



Conocimiento y práctica del autoexamen de mamas en estudiantes universitarias

Knowledge and practice of breast self-examination among university students


 <https://doi.org/10.47230/unesum-salud.v4.n2.2025.48-59>

Recibido: 01-04-2025


Aceptado: 27-09-2025

Publicado: 15-12-2025


Tatiana Valentina Mendoza Macías^{1*}

 <https://orcid.org/0009-0007-0016-8064>


Maria Elena Pincay Cañarte²

 <https://orcid.org/0000-0003-4110-9275>

Angie Guadalupe Pesantes Pincay³

 <https://orcid.org/0009-0007-0645-3149>

Anisis Solange Menéndez Menéndez⁴

 <https://orcid.org/0000-0002-3936-5395>

1. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.
2. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.
3. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.
4. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.

Volumen: 4

Número: 2

Año: 2025

Paginación: 48-59

URL: <https://revistas.unesum.edu.ec/salud/index.php/revista/article/view/94>

***Correspondencia autor:** vvalentt13@gmail.com

RESUMEN

El autoexamen de mama actualmente constituye una herramienta fundamental en la prevención de trastornos mamarios, Su conocimiento y práctica promueven una mayor conciencia sobre la salud mamaria. Ante este contexto la investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autoexamen de mama en estudiantes universitarias de la carrera de enfermería. La investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo con diseño transversal con una población conformada por 962 estudiantes de enfermería; Se seleccionó una muestra de 106 estudiantes obtenida mediante la aplicación de la fórmula estadística pertinente, la cual contó con un margen de error del 8% y nivel de confianza del 92%. Para la recolección de datos se utilizó el método empírico de la encuesta mediante un cuestionario validado aplicado previamente en una investigación en Cartagena Colombia, conformado por 23 preguntas asociadas al conocimiento, actitudes y la práctica de la autoexploración mamaria. En relación a los resultados, estos evidenciaron un nivel aceptable de conocimiento teórico sobre el autoexamen de mama, información en su mayoría obtenida por iniciativa propia. A pesar de ser estudiantes de una carrera de salud, se identificó un alto porcentaje de participantes que realizan la práctica, con una frecuencia y calidad insuficientes como resultado a la escasa asesoría del personal de salud. Cabe considerar que el perfeccionamiento de la técnica se logra mediante la educación y la capacitación, lo cual fortalece el conocimiento sobre la autoexploración mamaria, hecho que se refleja en este estudio.

Palabras clave: Autoexamen de mamas, Conocimiento, Práctica, Frecuencia, Salud mamaria.

ABSTRACT

Breast self-examination is currently a fundamental tool in the prevention of breast disorders, and knowledge and practice of this promote awareness of breast health. In this context, the objective of the research was to determine the relationship between knowledge and practice of breast self-examination in university students studying nursing. The research was conducted using a quantitative, descriptive approach with a cross-sectional design and a population of 962 nursing students. A sample of 106 students was selected using the relevant statistical formula, which had a margin of error of 8% and a confidence level of 92%. Data collection was carried out using the empirical survey method with a validated questionnaire previously applied in a study in Cartagena, Colombia, consisting of 23 questions related to knowledge, attitudes, and the practice of breast self-examination. The results showed an acceptable level of theoretical knowledge about breast self-examination, with most of the information obtained on their own initiative, despite being health students. In addition, a high percentage of participants who perform the practice did so with insufficient frequency and quality to ensure its effectiveness as a promotional tool, as a result of the lack of advice from health personnel. It should be noted that the technique can be perfected through education and training, which strengthens knowledge about breast self-examination, a fact that is reflected in this study.

Keywords: Breast self-examination, Knowledge, Practice, Frequency, Breast heal.



Creative Commons Attribution 4.0
International (CC BY 4.0)

Introducción

El autoexamen de mama (AEM) es una práctica fundamental en la identificación de cambios a nivel de la mama que orienta a la detección de patologías, el entendimiento y la realización de esta práctica es esencial, ya que promueve una mayor conciencia sobre la salud mamaria (1). El autoexamen de mamas en la actualidad ha sido un tema de debate, según la American Cancer Society (ACS), esta práctica ya no se recomienda como un método rutinario de detección del cáncer de mama, puesto que existe muy poca evidencia de que esta ayude a detectar el cáncer de mama en etapas tempranas (2).

