



Romero Arnaldo G. et al.: Detección Temprana del Cáncer de Mama...

Detección Temprana del Cáncer de Mama en el Ámbito

Laboral Un Modelo de Intervención desde la Extensión Universitaria

*Arnaldo Gualfredo Romero
Nadia Vanesa Lunge*



Sobre los autores

Romero Arnaldo Gualfredo

Licenciado en enfermería, docente universitario, Escuela de enfermería, Facultad de ciencias exactas químicas y naturales; Maestrando en la Maestría en administración y estrategia de Negocios, UNaM. arnaldo.romero@unam.edu.ar

Lunge Nadia Vanesa

Licenciada en Enfermería, Docente Universitaria, Escuela de Enfermería, Facultad de ciencias exactas químicas y naturales, UNaM; Esp. En metodología en investigación científica; Universidad Nacional de Lanús. Maestranda en la Maestría en Metodología en investigación científica, UNLA. nadia.lunge@gmail.com



Resumen

El presente artículo presenta la experiencia de un proyecto de extensión orientado a mujeres del personal administrativo de una empresa de logística, radicada en la ciudad de Posadas, Misiones. El objetivo era brindar información actualizada y confiable sobre el cáncer de mama, promover hábitos saludables y facilitar la detección temprana. El taller se estructuró en tres módulos; conocimiento básico sobre la enfermedad, detección temprana y hábitos de vida saludables. Para el logro de los objetivos elegimos una metodología participativa que combina exposiciones teóricas, demostraciones prácticas y actividades grupales, con un énfasis en el autoexamen como herramienta de autocuidado.

Luego de la realización del taller se aplicó una encuesta mediante Formulario Google, en el cual se evidenció que el 80 % de las mujeres tuvieron un incremento en sus conocimientos sobre el tema. Esta iniciativa se alinea con las recomendaciones de diferentes organismos de salud y busca la concientización sobre la salud mamaria.

Palabras claves: Cáncer de Mama; Detección Temprana; Extensión Universitaria.

Abstract

This article presents the experience of an outreach project aimed at female administrative staff at a logistics company based in the city of Posadas, Misiones. The objective was to provide up-to-date, reliable information on breast cancer, promote healthy habits, and facilitate early detection. The workshop was structured into three modules: basic knowledge about the disease, early detection, and healthy lifestyle habits. To achieve these objectives, a participatory methodology was selected, combining theoretical presentations, practical demonstrations, and group activities, with an emphasis on self-examination as a self-care tool.

Following the workshop, a survey was conducted via Google Forms, revealing that 80% of the women had increased their knowledge of the subject. This initiative aligns with recommendations from various health organizations and seeks to raise awareness regarding breast health.

Keywords: Breast Cancer; Early Detection; University Outreach.

Resumo

Este artigo apresenta a experiência de um projeto de extensão voltado para funcionárias da área administrativa de uma empresa de logística sediada na cidade de Posadas, Misiones. O objetivo foi fornecer informações atualizadas e confiáveis sobre o câncer de mama, promover hábitos saudáveis e facilitar a detecção precoce. A oficina foi estruturada em três módulos: conhecimentos básicos sobre a doença, detecção precoce e hábitos de vida saudáveis. Para alcançar esses objetivos, optou-se por uma metodologia participativa, combinando apresentações teóricas, demonstrações práticas e atividades em grupo, com ênfase no autoexame como ferramenta de autocuidado.



Romero Arnaldo G. et al.: Detección Temprana del Cáncer de Mama...

Após a oficina, foi realizada uma pesquisa via Google Forms, revelando que 80% das mulheres ampliaram seus conhecimentos sobre o tema. Essa iniciativa está alinhada às recomendações de diversas organizações de saúde e busca conscientizar sobre a saúde das mamas.

Palavras-chave: Câncer de Mama; Detecção Precoce; Extensão Universitária.

Introducción

La propuesta del proyecto extensión se basa en dar respuesta la necesidad manifestada por el personal femenino de una empresa de contar con información actualizada y confiable sobre el cáncer de mama. A pesar de los avances en la detección temprana y el tratamiento de esta enfermedad, persisten mitos y temores que dificultan la búsqueda de atención médica oportuna.

