



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

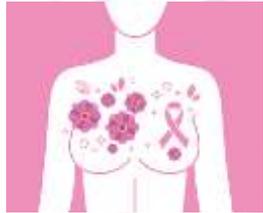
*Daniela Rocío Villarreal Cerdio*

*Licenciatura en Enfermería*

*Cuidado de la Mujer*

*Catedrático: Lic. María José Andz.*

*Tapachula, Chiapas a 14 de Noviembre de 2021*



**Recomendaciones**

1. Consentimiento de la paciente.
2. Puede acudir con aplicación de talcos, desodorantes, aceite en mamas y en región axilar.
3. Puede acudir en cualquier día del ciclo menstrual.
4. Se debe realizar en el consultorio en presencia de la enfermera.
5. Puede acudir en periodo gestacional y de lactancia.
6. La exploración clínica se debe realizar sin guantes



**Factores de riesgo**

1. Edad
2. Historia familiar de cáncer de mama
3. El uso de terapias sustitutivas hormonales
4. La dieta rica en grasas y carnes, así como
5. La obesidad, el sedentarismo
6. El consumo de tabaco y alcohol.

Una exploración física de la mama es una cuidadosa exploración manual de las mamas que realiza un médico u otro profesional de la salud. Este examen puede ayudar a descubrir bultos que hayan pasado desapercibidos en las autoexploraciones de las mujeres.



**Tiempos de Exploracion**



**INSPECCION**

La inspección se realiza con la vista. La paciente se encontrará sentada con el tórax y brazos descubiertos, bajo una iluminación adecuada y con el examinador parado frente a ella. Se divide en estática y dinámica.

**INSPECCION ESTATICA**

Con las extremidades superiores colgando a lo largo del tronco, en posición de relajación, se inspeccionan las mamas, aréolas y pezones, se observa la cualquier detalle que orienten a la sospecha de una lesión mamaria.

**INSPECCION DINAMICA**

- **1er Paso:** Sentada, se indica a la paciente que levante los brazos por encima de la cabeza, durante este proceso se manifiestan signos cutáneos retráctiles que pueden pasar inadvertidos durante la inspección estática
- **2do. Paso:** Sentada, se le pide que presione las caderas con las manos y con los hombros rotados hacia atrás, lo que pone de manifiesto desviaciones del contorno y de la simetría.
- **3er Paso:** En todas las posiciones, las mamas deben ostentar simetría bilateral, un contorno uniforme y no se deben observar depresiones, retracción o desviación.

**INSPECCION DINAMICA**

La exploración de mama debe realizarse anualmente por personal capacitado a toda mujer mayor de 25 años, y el mejor momento es de 5 a 7 días después del comienzo de la menstruación, debido a los nódulos que aparecen durante la fase premenstrual.



Signos clínicos que se pueden encontrar durante la inspección.

- Pezón invertido
- Retracción de la piel.
- Cambios de coloración de la piel.
- Secreción por el pezón.
- Exantema o ulceración
- Red venosa.

