

REPUBLICA DEL PERU



RESOLUCION JEFATURAL

Surquillo, 30 de ENERO del 2013



**VISTOS;** el Informe N° 253-2012-DICON/INEN de fecha 12 de diciembre de 2012, emitido por la Dirección de Control del Cáncer y el Informe N° 066-2012-DPPC/INEN de fecha 12 de diciembre de 2012, emitido por el Departamento de Promoción de la Salud, Prevención y Control Nacional del Cáncer.

**CONSIDERANDO:**



Que, mediante Ley N° 28748 se creó como Organismo Público Descentralizado al Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas - INEN, con personería jurídica de derecho público interno con autonomía económica, financiera, administrativa y normativa, adscrito al Sector Salud, calificado posteriormente como Organismo Público Ejecutor, en concordancia con la Ley Orgánica del Poder Ejecutivo;



Que, el Artículo 37-A° del Reglamento de la Ley N° 27657 - Ley del Ministerio de Salud, aprobado con Decreto Supremo N° 013-2002-SA y sus modificatorias precisan que el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas - INEN tiene como misión proteger, promover, prevenir y garantizar la atención integral del paciente oncológico, dando prioridad a las personas de escasos recursos económicos; así como, controlar, técnica y administrativamente, a nivel nacional los servicios de salud de las enfermedades neoplásicas, y realizar las actividades de investigación y docencia propias del Instituto;



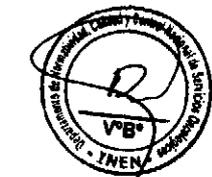
Que, mediante Decreto Supremo N° 001-2007-SA, publicado en el Diario Oficial El Peruano con fecha 11 de enero del 2007, se ha aprobado el Reglamento de Organización y Funciones - ROF del Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas, estableciendo la jurisdicción, las funciones generales y estructura orgánica del Instituto, así como las funciones de sus diferentes Órganos y Unidades Orgánicas;



Que, el Reglamento de Organización y Funciones (ROF) del INEN aprobado con Decreto Supremo N° 001-2007-SA, precisa en el Artículo 3° su autonomía normativa en el extremo de normar técnicamente la promoción, prevención, diagnóstico, manejo, rehabilitación y seguimiento del cáncer en el País, dentro del marco de las políticas sectoriales; ello en concordancia con lo establecido por el literal g) del Artículo 6° del ROF que precisa como función general del INEN el innovar, emitir y difundir, a nivel nacional, las normas, guías, métodos, técnicas, indicadores y estándares de los procesos de promoción de la salud, prevención de enfermedades neoplásicas, recuperación de la salud, rehabilitación y otros procesos relacionados específicamente con el campo oncológico;



Que, del mismo modo, el Artículo 24° del ROF precisa que la Dirección de Control del Cáncer es el órgano técnico-normativo encargado de planificar, proponer las normas y conducir, a nivel nacional, los procesos de promoción de la salud en el campo oncológico, de prevención de enfermedades neoplásicas, de epidemiología, de información para la





salud, de investigación en oncología y de docencia y educación especializada en oncología; así como de conducir la formulación, sistematización y difusión de las normas técnicas oncológicas y de los estándares de calidad de los servicios de salud oncológicos a nivel nacional, a los que controla técnicamente en cumplimiento a las normas vigentes;



Que, en ese orden de ideas, mediante Informe N° 253-2012-DICON/INEN de vistos se ha presentado para su aprobación el Manual para Promotores de Salud, Detección Temprana del Cáncer de Mamá, el mismo que cuenta con el visto bueno de la Dirección de Control del Cáncer, por lo que es necesario oficializarlo;

Con las facultades conferidas por el Decreto Supremo N° 001-2007-SA;



Contando con el visto bueno de la Dirección de Control del Cáncer, del Departamento de Normatividad, Calidad y Control Nacional de Servicios Oncológicos, de la Oficina General de Planeamiento y Presupuesto, de la Oficina General de Administración y de la Oficina de Asesoría Jurídica del INEN.



**SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO:** Aprobar el Manual para Promotores de Salud, Detección Temprana del Cáncer de Mamá, el mismo que forma parte integrante de la presente Resolución.



**ARTÍCULO SEGUNDO:** Disponer que el Departamento de Promoción de la Salud, Prevención y Control Nacional del Cáncer del INEN, es el responsable del cumplimiento y aplicación del Manual para Promotores de Salud, Detección Temprana del Cáncer de Mamá, dentro del ámbito de su respectiva jurisdicción.

**ARTÍCULO TERCERO:** Déjese sin efecto las disposiciones de carácter interno que se opongan a la presente Resolución.



**ARTÍCULO CUARTO:** Encargar la difusión de la presente Resolución así como su publicación en la Página Web Institucional a la Oficina de Comunicaciones.

**REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y PUBLIQUESE**



*Tatiana Vidaurre*  
Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas

.....  
MC. Tatiana Vidaurre Rojas  
Jefe Institucional



# Manual para Promotores de Salud



## Detección temprana del Cáncer de Mama



Dra. Tatiana Vidaurre Rojas  
Jefe Institucional  
Instituto Nacional Enfermedades Neoplasicas

Dr. Gustavo Sarria Bardales  
Director de Control del Cáncer  
Instituto Nacional Enfermedades Neoplasicas

### Reconocimiento

Un agradecimiento y reconocimiento especial a las personas involucradas en el desarrollo de este manual por su trabajo y dedicación, así como a las instituciones por su participación en la revisión del manual.

### Autores:

- Lic. Miguel Ruiz, Lic. Dahjana Arce / Departamento de Promoción de la Salud - INEN
- Lic. Tara Hayes Constant, Lic. Jennifer L. Winkler, Lic. Leyla Taboada / PATH

### Validación del texto e imágenes del manual:

- Promotores y Proveedores de Salud de la Red Pacasmayo - La Libertad, Trujillo.
- Mujeres de la comunidad de Guadalupe - La Libertad, Trujillo.

### Colaboradores:

- Gladis Vargas de Sánchez, Kelly Ramírez Leiva / Promoción de la Salud del Hospital La Fora - Guadalupe.
- Lic. Amelia Valdez - Consultora educativa

### Revisión Técnica:

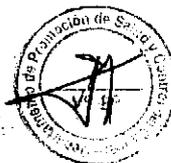
- Dra. Vivien Tsu, Dr. José Jeronimo / PATH
- Dr. Gustavo Sarria, Dr. Javier Manrique / INEN
- Dr. Pedro Hernández, Dra. Valeria Aguilar / IREN-Norte
- Lic. Karim Santos, Lic. Sara Ortiz / GERESA La Libertad

Los autores encontraron los siguientes documentos de utilidad en el desarrollo de este manual:

- Guía para promotores de salud para la prevención del cáncer de cuello uterino: ¡Cuidate a tiempo y no dejes de sonreír! El cáncer de cuello uterino se puede prevenir. Escuela Latinoamericana de Cáncer de Cérvix, PATH, Jhpiego.
- ¿Cómo podemos prevenir el cáncer cervicouterino?: Guía para Facilitadoras de la Comunidad. PATH, OPS, Ministerio de Salud de Perú.
- Detección temprana del cáncer de mama: Una tarea de todos. Manual para personal dedicado a la salud de la comunidad. Felicia Marie Knaul, Luz Maria González Robledo, Maria Cecilia González Robledo, Laura Magaña Valladares.



