



# **UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS**

Facultad de Ciencias Médicas y Clínicas

Escuela de Ciencias Médicas y de la Enfermería

Trabajo de Grado para optar por el título de Licenciada en Ciencias de la Enfermería.

Modalidad

Tesis

Factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba

Presentado por:

Carrera, Michelle 4-801-1225

Asesora:

Magister: Mayra E. de Vega

Panamá, 2022

## **DEDICATORIA**

Primeramente, dedico, de manera especial, este proyecto a Dios, quien con su infinita misericordia y su amor me ha brindado el conocimiento y las fuerzas necesarias para llevar a cabo cada una de las etapas, en estos años de estudio.

A mis padres Rosa Concepción y Alberto Carrera por su gran apoyo, su amor incondicional y, porque estuvieron siempre apoyándome en los momentos buenos y malos.

A mis abuelos Oscar Carrera y Miriam de Carrera, por ser ese pilar en mi vida. Igualmente, cada uno de mis familiares. A mi hermana Annette por apoyarme y ayudarme. A mi novio por estar siempre para mí.

A mis amigos Fernanda, Kristel y Geison por estar a mi lado en todo momento, fueron, son y serán mi motor en la vida.

(Michelle)

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por brindarme la sabiduría, fortaleza y capacidades necesarias para llevar a cabo cada una de mis asignaciones.

A mis padres, abuelos, amigos y mi novio por siempre alentarme y ser mi motor, los amo.

A la profesora María Isabel de Corro por brindarnos su apoyo a lo largo de la carrera.

De manera especial, a los docentes por ser una guía, por cada uno de sus consejos y; sobre todo, por la paciencia que tuvieron no solo conmigo, sino con cada uno de mis compañeros.

(Michelle)

## RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo primordial comprobar los factores predisponentes presentes en mujeres de 15 a 49 años, en la comunidad de Bugaba, diagnosticadas con cáncer de mama. El tipo de investigación es cuantitativa, no experimental, transversal. Es una investigación con carácter descriptiva, correlacional y explicativa. La población está constituida por 1,096 féminas cuyas características es el factor riesgo en estudio. El tamaño de la muestra para encuestar es de 64 femeninas con un nivel de confianza de 90%. En este análisis, se logró conocer los elementos predisponentes presentes en mujeres diagnosticadas con cáncer de mama, entre los que se encuentra el sexo, la edad, la raza, herencia, sueño, el sedentarismo, actividades físicas, hábitos alimenticios y el estrés. Por medio de las encuestas realizadas, se lograron resultados que brindan estrategias de información de acuerdo con el problema de interés, con el fin de promover y prevenir el cáncer de mama, para disminuir la cantidad de mujeres con esta enfermedad y puedan mejorar su calidad de vida.

**Palabras claves:** autoexámenes, cáncer de mama, factores predisponentes, estilos de vida, mujeres, prevención,

## **ABSTRACT**

The main objective of this work is to verify the predisposing factors present in women aged 15 to 49 years, in the community of Bugaba, Solano, diagnosed with breast cancer. The type of research is quantitative, non-experimental, transversal. It is a descriptive, correlational and explanatory research. The population is made up of 1,096 females whose characteristics are the risk factor under study. The size of the sample to survey is 64 women with a confidence level of 89%. In this analysis, it was possible to know the predisposing elements present in women diagnosed with breast cancer, among which are sex, age, race, heredity, sleep, sedentary lifestyle, physical activities, eating habits and stress. Through the surveys carried out, results were achieved that provide information strategies according to the problem of interest, in order to promote and prevent breast cancer, to reduce the number of women with this disease and to improve your quality of life.

**Key words:** breast cancer, women, predisposing factors, prevention, lifestyles, self-examinations.

## CONTENIDO GENERAL

### INTRODUCCIÓN

<b>CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>11</b>
1.1 Planteamiento del problema. ....	11
1.1.1 El problema de investigación. ....	18
1.2 Justificación. ....	18
1.3 Hipótesis. ....	19
1.4 Objetivos de la investigación.....	20
1.4.1 Objetivo general.....	20
1.4.2 Objetivos específicos.....	20
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>22</b>
2.1 Factores predisponentes. ....	22
2.2 Mujeres diagnosticadas con cáncer de mama. ....	22
2.3 Sexo. ....	23
2.4 Edad.....	24
2.5 Raza.....	24
2.6 Herencia. ....	25
2.7 Actividad física. ....	25
2.8 Hábitos alimenticios.....	26
2.9 Estrés. ....	28
2.10 Controles médicos.....	28
2.11 Definición cáncer de mama. ....	29
2.12 Signos y síntomas. ....	30
2.13 Autoexámenes. ....	30
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.....</b>	<b>32</b>
3.1 Diseño de investigación y tipo de estudio.....	32
3.2 Población o universo. ....	32

3.3 Variables. ....	33
3.3.1 Identificación de variables. ....	33
3.4 Instrumentos y técnicas de recolección de datos. ....	34
3.5 Procedimiento. ....	35
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>38</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>60</b>
<b>LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>61</b>
<b>RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>62</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS E INFOGRAFÍA.....</b>	<b>63</b>
<b>ANEXOS</b>	
<b>ÍNDICE DE CUADROS</b>	
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b>	
<b>ÍNDICE DE GRÁFICAS</b>	
<b>ÍNDICE DE ANEXOS</b>	

## INTRODUCCIÓN

El cáncer de mama es una de las grandes enfermedades no transmisibles que afectan al ser humano llegando a causar la muerte de muchos. Es el padecimiento que se sitúa en el segundo lugar, en su rango de frecuencia. Existen diversos factores de riesgo que llegan a desarrollar esta patología, por tal razón, el interés de realizar este trabajo de investigación titulado Factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años, diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba.

En este estudio, se podrá identificar los tipos de factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad y reconocer la prevalencia de la aparición de cáncer de mama.

En el primer capítulo, se plantea el problema de investigación delimitando las variables. También, se escoge la población a investigar que representa una fuente de información para la sustentación de teorías o análisis. Se realiza la recopilación de antecedentes cuyos temas van relacionados con el problema de interés y estudios realizados por otros autores. Además, se presenta la situación actual del problema a investigar, la justificación, hipótesis y objetivos, tanto generales como específicos.

En el segundo capítulo, se define el marco teórico donde se dimensionan las variables para extraer los indicadores que permiten buscar teorías que sustentaran los fundamentos científicos para el análisis de resultados.

En el tercer capítulo, se realiza el marco metodológico a partir del diseño de investigación, clase de estudio, población y universo, tipo de muestra estadística, definición de las variables, instrumentos y técnicas de recolección de información por medio de la elaboración del procesamiento de datos para la confiabilidad y validez del instrumento.

En el cuarto capítulo, se analizan los resultados obtenidos por medio de las encuestas y entrevistas. Finalmente, se anexan las conclusiones, limitaciones encontradas a través de la investigación, recomendaciones para las próximas investigaciones y; por último, las referencias bibliográficas e infografías que se utilizaron como fuente de información. También, forman parte de esta cuarta sección, los anexos, cuadros y gráficas de resultados.

# **CAPÍTULO I**

## **CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.1 Planteamiento del problema.**

Actualmente, el cáncer de mama es una problemática de salud que viene afectando a las mujeres desde muy temprana edad, es por ello que genera un impacto emocional tanto en la fémina diagnosticada, como en cada uno de sus seres queridos. Es todo un proceso que se vive con dicha enfermedad, por lo que se debe buscar ayuda para enfrentar cada etapa.

Una vez diagnosticada la enfermedad y conocida su extensión, los comités hospitalarios de cáncer de mama, formados por un equipo multidisciplinar (generalmente oncólogos médicos, cirujanos, oncólogos radioterapeutas, anatomopatólogos, radiólogos, ginecólogos y, en algunos casos, también psicólogos) analizan cada caso concreto y determinan cuál es el plan terapéutico más apropiado (Martín & Gelabert, 2017).

Existe una serie de factores predisponentes que generan la aparición del cáncer de mama, sin embargo, la población desconoce de ellos, factor que puede afectar la salud, pues llega a causar grandes daños, ya que no se evitan ciertas actividades, no se comprometen en cambiar su estilo de vida, por el estrés que viven día a día en los trabajos o estando en casa, entre otros factores.

La aparición del cáncer de mama no está científicamente comprobada a través de una causa exacta, sin embargo, se ha logrado investigar que hay una serie de factores que pueden influir o que conllevan a la aparición de esta gran enfermedad. Martín & Gelabert, (2017) “Actualmente se desconoce con exactitud qué genera el cáncer en una persona. Sin embargo, existe cierto consenso en afirmar que, normalmente, no existe un único origen, sino un grupo de elementos cuyos efectos actúan conjuntamente y crean una predisposición.” (p.50).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el cáncer de mama inicia en los revestimientos de las células epiteliales con un 85% en los conductos y un 15% en el tejido de las glándulas de los senos. El tumor cancerígeno se encuentra

confinado en el lóbulo o conducto de forma **in situ**, por lo general, en esa zona no causa ningún síntoma, disminuyendo el potencial de metástasis.

El cáncer de mama no es una enfermedad infecciosa o transmisible, se diferencia de otros tipos que presentan estas características, como el virus del papiloma humano, cáncer de cuello uterino, entre otros. Hasta el momento no se ha relacionado el cáncer de mama como un proceso infeccioso, vírico o bacteriano.

La mayoría de los casos de cáncer de mama, se relacionan a mujeres que no presentan ningún factor de riesgo, excepto en aquellas de más de 40 años. Entre los factores que intervienen en el riesgo de padecer cáncer de mama son: la vejez, obesidad, consumo de alcohol, antecedentes familiares (hereditarios), la exposición a radiación, historia reproductiva o menarquia, edad del primer embarazo.

Los antecedentes familiares de cáncer de mama pueden deberse a exposición con factores ambientales y hereditarios aún no identificados. Entre el 5 y 10% de los casos diagnosticados son hereditarios, entre los que solo 1% son atribuidos a personas con antecedentes patológico familiar con primer y segundo grado de consanguinidad es decir madre, hermana, hija con enfermedad (Bazar, Bello Hernandez , & Vega Bazar , 2020).

En un artículo presentado por la revista Scielo titulada “Factores de riesgo asociados al cáncer de mama” afirma que “el cáncer de mama hereditario presenta genes dominantes de una aumentada penetración en las que se ha identificado factores genéticos responsables de la alteración de estos, los cuales suprimen tumores llamados breast cáncer: BRCA 1 Y BRCA 2. En estos, un tercio de las mujeres con historia clínica familiar son portadoras de la mutación hereditaria de los genes del cáncer de mama. De esta manera, existe un aumento de 5 o 6 veces de probabilidad de sufrir esta enfermedad (Bazar, Bello Hernandez , & Vega Bazar , 2020).

En un artículo de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), algunos estudios epidemiológicos afirman que existe una relación entre la lactancia materna y el riesgo de sufrir cáncer de mama, de esta manera dar pecho reduce el riesgo. Expertos han dado a conocer que por 12 meses que una mujer amamante a su bebé, disminuye el riesgo en un 4.3% y un 7% por cada niño amamantado. Por consiguiente, es la lactancia materna uno de los factores protectores que ayudan a reducir la incidencia de cáncer de mama en un 11%.

La revista Scielo, en un artículo presentado con el título “Factores de riesgo para el cáncer de mama”, muestra que estos elementos reproductivos son uno de los primordiales riesgos de padecer cáncer de mama, debido a la constante exposición que tienen las mujeres a las hormonas esteroideas sexuales, ya sea naturales o sintéticas, llevándolas a ser más propensas a desarrollar esta enfermedad. Siendo los estrógenos factores contribuyentes a la mitosis celular, etapa en la que las células adquieren mutaciones malignas (Bedoya, López Arcila , & Cardona Arias , 2019).

Otro factor protector es la actividad física. Estudios han revelado que se puede reducir el riesgo en un 25% a 40% en mujeres que mantiene actividad física regular a comparación de las que no son físicamente activas (OMS,2015).

Los factores de riesgo son distintas variables que puedan llegar a aumentar el riesgo de padecer cáncer de mama. Diferentes investigaciones han identificado los factores y han estimado la gravedad de estos. Los mismos pueden ser divididos en riesgos altos y moderados. Si aumentan de 2 o más veces de riesgo son moderados y aquellos que aumentan en menos de 2 veces de riesgo de generar patologías son riesgos bajos (Fernández T. & Reigosa Y., 2015).

En un estudio realizado y publicado por la revista Scielo se encontró un incremento en los riesgos de padecer cáncer de mama que se asocian al sobrepeso y obesidad. Esto brinda como resultado una teoría en la que se le concede a los estrógenos un potencial de capacidad carcinogénica, por medio de la estimulación

constante del crecimiento tisular mamario. Diversas investigaciones establecen que la obesidad es uno de los grandes factores de riesgo que tienden a desarrollar cáncer de mama, ya sea en mujeres premenopáusicas como en mujeres posmenopáusicas que tengan sobrepeso. (Cordero, Sanchez , & Padilla Lopez , 2012).

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2020, a nivel mundial, 2,3 millones de mujeres fueron diagnosticadas con cáncer de mama. De estas, 685 000 han fallecido y 7,8 millones de mujeres que fueron diagnosticadas con esta enfermedad siguen con vida, llegando a ser la enfermedad con mayor prevalencia en el mundo.