Las mujeres trabajadoras enfrentan múltiples desafíos en su día a día y la salud suele ser una de las últimas prioridades. Reconociendo esta realidad, este proyecto se propuso abordar la necesidad de información sobre el cáncer de mama, una enfermedad que afecta a millones de mujeres en todo el mundo. Al brindarles a las empleadas los conocimientos y recursos necesarios, buscamos empoderadas para tomar el control de su salud y mejorar su calidad de vida.

El cáncer de mama no solo es una amenaza para la salud física, sino que también tiene un impacto significativo en la calidad de vida de las mujeres. Según la OMS, millones de mujeres en todo el mundo se enfrentan a esta enfermedad cada año. En la Argentina alrededor de 5.000 mujeres por año pierden la batalla, en Misiones se según el Instituto Misionero del Cáncer se detectan entre 15 y 20 mujeres por mes.

El autoexamen regular es una herramienta fundamental del autocuidado que permite a cada mujer familiarizarse con su cuerpo y detectar cualquier cambio inusual. Si bien existen factores de riesgo que no podemos controlar, adoptar hábitos saludables y realizar el autoexamen de manera periódica son acciones que están en nuestras manos para prevenir y detectar tempranamente esta enfermedad.



Ilustración 1

Este taller se alinea con las recomendaciones de las principales organizaciones de salud a nivel mundial, como la Organización Mundial de la Salud y la Sociedad Americana del Cáncer. Al complementar los programas de prevención y detección



temprana ya existentes, buscamos fortalecer la red de apoyo para las mujeres y contribuir a una mayor concientización sobre la importancia de la salud mamaria.

Desarrollo

El taller traslada conocimientos de salud pública y educación para la salud al ámbito laboral, creando un modelo de intervención que puede replicarse en otras empresas y contextos regionales. En este sentido la experiencia funcionó como escenario de aprendizaje para docentes y estudiantes de la universidad que participaron en la planificación, implementación y evaluación, fortaleciendo capacidades en extensión universitaria y salud pública.

Cabe destacar que esta iniciativa surge desde el área de Extensión Universitaria de la Escuela de Enfermería en Posadas, Misiones, cuyo objetivo central es vincular el conocimiento académico con la necesidad real y explícita de la comunidad y asu vez fortaleciendo el rol de Enfermería en la salud comunitaria a través de la prevención, uno de los pilares fundamentales del ejercicio de la profesión. Específicamente, responde a la necesidad manifestada por el personal femenino de una empresa de logística de obtener información actualizada y confiable sobre el cáncer de mama.

La justificación del proyecto radica en la alta incidencia de la enfermedad (alrededor de 5.000 muertes anuales en Argentina) y en la persistencia de mitos y temores que obstaculizan la detección temprana y la búsqueda de atención médica oportuna. Se reconoce que, para las mujeres trabajadoras, la salud a menudo es una prioridad secundaria. Por ello, la intervención se alinea con las recomendaciones de organismos como la OMS y busca desmitificar creencias erróneas y promover el acceso a la prevención desde el ámbito laboral. Esta intervención funciona como un modelo que puede replicarse en otros contextos regionales. Para la universidad, la experiencia fortaleció las capacidades de docentes y estudiantes en salud pública y extensión universitaria.

El desarrollo del taller se organiza en módulos didácticos y fases metodológicas que facilitan la interacción, la reflexión y la transferencia de conocimientos a la vida cotidiana de las participantes.