# RESOLUCIÓN JEFATURAL



# Contenido

PRESENTACION.....	5
ASPECTOS GENERALES.....	6
Momentos de una sesión educativa.....	6
Sugerencias para ti, como facilitador(a).....	7
Cualidades del Promotor(a) de Salud.....	8
Objetivos del aprendizaje.....	9
Bienvenida.....	10
Dinámicas de presentación.....	11
MODULO 1: Conociendo nuestras mamas.....	12
¿Qué queremos lograr?.....	12
Iniciando la sesión.....	13
Conociendo las partes de la mama.....	15
Reconociendo cambios normales y alteraciones en la mama.....	16
Dinámica de Comunicación.....	20
MODULO 2: El cáncer de mama.....	21
¿Qué queremos lograr?.....	21
Conociendo qué es el cáncer de mama.....	22
Identificando mujeres en mayor riesgo.....	24
Importancia de la detección temprana.....	26
Importancia del examen clínico de mamas.....	29
Acciones a tomar para reducir el riesgo de tener cáncer de mama.....	32
MODULO 3.....	36
Reforzando lo aprendido y estableciendo compromisos.....	36
Estableciendo compromisos.....	38
MODULO 4.....	39
Información básica para responder las preguntas de la comunidad acerca del cáncer de mama.....	39
ANEXO 1.....	41
Lista de verificación para una sesión educativa en cáncer de mama.....	41





# Presentación

El cáncer de mama es una enfermedad tumoral neoplásica muy frecuente en la mujer, que además de poner en peligro su vida, incide en su imagen y tiene repercusiones en la vida familiar.

Es importante que la mujer aprenda cada uno de los procedimientos de detección y diagnóstico de cáncer de mama, dado que la mujer se enfrentará por primera vez en su vida a una situación compleja desconocida y que le afectaría de manera importante.

Muchas mujeres anteponen el cuidado de los demás miembros de su familia antes que su propia salud, posponiendo así la detección o tratamiento oportuno del cáncer de mama, que les evitaría llegar en etapas avanzadas de la enfermedad o incluso a la muerte. Por lo que es importante el papel de los promotores de salud como portadores de mensajes claves para las mujeres en el cuidado de su salud.

El propósito de este manual es aportar elementos básicos para que las mujeres conozcan la importancia de la detección temprana del cáncer de mama, comprendan la importancia del examen clínico de mama, reconozcan los signos y síntomas asociados al cáncer de mama y dónde acudir para recibir el servicio de detección temprana.

Es por esto que la responsabilidad que cada mujer asume sobre su cuerpo y su salud determinará la posibilidad de detectar oportunamente el cáncer de mama.



# ASPECTOS GENERALES

## Momentos de una sesión educativa

1

**Recepción y bienvenida:** En este momento es muy importante la amabilidad y la confianza que inspires.

2

**Presentación:** Tenemos que tener en cuenta a qué grupo nos estamos dirigiendo ya que nos ayudará para poder abarcar el tema de la forma más acertada. Inicia siempre el trabajo con una dinámica. Es indispensable proponer una dinámica en la que cada persona pueda decir su nombre, entre otras cosas. Lo importante es crear un clima de confianza, romper el hielo y disponer al grupo para el aprendizaje.

3

**Sensibilización:** Antes de empezar la sesión, es importante sensibilizar a las participantes y captar su atención hacia el tema que se trabajará. El objetivo es que cada persona participante esté convencida de la importancia del tema central de la sesión. Para esto puedes utilizar diferentes estrategias como fotos, dibujos, videos, modelos, etc.

4

**Contenidos educativos** Siempre debes tomar en cuenta los conocimientos previos que las participantes tienen sobre el tema. Recoge las ideas y experiencias que puedan ser favorables, utilizando preguntas motivadoras para lograr la participación de todas.

5

**La evaluación sobre los contenidos y mensajes.** Aquí verificarás si los conocimientos impartidos fueron claros y comprendidos.

6

**Compromiso y despedida:** Todo aprendizaje debe generar en las personas un cambio de conducta. Es el momento en que las participantes asumen compromisos en relación al tema desarrollado, a fin de poner en práctica y difundir lo aprendido.



## Sugerencias para ti, como facilitador(a)

- ✓ Busca crear un clima de confianza.
- ✓ Sonríe, es la puerta de entrada a una comunicación estrecha y de confianza.
- ✓ Esfuérzate por no parecer "el dueño de la verdad". Tu misión debe ser "compartir" conocimientos y aprendizaje. Esto permitirá mayor soltura y confianza en las participantes para preguntar o dar su opinión.
- ✓ Una habilidad fundamental es comunicarse adecuadamente, tiene que ver con la forma de expresarte y tu capacidad de escuchar. Es importante confirmar que las participantes han entendido lo que les querías comunicar.
- ✓ Recurre en lo posible a dinámicas que impliquen movimiento y diversión. Aprender debe ser siempre una actividad divertida y motivadora.
- ✓ Utiliza también tu cuerpo para expresarte. El lenguaje oral es apenas una parte de la comunicación. El lenguaje corporal es muy importante en el proceso de facilitación, pues ayuda a aumentar la capacidad de expresión.

**Gracias amigo(a) promotor(a) por tu trabajo y por tu esfuerzo para llegar cada vez a más mujeres. Gracias por tu compromiso y por el tiempo que dejas de compartir con los tuyos para contribuir al bienestar de cientos de mujeres en tu comunidad**



# Cualidades del Promotor(a) de Salud

## SER COMPRENSIVO(A) Y DISCRETO(A)

de las costumbres y forma de vida de las personas, saber escuchar y ser discreto(a) con la información que le confían.

**SER AGENTE MOTIVADOR**  
y movilizador de su comunidad, que promueva y fortalezca cambios en la población para mejorar su calidad de vida.

## ESTAR SIEMPRE ACTUALIZADO(A)

con nuevos conocimientos y técnicas para mejorar su trabajo y brindar una mejor información en la comunidad

## SER RESPONSABLE

actuar con seriedad, de forma adecuada para detectar y orientar en las alternativas de solución de problemas y saber cómo actuar frente a estos casos.



## Objetivos del aprendizaje

- ✓ Que las mujeres conozcan la importancia de acudir al establecimiento de salud y realizarse el examen clínico de mama por un profesional capacitado.
- ✓ Que las mujeres tomen conciencia que a partir de los 40 años deben ir, cada año, a realizarse el examen clínico de mama y de ser posible mamografía.
- ✓ Que las mujeres conozcan sus mamas y puedan reconocer los signos y señales del cáncer de mama.
- ✓ Ante cualquier signo o señal de alerta debe ir inmediatamente al establecimiento de salud.
- ✓ Dar a conocer a las mujeres que el examen clínico de mama es el primer paso y la mamografía es recomendable donde esté disponible.
- ✓ Enseñar a las mujeres que vivir de una manera saludable puede protegerlas del cáncer de mama.
- ✓ Que la detección temprana, puede evitar en la mujer y su familia, el dolor y sufrimiento que conlleva un cáncer de mama más avanzado.