La supervivencia del cáncer de mama en los últimos 5 años sobrepasa el 90% en los primeros países, en la India y Sudáfrica es de 66% y el 40%. Representa el mayor porcentaje de muertes en África y Polinesia. En África, la mayoría de las muertes por cáncer de mama se producen en mujeres con menos de 50 años (OMS, WHO.IT, 2021).

A nivel mundial, el cáncer de mama abarca un 16% de cualquier otro cáncer femenino, siendo el doble la tasa de incidencia comparado al cáncer colorrectal, cáncer cervical y tres veces más que el cáncer de pulmón (ION,2021).

En un estudio realizado, de 170 casos, se llegó a los siguientes resultados en base a los factores de riesgo de cáncer de mama, en donde el índice de masa corporal y la edad fueron mayores.

**Tabla 1.** Factores de riesgo de cáncer de mama en Santiago, Chile.

Variable	Casos
Edad	52,8 ± 10,9
Edad menarquia	13,2± 1,6
Paridad	2,9 ± 2,1
Peso (kg)	67,9 ± 14,7
Talla (cm)	156,4 ± 7,1
IMC	27,6 ± 5,3

Fuente: Atalah, 2000.

Según un boletín estadístico del Instituto Oncológico Nacional de Panamá, el cáncer de mama es la primera causa de morbilidad. De acuerdo con la localización anatómica, se presenta el siguiente cuadro:

**Tabla 2.** Localización anatómica de los tipos de cáncer, como primer lugar el cáncer de mama según provincias, en Panamá.

Localización topográfica	Total	%	Bocas del Toro	Coclé	Colón	Chiriquí	Darién
Mama	772	21.3	10	49	58	70	4
Cérvix	314	8.7	10	27	28	36	2
Colon	247	6.8	3	13	10	19	0
Estómago	228	6.3	4	14	15	15	0
Próstata	217	6.0	1	5	13	25	2
Cuerpo Uterino	186	5.1	2	9	8	31	1
Piel	171	4.7	1	6	5	22	1
Pulmón	157	4.3	4	5	10	13	1
Recto	116	3.2	1	7	9	11	0
Tiroides	97	2.7	2	7	4	3	0
Resto de localizaciones	1113	30.8	12	53	64	103	9
<b>Total</b>	<b>3618</b>	<b>100.0</b>	<b>50</b>	<b>195</b>	<b>224</b>	<b>348</b>	<b>20</b>

Fuente: Reges, Instituto oncológico nacional, 2020.

El cáncer de mama se encuentra en el primer lugar como el tipo de cáncer localizado, anatómicamente, que más daño causa en Panamá. Se representa con una tasa de morbilidad de 772 personas con este padecimiento y es el más frecuente en la provincia de Chiriquí con un número de 70 afectadas, a comparación de otras neoplasias.

En los análisis estadísticos del Instituto Oncológico Nacional, se aprecia la mortalidad atendida por cáncer de mama, según grupos de edad, Panamá en el año 2020. Igualmente, se observa que la población más vulnerable esta entre los 40 a 79 años.

**Tabla 3.** Morbilidad por cáncer de mama según grupo de edad en Panamá.

Grupo de Edad	Total	%	Localización topográfica								
			Mama	Cérvix	Colon	Estómago	Próstata	Cuerpo Uterino	Piel	Pulmón	Recto
0-4	9	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5-9	9	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10-14	10	0.3	0	0	0	0	0	0	1	0	0
15-19	20	0.6	0	0	1	0	0	0	0	0	0
20-24	31	0.9	4	4	0	3	0	0	1	0	0
25-29	82	2.3	5	17	1	5	0	2	5	0	3
30-34	111	3.1	27	29	3	4	0	2	7	0	2
35-39	177	4.9	48	34	6	6	0	4	9	1	5
40-44	202	5.6	62	45	6	9	0	8	7	2	2
45-49	273	7.5	73	40	18	20	1	8	6	7	4
50-54	367	10.1	97	38	19	24	13	20	16	15	12
55-59	434	12.0	117	35	28	24	21	30	14	14	15
60-64	437	12.1	104	21	30	31	36	37	7	23	13
65-69	460	12.7	94	21	38	31	48	31	22	32	11
70-74	416	11.5	68	13	42	23	51	23	17	30	18
75-79	268	7.4	39	8	26	16	35	9	15	16	17
80-84	166	4.6	15	4	18	19	8	6	18	8	9
85-89	102	2.8	13	4	8	8	3	6	16	6	3
90y+	44	1.2	6	1	3	5	1	0	10	3	2
<b>Total</b>	<b>3618</b>	<b>100.0</b>	<b>772</b>	<b>314</b>	<b>247</b>	<b>228</b>	<b>217</b>	<b>186</b>	<b>171</b>	<b>157</b>	<b>116</b>

Fuente: Reges, Instituto oncológico nacional, 2020.

Según el grupo de edad, hay un total de 214 mujeres con cáncer de mama las cuales se encuentran las mujeres entre 50 a 59 años; siendo las más vulnerables, según el rango de edad elegido para esta investigación de 20 a 24 años presentan el total más bajo siendo de 4 mujeres diagnosticadas con cáncer de mama, entre

40 a 49 años con una tasa de morbilidad de 135, en relación con las de 15 a 19 años con una tasa de 0 morbilidad.

En Panamá, en los años 2019 y 2020, se han registrado 1700 nuevos casos de cáncer de mama, cifras que reflejan la magnitud de esta enfermedad (ION,2021).

Crear un sistema de comunicación para prevenir el cáncer de mama, detectarlo a tiempo y evitar que evolucione, Sucre menciona que “en el 2021 se ha instalado programas de urgencias de cuidados paliativos en la región de Salud Metropolitana, Comarca Ngäbe Buglé y Colón, con un total de 4073 pacientes atendidas con el programa” (ION,2021).

Realizarse exámenes como modo de prevención y detección temprana por medio de mamografías, ha disminuido la mortalidad a un 33%, con una cobertura de 70%, reduciendo el número de muertes en un 20% a un 30% (ION,2021).

Panamá se encuentra en un 45% de cobertura en la detección temprana de cáncer de mama, en el 2019 ingresaron 442 pacientes diagnosticadas con cáncer de mama, Aníbal Villareal, director del Instituto Oncológico Nacional (ION), menciona que lo ideal es que no existan hospitales, más bien que existan clínicas de mamografías, para que, de esta manera, se detecte a tiempo esta enfermedad (ION,2021).

Por otro lado, la Médica Radioncóloga en Cleveland Clinic, Eva Suárez, en una entrevista para el periódico La Estrella de Panamá, dice que “los tratamientos contra el cáncer de mama en América Latina y Estados Unidos han sido de gran avance en estos últimos 15 años. Anteriormente, cuando una mujer se le diagnosticaba cáncer de mama, se le realizaba la mastectomía de forma inmediata y se le indicaba radioterapia, pero ya todo ha cambiado. Actualmente, solo se extrae el área que ha sido afectada en el seno y; luego, se realiza radioterapia para eliminar las células microscópicas que contaminaron el área donde realizaron la cirugía”. (Sánchez, 2021).

En el año 2019, se registraron 32 casos de cáncer de mama en la provincia de Chiriquí los cuales fueron enviados al Instituto Oncológico Nacional; en el 2018, 29 casos (MINSA, 2021).

### **1.1.1 El problema de investigación.**

- ¿Qué relación existe entre los factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba?

Sub-preguntas de la investigación

- ¿Cuáles son los factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años que han sido diagnosticadas con cáncer de mama?
- ¿Cuál es la prevalencia de la aparición de cáncer de mama en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años?

### **1.2 Justificación.**

El presente trabajo se establece para estudiar factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, en Bugaba, debido a que, actualmente, existe un incremento en la morbilidad y mortalidad de mujeres con esta enfermedad. Es importante comprobar los elementos presentes en estas mujeres que ejercen influencia para la prevalencia de esta afectación.

Este estudio tiene un amplio campo, ya que se beneficiarán las mujeres que habitan en la comunidad de Bugaba y demás población. Se brindará información importante a las pacientes diagnosticadas con cáncer de mama, y a aquellas mujeres que se encuentran en edad fértil para que se pueda prevenir esta enfermedad y disminuir el número de la tasa de morbilidad y mortalidad.

Basado en esto, se pretende desarrollar un estudio a conciencia entre las mujeres diagnosticadas con cáncer de mama y aquellas que pueden estar en riesgo debido a diferentes factores. Por medio de los resultados de esta investigación, se logrará comprobar los factores predisponentes presentes en mujeres con cáncer de mama y poder unirlos con los conocimientos e investigaciones teóricas para, de

esta manera, brindar una mejor calidad de vida y mejor atención, según la necesidad que presenten cada una. Igualmente, permite ayudar a aquellas mujeres que presentan cáncer para que puedan mantener un nivel de vida saludable y así puedan sentirse bien tanto física como emocionalmente. Se realizan comparaciones del nivel de salud que tenían antes de padecer de cáncer con el nivel de salud que tiene ahora teniendo cáncer. Así, se presentan a otras personas para que puedan prevenirlo.

Se pueden realizar actividades que incentiven a la población para que puedan mantener una buena alimentación y mejoren su estilo de vida.

También, desarrollar programas de fortalecimiento, afrontamiento y educación para aquellas personas que padecen de esta enfermedad.

Además, organizar actividades que resalten la importancia de mantener un estilo de vida saludable, y asistir a los controles médicos.

Por medio de las docencias, promoción y prevención, se pueden establecer estrategias que vayan encaminadas a fortalecer un afrontamiento y buen manejo de aquellas situaciones que crean estrés a la población. Por este medio, se puede educar al profesional de enfermería para orientar a la comunidad y; así, reducir el aumento de cáncer en Panamá.

### **1.3 Hipótesis**

Hi Existen factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba.

Ho No existen factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba.

## **1.4 Objetivos de la investigación.**

### **1.4.1 Objetivo general.**

- Comprobar los factores predisponentes presentes en mujeres de 15 a 49 años, diagnosticadas con cáncer de mama, en la comunidad de Bugaba.

### **1.4.2 Objetivos específicos.**

- Identificar los tipos de factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años que han sido diagnosticadas con cáncer de mama.
- Reconocer la prevalencia de la aparición de cáncer de mama.

## **CAPÍTULO II**

## **CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Factores predisponentes.**

Los factores predisponentes son parte importante de la enfermedad ya que permite evaluar cuáles son los riesgos que la afectan y; de esta manera, poder identificarlos. Existen distintos factores de riesgo que pueden ser modificables y otros no modificables.

Calzado Begué, de la Torre Rosés, & Nicó García, (2014) refieren que conocer los factores predisponentes es primordial, debido a que afecta en gran medida a la mujer, siendo una de las amenazas contra la vida, la salud y apariencia, de este modo, cuantos más factores predisponentes se encuentren existen grandes probabilidades de que se padezca cáncer de mama.

Sánchez Forgach, Sánchez Basurto , & Erazo Franco (2015) sostienen que “los factores de riesgos se dividen en biológicos, cuando se nace mujer, la edad, antecedentes familiares y personales, menopausia, densidad de las mamas, portadora de genes BRCA1 y BRCA2, nuliparidad, embarazo después de los treinta años. Y como estilo de vida, es la obesidad, sedentarismo, tabaquismo.

Fernández (2015) afirma que “un factor predisponente es aquella variable que desarrolla el riesgo de cáncer de mama, clasificándose en moderados o altos, siendo los altos los que aumentan el doble o más de riesgo y bajos los que disminuyen dos veces riesgos de padecer o desarrollar la enfermedad”.

### **2.2 Mujeres diagnosticadas con cáncer de mama**

Las pacientes con cáncer presentan distintos mecanismos de defensa para hacerle frente a la ansiedad. Entre estos, se menciona el enojo por tener la enfermedad y se ve reflejado más que todo en las personas cercanas a ellas, a su vez, la frustración y estrés de sentirse una carga o una persona inútil.

Según (Quezada, 2015), expresa que:

**Hipócrates, creador de la medicina moderna, enfatizaba que la base del arte médico estaba en la comprensión de la interacción entre cuerpo, mente y ambiente. Él consideraba que los factores culturales (modo de vida) y los psicológicos sumados a los factores ambientales ejercían fuerte influencia sobre el bienestar de los individuos. Actualmente, existe unanimidad en la afirmación de que los aspectos psicosociales son importantes en las prácticas profesionales de la salud. Siendo así, todo abordaje del individuo con cáncer debe basarse en una anamnesis que enfoque, del modo más completo posible, los aspectos biológicos y psicosociales. Ésta permitirá identificar pacientes que se muestren más vulnerables y con mayor riesgo a un ajustamiento frente a la nueva condición de vida (pp.20-21)**

Cada año alrededor de 462,000 mujeres son diagnosticadas con cáncer de mama, siendo el número de muertes de aproximadamente 100,000 mujeres. Si la morbilidad continua de esta manera para el 2030, se estima que el número de casos aumente a un 34% (OMS, OPS, 2011).

### **2.3 Sexo.**

En la actualidad, el hecho de ser mujer es un factor predisponente para padecer de cáncer de mama, los hombres la pueden generar también, pero en las mujeres aumentan las células de las mamas, a través de las hormonas que presentan en su cuerpo. Es observado en Panamá, el cual constituye la primera causa de morbilidad en mujeres.

