



UDS

Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del Alumno: Alexis González González.

Nombre del tema: Cuidados Básicos de la Mujer.

Parcial: 1er.

Nombre de la Materia: Enfermería en el Cuidado de la Mujer.

Nombre del profesor: Alfonso Velázquez Ramírez.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 4to.

CUIDADOS BASICOS DE LA MUJER

IMPORTANCIA DE LA EXPLORACIÓN MAMARIA

• CONCEPTO:

La exploración mamaria, también conocida como examen clínico de la mama, es un procedimiento que se realiza para detectar cambios en las mamas que puedan indicar la presencia de una enfermedad.



• PORQUE DEBE REALIZAR SÉ:

En México se diagnostican cada año 23,000 casos de cáncer de mama. Según cifras de la Secretaría de Salud, cada año se reportan 6,000 muertes por cáncer de mama en el país y se presentan alrededor de 23,000 casos nuevos, es decir, 60 al día¹.

• FACTORES DE RIESGO:

Los factores de riesgo son: la edad, que lo incrementa conforme ésta aumenta; historia familiar de cáncer de mama, especialmente en abuela, madre o hermana; el uso de terapias sustitutivas hormonales; la dieta rica en grasas y carnes, así como la obesidad, el sedentarismo y el consumo de tabaco y alcohol.

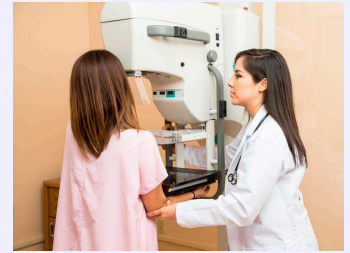
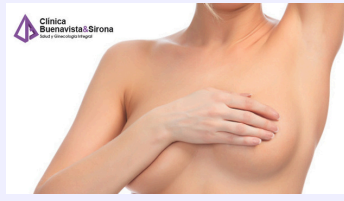
• A QUE EDAD SE REALIZA:

Debe realizarse un estudio completo una vez al año a partir de los 25 años de edad.



• IMPORTANCIA DE LA EXPLORACIÓN MAMARIA:

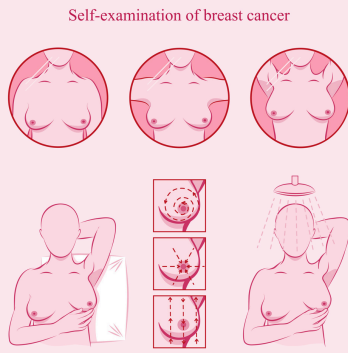
La mastografía es el estudio radiográfico mediante el uso de equipo especializado llamado mastógrafo, se utiliza para buscar anomalías en la mama, ayuda a detectar el cáncer en sus etapas iniciales, cuando aún no es palpable por el personal médico o por usted misma.



TÉCNICA DE LA AUTOEXPLORACIÓN

• QUE ES:

Se refiere a la técnica de detección basada en la exploración de las mamas por personal médico o de enfermería, para identificar cambios que sean sugestivos de enfermedad, debe realizarse un estudio completo una vez al año a partir de los 25 años de edad.



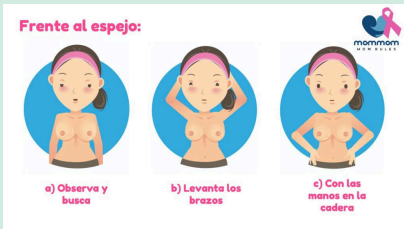
• RECOMENDACIONES:

1. Consentimiento de la paciente.
2. No es necesaria la tricotomía de la axila.
3. Puede acudir con aplicación de talcos, desodorantes, aceite en mamas y en región axilar.
4. Puede acudir en cualquier día del ciclo menstrual.
5. Debe considerar los signos y síntomas del periodo pre y transmenstrual.
6. Se debe realizar en el consultorio en presencia de la enfermera.
7. Puede acudir en periodo gestacional y de lactancia.
8. La exploración clínica se debe realizar sin guantes, ya que al utilizarlos se pierde la sensibilidad.
9. Si la piel está húmeda (sudor) puede usar talco.

• LA EXPLORACIÓN CLÍNICA SE EFECTÚA EN DOS TIEMPOS:

• INSPECCIÓN Y PALPACIÓN.

- Inspección 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.