## Bienvenida

"Buenos días / Buenas tardes...  
Gracias por su presencia. Nos hemos  
reunido para conocer un tema muy  
importante: el cáncer de mama y sobre  
todo qué debemos hacer para estar alerta  
a esta enfermedad"



# Dinámicas de presentación

## 1. CONSIGNAS DE PARTIDA

Con una música de fondo las participantes danzan por la habitación. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar. La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez con mayor número de personas, hasta llegar al final, en que no queda ningún participante sin ser abrazado.

Finalmente, en grupo, cada una expresa cómo se ha sentido.

El juego intenta romper el posible ambiente de tensión que puede haber al principio de una sesión o un primer encuentro y favorecer el sentimiento de grupo, desde una acogida positiva a todas las participantes.

## 2. LA PELOTA PREGUNTONA

Otra dinámica que se puede aplicar, consiste en que el facilitador entrega una pelota e invita a las participantes a sentarse en círculo. Mientras se entona una canción la pelota se hace correr de mano en mano. A una señal del facilitador el ejercicio se detiene.

La persona que se quedó con la pelota en la mano se presenta ante el grupo: dice su nombre, resalta una cualidad que tiene y manifiesta qué la animó a venir a la sesión. El ejercicio continúa de la misma manera hasta que todos se hayan presentado. Al final, el facilitador resalta lo manifestado por las participantes, explicando los objetivos y dando inicio al tema de la sesión.



# MODULO 1: Conociendo nuestras mamas

## ¿Qué queremos lograr?

- ✓ Que las mujeres conozcan por qué es importante estar alertas al cáncer de mama.
- ✓ Que las mujeres tengan un autoconocimiento de sus mamas.
- ✓ Que las mujeres conozcan los cambios normales de la mama.
- ✓ Que las mujeres reconozcan los signos y señales específicos de las enfermedades de la mama.

## ¿QUÉ NECESITAMOS?

- ✓ Láminas ilustradas:
  - Lámina 1: Alerta al cáncer de mama
  - Lámina 2: Partes de la mama
  - Lámina 3: Mujer en el espejo
  - Lámina 4: Signos y señales de alerta
- ✓ Papelógrafos (pliego grande de papel en blanco)
- ✓ Plumones gruesos
- ✓ Cinta masking



## Iniciando la sesión

Después de la dinámica de presentación y de haber creado un ambiente de confianza entre todos, iniciamos la reunión explicándoles lo que queremos lograr en esta parte de la sesión educativa, diciéndoles:

"Nos hemos reunido para conocer por qué debemos estar alertas al cáncer de mama, conocer un poco más las partes de la mama y los cambios normales y los cambios que suceden con el cáncer de mama"

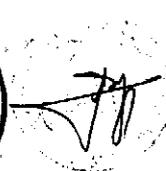
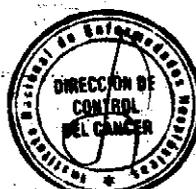
Les mostramos la lámina N°1: Alerta al cáncer de mama



Y a todas juntas les hacemos las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué ven en esta imagen?
- ✓ ¿Qué significa para ustedes esta imagen?
- ✓ ¿Desean ustedes conocer algo más sobre esta enfermedad?

Escuchamos lo que las participantes van diciendo y después de unos minutos hacemos un resumen de lo que nos han dicho. Al término les decimos:



"Gracias por sus respuestas y sus preguntas acerca del cáncer de mama. Esto me hace saber que ustedes tienen mucho interés. Durante la sesión vamos a responder a todas sus preguntas e inquietudes y también vamos a explicarles qué es lo que deben de saber y cómo prevenir y detectar a tiempo el cáncer de mama."

Luego continuamos diciendo: ahora que ya sabemos que debemos de estar alertas al cáncer de mama, ustedes conversarán en pareja (con la persona que tienen a su lado) sus respuestas a las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Por qué es necesario detener el cáncer de mama?
- ✓ ¿Qué hemos escuchado hablar acerca del cáncer de mama?
- ✓ ¿Conocemos a alguien que haya tenido o tiene cáncer de mama?
- ✓ ¿Qué sentía/siente y cómo se veía/se ve esa persona?

Después que han conversado en pareja, escuchamos con atención a las participantes que nos van a manifestar sus respuestas conversadas. Vamos anotando en un papelógrafo las ideas principales en relación a cada una de las preguntas. Posteriormente hacemos un resumen de los puntos claves.



# 1 Conociendo las partes de la mama

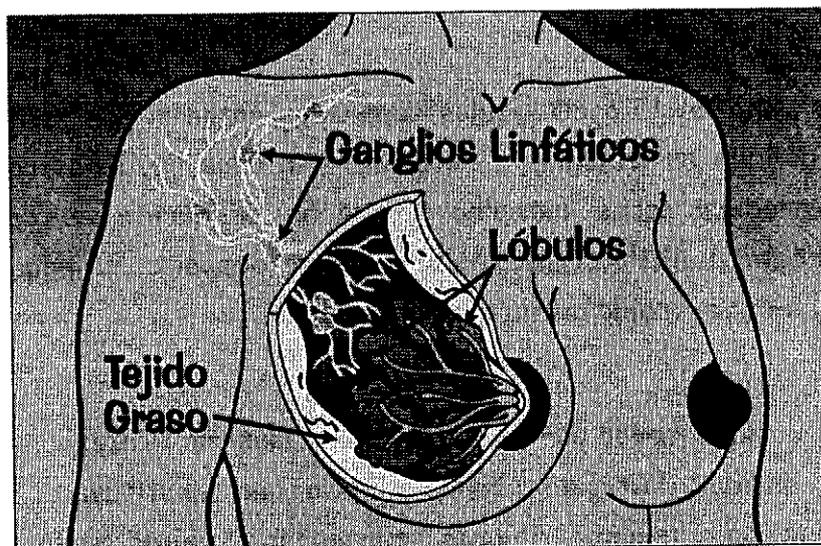
## RECOGIENDO CONOCIMIENTOS PREVIOS

Les mostramos la lámina N° 2: Partes de la mama, con el texto cubierto (puede ser con papel o cinta masking).

Luego les preguntamos:

- ✓ ¿Qué ven en el dibujo?
- ✓ ¿Conocen las partes de la mama?
- ✓ ¿Sabes para qué sirven?

Lámina N° 2: Partes de la mama



Después de escuchar sus respuestas, les decimos: ahora vamos a conocer las partes de la mama e iremos reforzando sus respuestas.

## CONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Cuando todos hayan terminado de nombrar las partes de la mama, según sus conocimientos, vamos destapando el texto con el nombre de las partes de la

mama y empezamos a describir cada una de ellas, afirmando lo que ellas nos han dicho y agregando lo que no haya sido mencionado.

Les explicamos que toda mujer debe conocer sus mamas, tener el autoconocimiento de lo que es normal para sus mamas.

### Partes de la mama:

- **Ganglios linfáticos:**

Son estructuras con forma de frijol que se encuentran cerca de la mama, en la axila (bajo el brazo), sobre la clavícula y en el pecho. Los ganglios linfáticos almacenan glóbulos blancos (llamados linfocitos) los cuales ayudan a combatir las infecciones y enfermedades.

Dichos ganglios son importantes para determinar la etapa del cáncer de mama y la probabilidad de que el cáncer se haya extendido a otras partes del cuerpo.

