



GUÍA DE HERRAMIENTAS DE EDUCACIÓN
SOBRE EL CÁNCER DE SENO PARA
COMUNIDADES HISPANAS/LATINAS

INTRODUCCIÓN

¿QUÉ NECESIDADES EXISTEN?

¿Es el cáncer de seno un problema en nuestra comunidad?

En los Estados Unidos, el cáncer de seno es el cáncer más común entre las mujeres hispanas/latinas y también la causa principal de muerte por cáncer en este grupo¹. Si bien los datos muestran que las mujeres hispanas/latinas tienen índices de incidencia más bajos de cáncer de seno, en comparación con las mujeres blancas las mujeres hispanas/latinas tienen más probabilidades de ser diagnosticadas en etapas más avanzadas que las mujeres no hispanas. También tienen más probabilidades de ser diagnosticadas con tumores más grandes y más difíciles de tratar¹. Probablemente esto se debe a que menos mujeres se hacen los exámenes de detección y a demoras para volver a un seguimiento con el doctor después de resultados anormales en los exámenes de detección.

CARACTERÍSTICAS ESPECIALES DE LA GUÍA DE HERRAMIENTAS

A lo largo de esta guía de herramientas, se encontrará con definiciones, sugerencias, ideas y recursos que puede utilizar para aumentar sus conocimientos y mejorar su programa de proyección y educación. Se utilizan íconos/imágenes para identificar cada elemento. Los íconos son:

Definición



Sugerencia o Idea



Recursos



Cada vez que vea uno de estos íconos, haga clic sobre él para ir a una página con enlaces a recursos y materiales educativos relacionados.

¿Por qué las mujeres hispanas/latinas en los Estados Unidos son diagnosticadas en etapas más avanzadas?

Existen varias razones por las cuales las mujeres hispanas/latinas en los Estados Unidos son diagnosticadas en etapas más avanzadas. Como por ejemplo:

- Falta de conocimiento acerca de los riesgos del cáncer de seno y de los métodos de detección,
- No contar con un seguro médico y falta de acceso a la atención médica en forma regular,
- Falta de relación de confianza con los proveedores de atención médica,
- Temor al diagnóstico,
- Experiencias negativas con enfermedades y con el sistema de atención médica en el pasado, y
- Barreras culturales y del idioma^{2,3,4,5}.

Estos impedimentos y otros más juegan un papel importante en determinar si las mujeres hispanas/latinas buscarán información sobre la salud, los exámenes de detección del cáncer de seno y los servicios de atención médica^{6,7}. Dichos impedimentos pueden conllevar a que las mujeres hispanas/latinas eviten interacciones con profesionales de atención médica y en cambio busquen información por parte de fuentes de confianza como sus amigas o sus madres⁸. Después de consultar con alguien de confianza, las mujeres quizá esperen para ir a consultar a un proveedor de atención médica hasta que los síntomas sean más severos, lo que podría resultar en un diagnóstico de etapa más avanzada⁸.

¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DE ESTA GUÍA DE HERRAMIENTAS?

El propósito de esta guía de herramientas es apoyarle, como educador, en su esfuerzo por brindar educación sobre la salud de los senos teniendo en cuenta los factores culturales y lingüísticos para ayudar a las personas hispanas/latinas a aprender sobre el cáncer de seno y a sentirse empoderadas para tomar acción. Particularmente, la educación que usted brinde puede ayudar a que las personas ingresen y permanezcan en el CCCS.

Komen se ha asociado con expertos en promoción de salud que tengan en cuenta las necesidades culturales y lingüísticas de la comunidad, a fin de identificar y seleccionar las estrategias científicamente comprobadas para crear esta guía de herramientas y que le oriente en la implementación o refinación de sus propios programas de educación sobre la salud de los senos.



La educación sobre la salud de los senos y sobre el cáncer de seno que toma en cuenta los factores culturales y lingüísticos incorpora la cultura y el idioma de quienes aprenden en todos los aspectos de la educación. Crea vínculos más sólidos entre educadores y oyentes y también facilita el aprendizaje entre personas de distintas procedencias culturales.