Además, la Organización Mundial de la Salud (OMS), en su Iniciativa Mundial contra el Cáncer de Mama, promueve la educación para el reconocimiento de signos, síntomas y la detección oportuna, pero enfatiza la mamografía y el examen clínico de mama (ECM) como métodos con evidencia sólida para la detección temprana, sin embargo, se incorpora como una herramienta para el autocuidado, útil para aumentar la conciencia de las mujeres con respecto a su salud mamaria (3).

Esta práctica de autocuidado se posiciona como una herramienta accesible y de bajo costo, sin embargo, la efectividad de esta depende en gran medida del conocimiento y las prácticas adecuadas por parte de las mujeres. Diversas investigaciones internacionales han explorado los factores que influyen sobre el conocimiento y la práctica del autoexamen de mama. En la India, una investigación con métodos mixtos reveló que solo el 10% estaban bien informadas sobre las recomendaciones para la realización del autoexamen de mama (4).

Estudios realizados en América Latina evidencian una problemática similar, puesto que, a pesar de que una proporción significativa de mujeres posee conocimientos básicos o moderados sobre el autoexamen de mama, la práctica regular y correcta del mismo es insuficiente. En Perú, un estudio

en estudiantes de enfermería mostró que el 65,22% no realizaba el autoexamen y que el nivel de conocimiento y la capacitación eran predictores clave para su práctica (5). En México, el 93,3% de las participantes tenía un conocimiento medio, y se destacó la efectividad de las intervenciones educativas para fomentar la detección temprana (6).

Finalmente, en estudios desarrollados en Ecuador, revelaron que, aunque un porcentaje considerable de mujeres posee conocimiento moderado o alto sobre el autoexamen, la práctica regular es limitada, esta es afectada por barreras como la falta de tiempo, información y recursos (7) (8). En este año, un estudio en estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Cuenca reportó que pese a un alto nivel de conocimiento (89,5%), solo el 64% realizaba el autoexamen de mama adecuadamente, evidenciando una brecha entre conocimiento y práctica (9).

Actualmente, en las estudiantes universitarias se refleja la existencia de un conocimiento relativamente alto, pero la adherencia a la práctica correcta y regular es insuficiente, por lo cual, esta investigación propone analizar la relación entre el conocimiento y práctica adecuada del autoexamen de mamas en estudiantes universitarias. Comprender este fenómeno es crucial para empoderar a las jóvenes universitarias como protagonistas de su salud y agentes de cambio en sus comunidades, en un contexto donde la prevención y la educación son herramientas indispensables para la prevención y la detección oportuna de trastornos mamarios (10).

Materiales y Métodos

En esta investigación se empleó un tipo de estudio descriptivo con diseño transversal, mediante este se permitió medir de manera independiente las variables, la relación con el conocimiento y la práctica del autoexamen de mama, en un solo momento específico, a su vez, está conformada por dos procedimientos inversos: inducción y deducción, la

utilización de este método teórico se basó en la capacidad para combinar la recopilación de datos específicos con la formulación de teorías generales, iniciando con la recolección de datos a través del instrumento aplicado, además, permite identificar patrones y tendencias en las respuestas, contribuyendo así a una comprensión más profunda del fenómeno investigado (11).

El universo está compuesto por los estudiantes de la universidad estatal del sur de Manabí, la población objeto de estudio está compuesta por 962 estudiantes de sexo femenino de la carrera de enfermería. El proceso de selección de la muestra se llevó a cabo mediante la aplicación de la fórmula pertinente, asegurando una muestra representativa y significativa para los objetivos de la investigación, partiendo de una población finita conocida, además, se precisó estadísticamente con un margen de error y nivel de confianza determinado:

$$n = \frac{Z^2 P \cdot Q \cdot N}{Z^2 P \cdot Q + N \cdot e^2}$$

Donde:

Z²= Nivel de confianza: 92%

P= Proporción esperada positiva será: 50% (0,5)

Q= Proporción esperada negativa será: 50% (0,5)

N= Total de la población: 962 estudiantes femeninas de la carrera de enfermería matriculadas en el PI- 2025

e²= Significancia o margen de error: 8%

En consecuencia, mediante la aplicación de la fórmula mencionada, se obtuvo un resultado de 106, siendo esta el total de la muestra aplicada en esta investigación. Simultáneamente se realizó con un enfoque cuantitativo, el cual se basa en la recolección y análisis de datos a través de métodos empíricos, que permiten medir las variables establecidas de manera objetiva, emplean-

do así la encuesta, la cual es una técnica de investigación que se utiliza para recopilar información de un gran número de personas, es una herramienta versátil y accesible que permite obtener información sobre comportamientos, actitudes, opiniones y demografía de una población objetiva. Su estructura está basada en preguntas y opciones de respuesta numéricas, permitiendo la recopilación y análisis estadístico de datos (12).