- **Lóbulos**

Cada mama tiene de 15 a 20 lóbulos separados entre sí por tejido graso. Los lóbulos se dividen en lobulillos y éstos forman unos pequeños racimos en los cuales se produce leche materna. La leche producida es conducida por conductos hasta la altura de la areola, donde se deposita una pequeña cantidad de leche para ser extraída por la succión del niño.

- **Tejido graso**

Tejido que forma la mayor parte del contenido mamario. Internamente la mama posee gran cantidad de tejido adiposo o graso, que constituye el 90%, dándole la forma abultada a la mama. Además se integran al tejido graso los conductos galactóforos y la glándula mamaria, encargados ambos de la producción y secreción de leche materna.

Amigo(a) promotor(a): no dudes en adaptar el lenguaje descrito líneas arriba para discutir las partes de la mama, utilizando las palabras e imágenes más fáciles para dirigirse a las mujeres presentes. Además en el momento de discutir la anatomía se recomienda que a las participantes se toquen sus propias mamas para poder ubicar lo descrito en la lamina (ej. clavícula, tejido, axila).



## 2 Reconociendo cambios normales y alteraciones en la mama

### RECOGIENDO CONOCIMIENTOS PREVIOS

Les decimos a las mujeres: hemos aprendido las partes de la mama y para qué sirven. Ahora debemos de saber los cambios normales y alteraciones que pueden ocurrir en las mamas.

Les mostramos la lámina N° 3: Autoconocimiento y continuamos el tema diciéndoles:

"Durante el transcurso de nuestras vidas, todas las mujeres experimentamos una variedad de cambios en la mama. Hay que saber qué es normal para sus mamas y saber reconocer los signos y síntomas de enfermedad para estar **ALERTAS** a alguna alteración o cambio."

Lámina N° 3: Autoconocimiento



Luego, para que todas den su opinión, trabajaremos en dos grupos en base a la pregunta que le plantearemos. Les entregamos papelógrafos y plumones para que registren sus opiniones:

Después que los grupos han conversado y plasmado sus respuestas, una

**Grupo 1**  
*¿Cuáles son los cambios en sus mamas que ustedes han experimentado en sus vidas?*

**Grupo 2**  
*¿Cuáles son los signos y síntomas específicos de la mama que las mujeres deben de reconocer y estar alertas?*

representante expone las ideas conversadas en cada grupo. Escuchamos con atención sus respuestas y resaltamos las ideas principales en relación a cada una de las preguntas.

## **C**ONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Cuando todos los grupos han terminado de exponer sus ideas, con la ayuda de los papelógrafos, reafirmamos lo dicho por las mujeres y agregamos información.

Continuamos diciéndoles: "Muchos cambios normales ocurren en la mama, debido a los cambios hormonales y éstos pueden ser:

- **Cambios normales en la mama**
  - Durante la adolescencia podemos sentir dolor, esto se debe al crecimiento y desarrollo de las mamas.
  - Sensación de hinchazón de las mamas antes y durante la regla.

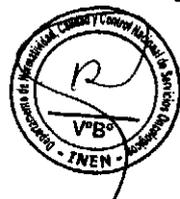
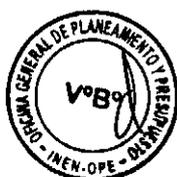
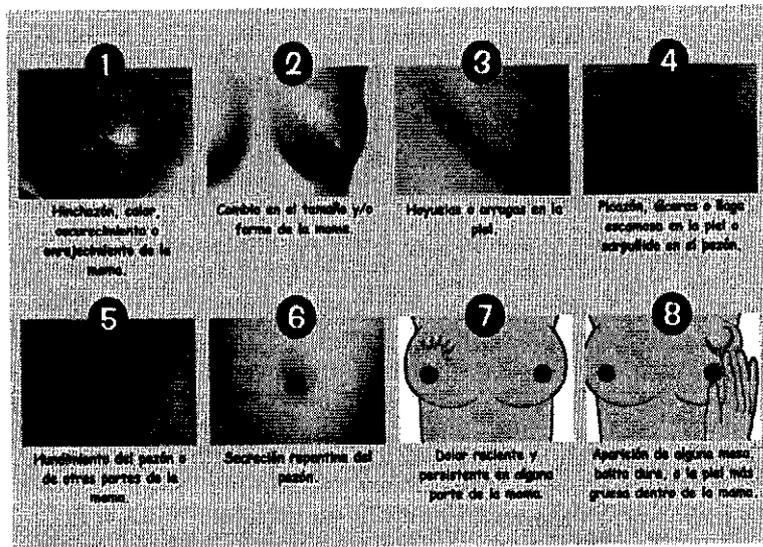


- Dolor y quemazón durante la menstruación o regla; después de la menstruación, la inflamación disminuye y las mamas regresan a la normalidad.
- Presencia de bultos durante la regla.
- Hinchazón, dolor y quemazón cuando lacta el niño; las mamas se inflaman cuando las glándulas y conductos lechosos se dilatan y las mamas comienzan a retener agua.

"... Entonces hay que tener un autoconocimiento y saber lo que es normal para sus mamas."

Posteriormente les mostramos la lámina N° 4: Signos y síntomas. Les explicamos que también hay signos y síntomas específicos de enfermedades de las mamas que las mujeres deben de saber y reconocer. Estos cambios son:

Lámina N° 4: Signos y señales de alerta



- **Signos y señales de alerta de la mama.**

- Hinchazón, calor, oscurecimiento o enrojecimiento de la mama.
- Cambio en el tamaño y/o forma de la mama.
- Hoyuelos o arrugas en la piel.
- Picazón, úlceras o llaga escamosa en la piel o sarpullido en el pezón.
- Hundimiento del pezón o de otras partes de la mama.
- Secreción repentina del pezón (puede ser amarillenta o purulenta).
- Dolor reciente y persistente en alguna parte de la mama.
- Aparición de alguna masa, bolita dura o la piel más gruesa dentro de la mama.

Luego afirmamos:

"Es importante tener presente los cambios normales que ocurren en las diferentes etapas de nuestras vidas, pero también es importante saber los cambios o alteraciones que se pueden presentar y que la forma más efectiva de luchar contra el cáncer de mama es hacerse sus controles y detectarlo a tiempo y esto se hace a través del examen clínico de mama."



# Dinámica de Comunicación

**Objetivo:** Que los participantes interpreten la importancia de una comunicación adecuada que ayude al facilitador a transmitir mensajes en la comunidad.

## 1. EL TELÉFONO MALOGRADO

Se divide el grupo en dos equipos. Se forman filas y se nombra quién debe de encabezar las filas. El facilitador da el mismo mensaje a las personas que encabezan la fila de cada equipo, a fin de que lo vayan transmitiendo correctamente, susurrando, y éste a su vez, tendrá que repetírselo a la persona que está detrás y así sucesivamente hasta que todas hayan escuchado el mensaje.

La última participante de cada fila en escucharlo, tiene que repetir en voz alta el mensaje que recibió. Se confronta entonces con el mensaje real transmitido.

Ejemplo de un mensaje: "Ayer sucedió un accidente en la casa de doña María. Su hija Marcela estaba jugando y se había caído, golpeándose muy fuerte el pie derecho. Doña María la llevó rápidamente al establecimiento de salud y el profesional de la salud le dijo que tenían que vendarle el pie y tomar medicamentos para el dolor. Marcela tenía mucho miedo y se puso a llorar."