Chen (2013) citado por Arceda., (2014) señalan que el cáncer de mama es producido, frecuentemente, es 100 veces mayor en mujeres que en hombres.

Blanco (2015) plantea que “el ser del sexo femenino se encuentra ligado al aumento de incidencia de padecer cáncer de mama. Pues, el sexo es el factor principal debido a que las mujeres presentan un mayor riesgo que los hombres. Siendo así que a la edad de 70 años una mujer puede aumentar el riesgo de padecer cáncer en comparación con una mujer adulta de 30 años.

## 2.4 Edad.

Si bien es cierto, el sexo influye en la aparición del cáncer de mama, pero va ligado a la edad el cual es otro factor importante y son muchas posibilidades que, a partir de cierta edad adulta, una mujer pueda padecer esta terrible enfermedad.

Según Bazar, Bello Hernandez , & Vega Bazar , (2020) sostienen que “el factor de riesgo que influye en esta enfermedad es la edad, debido a que dos de cada tres mujeres con edad de 50 años padecen cáncer, siendo diagnosticadas 75% en mujeres después de la menopausia. Aunque, el mayor número de muertes se da en mujeres entre 35-55 años, la incidencia de cáncer de mama se está viendo afectada, en los últimos años, en mujeres jóvenes desde los 20 años.

En un estudio realizado en Pakistán, fueron evaluados distintos factores predisponentes al cáncer de mama en donde la edad es uno de ellos. Se presentó en mujeres de edad avanzada, menarcas, edad avanzada en mujeres primerizas, menarquia precoz, partos después de los 35 años, menopausia tardía (Astrid Milena Bedoya, 2019).

Según la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (2015) afirman que:

**El riesgo de padecer cáncer de mama aumenta con la edad y en algunos entornos de altos recursos con poblaciones que tienen una esperanza de vida larga y el riesgo para toda la vida podría llegar a 1 de cada 8 mujeres. La repercusión de la edad sobre la incidencia del cáncer de mama en los países de ingresos medios bajos está menos estudiada, pero se vuelve más importante a medida que la esperanza de vida mejora (p.4)**

## 2.5 Raza.

Tanto la raza como el color de piel son factores predisponentes que influyen, ya que las mujeres de piel blanca tienen más riesgos de desarrollar la enfermedad a comparación de las mujeres de piel morena, afroamericanas, pero ellas se encuentran más propensas a desarrollar

mayor malignidad y morir a temprana edad (Bazar, Bello Hernandez , & Vega Bazar , 2020).

Estudios realizados en África, Asia y América Latina se ha encontrado que las mutaciones de genes BRCA1 y BRCA2 oscilan en 0,5%-18% en mujeres que se encuentran en poblaciones moderadas y altos de riesgo (OPS, OMS, 2015).

## **2.6 Herencia.**

Los factores hereditarios aumentan el riesgo de padecer cáncer de mama, desde que se tiene antecedentes patológicos familiares es necesario realizarse exámenes médicos, la prevención es importante.

Según un artículo de la Organización Panamericana de la Salud (2019) afirma que:

**Aproximadamente del 5% al 10% de los cánceres de mama son atribuibles a factores genéticos. Los genes de predisposición al cáncer de mama más frecuentes son BRCA1, BRCA2, PTEN (síndrome de Cowden) y TP53 (síndrome de Li-Fraumeni); actualmente, se siguen explorando otros genes de predisposición, así como sus interacciones con el medio ambiente. La progeñe de un progenitor que porta una mutación tiene una probabilidad del 50% de heredarla. Las personas portadoras de mutaciones en los genes BRCA1 o BRCA2 tienen un riesgo calculado de contraer cáncer de mama a los 70 años de edad de alrededor del 55% al 65%, en el primer caso y del 45% al 47%, en el segundo caso. Las mutaciones en los genes BRCA1 y BRCA2 pueden heredarse de la madre o del padre (p.4)**

## **2.7 Actividad física.**

Como seres humanos, se tiene un cuerpo preparado para movilizarse, ya sea por ejercicio o por necesidad de llegar a algún lugar, pero aún con la necesidad de trasladarse o moverse, la actividad física ha disminuido o es casi nula en la población. Al disminuir la actividad física, aparece el sedentarismo en la mayoría de la población, ligados a estilos de vida no saludables aumentan el riesgo de padecer distintas patologías (Escalante, 2011).

**Cuadro 1.** Recomendaciones de actividad física, en mujeres con cáncer.

	<b>Aeróbico</b>	<b>Resistencia</b>	<b>Flexibilidad</b>
Dosis	150 min/semana de intensidad moderada o 75 min/semana de intensidad vigorosa	2 sets de 8 a 12 repeticiones para cada ejercicio con 1 min de reposo entre cada set	Elongar grandes grupos musculares y tendones
Intensidad	60 a 80% frecuencia cardiaca máxima teórica	50-70% de una repetición máxima	10-30 segundos por grupos musculares
Frecuencia	3 veces a la semana o a diario con ejercicio intermitente en pacientes desaconicionados	2 veces a la semana	
Tipo	Marcha, bicicleta, elíptica, natación, tenis	Ejercicios de grandes grupos musculares	
Consideraciones especiales	En pacientes desaconicionados se sugiere entrenamiento diario con ejercicio intermitente (3 veces al día por 10 min)	Siempre con supervisión. Iniciar con cargas bajas. No hay límite superior en la carga de peso para las sobrevivientes; sin embargo, se deben controlar los síntomas, incluyendo el linfedema	
Contraindicaciones para iniciar un programa de ejercicio	Mujeres con molestias en el brazo u hombro post cirugía (dificultad para levantar el brazo, disminución del rango de movimiento, aumento de volumen) deben buscar resolver la condición antes de iniciar ejercicio.		

Fuente: Karol Ramírez, 2017)

La actividad física tiene grandes beneficios en pacientes oncológicos. Estos son fisiológicos y psicológicos. El ejercicio es aquella actividad física que se realiza de forma dosificada y sistemática, basado en frecuencia, intensidad, duración y el modo específico, con el objetivo de modificar variables de salud ligadas a la condición física. Entre las actividades que se pueden realizar para modificar estas variables son: aeróbico, resistencia y flexibilidad ( Ramírez, 2017).

## **2.8 Hábitos alimenticios.**

La alimentación es parte fundamental de cada individuo, una buena alimentación permite mantener un estilo de vida saludable en donde no se presentan tantos problemas de salud; sin embargo, en este país la alimentación saludable no es tan común. Las personas se rigen por una alimentación rica en grasas, azúcares, comidas rápidas, entre otras. Estas pueden afectar la salud, por esta razón, hoy

existen muchas enfermedades, entre ellas el cáncer, aunque no está científicamente comprobado. Pero, una mala alimentación puede ser parte de estas dolencias.

Muchos de los alimentos pueden prevenir la aparición de cáncer siempre y cuando sean alimentos ricos en vitaminas, minerales, fibra, como lo son las verduras, vegetales, frutas, entre otros. Pero, de igual manera, existen alimentos que pueden provocar la aparición de cáncer de mama, esto debido a alimentos con alto contenido de grasa. “Los alimentos pueden actuar como factores etiológicos del cáncer o como factores protectores de su aparición”. (Requejo, 2015, parr. 2).

Según estudios realizados, se ha encontrado que “las frutas y verduras, ricas en fibras y fitoquímicos con propiedades antioxidantes, han demostrado ser protectoras frente al desarrollo de cáncer”. Rodríguez (2015). Por este motivo, se debe cuidar lo que se come, aún no se ha podido demostrar si la alimentación es realmente la primera causa de aparición de cáncer, pero es parte de una de ellas.

La importancia del consumo de frutas y vegetales es parte de mantener un estilo de vida saludable. Estas aportan gran cantidad de antioxidantes que impiden el desarrollo de células cancerígenas. También, pueden aumentar la inmunidad, el azúcar de las frutas es natural, por ello, es saludable ingerirlas.

Estos alimentos, a su vez, aportan fibra, aportan vitaminas y minerales. Al consumirlos, asegura una adecuada nutrición y una buena salud, ayudan a impedir muchas de las enfermedades no transmisibles. Igualmente, a prevenir el aumento de peso y la obesidad.

Las vitaminas son necesarias para el organismo, el cual no es capaz de producirlas por sí mismo, sólo aporta en pequeñas cantidades. Por esa razón, se obtienen a través de los alimentos.

Por otro lado, los minerales son aquellos elementos inorgánicos necesarios para que el organismo funcione adecuadamente y se obtienen a través de los alimentos. La fibra permite la fijación del agua dentro de los intestinos para mejorar

así la consistencia de desechos fecales, de esta manera se da un adecuado funcionamiento intestinal.

El organismo genera, en pequeñas cantidades, radicales libres, estos al acumularse con el tiempo van dañando a las células y; por eso, se produce el envejecimiento, los antioxidantes ayudan a las defensas para que disminuyan los daños y se prolongue la vida. Por esta razón, se orienta a la población a que en su dieta consuman frutas y vegetales que aportan todos estos beneficios al organismo.

### **2.9 Estrés.**

Una de las causas primordiales en problemas de salud, tanto física como psicosocial, es el estrés, debido a su intensidad y durabilidad, llegando a dañar la estructura y funcionamiento del cuerpo dando como resultado alguna enfermedad.

Según Dettenborn, James, Valdimarsdottir, Montgomery y Bovbjerg (2006) citado por Sergio Galán Cuevas (2012) las femeninas que tienen pensamientos e ideas no deseadas referente al cáncer de mama, presentan un alto nivel de estrés y cortisol a diario. De esta manera el estrés se ve muy relacionado con la aparición de cáncer de mama, por medio de cambios conductuales y biológicos. Se ve alterada la dinámica neuroendocrina, viéndose afectada la función inmune, por otro lado, los efectos pueden generar conductas y estilos de vida no saludables.

### **2.10 Controles médicos.**

Existe una serie de programas para prevenir el cáncer de mama y cualquier otra enfermedad. Es por ello, la importancia de asistir a los controles médicos periódicamente, para evitar o controlar cualquier tipo de afección a la salud. Todo Centro de Salud cuenta con diferentes programas de promoción y prevención.

Uno de los objetivos de los programas de prevención primaria contra el cáncer es disminuir el número de mujeres que desarrollan esta enfermedad. Por otro lado, la prevención secundaria se basa en disminuir la recurrencia. Si se lograra que

las personas asistieran a controles médicos de promoción y prevención se podría evitar aproximadamente hasta un 50% de cáncer de mama. (OMS, Factores de riesgo y prevención del cáncer de mama, 2015).

### **2.11 Definición cáncer de mama.**

El cáncer de mama es aquella enfermedad que puede ser benigna o maligna que se detecta por el dolor en la mama, secreciones en los pezones o masas que pueden ser palpables, por ser los signos y síntomas más comunes. Depende de los factores de riesgo modificables y no modificables.

Suárez del Puerto (2016), sostiene que el cáncer de mama es el más común en mujeres en todo el mundo y es la principal causa de muerte en las mujeres. Uno de los principales factores de riesgo es ser mujer. También, puede darse por mutaciones de genes BRCA1 y BRCA2.

OMS (2021), señala que el cáncer de mama es originado en células del revestimiento epitelial, con conductos de 85% y lóbulos de 15% de los tejidos de las glándulas de los senos. A inicios, el tumor del cáncer se encapsula en el conducto de manera in situ, sin causar síntomas, teniendo menos capacidad de formar metástasis. Al transcurrir el tiempo, el cáncer en estadio cero o insitu puede llegar a invadir el tejido de la mama, llegando a ser cáncer invasivo, para luego ser propagado a los ganglios linfáticos dando lugar a una metástasis regional o dirigirse a otros órganos siendo metástasis distante. La muerte de las mujeres con cáncer se da por una metástasis generalizada.

Ramírez (2018) sostiene que: el cáncer de mama es definido como una alteración de la salud que adopta una forma heterogénea dando lugar a una constante acumulación de daños genéticos, donde se pueden enumerar una gran cantidad de factores predisponentes que aumentan el riesgo de padecer esta enfermedad.

Calzado Begué, de la Torre Rosés, & Nicó García (2014) plantean que “el cáncer de mama es el crecimiento descontrolado de células malignas en las glándulas

mamarias, la aparición de masas o bultos resultan ser un aviso de que algo anda mal, siendo de gran importancia asistir a exámenes con regularidad”.

### **2.12 Signos y síntomas.**

En este contexto, González (2021) plantea una lista de signos y síntomas que pueden presentar las femeninas con cáncer de mama:

- Inflamación mamaria
- Irritación o hendiduras
- Dolor en la mama o pezón
- Retracción del pezón
- Enrojecimiento
- Descamación
- Engrosamiento de la piel y el pezón
- Secreciones en el pezón

### **2.13 Autoexámenes.**

Es un modo de prevención no invasivo que puede ser realizado por la propia persona. Es un autoexamen que puede llegar a salvar la vida, disminuyendo así la tasa de mortalidad, es por ello, la importancia de las docencias y explicaciones por el personal idóneo para que cada mujer pueda realizarse el autoexamen y; de esta manera, tener un diagnóstico a tiempo. El autoexamen se debe realizar cada mes a partir de los 15 o 20 años, siendo una exploración de los senos que se considera efectiva, determinando irregularidades, masas, bultos, secreciones y demás (Zapata, 2021).