Por lo tanto, la técnica de investigación que se aplicó en esta investigación es la encuesta, mediante el instrumento del cuestionario de opción múltiple empelado por un formulario de Google Forms, con el fin de la recopilación de datos numéricos para determinar la relación entre el nivel de conocimiento y la práctica regular del autoexamen de mamas entre las estudiantes de la carrera de enfermería. El cuestionario utilizado para determinar la relación entre las variables tiene una estructura politómico conformado por 23 preguntas, validado mediante un artículo de investigación realizado en Colombia, en la ciudad Cartagena, el cual se tituló como conocimientos, actitudes y prácticas sobre autoexamen de mamas en universitarias del área de la salud (13).

Para la aplicación de este instrumento se estructuraron cuatro secciones, la primera sección incluye 4 preguntas orientadas a evaluar el conocimiento del autoexamen de mamas, la segunda sección, asociada a las actitudes en torno del autoexamen de mama, se compone de una serie de enunciados en donde las participantes debían seleccionar si está Totalmente de acuerdo; De acuerdo; En desacuerdo; No lo sé. Para evaluar la práctica del autoexamen de mama, la cual se encuentra en la tercera sección, se incluyeron 10 preguntas, por último, en la cuarta sección mediante 4 preguntas se evaluó la frecuencia de la práctica del autoexamen de mamas (14).

Resultados

El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autoexamen de mama en estudiantes universitarias de la carrera de enfermería. Para ello, se propuso describir el nivel de conocimiento que estas estudiantes poseen sobre el autoexamen de mama, así como establecer la frecuencia y las actitudes que manifiestan al realizar esta práctica. Además, se buscó analizar la aso-

ciación entre el nivel de conocimiento y la práctica del autoexamen, con el fin de identificar cómo el conocimiento teórico influye en la realización efectiva de la autoexploración mamaria. De esta manera, el estudio proporciona información integral sobre la preparación y hábitos de las estudiantes en relación con esta herramienta preventiva, contribuyendo al fortalecimiento de estrategias educativas que promuevan la salud mamaria.

Tabla 1. Conocimientos sobre el autoexamen de mamas

Nº	Ítems	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Total
1	¿Conoce cómo se realiza el autoexamen de mama?	Si	74	69,8%	100%
		No	32	30,2%	
2	¿Quiénes deben realizar el autoexamen de mama?	Solo mujeres con vida sexual activa	4	3,8%	100%
		Todas las mujeres a partir de los 20 años	42	39,6%	
		Todas las mujeres	60	56,6%	
3	¿Para qué se realiza el autoexamen de mama?	Para buscar alguna enfermedad	34	32,1%	100%
		Para detectar solo cáncer	15	14,2%	
		Para estar seguras de estar sanas	57	53,8%	
4	¿De qué fuente obtuvo los datos para realizar el autoexamen de mamas?	Centro de salud	26	24,5%	100%
		Hospital	7	6,6%	
		Universidad	17	16%	
		Búsqueda propia	56	52,8%	

Fuente: Datos sobre el conocimiento del AEM de la encuesta realizada a las estudiantes de la carrera de enfermería

Los resultados evidencian que la mayoría de las estudiantes de enfermería conoce cómo se realiza el autoexamen de mama y lo reconoce como una práctica necesaria para todas las mujeres. Sin embargo, solo una parte identifica de manera correcta la edad de inicio recomendada, lo que refleja vacíos en el conocimiento técnico. Asimismo, la principal fuente de información proviene de la iniciativa personal, mientras que el aporte de la universidad es limitado, lo que señala la necesidad de fortalecer la formación académica en torno a esta práctica preventiva.

Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que han evaluado el conoci-

miento sobre el autoexamen de mama en estudiantes universitarias de carreras de la salud. En la región de Medio Oriente y Norte de África, un estudio publicado en PMC (2025), reportó que el 87% de las participantes conocía el autoexamen de mama, cifra superior al 64,6% de esta investigación, lo que podría deberse a diferencias en el perfil demográfico o en el acceso a información (15).