Al final de la dinámica, el facilitador hará un análisis si el mensaje final es diferente al inicial. Se analiza que, por lo general, es así como se cambian los mensajes cuando no se presta atención o cuando están mal transmitidos.

Concluimos diciendo: "debemos saber escuchar y entender los mensajes, para poderlos compartirlo con otras mujeres, darles un mensaje correcto de lo que han aprendido."



## MODULO 2: El cáncer de mama

### ¿Qué queremos lograr?

- ✓ Que las mujeres conozcan qué es el cáncer de mama.
- ✓ Que las mujeres identifiquen quién tiene mayor riesgo de tener cáncer de mama.
- ✓ Que las mujeres conozcan qué debemos de hacer y adónde acudir para detectar a tiempo el cáncer de mama.
- ✓ Que las mujeres conozcan la importancia de realizarse el examen clínico de mamas por un profesional de salud.
- ✓ Que las mujeres conozcan cómo se puede reducir el riesgo de tener cáncer de mama.

### ¿QUÉ NECESITAMOS?

- ✓ Láminas ilustradas:
  - Lámina 5: Alerta según la edad
  - Lámina 6: Acudiendo de manera regular al establecimiento de salud
  - Lámina 7: Atenderse por un profesional de salud capacitado
  - Lámina 8: Familia feliz
  - Lámina 9: Primer paso de la salud mamaria
  - Lámina 10: Hábitos saludables
  - Lámina 11: Disminuir Riesgo
- ✓ Papelógrafos
- ✓ Plumones gruesos
- ✓ Cinta masking



# 1 Conociendo qué es el cáncer de mama

Les decimos a las mujeres: ya hemos aprendido los cambios normales que ocurren en las mamas, en las diferentes etapas de nuestras vidas y también ya conocemos los cambios o alteraciones que se pueden presentar y debemos estar alertas ante la presencia de alguno de ellos.

Ahora vamos a conocer sobre el cáncer de mama. En grupo les hacemos las siguientes preguntas:

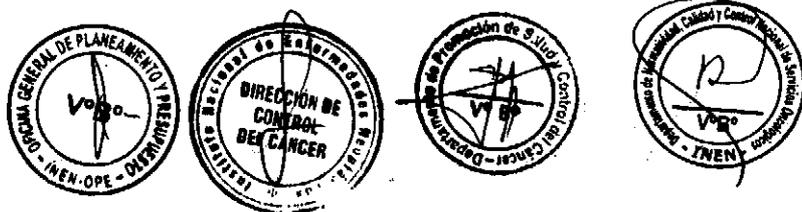
- ✓ ¿Qué han escuchado acerca del cáncer de mama?
- ✓ ¿Y en tu opinión, qué es el cáncer de mama?

Escuchamos a las que voluntariamente quieren participar y vamos anotando en un papelógrafo los puntos e ideas claves para su discusión.

## C ONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Les explicamos que para que podamos entender qué es el cáncer, debemos conocer qué sucede cuando las células normales se convierten en cancerosas. Nuestro cuerpo se compone de muchas células. Normalmente estas células crecen, se reproducen y mueren a medida que se necesitan para mantener nuestro cuerpo sano.

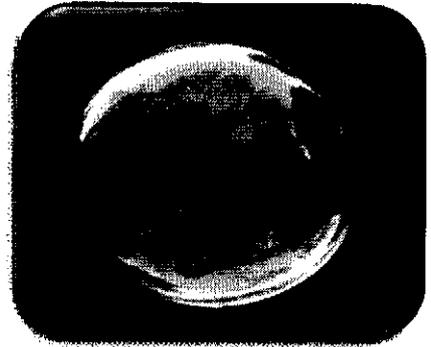
Sin embargo, a veces, este proceso normal se descontrola y las células se siguen dividiendo cuando no es necesario. Entonces, el cáncer, al igual que el cáncer de mama, es el crecimiento descontrolado de unas células enfermas en nuestro cuerpo.



Para comprender mejor, realizaremos un ejercicio:

Señalando el vaso con agua y detergente vamos diciendo: "Imagínense que estas son células SANAS de la mama."

Luego, sacamos una burbuja por sorbete y les decimos: "Cuando la célula está sana, nace, crece, madura, se reproduce y muere, siendo eliminada por el mismo cuerpo y luego sale otra nueva célula que la reemplaza."



Posteriormente, colocamos unas gotas de sillao o alcohol yodado al vaso y vamos soplando despacio con el sorbete dentro del vaso, formando varias burbujas y les explicamos:

"Pero en el caso del cáncer de mama, las células se enferman y ya no se mueren, sino que se quedan allí y van creciendo y creciendo descontroladamente, convirtiéndose en cáncer."



## 2 Identificando mujeres en mayor riesgo

### RECOGIENDO CONOCIMIENTOS PREVIOS

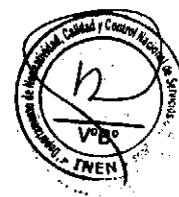
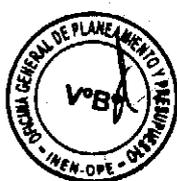
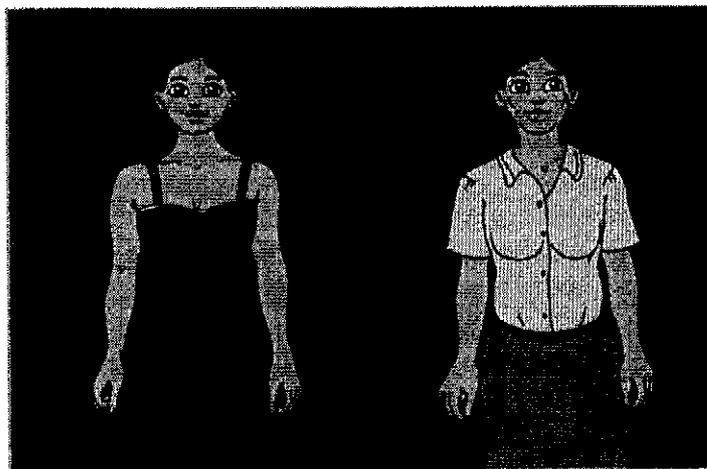
Ahora que ya conocemos qué es el cáncer de mama, les preguntamos a todas juntas:

- ✓ ¿Qué causa entonces, que las células de la mama se enfermen y sigan creciendo descontroladamente?
- ✓ ¿Qué mujeres están en mayor peligro de desarrollar cáncer de mama?

Escuchamos las opiniones y respuestas de las mujeres y vamos anotando en un papelógrafo. Les mostramos la lámina N° 5: Alerta según la edad.

"Para entender la relación entre la edad y el cáncer de mama, podemos pensar en un semáforo. Una mujer joven, si no tiene signos ni señales de alerta, tiene la luz verde, no tiene mucho peligro de cáncer de mama y puede seguir normal. Pero si la mujer tiene más de 40 años, aún sin tener signos y señales de alerta, tiene la luz roja, indicando que tiene que estar más alerta."

Lámina N° 5: Alerta según la edad



"Aunque esta enfermedad se puede presentar en una mujer joven, esto es poco común. Las mujeres entre los 40 y 65 años tienen mucho más riesgo de padecer cáncer de mama por los daños que se acumulan en sus células durante el transcurso de su vida."