## **CAPÍTULO III**

## **CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO.**

### **3.1 Diseño de investigación y tipo de estudio.**

El diseño utilizado en este estudio es no experimental, transversal, no experimental, ya que no se manipulan las variables. Es transversal, pues la recolección de datos se realizó en un periodo corto y en un sólo momento.

El estudio que se ha realizado es cuantitativo. Se ha utilizado como instrumento las encuestas, que fueron aplicadas a femeninas de la comunidad de Bugaba, para saber los tipos de factores predisponentes. En estas encuestas, se realizan preguntas cerradas, las cuales llevan a obtener conclusiones que ayudan a saber si la hipótesis que se pensó es correcta o no. Según su alcance, es descriptiva por su característica de analizar y describir los tipos de factores predisponentes. Es correlacional, pues compara la relación que existe entre las variables estudiadas y; a su vez, explicativa por caracterizarse en brindar respuestas a problemas encontrados durante la investigación.

### **3.2 Población o universo.**

La población total está constituida por 4,226 personas que representan la fuente de información en la investigación. Se caracterizan por ser femeninas de la comunidad de Bugaba, siendo la población de mujeres de 2,138. Mujeres que oscilan en las edades de 15 a 49 años, mujeres en edad fértil. Es de 1,096 mujeres que es la población de estudio.

- **Sujeto o grupo de estudio**

Los sujetos o población de muestra en esta investigación están constituidos por 64 femeninas entre las edades de 15 a 49 años que viven en Bugaba, según análisis estadístico.

- **Tipo de muestra estadística.**

**Tabla 4.** Análisis de muestra estadística.

<b>N</b>	<b>Z</b>	<b>P</b>	<b>Q</b>	<b>E</b>
1096	1.645	0.5	0.5	0.1
Numerador	741.45085			
Denominador	10.95	0.6765063	11.62650625	
n=	<b>64</b>			

Al utilizarse un nivel de confianza de 90% que, estadísticamente, equivale a  $Z=1.645$ , se ha hecho el análisis muestral aleatorio simple probabilístico de un total de población de  $N= 1096$  mujeres, con un margen de error de 0,1. Esto ofrece como resultado una muestra de 64 femeninas entre las edades de 15 a 49 años que es la muestra de estudio.

### **3.3 Variables.**

#### **3.3.1 Identificación de variables.**

##### **Variable independiente causalística: Factores predisponentes.**

- **Definición conceptual:**

Los factores predisponentes se pueden clasificar en dos grupos: modificables que son aquellos que se vinculan a la persona como lo es, hábitos alimenticios, estrés, actividad física, sueño, sedentarismo, obesidad. Y los no modificables, en tal caso, edad, sexo, herencia, raza.

- **Definición operacional:**

Los factores predisponentes que se utilizaron como variable independiente, los cuales se clasifican como indicadores son: sexo, edad, raza, herencia, sedentarismo, actividades físicas, hábitos alimenticios, estrés. Han permitido desarrollar 13 preguntas que van del 1 a 13 contenido en un cuestionario de encuesta que responden a los criterios de ponderación de 1 a 5 con una escala

de Likert: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) Ocasionalmente, (4) Casi siempre, (5) Siempre. Estos despejan a la variable y les da respuesta a los objetivos específicos planteados al inicio de la investigación, refiriéndose a los factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba.

### **Variable dependiente: Prevalencia del cáncer de mama**

- **Definición conceptual**

La prevalencia de mama es aquella que realiza una medición de la proporción o número de personas que se encuentran enfermas al realizar las evaluaciones de cuántas personas padecen la enfermedad, en la comunidad. (Fajardo-Gutiérrez, 2017).

- **Definición operacional**

La prevalencia de cáncer de mama se ha utilizado como variable dependiente clasificando los indicadores en: Actividad física, control de estrés, controles médicos, cáncer de mama, signos y síntomas, docencias, autoexámenes, exámenes de rutina. Se trabaja con base a 9 preguntas que van del 14 a 22 del contenido en un cuestionario de encuesta, con énfasis a la variable. Estas brindan respuesta a los objetivos específicos desarrollados al inicio de esta investigación.

### **3.4 Instrumentos y técnicas de recolección de datos.**

La técnica de recolección de datos utilizada para esta investigación fue la encuestas. Se usó el instrumento como el cuestionario de encuesta que contienen 23 preguntas y responden a criterios de ponderación de 1 a 5 con una

escala de Likert: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) Ocasionalmente, (4) Casi siempre, (5) Siempre.

**Tabla 5.** Análisis de fiabilidad del instrumento.

<b>Estadísticos de fiabilidad</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.993	22

**Tabla 6.** Análisis de validez del instrumento.

Componente	<b>Varianza total explicada</b>					
	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción		
	Total	% De la varianza	% Acumulado	Total	% De la varianza	% Acumulado
<b>Como 1</b>	<b>18.837</b>	<b>89.702</b>	<b>89.702</b>	<b>18.837</b>	<b>89.702</b>	<b>89.702</b>

### 3.5 Procedimiento.

#### Fase 1

En esta primera fase, se hizo la viabilidad y factibilidad del problema escogido; para esto, se realizaron algunas consultas, se buscó variables que involucraban el estudio y se tomó en cuenta si el estudio era accesible.

#### Fase 2

Se plantea el problema de investigación delimitando las variables de acuerdo con su causa y efecto, se escoge a la población a investigar y el escenario. De igual manera, se realizó la investigación de los antecedentes de aquellos estudios ya realizados por otros autores que vinculan a las variables escogidas utilizando

parfraseo, citas cortas, citas largas y revisando la situación actual del problema a investigar.

En esta fase, se plantea la pregunta del problema a investigar y; de igual manera, las subpreguntas del tema.

### **Fase 3**

Se demuestra el problema detallando la importancia y aportes de este. Por medio de la justificación, se logró plantear la hipótesis adecuada para luego ser comprobada. Se identificaron y definieron las variables. Igualmente, se pudo redactar los objetivos que se quería alcanzar con este trabajo de investigación.

### **Fase 4**

Se dimensionan las variables para extraer los indicadores que permitan buscar teorías y, de esta manera, sustentar los fundamentos científicos para el análisis de resultados. A partir de la dimensión de las variables, se pudo desarrollar el marco teórico.

### **Fase 5**

Se realiza el marco metodológico a partir del diseño de investigación al aplicarse un estudio experimental, transversal Este es cuantitativo el cual utiliza como instrumento la encuesta. Se constituye la población y el universo a través de un análisis de muestra estadística, con apoyo de herramientas y técnicas de recolección de datos y la elaboración del procesamiento de información para la confiabilidad y validez del instrumento; luego, se procedió a detallar todo lo relacionado con el problema eje o fenómeno de interés.

### **Fase 6**

Se hizo el análisis de cada información recolectada. Una vez se tabularon los datos, con la extracción de los valores numéricos que permitieron comprobar la hipótesis y dar conclusiones coherentes. A su vez, se pudo dar recomendaciones en este trabajo de investigación.

# **CAPÍTULO IV**

## **CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

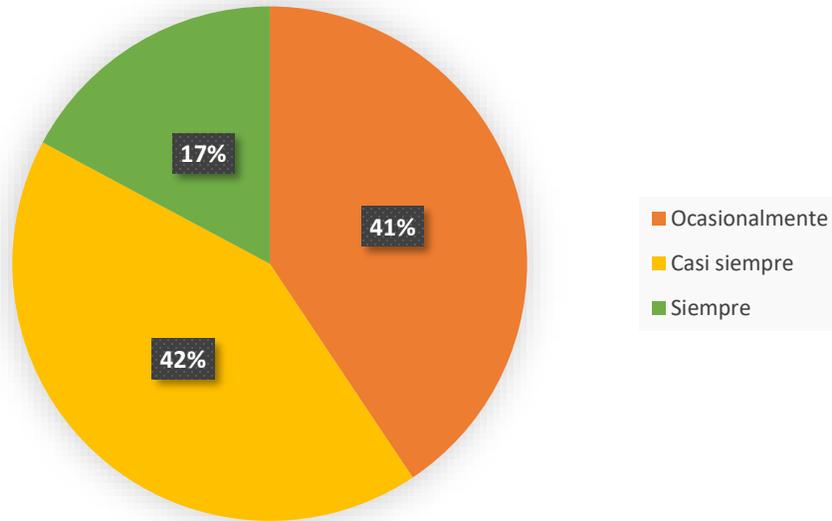
En este capítulo, se le da respuesta a los objetivos específicos que fueron detallados al iniciar esta investigación, con preguntas que se plantearon por medio de una encuesta. Estas se aplicaron a 64 mujeres cuyas características son: fértiles, en edades de 15 a 49 años de edad, de la comunidad de Bugaba.

- Identificar los tipos de factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años que han sido diagnosticadas con cáncer de mama.
- Reconocer la prevalencia de la aparición de cáncer de mama.

### 4.1 Tipos de factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años que han sido diagnosticadas con cáncer de mama.

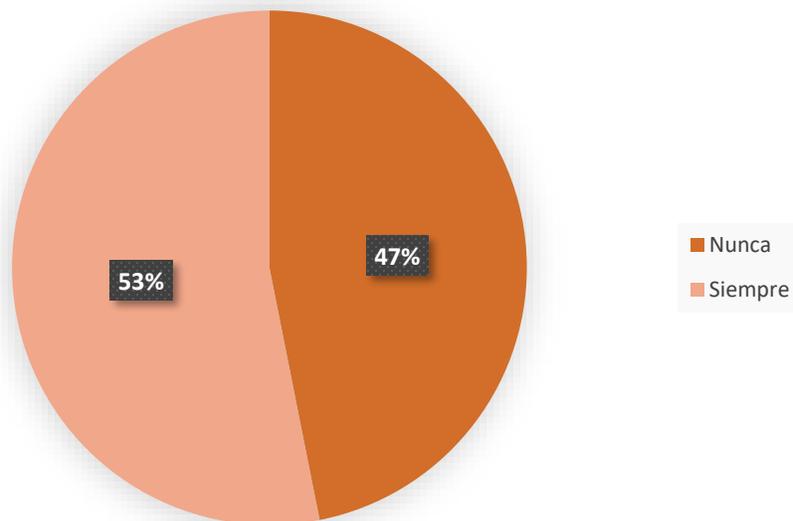
Para dar respuesta al primer objetivo específico elaborado al inicio de esta investigación se presentan los siguientes indicadores: sexo, edad, sueño, actividad física, hábitos alimenticios, estrés, control médico. A continuación, se muestran los resultados obtenidos:

**Grafica 1.** Distribución gráfica de la opinión de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de si se consideran saludables.



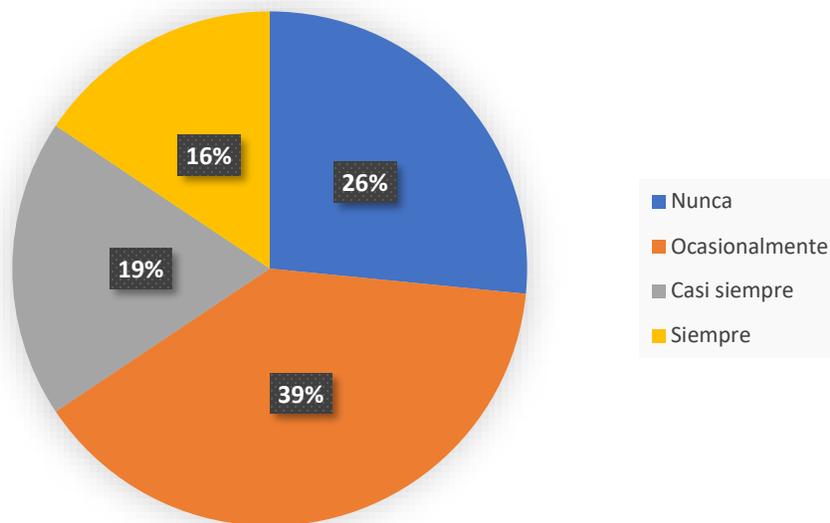
Según la población encuestada, el 42% refieren ser casi siempre mujeres saludables, por lo general, la alimentación en Panamá se basa más que todo en alimentos ricos en grasas.

**Gráfica 2.** Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, sobre si poseen antecedentes familiares en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



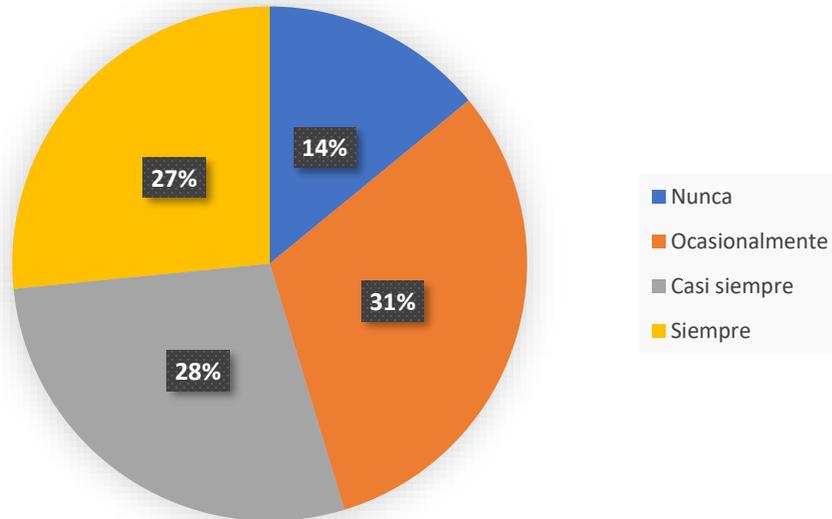
Los factores patológicos familiares implican un elemento importante para la aparición de cáncer de mama. Por tal razón, la importancia de realizar una entrevista al paciente por medio de la anamnesis. Esto permite conocer las diferentes patologías heredadas por los familiares. Muchos estudios han demostrado que la herencia o la genética influyen en la aparición de cáncer de mama. De acuerdo con la encuesta aplicada, el 53% de la población refiere antecedentes patológicos familiares.