En dicho estudio, las principales fuentes de conocimiento fueron los trabajadores de la salud (42,5%), las redes sociales (41,6%) y las charlas de concienciación (34%), mientras que en nuestro estudio predominó la

búsqueda propia de información (51,2%). Esto sugiere que, aunque las estudiantes tienen iniciativa para informarse, la influencia institucional y profesional aún es limitada y podría potenciarse para mejorar la calidad y veracidad de la información recibida.

Con respecto a la edad recomendada para iniciar el autoexamen de mama, la evidencia muestra una variabilidad con relación al conocimiento. El estudio publicado por la PMC, Ehasan et al (15), solo el 26,4% de las participantes reconoció correctamente la edad adecuada para comenzar el autoexamen, cifra inferior al 41,5%, resultado del cuestionario aplicado. Adicionalmente, en base a los resultados obtenidos mediante la investigación de Collaguazo (16), se encontró que el 53,3% conocía que la edad reco-

mendada para iniciar el AEM es a partir de los 18 años, y un 46,7% consideraba que debía realizarse a cualquier edad, lo que refleja una percepción acertada y cercana a las recomendaciones internacionales.

La incongruencia presente en el conocimiento sobre la edad adecuada para iniciar el autoexamen de mama puede estar relacionada con la ausencia de un currículo estandarizado y actualizado en las universidades, así como con la escasa promoción de campañas educativas específicas, con la baja participación de la universidad como fuente de información (16,1%) indica que las instituciones educativas tienen un rol fundamental pendiente para fortalecer la educación en salud preventiva.

Tabla 2. Actitudes ante el autoexamen de mama

¿Cuál es su percepción sobre la práctica del autoexamen de mama?	TA	%	DA	%	ED	%	N/S	%
Es bueno realizarlo	91	86%	15	14%	0	0%	0	0%
Me realizo el autoexamen de mama para prevenir en enfermedades	56	53%	32	30%	6	6%	12	11%
El autoexamen de mama me da muchos beneficios	64	60%	32	30%	4	4%	6	6,6%
El personal de salud influye en la realización del autoexamen de mama	63	59%	27	25%	7	7%	9	9%
En las mujeres jóvenes no es tan relevante realizarse el autoexamen de mama	16	15%	14	13%	65	61%	11	11%
Me preocupa la aparición de bultos u otros	64	60%	29	27%	10	10%	3	3%
Es un pecado realizarlo	11	10%	8	8%	69	65%	18	17%

Nota: A: Totalmente de acuerdo; DA: De Acuerdo; ED: En Desacuerdo; NS: No sabe.

Fuente: Datos sobre las actitudes relacionadas el AEM de la encuesta realizada a las estudiantes de la carrera de enfermería.

En base a los datos obtenidos ante las actitudes y percepciones del autoexamen de mama (AEM) evidencian una actitud mayoritariamente positiva hacia AEM en las estudiantes de enfermería, con una amplia aceptación de la práctica como método preventivo. Sin embargo, aunque la mayo-

ría reconoce los beneficios y la importancia de realizarlo, menos de la mitad afirma hacerlo con el objetivo explícito de protegerse de enfermedades, lo que indica una posible brecha entre la actitud favorable y la motivación para la práctica constante. A su vez, la influencia del personal de salud es un

factor clave que favorece la realización del AEM, reforzando el papel del profesional de enfermería en la educación para la prevención, teniendo en cuenta que se observa también una preocupación significativa por detectar signos de alerta, como bultos, lo que refleja conciencia sobre la salud mamaria. Por otro lado, las creencias culturales o religiosas no constituyen una barrera importante, dado el escaso apoyo a la idea de que el autoexamen sea un "pecado".

El hallazgo se alinea con estudios previos que muestran variabilidad en las actitudes hacia el autoexamen de mama (AEM) en distintas poblaciones. Por ejemplo, un estudio de Reyes & López (17), se concluyó que solo un cuarto de las participantes tenía actitudes positivas hacia el AEM, en contraste con la alta aceptación observada en esta investigación. Esta discrepancia puede atribuirse a factores contextuales, culturales o educativos que afectan la percepción del autocuidado. En comparación, una investigación en España (2024), reportó que el 90% de las mujeres tenía una actitud positiva hacia el

AEM, aunque también experimentaban miedo al realizarlo (17). Este aspecto emocional se refleja en el 60% de las participantes de este estudio, quienes mostraron preocupación por la detección de bultos, lo que indica una clara conciencia sobre la importancia de la detección temprana, pero también limita la práctica efectiva.