## C ONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Entonces, les explicamos que existen características que aumenta el riesgo para que una mujer desarrolle cáncer de mama, entre los más importantes tenemos:

- Ser mujer.
- Tener más de 40 años.
- Las probabilidades aumentan si un familiar cercano, hermana o madre, han padecido cáncer de mama.

Y afirmamos lo siguiente:

"El tener un familiar con cáncer de mama hace más probable que una mujer vaya a desarrollar cáncer de mama, lo que se llama "riesgo hereditario." Pero en la mayoría de los casos, la mujer no tiene ningún familiar con cáncer de mama. Por cada 100 mujeres con cáncer de mama, en 90 o 95 de ellas, no hay una razón clara del por qué tienen cáncer de mama."



### 3

## Importancia de la detección temprana

En grupo les preguntamos a las mujeres:

- ✓ ¿Cómo va a saber una mujer que está desarrollando cáncer de mama?
- ✓ ¿Qué es lo que va a sentir y observar la mujer?

Luego de escuchar con atención sus respuestas; rescatamos las ideas principales y decimos:

"Ustedes también ya saben cómo identificar cambios anormales en sus mamas, signos y síntomas de enfermedades de la mama, para estar alertas; pero no sólo basta con eso. Necesitamos detectar tempranamente el cáncer de mama y saber que, inicialmente, un cáncer de mama no da señales de dolor y el bulto o masa puede estar ubicado donde no podemos sentirlo."

## CONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Luego continuamos diciéndoles que desde que se inicia el desarrollo del cáncer de mama hasta que éste es detectable, puede pasar mucho tiempo. A medida que el tumor va creciendo, se vuelve más agresivo para nuestro cuerpo, afectando a otros órganos.

Señalamos que no se sabe (aún) la causa cierta de la enfermedad de las células de la mama, que son las causantes del cáncer de mama. Además, en sus primeras fases, el cáncer de mama se presenta sin dolor ni molestia. Por eso debemos priorizar el chequeo profesional de mamas en las mujeres con más riesgo, que son las que tienen más de 40 años. Y también deben acudir al establecimiento de salud cualquier mujer que presente alguno de los signos y señales de la enfermedad, independientemente de su edad, mostrándoles primero la lámina N° 6: Acudiendo al establecimiento de salud, les decimos:



Lámina No. 6: Acudiendo al establecimiento de salud de una manera regular

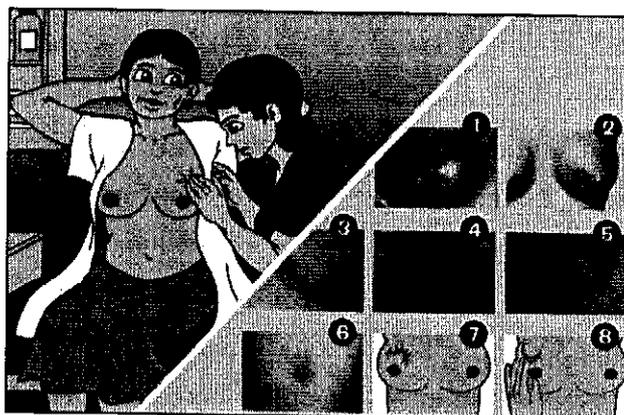


"Por eso debemos tener en cuenta que no es suficiente el autoconocimiento de la mama, ni examinarse una misma. Es necesario e importante que las mujeres mayores de 40 años acudan a su establecimiento de salud una vez al año, de preferencia que sea siempre el mismo mes, para realizarse un examen de mama. También cualquier mujer con signo o señal de alerta o con antecedentes familiares de cáncer de mama acudan a su establecimiento de salud para consejería en salud mamaria y soliciten un examen de mamas."

Posteriormente les mostramos la siguiente:

Lámina N° 7: Atenderse por un profesional de salud capacitado y les decimos:

"El examen clínico de mama debe de ser realizado por un profesional de salud. Los médicos y obstetras de su cercano establecimiento de salud están capacitados para ofrecerles este examen y es gratuito."



**NO DEBE SER DOLOROSO**



Debemos de ser conscientes de que no debemos de ir a comprar medicamentos sin receta médica, a la farmacia, si presentamos alguna molestia en nuestras mamas.

Les explicamos que vale la pena detectar tempranamente el cáncer de mama y les hacemos la siguiente pregunta:

✓ ¿Qué puede pasar en la vida de una mujer que tiene cáncer de mama?

Escuchamos lo que nos dicen y reforzamos las ideas mostrándoles la lámina N° 8: Familia feliz, diciéndoles que podemos evitar muchos de los problemas que están mencionando y que conllevan a tener cáncer de mama si no lo detectamos a tiempo.

Lámina N° 8: Familia feliz



Terminamos diciéndoles que detectar tempranamente el cáncer de mama, aporta muchos beneficios para la mujer y su familia, porque:

- Aumenta de forma notable las posibilidades de curación.
- Las mujeres tienen mejores posibilidades de supervivencia.
- Los tratamientos serán menos dolorosos para el cuerpo de la mujer.
- Se puede prevenir que el cáncer se extienda a otros órganos de nuestro cuerpo.
- La detección temprana del cáncer de mama, mejora la calidad de vida de las mujeres afectadas y de sus familias.



## 4 Importancia del examen clínico de mamas

Para recoger el conocimiento les hacemos la siguiente pregunta:

- ✓ ¿Qué métodos conocen para detectar cuanto antes el cáncer de mama?
- ✓ ¿Alguna de ustedes se ha realizado un examen clínico de mamas?

Escuchamos con atención las respuestas expresadas y pedimos voluntariamente a una mujer que se haya realizado el examen clínico de mamas para que comparta su experiencia.

## CONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Debemos saber que EL PRIMER PASO para la detección temprana es el examen clínico de mama. Les explicamos en qué consiste:

### EXAMÉN CLINICO DE MAMAS

Es una evaluación de las mamas de la mujer y es realizado por el personal de salud, con la finalidad de detectar tempranamente cualquier alteración en las mamas. Este examen es realizado por un profesional capacitado (doctores y obstetras). Ellos pueden detectar lesiones en las mamas cuando todavía están en un estadio en el que el tratamiento puede ser muy eficaz.

Podemos hacer una demostración sobre la ropa de cómo es un examen clínico de mamas e ir explicando brevemente. Si es aceptable, podemos pedir que una asistente se ofrezca de voluntaria.



Amigo(a) promotor, por favor no demostrar los pasos del examen clínico de mama realizándolo sobre su propio cuerpo, porque podría entenderse que las mismas participantes pueden hacerse el examen clínico de mama, lo cual no es cierto.

Les vamos explicando que durante este examen la paciente se sentará con los brazos colgando a lo largo del tronco en posición relajada, el médico o la obstetrix, observará algún cambio en las mamas que oriente la sospecha de una lesión mamaria. Luego, con los brazos levantados y posteriormente con los brazos sobre la cadera, el profesional de salud observará de igual manera, algún cambio en la mama e irá palpando la mama con sus dedos, para detectar algún bulto o masa.