**Gráfica 3.** Distribución gráfica de la opinión de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de la importancia del descanso en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



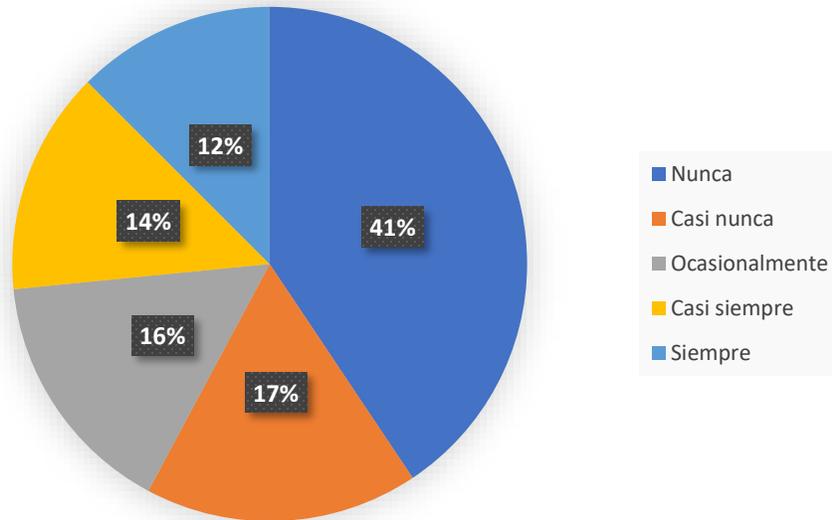
El dormir de 7 a 8 horas permite mantener un óptimo descanso, evita la aparición de distintas enfermedades. Sin embargo, el no dormir las horas requeridas causa un deterioro en el organismo, afecta psicológicamente, disminuye la energía para realizar las actividades diarias. El 39% de la población encuestada considera que, ocasionalmente, logran dormir lo suficiente, esto puede deberse al estrés, insomnio, pensamientos negativos, trabajo excesivo y demás causas.

**Gráfica 4.** Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, sobre la importancia del conocimiento acerca del descanso en la aparición de cáncer de mama, 2021.



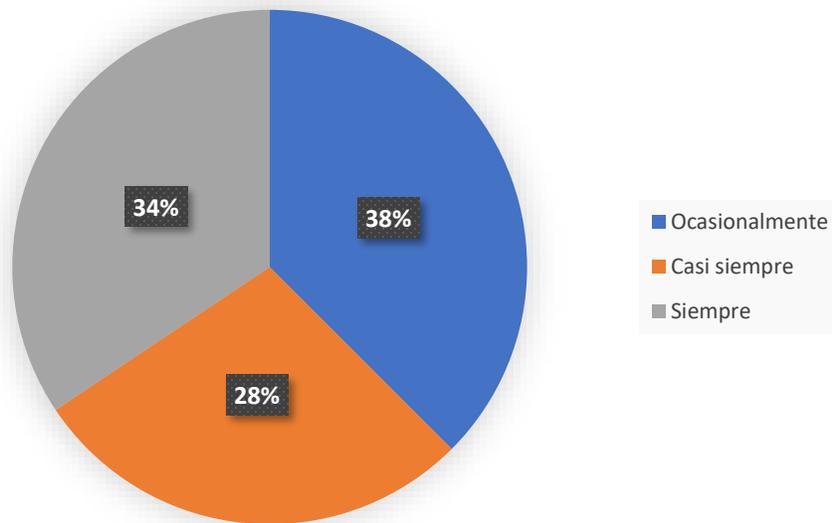
El ritmo de sueño adecuado es importante para mantener un buen descanso. La falta de sueño es la causante de una asociación a una disrupción de biorritmos circadianos relacionándose a un alto riesgo de padecer cáncer de mama. Según las personas encuestadas, el 27% conoce que el dormir 8 horas es adecuado y bueno para la salud.

**Gráfica 5.** Distribución gráfica de las mujeres en Bugaba, sobre la importancia de la actividad física en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



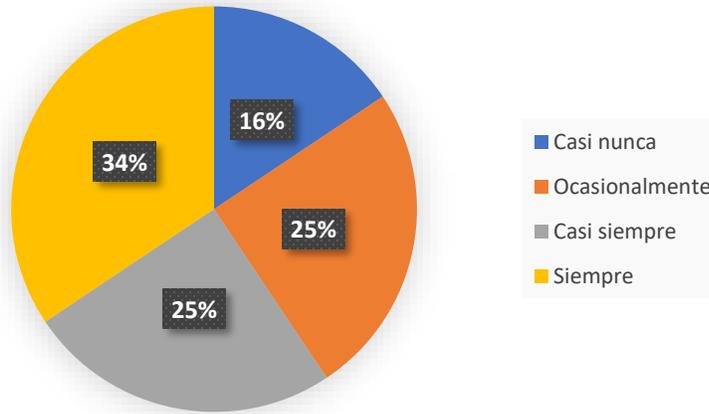
La mayoría de la población adulta mayor e, incluso, los jóvenes no realizan ningún tipo de actividad física. Este es un factor muy importante para la salud. De acuerdo con los resultados, un 12% de la población afirma mantener actividad física siempre y un 41%, nunca.

**Gráfica 6.** Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, sobre si se mantienen activas físicamente para evitar el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



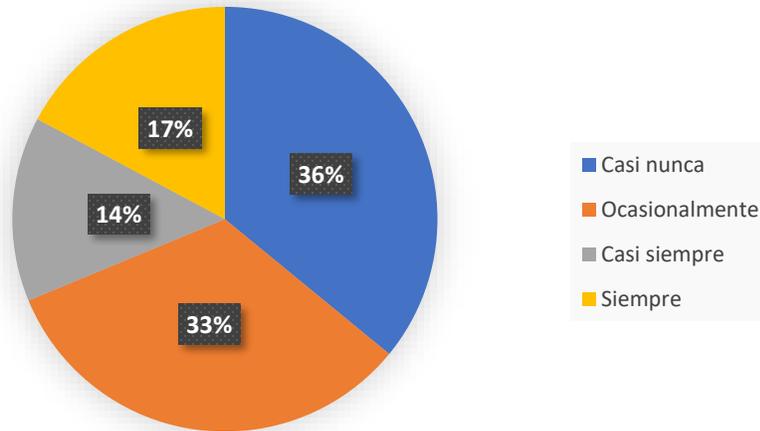
La actividad física es un factor influyente en un estilo de vida saludable, permite mejorar la salud y previene distintos tipos de enfermedades. De acuerdo con la importancia de conocer que la actividad física es buena para la salud, un 38% de la población tiene conocimientos que, mediante este elemento, se puede prevenir distintas enfermedades.

**Gráfica 7.** Distribución gráfica de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre si poseen una alimentación adecuada para evitar el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



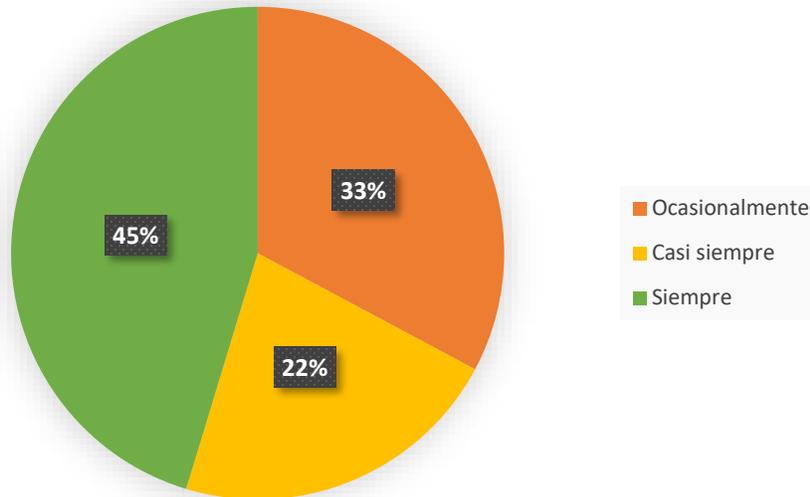
La alimentación aporta los nutrientes necesarios para el cuerpo, por consiguiente, es la nutrición un factor importante en la aparición de distintas enfermedades crónicas. Esto puede modificarse mediante una mejor alimentación a lo largo de la vida. De acuerdo con los conocimientos que tiene la población, un 34% refiere tener el conocimiento de que una buena alimentación evita los riesgos de padecer diferentes enfermedades, por ejemplo, el cáncer.

**Gráfica 8.** Distribución porcentual de las encuestadas en Bugaba, sobre si mantienen una alimentación saludable para evitar la aparición de cáncer de mama, 2021.



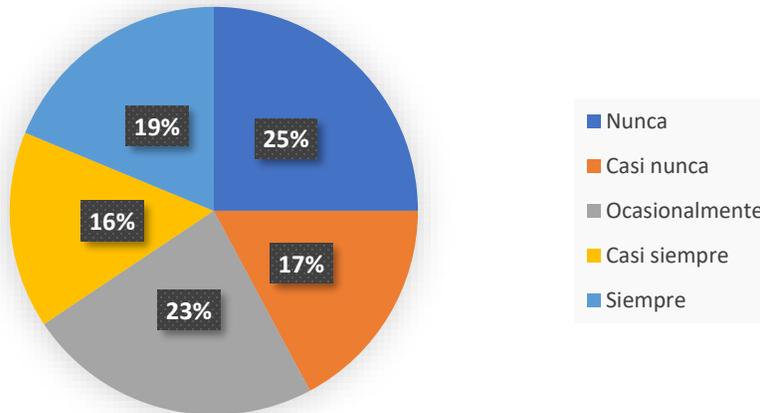
En la actualidad, gran parte de la población prefiere comer fuera de casa, sin importar el contenido alimenticio o de los nutrientes necesarios de estos productos. Por esta razón, se desarrollan enfermedades crónicas y para evitar estos factores desencadenantes, es necesario mantener una alimentación saludable. Según los resultados obtenidos, el 36% de los encuestados consideran que casi nunca mantienen una alimentación saludable.

**Gráfica 9.** Distribución gráfica de las mujeres en Bugaba, sobre si poseen conocimiento sobre el estrés en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



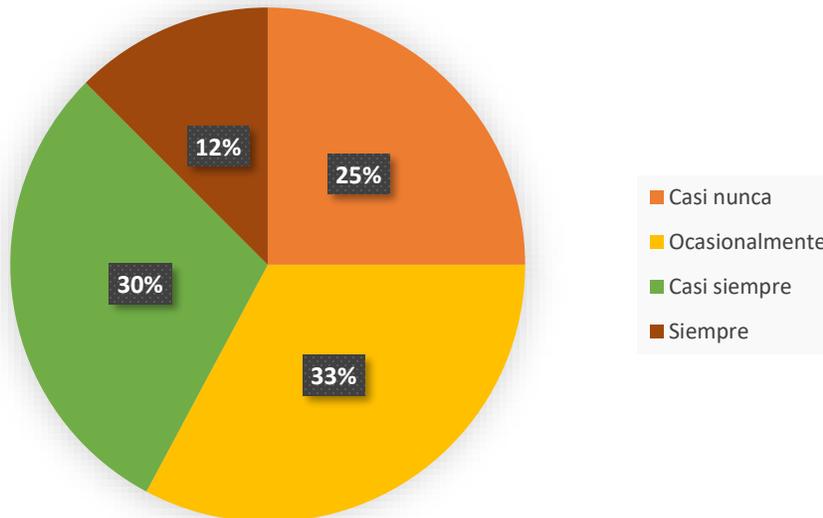
El estrés es aquella exposición a acontecimientos que causan preocupación o ansiedad, cuando el ser humano se encuentra en una situación de peligro real, que amenaza su salud física y mental. Según los resultados, un 45% de la población considera que el estrés es perjudicial para la salud.

**Gráfica 10.** Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de la influencia del estrés en el desarrollo del cáncer de mama, 2021.



El estrés es una de las causas principales de los problemas de salud, tanto física como mental, debido a su durabilidad e intensidad, puede llegar a dañar el funcionamiento óptimo del cuerpo, generando enfermedades. Según la población encuestada, el 19% padece de estrés.