- Inspección estática: Con las extremidades superiores colgando a lo largo del tronco, en posición de relajación, se inspeccionan las mamas, aréolas y pezones.
- Inspección: Ésta se realiza en 3 pasos:
 - Primero. Sentada, se indica a la paciente que levante los brazos por encima de la cabeza.
 - Segundo. Sentada, se le pide que presione las caderas con las manos y con los hombros rotados hacia atrás.
 - Tercero. Sentada e inclinada hacia adelante desde la cintura. Esta postura también.



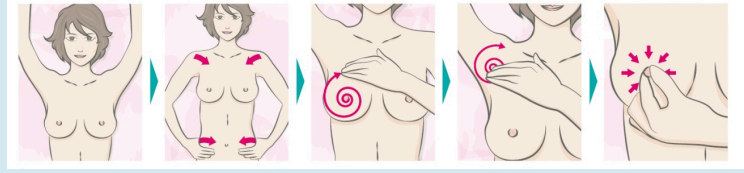
• SIGNOS CLÍNICOS DE LA INSPECCIÓN:

- Secreción por el pezón: Puede haber secreción en forma espontánea. Se considera normal cuando es calostro o leche, anormal cuando es de aspecto seroso, cero hemático o hemorrágico.
- Exantema o ulceración: Se observa en la enfermedad de Paget de la mama.
- Red venosa: Puede ser visible en mujeres obesas o gestantes; los patrones venosos suelen ser similares en ambas mamas.



• PALPACIÓN:

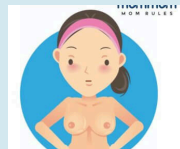
Después de la inspección se procede a la palpación, que se realiza con la palma de la mano o con la yema de los dedos, en forma suave y metódica, para buscar lesiones en las mamas, axilas y regiones supra y subclaviculares.



• LA PALPACIÓN SE DEBE REALIZAR EN DOS POSICIONES:

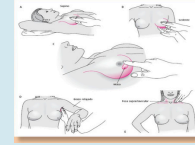
• SEDENTE Y SUPINA.

Paciente en posición sedente • "Barrido" de la pared torácica. La paciente se encuentra con los brazos sueltos a los costados. La palma de la mano derecha del examinador se coloca entre la clavícula derecha y el esternón de ella, y se desliza hacia abajo hasta el pezón para percibir posibles bultos superficiales.



• SUPINA:

Paciente en posición supina Haga que la paciente levante un brazo y lo coloque por detrás de la cabeza, ponga una almohada o toalla doblada bajo el hombro, a fin de que el tejido mamario se extienda con más uniformidad sobre la pared del tórax. Recuerde que el tejido mamario se extiende desde la segunda o tercera costilla hasta la sexta o séptima costilla, y desde el borde esternal hasta la línea medio axilar.



• PALPACIÓN TIPOS:

- Palpación digital manual.
- Palpación de los ganglios linfáticos:
 - Axilares centrales.
 - Mamarios externos (pectorales anteriores).
 - Subescapulares.
 - Supraclaviculares.
 - Subclavios.



FUENTE BIBLIOGRÁFICA

1.. https://www.kabrita.com.mx/blogs/maternidad/importancia-de-la-autoexploracion-srs?tid=AfmBOoq66H7g2i7woNXHxo7Xoh8_9luJR_8yB9vD72DuxniRWc-m_U9u.

2.. <https://www.gob.mx/salud/articulos/sabes-que-es-la-autoexploracion-de-mamas#:~:text=La%20mastograf%C3%ADa%20ha%20demostrado%20ser,la%20identificaci%C3%B3n%20de%20factores%20de>.

3.. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S002617422018000200044#:~:text=Los%20factores%20de%20riesgo%20son,de%20tabaco%20y%20alcohol4.

4.. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S002617422018000200044#:~:text=El%20examen%20de%20las%20mamas,efectuar%20a%20partir%20de%20los.

5.. <https://www.gob.mx/salud/articulos/sabes-que-es-la-autoexploracion-de-mamas#:~:text=Conoce%20qu%C3%A9%20es%20la%20Mastograf%C3%ADa,m%C3%A9dico%20o%20por%20usted%20misma>.

6.. <https://www.imss.gob.mx/saludenlinea/cancer-mama/auto-exploracion#:~:text=De%20pie%3A%20la%20mano%20derecha,pecho%20de%20la%20misma%20manera>.

7.. <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/cancer-de-mama-exploracion-clinica#:~:text=En%20la%20palpaci%C3%B3n%2C%20el%20personal,mano%20atr%C3%A1s%20de%20la%20cabeza>.

8.. <https://www.gob.mx/salud/acciones-y-programas/cancer-de-mama-exploracion-clinica>.