Ilustración 2

Es importante resaltar que esta actividad de extensión ha reconocido la necesidad de desmitificar creencias erróneas sobre el cáncer de mama para favorecer búsquedas de atención médica. Por otra parte, promover el acceso a salud y a hábitos de prevención desde el ámbito laboral facilita que las mujeres tengan acceso a la información. Se ha desarrollado 3 módulos que se organizaron de la siguiente manera; *Módulo 1: Conociendo el cáncer de mama*: Este módulo aborda una definición clara y comprensión de los tipos de cáncer de mama y su evolución. Se exponen factores de riesgo modificables (obesidad, sedentarismo, consumo de alcohol, tabaquismo, alimentación desequilibrada) y factores no modificables (edad, historia familiar, mutaciones genéticas, densidad mamaria). Se trabajan signos y síntomas característicos (bultos, cambios en la piel, secreción del pezón) y se desmontan mitos habituales sobre la enfermedad. Una actividad de test de conocimientos previos permite a las participantes situar su nivel de comprensión y detectar vacíos conceptuales para orientar la enseñanza. El enfoque busca promover una comprensión basada en evidencia y en la realidad de las condiciones de vida de las mujeres trabajadoras. *Módulo 2: Detección temprana: tu mejor aliada*: La detección temprana es un pilar fundamental para mejorar la supervivencia. Este módulo explica la relevancia de las estrategias de detección, con énfasis en el autoexamen de las mamas y la mamografía de screening. Se describen las condiciones para realizar el autoexamen (cuándo, cómo y con qué frecuencia) y se ofrece una demostración práctica, utilizando recursos didácticos como modelos anatómicos o videos. También se aborda la importancia de las mamografías de cribado, su frecuencia recomendada y cómo acceder a ellas dentro del sistema de salud. Se propone un taller práctico en el que las participantes ejercitan el autoexamen con retroalimentación guiada, reforzando la capacidad de reconocer cambios y buscar atención médica oportuna ante señales anómalas. Y por último el *Módulo 3: Adoptando hábitos saludables*: Este módulo enfatiza la prevención a través de hábitos de vida. Se destacan una alimentación equilibrada, la importancia de la actividad física regular y la gestión del

estrés como componentes que pueden influir en el riesgo global de cáncer y en la calidad de vida. Se promueven prácticas sencillas y sostenibles que pueden integrarse en la rutina laboral y personal, favoreciendo un enfoque integral de la salud.

Para llevar a cabo se ha propuesto una secuencia didáctica en fases:

- Fase Inicial: bienvenida, presentación del equipo y objetivos, y establecimiento de un entorno de confianza y participación.
- Fase de Desarrollo: transmisión de conocimientos a través de exposiciones, videos y ejemplos prácticos, con interacción y resolución de dudas.
- Fase de Aplicación: taller práctico en grupos pequeños, con guía para la realización del autoexamen y retroalimentación personalizada.
- Fase Final: cierre con resumen de puntos clave, entrega de material didáctico y recopilación de retroalimentación mediante una encuesta.

La logística requirió de un espacio amplio, recursos audiovisuales y materiales didácticos (folletos, infografías, videos). La evaluación fue formativa, basada en la participación, la resolución de dudas y la observación durante las actividades prácticas.

Resultados y Productos

El resultado principal del proyecto fue altamente positivo: una encuesta aplicada al finalizar el taller evidenció que el 80 % de las mujeres tuvieron un incremento en sus conocimientos sobre el cáncer de mama. Entre los aspectos a destacar del proyecto las participantes han resaltado la entrega de material didáctico y la validación de un modelo de intervención y evaluación formativa en el ámbito laboral.



Ilustración 3



Conclusiones

Este proyecto de Extensión Universitaria, concebido para abordar la desinformación y los mitos persistentes sobre el cáncer de mama entre las mujeres trabajadoras, logró un impacto significativo al transformar el entorno laboral en un espacio de acceso directo a información confiable y empoderamiento en el autocuidado. Al reconocer que la salud suele ser una prioridad secundaria para este grupo, la intervención se centró en desmitificar creencias erróneas y fortalecer las prácticas preventivas. Los resultados fueron altamente positivos y se verificaron mediante indicadores directos: la encuesta de cierre evidenció que el 80% de las mujeres participantes experimentaron un incremento significativo en sus conocimientos sobre la enfermedad, sus factores de riesgo y las estrategias de detección temprana. El éxito también se constató a través de la observación formativa en la Fase de Aplicación, donde se verificó la transferencia de habilidades prácticas como la realización correcta del autoexamen mamario, alineando la verificación de resultados con los objetivos propuestos.

La culminación de esta actividad no solo logró la concientización inmediata, sino que abre importantes proyecciones. Se espera que la publicación del artículo consolide el reconocimiento académico del proyecto, validando un modelo de intervención en salud laboral que ha demostrado ser eficaz. Esta validación sienta las bases para la replicabilidad regional del modelo en otros sectores productivos, llevando el conocimiento universitario a nuevas comunidades. Asimismo, la experiencia fortaleció las capacidades de docentes y estudiantes en extensión y salud pública, proyectando la apertura de una línea de acción continua que vincule la universidad con las necesidades sanitarias de la comunidad.