Adicionalmente, un estudio en Perú (2020), reveló que la mayoría de las usuarias tenía una actitud de aceptación hacia el AEM, sin reportar rechazo, lo que coincide con los hallazgos actuales y sugiere que las creencias culturales o religiosas no son barreras significativas (18). En conclusión, aunque la actitud positiva hacia el AEM es común, factores como el miedo, la falta de motivación y la influencia del personal de salud son cruciales para la efectividad de esta estrategia preventiva. Por otro lado, la ausencia de percepciones negativas relacionadas con creencias culturales o religiosas es favorable para diseñar intervenciones educativas que fomenten la aceptación y el autocuidado en la población femenina.

Tabla 3. Prácticas del autoexamen de mama

Nº	Ítems	Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
1	¿Alguna vez en sus consultas médicas le han explicado sobre el autoexamen de mamas?	Si	60	56,6%
		No	46	43,4%
2	¿Quién le ha explicado sobre el autoexamen de mama?	Enfermera	12	11,3%
		Médico	37	34,9%
		Otro	21	19,8%
3	¿Usted se realiza el autoexamen de mamas?	Nadie	36	34%
3	¿Se realiza usted el autoexamen de mamas?	Si	73	68,9%
		No	33	31,1%
4	¿Qué técnica utiliza?	Observación	9	8,5%
		Palpación	27	25,5%
		Ambas	70	66%
5	¿En qué posición observa sus senos?	Parada	46	43,4%
		Sentada	7	6,6%
		Acostada	12	11,3%
		Todas	41	38,7%
6	¿Con qué parte de la mano palpa sus senos?	Con toda la mano	9	8,5%
		Con los dedos	52	49,1%
		Con los pulpejos de los dedos	45	42,4%
7	¿Cómo están los dedos durante el examen?	Separados y flexionados	11	10%
		Separados y extendidos	10	10%
		Juntos y flexionados	53	50%

Nº	Ítems	Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
1	¿Alguna vez en sus consultas médicas le han explicado sobre el autoexamen de mamas?	Si	60	56,6%
		No	46	43,4%
2	¿Quién le ha explicado sobre el autoexamen de mama?	Enfermera	12	11,3%
		Médico	37	34,9%
		Otro	21	19,8%
3	¿Usted se realiza el autoexamen de mamas?	Nadie	36	34%
3	¿Se realiza usted el autoexamen de mamas?	Si	73	68,9%
		No	33	31,1%
4	¿Qué técnica utiliza?	Observación	9	8,5%
		Palpación	27	25,5%
		Ambas	70	66%
5	¿En qué posición observa sus senos?	Parada	46	43,4%
		Sentada	7	6,6%
		Acostada	12	11,3%
		Todas	41	38,7%
6	¿Con qué parte de la mano palpa sus senos?	Con toda la mano	9	8,5%
		Con los dedos	52	49,1%
		Con los pulpejos de los dedos	45	42,4%
7	¿Cómo están los dedos durante el examen?	Separados y flexionados	11	10%
		Separados y extendidos	10	10%
		Juntos y flexionados	53	50%
		Juntos y extendidos	15	14%
		No lo sé	17	16%
8	¿Cómo examina las mamas?	Ambas a la vez	16	15,1%
		De una por vez	90	84,9%
9	Cuando examina sus mamas, ¿Incluye el examen del pezón?	Si	68	64,4%
		No	38	35,8%
10	Durante el autoexamen de mama ¿Con que intensidad y con qué movimientos debe hacerlo?	Fuerte, formando una espiral con movimientos circulares	3	2,8%
		Medianamente y sin movimientos circulares	11	10,4%
		Suavemente realizando círculos concéntricos mediante movimientos circulares	69	65,1%
		Ligeramente y con movimientos circulares	12	11,3%
		No lo sé	11	10,4%

Nº	Ítem	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	¿A qué edad inició la práctica del autoexamen de mama?	Antes de los 14 años	14	13,2%
		Entre los 14 años y los 20 años	54	50,9%
		Después de los 20 años	38	35,8%
2	¿Cuándo se realizó por la última vez el autoexamen de mama?	Un mes	25	23,6%
		Dos meses	19	17,9%
		No lo sé	62	58,5%
3	¿Cada cuánto se realiza el autoexamen de mama?	Dos veces al mes	18	17%
		Una vez al mes	34	32,1%
		No lo sé	54	50,9%
4	Después de su menstruación ¿A partir de cuántos días se realiza el	A partir de los 10 días después de la última menstruación	20	18,9%
		A partir de los 15 días después de la última menstruación	14	13,2%

autoexamen de mama?	A partir de los 20 días después de la última menstruación	7	6,6%
	No lo sé	65	61,3%

Fuente: Datos sobre las prácticas del AEM de la encuesta realizada a las estudiantes de la carrera de enfermería.