Luego, la paciente se recostará colocando los brazos detrás de la nuca y de manera minuciosa el profesional de salud irá palpando toda la mama teniendo en cuenta el sentido de las agujas del reloj, detectando algún nódulo o bulto palpable. Finalmente examinará la areola y el pezón, evaluando cambios o presencia de alguna secreción anormal.

Esta manera de auscultar las mamas no es una prueba que confirma que tiene cáncer de mama, sino una manera de detectar cualquier tipo de cambio en la mama o algo que puede no ser normal.

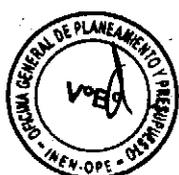
Al terminar la demostración preguntamos:

¿Quiénes de ustedes están pensando que deben permitir que una obstetrix o un médico les realice un examen clínico de mama?

Afirmamos sus respuestas, diciéndoles que ir a un establecimiento de salud para un examen clínico de mama puede ser una experiencia extraña y hasta incómoda. Podemos sentir MIEDO, VERGÜENZA y PREOCUPACION. Les hacemos la siguiente pregunta:

¿Cómo podemos quitar estos sentimientos de nosotras mismas?

**Acostumbrámonos** a ir regularmente a nuestros controles y saber la importancia que tiene el examen clínico de mama para poder detectar a tiempo un cáncer de mama.



Explicamos que una vez al año todas las mujeres, a partir de los 40 años, deben de visitar a un profesional de salud para que se realicen el examen clínico de mamas. Y también, a partir de los 40 años, deben realizarse su primera fotografía de la mama (mamografía) cuando está disponible.

Y éste puede ser el próximo paso después del examen clínico de mamas, si su proveedor lo recomienda. Les mostramos la Lámina N° 10: Primer paso de la salud mamaria

Lámina N° 9: Primer paso de la salud mamaria



Continuamos diciéndoles que la mamografía es una fotografía de la mama, que puede detectar lesiones muy pequeñas que las manos no pueden palpar. No está disponible en muchos sitios, pero es de utilidad cuando es posible hacérsela. Después de realizarse el chequeo de las mamas, su médico puede referirlas a otro análisis o a un especialista si fuese necesario.

Terminamos el tema diciéndoles:

**“Es importante tener presente que la forma más efectiva de luchar contra el cáncer de mama es detectarlo a tiempo, y esto se hace a través del examen clínico de mamas y la mamografía”**



## 5 Acciones a tomar para reducir el riesgo de tener cáncer de mama

Empezamos el tema con algunos aspectos a recordar:

"¿Entonces cuándo debe una mujer acudir al establecimiento de salud para que le realicen un examen clínico de mama?"

- ❖ Si tienes 40 años o más, es importante hacerte el examen de las mamas por un profesional de salud - el médico o la obstetrix -, por lo menos, una vez al año, en el mismo mes, aunque no tengas molestias. Examinarse una misma no es suficiente para saber que nuestras mamas están sanas.
- ❖ Conocer lo que es normal para tus mamas. Si te encuentras algún bulto o notas algún cambio, a cualquier edad, acude inmediatamente al establecimiento de salud. No hay que ir a un especialista, ya que hay médicos y obstetrices capacitados en sus establecimientos de salud.
- ❖ Si tienes más de 40 años, también es aconsejable acudir a tu chequeo médico para un examen de mamografía, por lo menos una vez al año, donde esté disponible.
- ❖ Si en tu familia alguien se enfermó de cáncer de mama, tus chequeos deben de ser más tempranos, a partir de los 30 años, porque tienes mayor riesgo de tener cáncer de mama.



## RECOGIENDO CONOCIMIENTOS PREVIOS

Formamos 2 grupos de participantes, les entregamos papelógrafos y plumones, y les hacemos las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué hacen ustedes para mantenerse sanas?
- ✓ ¿Saben cómo podemos disminuir el riesgo de tener cáncer de mama?

Le pedimos a cada grupo que elija una persona responsable para explicar a las demás las respuestas de su grupo.

Cuando los grupos hayan terminado invitamos a las responsables a compartir lo trabajado y escuchamos con atención.

Les decimos:

"Ustedes tienen mucha información sobre cómo vivir de una manera saludable. Todos tenemos el riesgo de desarrollar cáncer de mama, pero, ¿saben que vivir sanamente puede protegernos contra el cáncer de mama?"

"Es verdad"

## CONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO

Mostramos la lámina N° 10: Hábitos saludables



Les explicamos que podemos reducir el riesgo de que las células de la mama se enfermen, convirtiéndose éstas en cáncer de mama, viviendo y alimentándonos de una manera saludable, como son:

1. Debemos comer bastante frutas, verduras, cereales, menestras, pescado.
2. Debemos hacer ejercicios por lo menos 30 minutos al día.
3. Podemos subir escaleras. También podemos salir de casa a caminar.
4. Haciendo la limpieza de la casa también es una manera de hacer ejercicios.

Ahora les mostramos la lámina N° 11: Disminuir Riesgo



Y continuamos explicándoles lo siguiente:

5. Debemos cuidar nuestro peso. El exceso de grasa en el cuerpo está asociado al cáncer.
6. No debemos fumar cigarrillo y alejarnos de los que fuman cerca de nosotros. El humo del tabaco es veneno.
7. No debemos tomar gaseosas y limitar el consumo de bebidas alcohólicas.



8. La lactancia materna es buena para la mama (además para el bebé). Las madres que dan de lactar a sus bebés protegen a sus mamas de desarrollar un cáncer de mama.

Después de revisar la lista en grupo, les planteamos la siguiente pregunta para que lo analicen interiormente: **¿Podemos incorporar uno o más de estos hábitos saludables en nuestras vidas?**



## MODULO 3

# Reforzando lo aprendido y estableciendo compromisos

### 1 Reforzando lo aprendido

Para medir lo que han aprendido las participantes realizarán una dinámica llamada "COMPETENCIAS POR SORPRESAS".

Las participantes se ponen de pie formando un círculo. El facilitador(a) se pone en el centro y les ofrece, de una cajita, una sorpresa a cada una (papeles doblados que contienen un mensaje). Los mensajes deben ser combinados, unos contienen preguntas sobre los módulos tratados y otros, indicaciones para hacer un gesto, una imitación, una canción, un chiste, etc.

Se pueden repetir los mensajes o pueden haber papeles en blanco, sin sorpresa. Después de cada pregunta contestada, consultamos al grupo para saber si está conforme con la respuesta. Si dice que sí, se premia con un aplauso. Y si dice que no, se hace la corrección.

Cada una tiene que cumplir el mensaje que dice su sorpresa y responder la pregunta.

Las sorpresas pueden ser:

- Imita a un animal.
- ¿Qué es el cáncer de mama?
- ¿Quiénes son las mujeres con mayor riesgo de cáncer de mama?
- Desfila por la pasarela.
- Diga un chiste.
- ¿Si una mujer tiene dolor en los mamas, significa que no tiene riesgo de cáncer de mama?