NOTA ESPECIAL

Usted notará que alguna información se repite a lo largo de esta guía de herramientas. El propósito de dicha repetición es que todos los educadores, sin importar qué sección(es) utilicen, vean los temas principales de esta guía de herramientas por lo menos una vez.

CÁNCER DE SENO

¿Qué es el cáncer de seno?

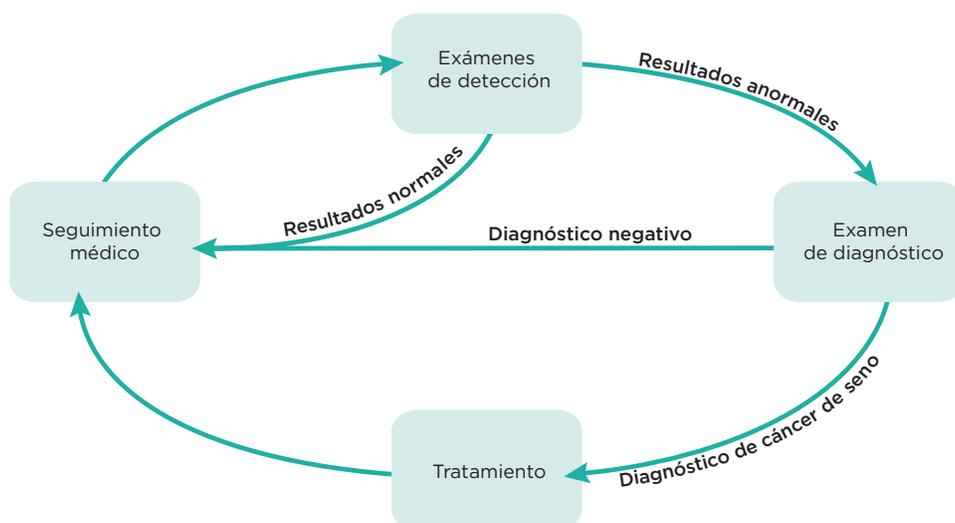
Cada día, las células en el cuerpo se dividen, crecen y mueren. La mayoría del tiempo las células crecen de una manera ordenada. Sin embargo, algunas veces las células crecen fuera de control. El cáncer de seno ocurre cuando las células en el seno crecen y se dividen fuera de su control normal y forman tumores malignos (cancerosos).

¿Qué es un examen de detección de cáncer de seno?

El examen de detección es cualquier prueba diseñada para mostrar señales de la enfermedad antes de que se presente cualquier síntoma. La mamografía es la herramienta de detección más común usada actualmente para detectar cáncer de seno. La mamografía puede detectar cáncer de seno tempranamente antes de que pueda sentirse, cuando las probabilidades de sobrevivencia son mayores. Un examen clínico de los senos es otro examen de detección. Es un examen físico realizado por un proveedor de atención médica con frecuencia durante un examen de bienestar de la mujer. Un examen de detección de cáncer de seno es la forma más común en la que una persona ingresa a lo que se denomina “Cuidado continuo contra el cáncer de seno.” Hacerse exámenes de detección con regularidad además de recibir tratamiento eficaz es la mejor manera de que las mujeres reduzcan el riesgo de morir de cáncer de seno.

¿Qué es cuidado continuo contra el cáncer de seno?

El examen de detección, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento médico están disponibles a través del sistema de atención. El Cuidado continuo contra el cáncer de seno (CCCS) muestra el paso de la persona a través del sistema de atención médica desde los exámenes de detección del cáncer de seno, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento médico y de vuelta a los exámenes de detección. También es importante señalar que una persona puede ingresar al CCCS en cualquier momento durante la detección, el diagnóstico o el tratamiento, y continuar con el seguimiento médico y someterse nuevamente a los exámenes de detección.



¿Cómo ingresa una persona al CCCS?

Idealmente, las personas ingresan al CCCS a través de los exámenes de detección de cáncer de seno, tal como el examen clínico de los senos o la mamografía.