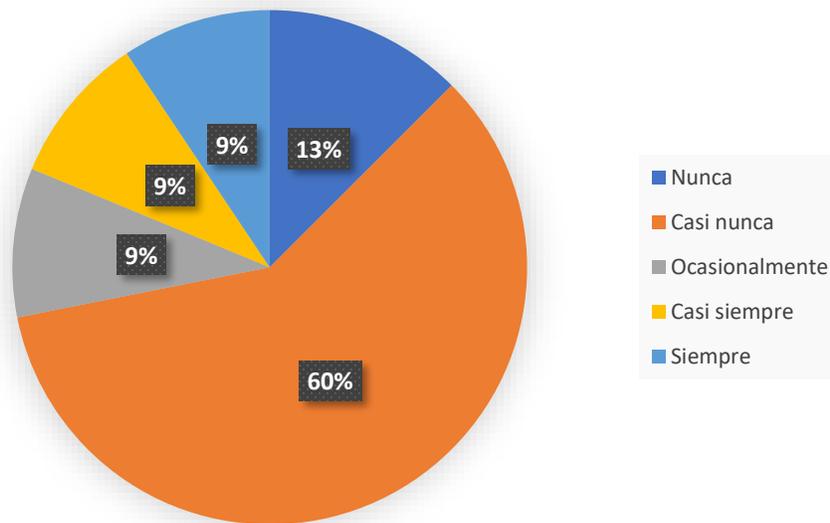
**Gráfica 11.** Distribución gráfica de las mujeres residentes en Bugaba, sobre los problemas de salud como causantes principales de estrés, 2021.



Cuando las personas se diagnostican con alguna enfermedad, tienden a presentar estrés por la situación de peligro a la que se están enfrentando. Les cuesta trabajo asimilar su condición de salud y no están conscientes de que el estrés es otro

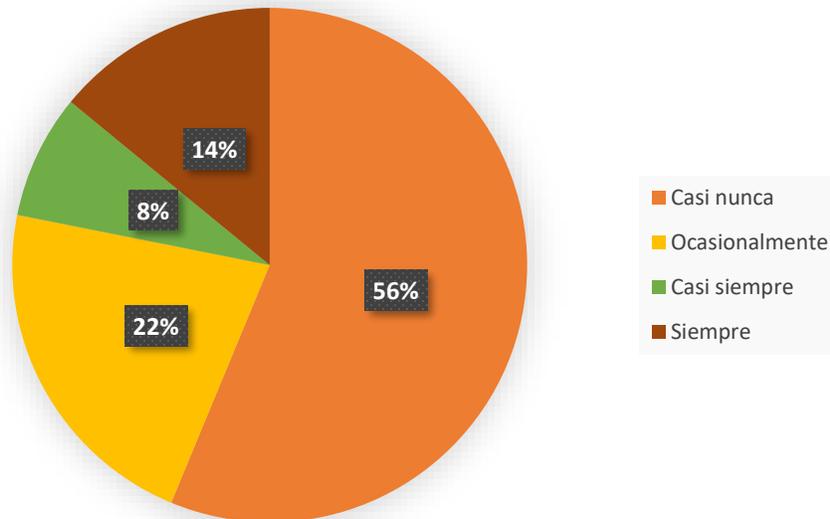
factor perjudicial para tal condición. En los resultados obtenidos, un 33% de la población considera que los problemas de salud le llevan a generar estrés, ocasionalmente.

**Gráfica 12.** Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, acerca de las visitas al psicólogo en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



La importancia de asistir al psicólogo no es solo por tener algún trastorno mental. Pues, en algún momento de la vida, se necesita esta atención, sin importar la condición física y mental. Un 60% de la población no está de acuerdo con las visitas al psicólogo.

**Gráfica 13.** Distribución gráfica de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre la importancia de buscar actividades que permitan liberar el estrés, 2021.

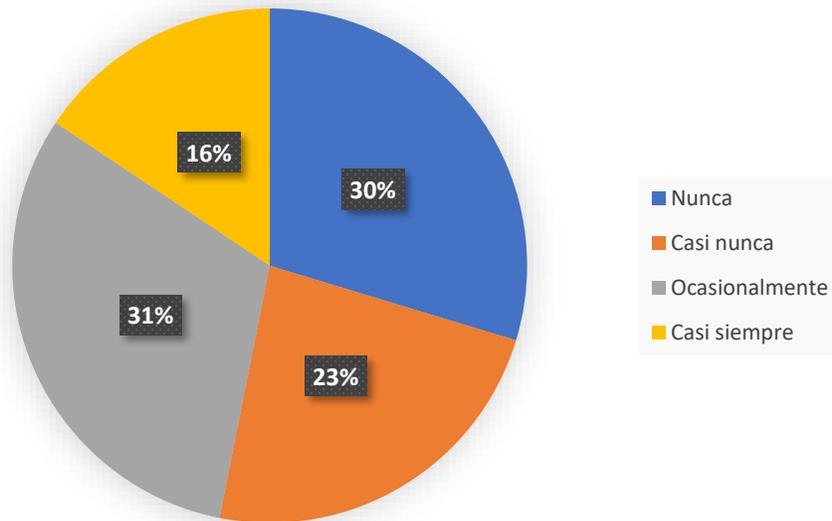


El estrés es un factor que aumenta la aparición de enfermedades, si no se controla y no se detiene a tiempo. Buscar actividades que le brinden un escape y permita liberar el estrés, es lo recomendable. En la actualidad, el trabajo, la universidad, el colegio, mantener el hogar, problemas familiares y demás son causantes de estas tensiones diarias. En los resultados obtenidos, el 56% de la población no realiza ningún tipo de actividad.

#### **4.2. Prevalencia de la aparición de cáncer de mama.**

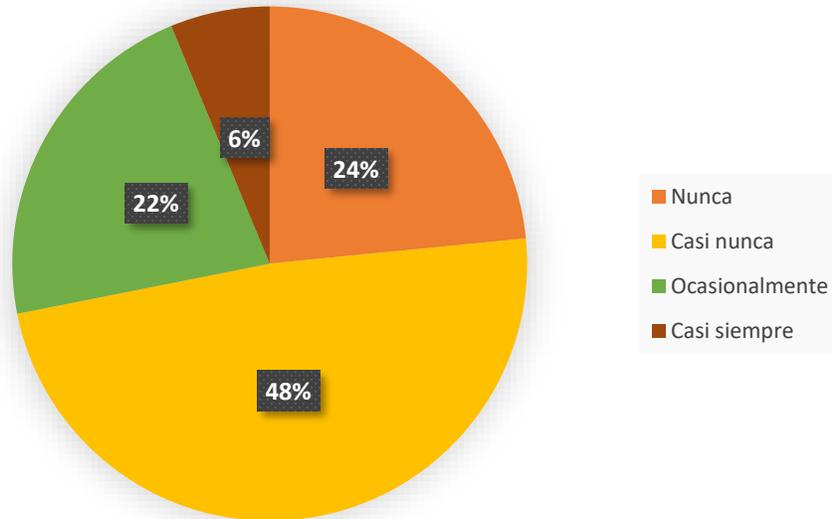
De acuerdo con el análisis de los resultados, se detallan los datos relacionados con la prevalencia de la aparición de cáncer de mama.

**Gráfica 14.** Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, acerca de si realizan deporte o actividad física como prevención en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



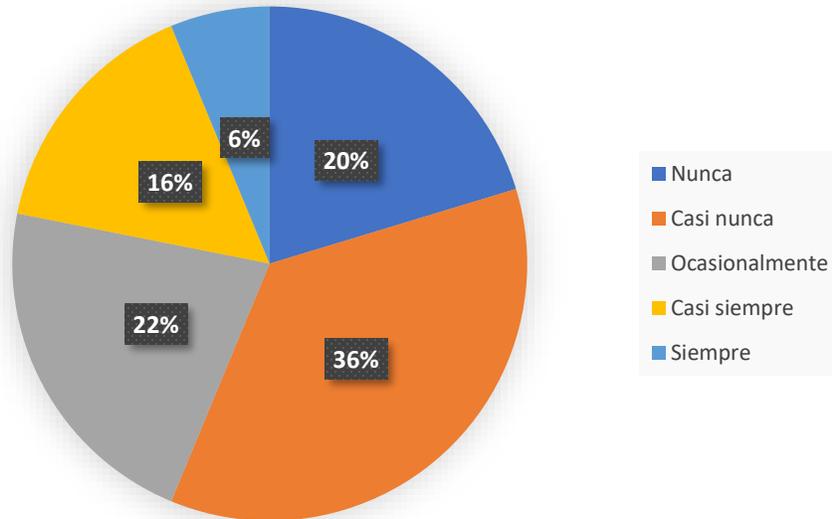
Caminar, por lo menos, 30 minutos diarios ayuda a la buena salud. Por ello, la importancia de realizar algún deporte permite mantenerse en forma, mantiene un estado de salud adecuado, mejora la energía y concentración. El 31% de las personas encuestadas, ocasionalmente, realizan actividades físicas.

**Gráfica 15.** Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre la influencia de no controlar el estrés en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.



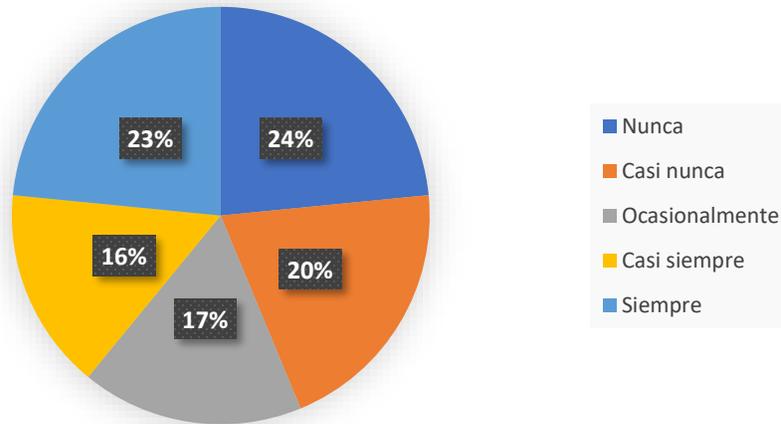
Muchas veces, si no se presta atención el estrés, puede llegar a sobrepasar los límites. Además, puede causar un mayor daño en la salud, en el momento de tener estrés, es recomendable buscar actividades recreativas que permitan liberarse y relajarse. De acuerdo con las encuestas aplicadas, el 48% de la población no puede controlar el estrés, el 6% puede controlarlo.

**Gráfica 16.** Distribución gráfica de las mujeres residentes en Bugaba, sobre la importancia de realizar actividades para disminuir el estrés en la aparición de cáncer de mama, 2021.



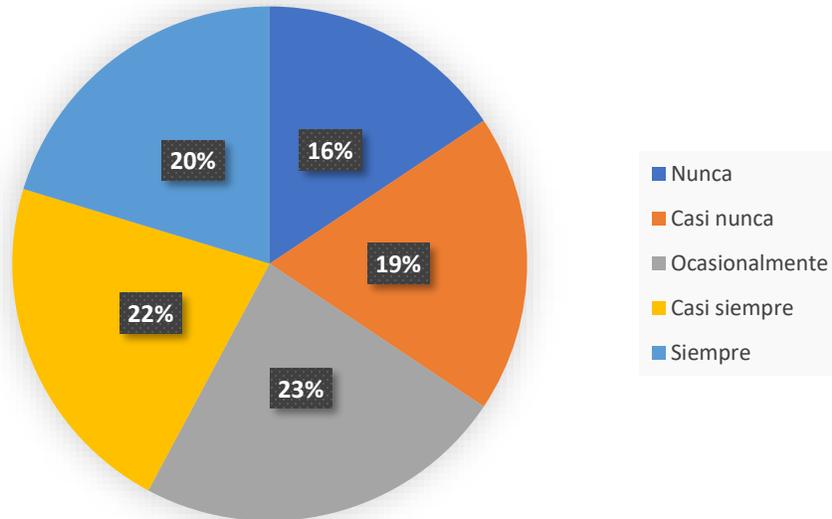
Realizar alguna actividad como el caminar, leer libros, realizar ejercicio, cantar, bailar, tejer, entre otras, permiten despejar la mente, relajarse. De esta manera, se encuentra un sistema de liberación de estrés. Según la población encuestada, el 36% no realiza alguna actividad para disminuir el estrés y el 22%, ocasionalmente.

**Gráfica 17.** Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, acerca de asistir a controles de salud, periódicamente, en la prevención de cáncer de mama, 2021.



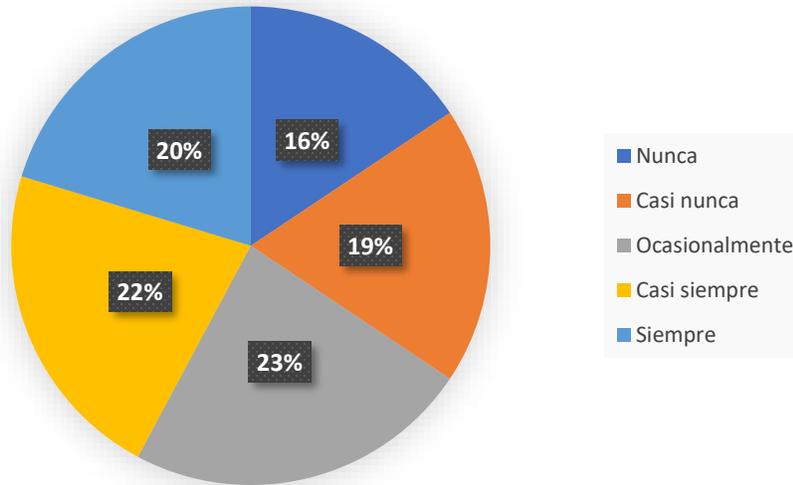
Por medio de los controles de salud, se pueden prevenir las diferentes patologías, por medio de la promoción y prevención se pueden disminuir los riesgos de padecer o de aumentar el nivel de la enfermedad. El 24% no asisten a sus controles de salud y el 23%, sí lo hace.