- ¿Cuáles son los factores de riesgo del cáncer de mama?
- ¿Cuáles son los controles que debe realizarse toda mujer a partir de los 40 años?
- ¿Es suficiente examinarse una misma para saber si tus mamas están sanas?
- Canta una canción.
- ¿Toda mujer está en riesgo de padecer cáncer de mama?
- ¿Por qué es importante la detección precoz?
- ¿Dónde nos hace el examen clínico de mamas?
- Diga un piropo.
- Haga una mueca.
- ¿Cuál es el primer paso para detectar a tiempo el cáncer de mama?
- ¿Quiénes nos pueden realizar el examen clínico de mama?
- ¿Cada cuánto tiempo, las mujeres a partir de los 40 años, deben realizarse sus exámenes de mama?
- ¿Cómo podemos reducir el riesgo de un cáncer de mama?
- ¿Qué hábitos saludables podemos incorporar a nuestra vida cotidiana, para reducir el riesgo de un cáncer de mama?

## Reflexionando sobre lo aprendido

Les pedimos que se sienten y cierren los ojos y les mencionamos lo siguiente:

"Piensen en una mujer de 20 a 25 años. ¿Imagínense cómo estará la misma mujer a los 30 años, a los 40 años? ¿Cómo se imaginan que se pondría si le diagnostican que tiene cáncer de mama? ¿Qué pasaría con su familia? ¿Qué podríamos recomendarle? ¿Qué le diríamos para convencerla que se haga su control?

Se les pide que abran los ojos y se invita a una voluntaria para que exprese lo que estuvo imaginando y pensando. Reflexionamos en grupo que la detección y tratamiento temprano pueden salvar vidas. Reflexionamos además con todas, que es bueno hablar de lo que hemos aprendido, para ayudar a otras mujeres a que se hagan sus controles de la mama a tiempo, según su edad.



## 2

## Estableciendo compromisos

Preguntamos al grupo:

¿A qué nos podemos comprometer cada una de nosotras?

Motivar a hacer el compromiso: Escuchamos lo que nos dicen y al final reforzamos diciéndoles que es importante realizarse un examen clínico de mamas; controlarnos de manera regular y detectar tempranamente la enfermedad, para luego tratarla a tiempo.

También se pide que conversen con otras mujeres sobre lo aprendido el día de hoy y que inviten por lo menos, a otras 2 personas a una próxima sesión de capacitación.

Les pedimos hablar con sus familiares, sobre todo si son mujeres con más de 40 años, a que acudan a su establecimiento de salud para realizarse un examen de mamas.

Finalmente, planteamos un tiempo para comunicarnos y ver nuestros avances con los compromisos.

### Despedida

Agradecemos la asistencia y la activa participación de todas y les decimos que ahora una de las responsabilidades de cada una es detectar a tiempo el cáncer de mama y para esto, deben acudir al establecimiento de salud y solicitar que se les realice el examen clínico de mama, en función a los factores de riesgo o signos o señales de alerta.



## MODULO 4

# Información básica para responder las preguntas de la comunidad acerca del cáncer de mama

### ¿Qué es el cáncer de mama?

1. Es el crecimiento **ANORMAL** de las células de la mama que pueden llegar a formar un tumor maligno y luego viajar a otros sitios del cuerpo (metástasis). **¿Quiénes están con más riesgo de tener cáncer de mama?**

- Mujeres de mayor edad, es decir, a partir de los 40 años.
- Fumar cigarrillos o estar cerca de fumadores.
- El sobrepeso.
- Consumir bebidas alcohólicas de manera frecuente y en exceso.

2. **¿Cómo reducir el riesgo de cáncer de mama?**

- Consumir más frutas, verduras frescas, menestras, pescado, cereales.
- Hacer ejercicio por lo menos 30 minutos diarios, caminar, subir escaleras, practicar algún deporte.
- Cuidar el sobre peso, el exceso de grasa está asociado al cáncer.
- No fumar ni permitir que fumen cerca de uno.

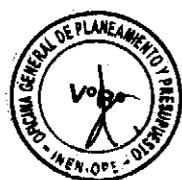
3. **¿Por qué es importante examinar las mamas?**

La evaluación clínica del profesional de salud (exploración física) y el autoconocimiento, son muy importantes porque ayudarán a descubrir bultos o cambios en nuestras mamas, facilitando un diagnóstico oportuno y tratamiento rápido.



4. Hay signos y señales específicos de enfermedades de las mamas que las mujeres deben de conocer e identificar con el autoconocimiento de las mamas.

- a. Aparición de algún bulto o "masas" en la mama.
- b. Cambio en la forma o tamaño de la mama.
- c. Picazón en la piel o sarpullido en el pezón.
- d. Secreción por uno o ambos pezones.
- e. Hinchazón, calor, oscurecimiento o enrojecimiento de la mama.
- f. Hundimiento del pezón.
- g. Arrugas en la piel.
- h. Dolor reciente y persistente en la mama.



# ANEXO 1

## Lista de verificación para una sesión educativa en cáncer de mama

	SI	NO
<b>PLANIFICACION</b>		
Cuenta con el Manual para Promotores de Salud en Detección Temprana del Cáncer de Mama		
Cuenta con el Rotafolio de Cáncer de Mama		
Cuenta con los materiales a utilizar y están su alcance		
Ha implementado un ambiente apropiado		
Tiene y aplica el formato de asistencia		
<b>ORGANIZACIÓN Y EJECUCION</b>		
Crea un ambiente de confianza		
Motiva el interés en el tema		
Tiene dominio del tema		
Hace preguntas previas relacionadas al tema		
Utiliza estrategias motivadoras para lograr la participación de todas		
Es dinámico(a) y asertivo(a)		
Está atento(a) a las inquietudes y dudas de las asistentes		
Usa lenguaje sencillo y claro		
Mantiene el control del auditorio		
Desarrolla las dinámicas propuestas en el manual		
<b>SECUENCIALIDAD DE LA SESION EDUCATIVA</b>		
Menciona el tema a tratar de manera clara (lámina 1)		
Se asegura que las mujeres identifiquen las partes de la mama (lámina 2)		



Explica en forma clara los cambios normales en la mama durante las diferentes etapas de la vida de una mujer (lámina 3)		
Muestra y explica los signos y síntomas específicos del cáncer de mama (lámina 4)		
Explica el desarrollo del cáncer de mama utilizando la dinámica del vaso con agua		
Muestra y explica cuáles son los factores de riesgo para el cáncer de mama y por qué hay que ir al establecimiento de salud (lámina 5)		
Explica claramente la importancia de la detección temprana del cáncer de mama		
Explica la importancia de acudir de manera regular al establecimiento de salud y ser examinada por un profesional de salud capacitado, utilizando las láminas 6 y 7		
Menciona los beneficios de detectar tempranamente el cáncer de mama (lámina 8)		
Explica y hace la demostración de cómo se realiza el examen clínico de mamas		
Menciona que es aconsejable realizarse una mamografía, donde esté disponible (lámina 9)		
Explica qué acciones deben de tomar para reducir el riesgo de tener cáncer de mama (lámina 10 y 11)		
Busca el compromiso de las mujeres para acudir al establecimiento de salud para realizarse el examen clínico de mamas		
<b>EVALUACION</b>		
Evalúa lo aprendido		
Enfatiza los mensajes claves		
Hace preguntas a las asistentes		
Absuelve las dudas e interrogantes de las asistentes		
Las asistentes se encuentran satisfechas con las respuestas		
Las asistentes muestran actitud de cambio		
Establece compromisos con las participantes		
Felicita a las participantes por su asistencia y compromisos asumidos		
Ordena los materiales utilizados		