- Un examen clínico de los senos es un examen físico realizado por un proveedor de atención médica como parte de un examen médico regular. Durante el examen clínico de los senos, el proveedor examina visualmente los senos y realiza una palpación cuidadosa de los senos y axilas buscando cualquier cambio o anomalía en ellos, tal como un bulto. Los exámenes clínicos de los senos pueden ser útiles para detectar cambios en los senos en mujeres de cualquier edad. Las mujeres deben hacerse un examen clínico de los senos al menos cada tres años a partir de los 20 años de edad y anualmente a partir de los 40 años de edad.
- Una mamografía es una radiografía de los senos. Es la mejor herramienta en la actualidad para identificar el cáncer de seno. A partir de los 40 años de edad, las mujeres con un riesgo promedio de cáncer de seno deben hacerse una mamografía cada año. Las mujeres con antecedentes familiares de cáncer de seno deben hablar con su proveedor de atención médica acerca de cuáles exámenes de detección son los más indicados para ellas.

No todas las mujeres ingresan al CCCS a través de uno de los exámenes de detección. Las mujeres pueden ingresar al CCCS en cualquier punto; por ejemplo, antes o después del examen de detección; antes o después del diagnóstico o el tratamiento; o antes, durante o después del seguimiento médico.

Ingresar al CCCS al momento del examen de detección y permanecer en el cuidado continuo aumenta las probabilidades de que se detecte el cáncer de seno en sus etapas tempranas, cuando el tratamiento es más eficaz y conlleva a mejorar los resultados. Esperamos que las mujeres ingresen al CCCS a través de un examen de detección. Asimismo, deseamos que ellas permanezcan en el CCCS, ya sea mediante el seguimiento médico y los exámenes de detección recomendados, o en los pasos siguientes mediante exámenes de diagnóstico, tratamiento y seguimiento médico.

Mensajes clave

Komen ha desarrollado cuatro *Mensajes clave sobre el autoconocimiento de los senos* (**mensajes clave**). Dichos **mensajes clave** pueden utilizarse para aumentar el conocimiento y motivar a las personas a tomar medidas y decisiones informadas con respecto a su salud:

- Conozca qué riesgo corre
- Sométase a exámenes de detección
- Conozca la apariencia y forma normal de sus senos
- Lleve un estilo de vida saludable

Esta guía de herramientas le muestra cómo utilizar los cuatro **mensajes clave** para involucrar a los miembros de la comunidad, proporcionarles información adecuada y empoderarles a fin de que actúen a favor de su propia salud. También es importante que los miembros de la comunidad compartan la información que ellos reciban con alguien que estimen. La información específica sobre los **mensajes clave** que puede compartir con sus oyentes y miembros de la audiencia se encuentra en la *Sección dos: ¿Cuál es el mensaje?* y en algunos de los recursos que aparecen en dicha sección.



Las personas pueden averiguar más sobre su riesgo personal de tener cáncer de seno al hablar con su proveedor de atención médica.

LA GUÍA DE HERRAMIENTAS DE EDUCACIÓN SOBRE EL CÁNCER DE SENO PARA COMUNIDADES HISPANAS/LATINAS

¿Quién puede ayudar?

Todas las personas pueden desempeñar una función para ayudar a aumentar el conocimiento sobre el cáncer de seno. No obstante, esta guía de herramientas ha sido diseñada para que la utilicen organizaciones o personas que actualmente conducen — o les gustaría conducir — instrucción sobre la salud de los senos dirigida a las comunidades hispanas/latinas. Ejemplos incluir: profesionales de la salud tales como enfermeras, educadores sobre la salud, orientadores, trabajadores de salud comunitarios, “promotoras”, organizaciones no gubernamentales y otros.

El papel que juega el usuario de la guía de herramientas

Los educadores que utilizan esta guía de herramientas quizá tengan distintos puestos o realicen diversas funciones en las organizaciones. El propósito de esta guía de herramientas es apoyarle en su esfuerzo por brindar educación sobre la salud de los senos y sobre el cáncer de seno teniendo en cuenta los factores culturales y lingüístico. Por lo tanto, a lo largo de la guía de herramientas usted encontrará que al usuario se le llama “educador.”

Como educador, usted puede aumentar sus conocimientos sobre el cáncer de seno y animar a su audiencia a tomar acción por su salud. También puede motivar a las personas con las que entra en contacto a que compartan la información obtenida con sus familiares, amigos y miembros de su comunidad.

¿Cómo puede utilizarse la guía de herramientas?