**Gráfica 18.** Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de los conocimientos que tiene la población sobre el cáncer de mama, 2021.



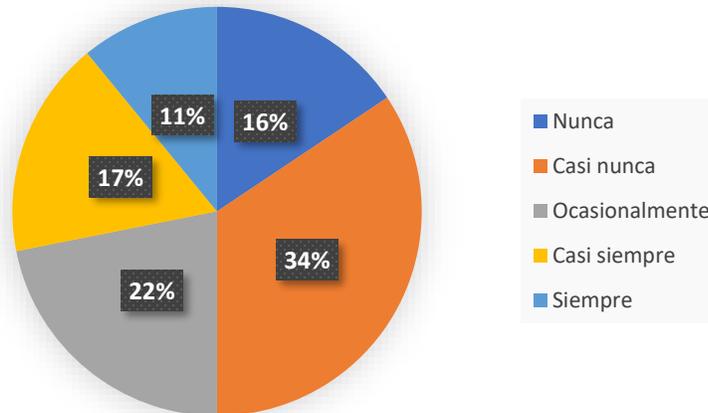
El conocimiento sobre el concepto de enfermedad es importante en el control que deben tener las personas para acudir al médico y evitar o disminuir las enfermedades. Según el 20% de las personas encuestadas, comprenden acerca del cáncer de mama.

**Gráfica 19.** Distribución porcentual de las mujeres residentes en Bugaba, sobre los conocimientos que tienen las personas acerca de los signos y síntomas en la aparición de cáncer de mama, 2021.



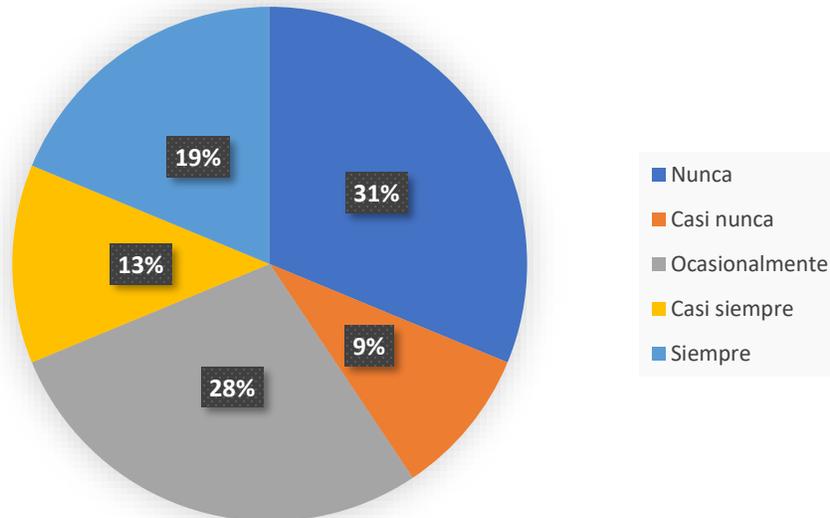
Es importante conocer los signos y síntomas de cualquier enfermedad. De esta manera, se pueden prevenir o detectar a tiempo y llevar un control, con el fin de erradicarla, adecuadamente. De acuerdo con las personas encuestadas, el 20% conoce los signos y síntomas del cáncer de mama, el 16% desconoce sobre el tema.

**Gráfica 20.** Distribución gráfica de las encuestadas sobre las docencias que han escuchado acerca del cáncer de mama, en el Centro de Salud de Bugaba, 2021.



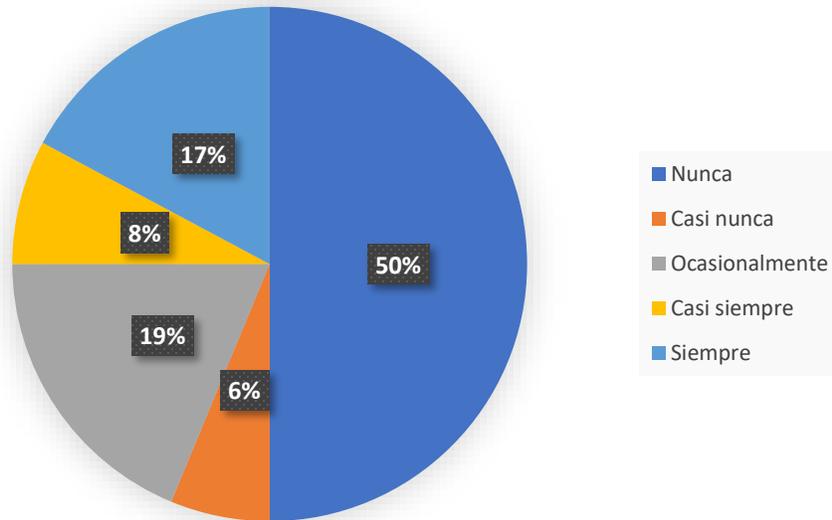
Mediante la promoción y prevención del personal de salud, la población obtiene conocimientos de las distintas enfermedades y; de esta manera, poder evitar el aumento de enfermedades crónicas, en general. El 34% de la población casi nunca ha escuchado hablar del cáncer de mama, el 22%, ocasionalmente.

**Gráfica 21.** Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de los conocimientos que tienen sobre el autoexamen de mama, 2021.



El autoexamen puede llegar a salvar la vida, disminuyendo así la tasa de mortalidad, es por ello la importancia de realizárselo de la manera correcta. De esto dependen las docencias y explicaciones por el personal idóneo, con el objetivo de que cada mujer pueda autoevaluarse, para detectar algún síntoma o un diagnóstico con tiempo. El 31% de la población no tiene conocimiento, según acepciones de las encuestadas.

**Gráfica 22.** Distribución gráfica de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre la importancia de realizarse el autoexamen de mama, periódicamente, 2021.



El realizarse el autoexamen de mama, periódicamente, ayuda a prevenir esta patología. Se debe realizar frente a un espejo conforme a las manecillas del reloj descartando masas, nódulos o secreciones que puedan encontrarse en el seno. Este examen se debe hacer cada mes a partir de los 15 años. El 50% de la población no se ha realizado el autoexamen.

### 4.3 Correlación de variables para comprobar la hipótesis.

**Tabla 5.** Comprobación de hipótesis.

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	150.976 <sup>a</sup>	16	.000
Razón de verosimilitudes	133.800	16	.000
Asociación lineal por lineal	56.522	1	.000
N de casos válidos	64		
a. 22 casillas (84.0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es .85.			

Para la correlación de las variables, se utilizó como ítem de correlación de la variable independiente: Factores predisponentes con el ítem de la variable dependiente: Prevalencia. Para ello, se usó como medida no paramétrica la significancia asintótica del Chi cuadrado de Pearson, dando como resultado .000 donde se demuestra que existe relación entre ambas variables. De acuerdo con este resultado o se rechaza la hipótesis nula, aceptando la hipótesis de investigación que indica que: Existen factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años de edad, diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba, 2021.

**Regla de decisión:** se acepta la hipótesis de investigación siempre y cuando la significancia asintótica del Chi cuadrado de Pearson sea menor a .05.

## CONCLUSIONES

Mediante el análisis de resultados de este documento, dándole respuesta a los objetivos específicos que fueron planteados al inicio de esta investigación, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- Tomando en cuenta el objetivo específico que identificaba los tipos de factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años de edad quienes han sido diagnosticadas con cáncer de mama, se concluye que entre los factores predisponentes se detallan que la edad, antecedentes familiares, alimentación inadecuada, el estrés, el sueño, actividad física, controles médicos representan algunas predisposiciones para desarrollar esta patología.
- Para el segundo objetivo específico, de reconocer la prevalencia de la aparición de cáncer de mama, se concluye que los controles médicos son factores indispensables para prevenir la aparición de esta enfermedad. Además, la población necesita tener conocimientos sobre los signos y síntomas, así como la valoración del autoexamen de mama, ya que permiten una adecuada atención y un tratamiento oportuno.
- En cuanto al objetivo general, se reconocen los factores predisponentes presentes en mujeres de 15 a 49 años de edad, en la comunidad de Bugaba diagnosticadas con cáncer de mama. Luego de una comparación se confirma que existe una correlación de la variable independiente: Factores predisponentes con variable dependientes: prevalencia.

## **LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

En esta sección, se detallan las limitaciones que se han tenido durante el desarrollo de la investigación.

- Por motivos de la Pandemia, no se pudo aplicar las encuestas personales; por ello, se realizaron de manera virtual.
- La mayoría de los encuestados no tienen correos y otros no cuentan con dispositivos inteligentes para poder responder las encuestas virtuales.
- La biblioteca de la universidad por las restricciones que generó la pandemia se mantuvo inaccesible a las consultas de libros.
- El SIBUDELAS no mantiene libros actualizados y los que presentan son de más de 10 años de editados. Esto imposibilita las informaciones actuales.
- Se hizo difícil encontrar datos estadísticos exactos y actuales, por motivos de pandemia.

## **RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

En esta sección, se detallan las recomendaciones que se han tenido durante el desarrollo de la investigación.

- Realizar campañas dentro de los estamentos de salud para brindar prevención contra el cáncer de mamá, conociendo los diversos factores predisponentes presentados a lo largo de esta investigación.
- Brindar docencias por parte del personal de salud sobre el autoexamen de mama y cómo prevenir esta enfermedad.
- Mantener una estadística exacta sobre los pacientes que padecen cáncer de mama y cualquier otra patología, en cada establecimiento de salud, de esta manera se pueden reconocer eficazmente los factores predisponentes presentes en la población.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS E INFOGRAFÍA

Galán Cuevas, E. J. (2012 ). Estrés y Salud . México : El manual moderno

Sánchez Forgach, E., Sánchez Basurto , C., & Erazo Franco , M. (2015). Cáncer de mama: Actualidades y controversias. México D.F: Afil, S.A de C.V.

Suárez del Puerto, H. -M. (2016). El ABC de la ginecología y obstetricia . México: D.F : Alfil, S.A de C.V. .

### INFOGRAFÍA

Arceda., K. L. (2014). Factores de riesgo y grado de conocimiento del cáncer de mama en pacientes,. *repositorio* , 11.

Bedoya, A. L.-A. (2019). Factores de riesgo para el cáncer de mama. *Scielo*.

Bazar, N. O., Bello Hernandez , C., & Vega Bazar , L. (01 de abril-junio de 2020). *Scielo*. Obtenido de Revista cubana: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252020000200009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000200009)

Bedoya, A. M., López Arcila , A., & Cardona Arias , J. A. (01 de junio de 2019). *Scielo* . Obtenido de Revista cubana de obstetricia y ginecología : [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-600X2019000200002](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2019000200002)

Blanco, M. G. (Junio de 2015). Factores de riesgo, prevención y despistaje del cáncer de mama. Obtenido de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0048-77322015000200001](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0048-77322015000200001)

Calzado Begué, D., de la Torre Rosés, M. V., & Nicó García, M. (2014). Aspectos actualizados sobre cáncer de mama. *Redalyc- Revista Información Científica*, 134-135.

- Cordero, M. A., Sánchez , N., & Padilla Lopez . (septiembre- octubre de 2012). Scielo . Obtenido de Factores de riesgo como pronóstico de padecer cáncer de mama en un estado de México: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112012000500038](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112012000500038).
- Escalante, Y. (julio - agosto de 2011). Actividad física, ejercicio físico y condición física en el ámbito de la salud pública. Obtenido de scielo: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-5727201100040000](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-5727201100040000)
- Fajardo-Gutiérrez, A. (enero- marzo de 2017). *Medición en epidemiología: prevalencia, incidencia, riesgo, medidas de impacto*. Obtenido de scielo : [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2448-91902017000100109](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-91902017000100109)
- Fernández T., Á., & Reigosa Y., A. (2015). Riesgo de cáncer de mama en mujeres con patologías mamaria . *Redalyc* , 79.
- Fernández T, A. R. (2015). Riesgo de cáncer de mama en mujeres con patología mamaria. *Redalyc- comunidad y salud* , 79.
- Karol Ramírez, F. A. (enero de 2017). *Actividad física y cáncer de mama: un tratamiento dirigido*. Obtenido de scielo : [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872017000100011](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872017000100011)
- Martín, M., & Gelabert, A. (2017). Estrés y acontecimientos vitales en mujeres con cáncer de mama. *UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ*, 50.
- OMS. (2015). Factores de riesgo y prevención del cáncer de mama. *paho.org*, 5.
- OMS. (26 de marzo de 2021). *WHO.IT*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>
- Quezada, T. (2015). Propuesta de atención en el cáncer de mama en el hospital. *Tesis Cáncer de mama*, 20-21.
- Zapata, A. C. (2021). Conocimiento y actitud sobre el cáncer de mama. EN. *Repositorio* , 30-31.

# **ANEXOS**

# **ANEXO 1**

**LA ENCUESTA**

**Evidencia de la aplicación de la encuesta en forma virtual.**



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

Cuestionario de encuesta

**Objetivos:** Identificar los tipos de factores predisponentes que se hacen presentes en mujeres de la comunidad de Bugaba de 15 a 49 años de edad quienes han sido diagnosticadas con cáncer de mama. Reconocer la prevalencia de la aparición de cáncer de mama.

