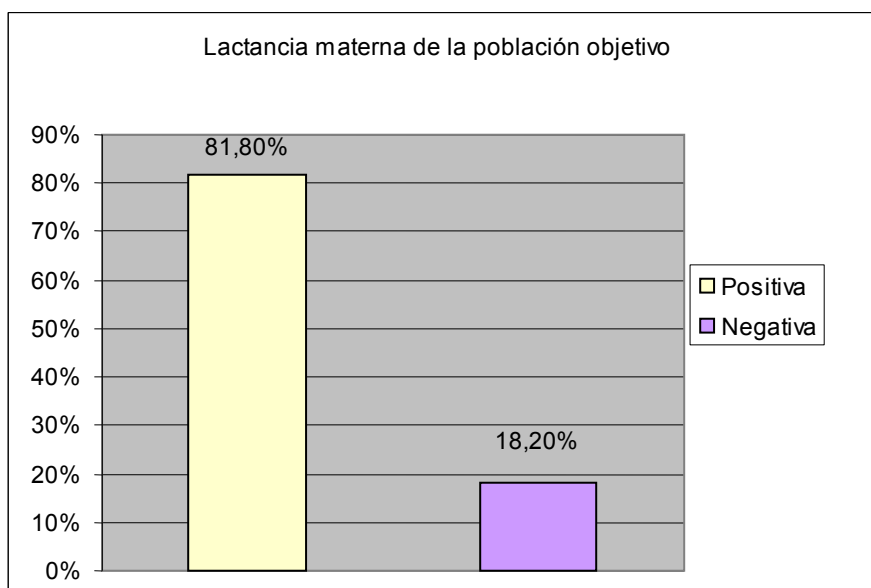
- **Edad de primera gesta:**  
Nº 13:

Gráfico

**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

- **Lactancia materna:**  
Nº 14:

Gráfico

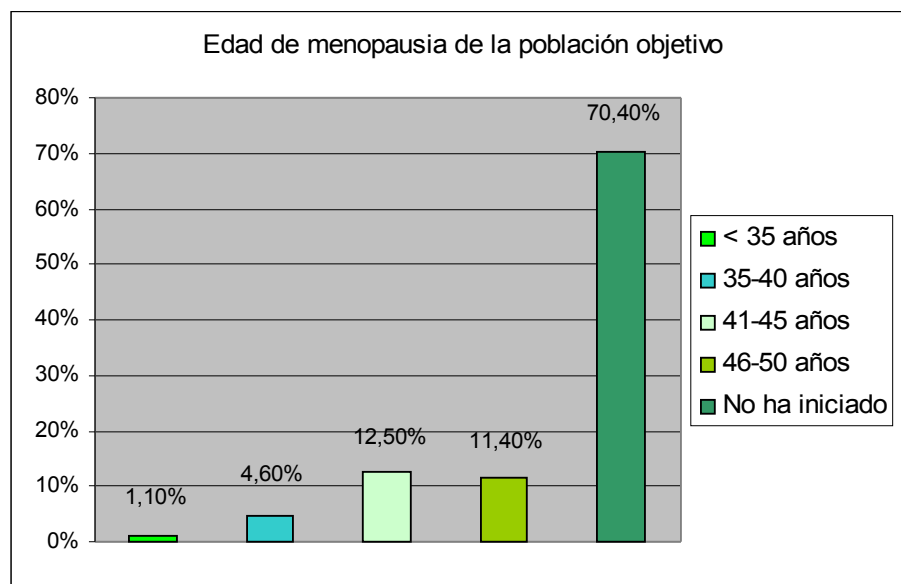


**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Edad de menopausia:**

Gráfico

Nº 15:

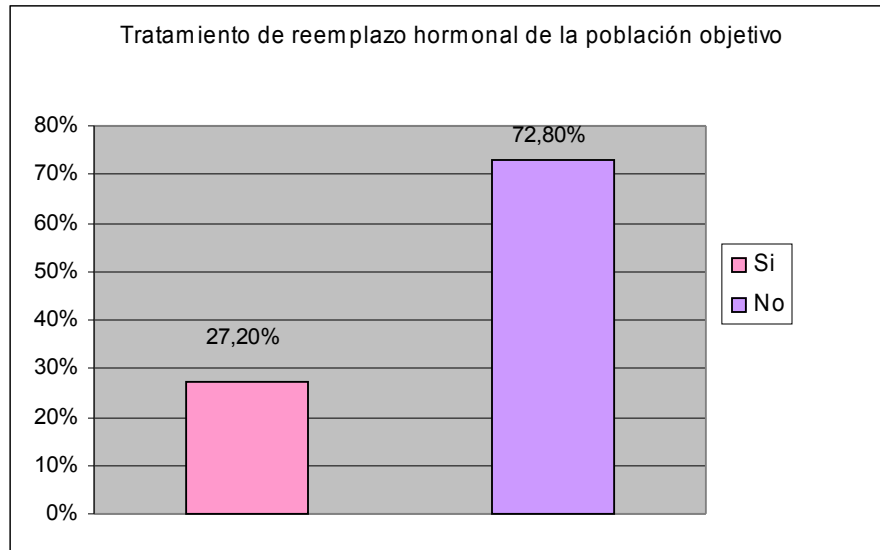


**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Tratamiento de reemplazo hormonal:**

Gráfico

N° 16:

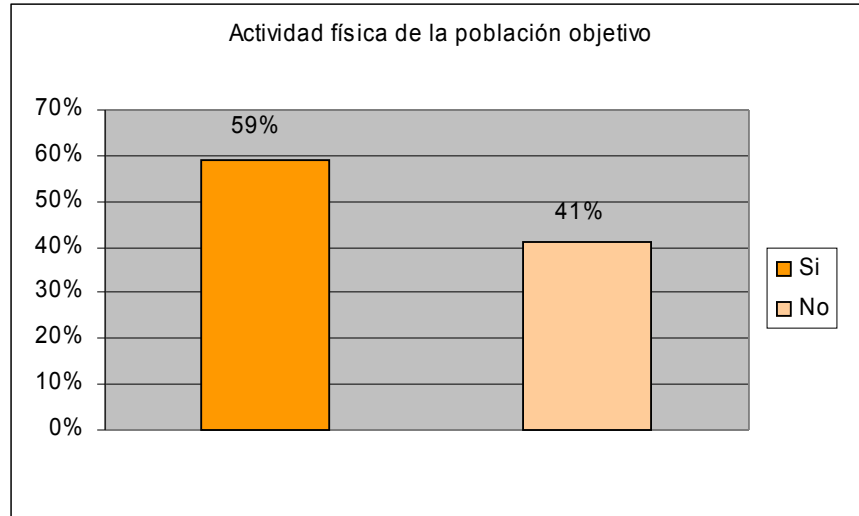


**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.

▪ **Actividad física:**

Gráfico

N° 17:



**Fuente:** encuestas realizadas a mujeres entre 40 – 50 años que se encuentran en la sala de espera de la policlínica COMECA, en ciudad de Canelones, en el período comprendido entre el 5 y 16 de setiembre de 2011, en el marco del Trabajo Final de Investigación: Autocuidado en el Climaterio: Autoexamen de mama y mamografía.