En relación con la práctica del autoexamen de mama (AEM), se observa que una proporción significativa de las encuestadas afirma realizarlo. Sin embargo, solo un poco más de la mitad ha recibido información sobre el AEM durante sus consultas médicas, lo que revela una necesidad de mejorar la educación en salud en este ámbito. Al investigar cómo recibieron esta información, se encuentra que la mayoría la obtuvo a través de un médico, mientras que una parte considerable no recibió ninguna explicación al respecto.

Los datos indican que, aunque hay una práctica del AEM, existen opiniones divididas sobre su técnica. En el caso de la palpación, una menor proporción utiliza adecuadamente los pulpejos de los dedos, lo que es inferior al promedio de la muestra total. No obstante, la mayoría seleccionó

correctamente la forma de posicionar los dedos y mostró disposición al incluir la evaluación del pezón y realizar el examen de un seno a la vez, lo que demuestra un buen conocimiento sobre las partes a inspeccionar.

Sin embargo, se observa una técnica desigual al examinar los senos. Una parte importante opta por realizar el examen en posición de pie, una técnica común, pero no la más adecuada. En relación a la intensidad y los movimientos, una mayoría lo hace suavemente y en círculos concéntricos, mientras que un porcentaje considerable desconoce la técnica correcta. Estos resultados reflejan una disposición para realizar el AEM, pero también evidencian deficiencias en la aplicación de la técnica, lo que compromete su efectividad como herramienta de autocuidado y detección de signos anormales.

Tabla 4. Frecuencia en la práctica del autoexamen de mama

Nº	Ítem	Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
1	¿A qué edad inició la práctica del autoexamen de mama?	Antes de los 14 años	14	13,2%
		Entre los 14 años y los 20 años	54	50,9%
		Después de los 20 años	38	35,8%
2	¿Cuándo se realizó por la última vez el autoexamen de mama?	Un mes	25	23,6%
		Dos meses	19	17,9%
		No lo sé	62	58,5%
3	¿Cada cuánto se realiza el autoexamen de mama?	Dos veces al mes	18	17%
		Una vez al mes	34	32,1%
		No lo sé	54	50,9%
4	Después de su menstruación ¿A partir de cuántos días se realiza el autoexamen de mama?	A partir de los 10 días después de la última menstruación	20	18,9%
		A partir de los 15 días después de la última menstruación	14	13,2%
		A partir de los 20 días después de la última menstruación	7	6,6%
		No lo sé	65	61,3%

Fuente: Datos sobre la frecuencia de la realización del AEM de la encuesta realizada a las estudiantes de la carrera de enfermería.

Los resultados sobre esta sección sobre la frecuencia y práctica del AEM a las estudiantes indican que empezaron con la práctica entre los 14 y 20 años, lo cual no se apegan a las recomendaciones médicas. En forma general se puede observar que existe una marcada debilidad entre la frecuencia y temporalidad de aplicación de esta herramienta, demostrando una falta de conocimiento en cuanto a la práctica, lo que reduce su utilidad limitando su efectividad como herramienta de autocuidado y detección de signos asociadas a patologías mamarias. Se debe tener en consideración que, pese a su formación en salud, muchas estudiantes no realizan el autoexamen con la frecuencia recomendada y la técnica adecuada.

Esta brecha entre el conocimiento académico y la práctica personal representa un desafío importante en la formación de competencias integrales en el área preventiva, esta deficiencia puede atribuirse a la falta de formación adecuada, escasa sensibilización sobre su importancia y la ausencia de hábitos consolidados en la práctica del autoexamen, especialmente entre mujeres jóvenes.

Los datos revelan que una gran parte de las estudiantes realiza el autoexamen de mama (AEM), pero solo poco más de la mitad ha recibido información adecuada sobre la técnica durante las consultas médicas. Se observan deficiencias en la ejecución, ya que solo una parte utiliza correctamente los pulpejos de los dedos y realiza los movimientos recomendados. Además, una porción significativa examina sus senos en posición de pie, que no es la más adecuada para una exploración completa. Aunque muchas comenzaron a practicar el AEM entre los 14 y 20 años, solo un porcentaje minoritario lo hace mensualmente, y una gran parte desconoce la periodicidad y el momento óptimo del ciclo menstrual para realizar el examen, lo que limita su efectividad como método de detección temprana.