**Nota:** Los datos recolectados serán utilizados, exclusivamente, para fines académicos.

**Datos generales:**

Sexo \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

**Indicaciones:** Marque con una cruz la casilla de su preferencia utilizando los siguientes criterios de ponderación.

Siempre	Casi siempre	Ocasionalmente	Casi nunca	Nunca
5	4	3	2	1

Nº	Ítems	5	4	3	2	1
1	¿Tiene usted algún familiar que padezca cáncer de mama?					
2	¿Se considera una persona saludable?					
3	¿Considera que duerme lo suficiente?					
4	¿Sabe que debemos dormir aproximadamente 8 horas?					
5	¿Realiza actividad física?					

6	¿Conoce usted que la actividad física es buena para su salud?					
7	¿Conoce usted que una buena alimentación evita los riesgos de padecer enfermedades como el cáncer?					
8	¿Considera usted que su alimentación es saludable?					
9	¿Considera que el estrés es perjudicial para la salud?					
10	¿Ha padecido de estrés?					
11	¿Considera que los problemas de salud le llevan a generar estrés?					
12	¿Considera usted que es importante las visitas al psicólogo?					
13	¿Ha buscado usted actividades que la lleven a liberar el estrés?					

14	¿Realiza algún deporte o actividad física?					
15	¿Puede controlar el estrés?					
16	¿Realiza alguna actividad para disminuir el estrés?					
17	¿Asiste a sus controles de salud periódicamente?					
18	¿Sabe usted que es el cáncer de mama?					
19	¿Conoce usted los signos y síntomas del cáncer de mama?					
20	¿Alguna vez ha escuchado hablar del cáncer de mama en el Centro de Salud de Bugaba?					
21	¿Conoce usted cómo se realiza el autoexamen de mama?					
22	¿Se ha realizado usted el autoexamen de mama periódicamente?					

## ENCUESTA VIRTUAL

### Universidad especializada de las Américas

LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA ENFERMERÍA  
INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS  
DIRIGIDO A FEMENINAS DIAGNOSTICADAS CON  
CÁNCER DE MAMÁ.

Nota: Los datos recolectados serán utilizados exclusivamente para fines académicos, guardando la confidencialidad.

Tema: Factores predisponentes presentes en mujeres de 15-49 años diagnosticadas con cáncer de mama, Bugaba.

Objetivo: Comprobar los factores predisponentes presentes en mujeres de 15 a 49 años en la comunidad de Bugaba diagnosticadas con cáncer de mama.

#### INDICACIONES:

Marque la respuesta en la casilla seleccionada según los siguientes criterios de ponderación.

5. Siempre
4. Casi siempre
3. Ocasionalmente
2. Casi nunca
1. Nunca

#### 1. Indique su edad

- 15-29 años
- 30-39 años
- 40-49 años
- Más de 50 años

---

2. Tiene usted algún familiar que padezca <sup>\*</sup>  
cáncer de mama.

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

---

3. Se considera una persona saludable

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

4. Considera que duerme lo suficiente

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

5. Sabe que debemos dormir aproximadamente 8 horas

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

6. ¿Realiza actividad física?

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

7. ¿Conoce usted que la actividad física es <sup>\*</sup> buena para la salud?

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

8. Conoce usted que una buena alimentación evita los riesgos de padecer enfermedades como el cáncer \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

9. ¿ Considera usted que su alimentación es saludable? \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

10. ¿Considera que el estrés es perjudicial \*  
para la salud?

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

11. ¿Ha padecido de estrés? \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

12. Considera que los problemas de salud \*  
le llevan a generar estrés

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

13. Considera usted que es importante las \*  
visitas al psicólogo

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

14. Ha buscado usted actividades que la  
lleven a liberar el estrés \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

15. Realiza algún deporte o actividad  
física \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

---

¿Cuál? \*

Texto de respuesta breve

---

16. ¿Puede controlar el estrés? \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

17. Realiza alguna actividad para disminuir el estrés \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

Con respecto a la pregunta anterior  
¿Cuál? \*

Texto de respuesta breve

---

18. ¿Asiste a sus controles de salud periódicamente?

\*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

19. ¿Sabe usted que es el cáncer de mama?

\*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

20. ¿Conoce usted los signos y síntomas del cáncer de mama? \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

21. ¿Alguna vez ha escuchado hablar del cáncer de mama en el centro de salud de Bugaba? \*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

22. ¿ Conoce usted cómo se realiza el autoexamen de mama?

\*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

23. ¿Se ha realizado usted el autoexamen de mama periódicamente?

\*

- 5. Siempre
- 4. Casi siempre
- 3. Ocasionalmente
- 2. Casi nunca
- 1. Nunca

# **ANEXO 2**

## **CUADRO DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

Objetivo	Variable independiente	Dimensiones	Indicadores	ITEMS o preguntas	Instrumento
<p>Comprobar los factores predisponentes presentes en mujeres de 15 a 49 años de edad, en la comunidad de Bugaba diagnosticadas con cáncer de mama.</p>	<p>Factores predisponentes.</p>	<p>Mujeres diagnosticadas con cáncer de mama.</p>	<p>Sexo Edad Raza Herencia Sedentarismo Actividades físicas Hábitos alimenticios Estrés</p>	<p>1. ¿Tiene usted algún familiar que padezca cáncer de mama? 2. ¿Se considera una persona saludable? Nunca Casi nunca Casi siempre Ocasionalmente Siempre 3. ¿Considera que duerme lo suficiente? 4 ¿. ¿Sabe que debemos dormir aproximadamente 8 horas?</p>	<p>Cuestionario de encuesta.  Entrevista</p>

				<p>5. ¿Realiza actividad física?</p> <p>6. ¿Conoce usted que la actividad física es buena para la salud?</p> <p>7. ¿Conoce usted que una buena alimentación evita los riesgos de padecer enfermedades como cáncer?</p> <p>8. ¿Considera usted que su alimentación es saludable?</p> <p>9. ¿Considera que el estrés es perjudicial para la salud?</p> <p>10. ¿Ha padecido de estrés?</p> <p>11. ¿Considera que los problemas de salud le llevan a generar estrés?</p> <p>12. ¿Considera usted que es importante las visitas al psicólogo?</p> <p>13 ¿. ¿Ha buscado usted actividades que la lleven a liberar el estrés?</p>	
--	--	--	--	--	--

Objetivo	Variable dependiente	Dimensiones	Indicadores	ITEMS o preguntas	Instrumentos
Reconocer la prevalencia de la aparición de cáncer de mama.	Prevalencia	Aparición del cáncer de mama.	Actividad física. Control de estrés. Controles médicos. Cáncer de mama. Signos y síntomas. Docencias. Autoexámenes. Exámenes de rutina.	14. ¿Realiza algún deporte o actividad física? ¿Cuál? 15. ¿Puede controlar el estrés? 16. ¿Realiza alguna actividad para disminuir el estrés? ¿Cuál? 17. ¿Asiste a sus controles de salud periódicamente? 18. ¿Sabe usted que es el cáncer de mama? 19. ¿Conoce usted los signos y síntomas del cáncer de mama? 20.- ¿Alguna vez ha escuchado hablar del	Cuestionario de encuesta.  Cuestionario de entrevista.

				<p>cáncer de mama en el Centro de Salud de Bugaba?</p> <p>21. ¿Conoce usted cómo se realiza el autoexamen de mama?</p> <p>22. ¿Usted se ha realizado, periódicamente, el autoexamen de mama?</p>	
--	--	--	--	--	--

# **ANEXO 3**

## **CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**

Meses	Ago.8	Sept.9	Oct.10	Nov.11	Dic.12	Ene.1	Feb.2	Mar.3	Abr.4
	Semanas								
Actividades									
1.Elección del tema.									
2.Definición del problema.									
3.Elaboración de anteproyecto.									
4.Corrección del anteproyecto.									
5.Sustentación y aprobación del anteproyecto.									
6.Elaboración del capítulo I.									
7.Elaboración del capítulo II.									
8.Elaboración del capítulo III.									



# **ANEXO 4**

## **PRESUPUESTO**

<b>Presupuesto</b>	<b>Cantidad</b>
Internet<	425.00
Tarjetas de celulares.	40.00
Empastado.	250.00
Revisión de estilo (Rev. De Tesis)	150.00
Imprevistos 10%.	60.00
<b>Total</b>	<b>BI. 925.00</b>

## ÍNDICE DE CUADROS

	<b>Descripción</b>	<b>Página</b>
<b>Cuadro 1</b>	Recomendaciones de actividad física, en mujeres con cáncer.	<b>26</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Descripción</b>	<b>Página</b>
<b>Tabla 1</b>	Factores de riesgo de cáncer de mama en Santiago, Chile.	<b>15</b>
<b>Tabla 2</b>	Localización anatómica de los tipos de cáncer, como primer lugar el cáncer de mama según provincias, en Panamá.	<b>15</b>
<b>Tabla 3</b>	Morbilidad por cáncer de mama según grupo de edad en Panamá.	<b>16</b>
<b>Tabla 4</b>	Análisis de muestra estadística.	<b>34</b>
<b>Tabla 5</b>	Análisis de fiabilidad del instrumento.	<b>36</b>
<b>Tabla 6</b>	Análisis de validez del instrumento.	<b>36</b>
<b>Tabla 7</b>	Comprobación de hipótesis.	<b>61</b>

## ÍNDICE DE GRÁFICAS

	<b>Descripción</b>	<b>Página</b>
<b>Gráfica 1</b>	Distribución gráfica de la opinión de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de si se consideran saludables.	<b>39</b>
<b>Gráfica 2</b>	Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, sobre si poseen antecedentes familiares en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>39</b>
<b>Gráfica 3</b>	Distribución gráfica de la opinión de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de la importancia del descanso en el desarrollo de cáncer de mama. 2021.	<b>40</b>
<b>Gráfica 4</b>	Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, sobre la importancia del conocimiento acerca del descanso en la aparición de cáncer de mama, 2021.	<b>41</b>
<b>Gráfica 5</b>	Distribución gráfica de las mujeres en Bugaba, sobre la importancia de la actividad física en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>42</b>
<b>Gráfica 6</b>	Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, sobre si se mantienen activas físicamente para evitar el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>43</b>
<b>Gráfica 7</b>	Distribución gráfica de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre si poseen una alimentación adecuada para evitar el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>44</b>
<b>Gráfica 8</b>	Distribución porcentual de las encuestadas en Bugaba, sobre si mantienen una alimentación saludable para evitar la aparición de cáncer de mama, 2021.	<b>45</b>
<b>Gráfica 9</b>	Distribución gráfica de las mujeres en Bugaba, sobre si poseen conocimiento sobre el estrés en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>46</b>

<b>Gráfica 10</b>	Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de la influencia del estrés en el desarrollo del cáncer de mama, 2021.	<b>47</b>
<b>Gráfica 11</b>	Distribución gráfica de las mujeres residentes en Bugaba, sobre los problemas de salud como causantes principales de estrés, 2021.	<b>47</b>
<b>Gráfica 12:</b>	Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, acerca de las visitas al psicólogo en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>48</b>
<b>Gráfica 13</b>	Distribución gráfica de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre la importancia de buscar actividades que permitan liberar el estrés, 2021.	<b>49</b>
<b>Gráfica 14:</b>	Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, acerca de si realizan deporte o actividad física como prevención en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>50</b>
<b>Gráfica 15</b>	Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre la influencia de no controlar el estrés en el desarrollo de cáncer de mama, 2021.	<b>51</b>
<b>Gráfica 16</b>	Distribución gráfica de las mujeres residentes en Bugaba, sobre la importancia de realizar actividades para disminuir el estrés en la aparición de cáncer de mama, 2021.	<b>52</b>
<b>Gráfica 17</b>	Distribución porcentual de las mujeres en Bugaba, acerca de asistir a controles de salud, periódicamente, en la prevención de cáncer de mama, 2021.	<b>53</b>

<b>Gráfica 18</b>	Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de los conocimientos que tiene la población sobre el cáncer de mama, 2021.	<b>54</b>
<b>Gráfica 19</b>	Distribución porcentual de las mujeres residentes en Bugaba, sobre los conocimientos que tienen las personas acerca de los signos y síntomas en la aparición de cáncer de mama, 2021.	<b>55</b>
<b>Gráfica 20</b>	Distribución gráfica de las encuestadas sobre las docencias que han escuchado acerca del cáncer de mama, en el Centro de Salud de Bugaba, 2021.	<b>56</b>
<b>Gráfica 21</b>	Distribución porcentual de las encuestadas residentes en Bugaba, acerca de los conocimientos que tienen sobre el autoexamen de mama, 2021.	<b>57</b>
<b>Gráfica 22</b>	Distribución gráfica de las encuestadas residentes en Bugaba, sobre la importancia de realizarse el autoexamen de mama, periódicamente, 2021.	<b>58</b>

## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Descripción</b>	<b>Página</b>
<b>Anexo 1</b>	La encuesta.	<b>67</b>
<b>Anexo 2</b>	Cuadro de operacionalización de variables.	<b>84</b>
<b>Anexo 3</b>	Cronograma de actividades.	<b>90</b>
<b>Anexo 4</b>	Presupuesto	<b>93</b>