Un estudio desarrollado en Colombia (2020), encontró que, aunque más de la mitad de las mujeres había practicado la autoexploración alguna vez, solo un pequeño porcentaje la realizaba mensualmente, siendo el desconocimiento de la técnica y el olvido las principales barreras (10). Estos hallazgos son consistentes con la baja proporción de estudiantes en esta investigación, indicando la necesidad de reforzar la educación sobre la práctica adecuada. Por otro lado, un estudio en la región MENA (2025). A mostró que una mayor proporción practicaba el AEM regularmente, aunque menos de la mitad tenía un conocimiento adecuado sobre la frecuencia y la edad recomendada para comenzar (15). En este caso, una parte reconocía el momento ideal para realizar el examen, lo que indica una mayor conciencia en comparación con los resultados de esta investigación.

Finalmente, un análisis en estudiantes universitarias de Guayaquil (2025), reveló un conocimiento muy limitado sobre los pasos correctos para realizar el AEM (19). Aunque un porcentaje tenía el hábito de hacerse el examen, muchos no sabían con qué frecuencia debían hacerlo ni reconocían la importancia de tener en cuenta el ciclo menstrual. Estos resultados subrayan la necesidad de mejorar la educación y concienciación sobre el AEM para potenciar su efectividad como herramienta de detección temprana.

La falta de información adecuada y la baja adherencia a la frecuencia recomendada pueden estar relacionadas con deficiencias en la educación formal y la limitada asesoría del personal de salud. La técnica incorrecta y la carencia de información sobre el momento oportuno para realizar el autoexamen de mama disminuyen su eficacia como herramienta de detección temprana, lo que puede retrasar la identificación de anomalías mamarias. Además, la percepción errónea sobre la posición para realizar el examen y las técnicas de palpación reflejan la necesidad de intervenciones educativas que incluyan demostraciones prácticas y seguimiento

continuo. La influencia del personal de salud es crucial para mejorar la práctica, pero en este estudio menos de la mitad de las estudiantes recibió orientación médica, lo que limita la calidad del aprendizaje y la motivación para el autocuidado. En consecuencia, aunque una proporción considerable de estudiantes universitarias realiza el autoexamen de mama, la calidad de la técnica y la frecuencia con que se practica son insuficientes para garantizar su efectividad.

Conclusiones

En este estudio sobre el conocimiento del autoexamen de mama en estudiantes universitarias de enfermería, se encontró que, aunque estos presentan un nivel aceptable de conocimiento teórico, adquirido mayoritariamente por iniciativa propia, persisten vacíos importantes, especialmente en cuanto a la edad recomendada para iniciar esta práctica y la calidad de la información recibida, pese a su formación en salud, existe una brecha en la educación sobre la salud mamaria, resultando en un conocimiento superficial que no asegura la efectividad del autoexamen como herramienta de detección temprana. Aunque las actitudes hacia la práctica son positivas, la baja asesoría médica y la falta de educación formal dificultan la adopción de hábitos adecuados. Además, el análisis revela que, a pesar de tener un conocimiento de rango medio, la práctica del autoexamen no se realiza adecuadamente ni con la frecuencia necesaria, sugiriendo que factores como la falta de formación práctica y las barreras personales influyen negativamente en la conducta preventiva.

Bibliografía

1. Mayo Clinic. Autoexamen de mamas para la toma de conciencia sobre el cáncer de mama. [Online].; 2024 [cited 2025. Available from: <https://www.mayoclinic.org/es/tests-procedures/breast-exam/about/pac-20393237>.

2. American Cancer Society. American Cancer Society Recommendations for the Early Detection of Breast Cancer. [Online].; 2023. Available from: https://www.cancer.org/cancer/types/breast-cancer/screening-tests-and-early-detection/american-cancer-society-recommendations-for-the-early-detection-of-breast-cancer.html?utm_source=chatgpt.com.
3. Organización Mundial de la Salud. Cáncer de mama. [Online].; 2024 [cited 2025. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>.
4. Himabindu R, Abhishek J, Shiv H. J, Vatsala G, Ashok M M. Understanding Preventive Health Behavior: A Mixed-Methods Study to Explore Factors Influencing the Practice of Breast Self-Examination Among Indian Medical Students. Cureus. 2024; 16(6).
5. Tonguino L, Ramírez H, Revelo A, López A, Melo V. Conocimientos y prácticas sobre autoexamen de mama que tienen las mujeres entre las edades de 20 a 49 años de la población de Buesaco, período 2023. San Juan de Pasto: Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias de la Salud; 2023.
6. Lara C, Almeida A, Sanchez J, Vásquez G, Hernandez J, Madrigal J, et al. Conocimiento sobre el cáncer de mama, el autoexamen mamario y la práctica, en mujeres de 25 a 50 años de edad, de una Jurisdicción Sanitaria de Tabasco, México. South Florida Journal of Development. 2022 Mayo-Junio; 3(3): p. 3951-3979.
7. Muñoz J, Quituisaca R. FACTORES ASOCIADOS A LA REALIZACIÓN DE AUTOEXAMEN DE MAMA, EN LA POBLACIÓN FEMENINA DE 20 A 60 AÑOS QUE ACUDE AL "CENTRO DE SALUD DEL VALLE", CUENCA, 2020-2021. Proyecto de investigación previo a obtención del título de licenciada en enfermería. Cuenca: Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas; 2021.
8. Buitrón M. CONOCIMIENTO SOBRE LOS MÉTODOS DE DETECCIÓN TEMPRANA DEL CÁNCER DE MAMA EN MUJERES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD NRO. 1 IBARRA. Tesis, previo a la obtención del título de Licenciatura en Enfermería. Ibarra: UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE, FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD; 2022.

9. Paredes E, Parra J. CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS SOBRE EL AUTOEXAMEN DE MAMAS EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA, 2024-2025. Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Enfermería. Cuenca: Universidad de Cuenca, Facultad de Ciencias Médicas; 2025.
10. Almonte M, Parra M, García I. Conocimientos actitudes y práctica de la autoexploración en estudiantes de Enfermería de la Universidad Intercultural del Estado de Puebla (México). Revista HOLOPRAXIS Ciencia, Tecnología e Innovación.. 2020 Julio; 4(2).
11. Zamora E, Gúzman M, Almache K, Villanueva J, Miranda J, Sanguinetti L, et al. Metodología de la investigación aplicada a las ciencias de la salud y la educación. Primera ed. Galaton A, editor. Quito: Mawil Publicaciones de Ecuador; 2023.
12. Medina M, Rojas R, Bustamante W, Loaiza R, Martel C, Castillo R. Capítulo II- Técnicas de investigación. In Sucari W, Aza P, Flores A, editors. Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. Puno: Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C; 2023. p. 23.
13. Escolar J, Castillo I, Mayor C. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre autoexamen de mamas en universitarias del área de la salud. Cartagena. Revista Archivos de Medicina. 2020 Julio; XIX(2).
14. Medina M, Rojas R, Bustamante W, Loaiza R, Martel C, Castillo R. Capítulo III- Cuestionario. In Sucari W, Aza P, Flores A, editors. Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. Puno: Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C; 2023. p. 39-41.
15. Ehasan Q, Ajlouni R, Ammar K, Liswi M, Ani A, Fakheraldeen R, et al. Exploración de las barreras para el examen y la detección precoz de la enfermedad mamaria entre las mujeres árabes en la región MENA: un estudio KAP. Revista Heliyon. 2025 Enero; 11(3).
16. Collaguazo G. EVALUACIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIAS DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOEXAMEN DE MAMA PARA PREVENCIÓN DE CÁNCER. Tesis. Guayaquil: Universidad de Guayaquil, Facultad de Ciencias Médicas; 2025.
17. Reyes M, López L. Conocimiento para predecir la práctica y la actitud del autoexamen mamario. Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social. 2021 Agosto; 59(5).
18. Carrasco L, Cruz L, Manchay R, André T. Conocimientos, actitudes y prácticas sobre el autoexamen de mamas en mujeres de una zona rural. Revista Index de Enfermería. 2024 Marzo; 32(3).
19. Carmona P, Quispe J. ACTITUDES Y PRÁCTICAS DE AUTOEXAMEN DE MAMA EN MUJERES DE 18 A 45 AÑOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD AZÁNGARO, HUANTA – AYACUCHO, 2020. Tesis. Callao: UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO, Facultad de Ciencias de la Salud; 2020.

Cómo citar: Mendoza Macías, T. V. ., Pincay Cañarte, M. E. ., Pesantes Pincay, A. G. ., & Menéndez Menéndez, A. S. . (2026). Conocimiento y práctica del autoexamen de mamas en estudiantes universitarias. Revista Investigación Y Educación En Salud, 4(2), 48–59. <https://doi.org/10.47230/unsum-salud.v4.n2.2025.48-59>