El objetivo de esta guía de herramientas es ayudarle a planificar un evento de proyección o educación, o bien, planificar más ampliamente el programa de proyección y educación de su organización. La guía de herramientas está dividida en cuatro secciones diseñadas para ayudarle a responder las siguientes preguntas de planificación:

1. ¿Quién es la audiencia?
2. ¿Cuál es el mensaje?
3. ¿Cuál es el lugar?
4. ¿Cuáles son los recursos?

Se incluyen en la guía de herramientas:

- Estrategias científicamente comprobadas de comunicación y educación teniendo en cuenta las necesidades culturales de la comunidad,
- Herramientas prácticas y recursos que usted puede utilizar a fin de aumentar el conocimiento y la comprensión acerca de la salud de los senos y la detección temprana dentro de las comunidades hispanas/latinas de su área basándose en la audiencia, lugar de reunión y restricciones de tiempo, y
- Sugerencias y herramientas para evaluar su programa de educación sobre el cáncer de seno.

El cuadro de planificación del programa

Uno de los recursos que se incluye en la guía de herramientas es el Cuadro de planificación del programa. Notará que la guía de herramientas se presenta en un cuadro. Cada sección de la guía de herramientas está enfocada en una gran pregunta de planificación del programa y representa una casilla del cuadro de planificación del programa.

¿Quién es la audiencia?	¿Cuál es el mensaje?
¿Cuál es el lugar?	¿Cuáles son los recursos?

A medida que lee cada sección de la guía de herramientas, puede completar cada uno de las casillas del cuadro de planificación del programa. Puede utilizar la herramienta en blanco para escribir sus notas, planificar un evento o bien, para estudiar a fondo el programa de proyección y educación a la comunidad.

Usted puede comenzar por pensar acerca de su audiencia, lo cual corresponde a la sección uno de la guía de herramientas. Sin embargo, no tiene que comenzar ahí. Por ejemplo, si recibe una invitación para hacer una presentación sobre el cáncer de seno, quizá ya conozca el lugar donde se hará la presentación antes de saber algo sobre su audiencia.



Cuadro de planificación del programa

Independientemente de donde empieza, asegúrese de responder las cuatro preguntas de cada sección y lea las secciones correspondientes de la guía de herramientas. Así se encontrará mejor preparado para planificar y brindar educación sobre la salud de los senos y sobre el cáncer de seno teniendo en cuenta los factores culturales y lingüísticos de las comunidades hispanas/latinas.

EN LA SIGUIENTE SECCIÓN

Las siguientes secciones de esta guía de herramientas ofrecen orientación más detallada sobre cómo planificar y realizar actividades de proyección comunitaria y educación acerca del cáncer de seno. Las secciones le ayudarán a responder preguntas tales como:

- ¿Quién es la audiencia?
- ¿Cuál es el mensaje?
- ¿Cuál es el lugar?
- ¿Cuáles son los recursos?

Las cuatro secciones de esta guía de herramientas se encuentran disponibles por separado, pero están diseñadas para utilizarse juntas. Si desea más información relacionada con cualquiera de las preguntas anteriores, solo haga clic en la pregunta.

-
- 1 American Cancer Society. Cancer Prevention & Early Detection Facts & Figures, 2013. American Cancer Society, 2013.
 - 2 Harlan LC, Bernstein AB, Kessler LG. Cervical Cancer Screening: Who Is Not Screened and Why? Am J Public Health 1991; 81:885-891.
 - 3 Ramirez AG, McAlister A, Gallion K, Villarreal R. Targeting Hispanic/Latino Populations: Future Research and Prevention Strategies. Environ Health Perspect 1995;103:287-290.
 - 4 Hubbel FA, Chavez LR, Mishra SI, Magana R, Valdez RB. From Ethnography to Intervention: Developing a Breast Cancer Control Program for Latinas. J Natl Cancer Inst Monogr 1995;109-115.
 - 5 American Cancer Society. Cancer Prevention & Early Detection Facts & Figures, 2013. American Cancer Society, 2013.
 - 6 Bakemeier RF, Krebs LU, Murphy JR, Shen Z, Ryals T. Attitudes of Colorado Health Professionals Toward Breast and Cervical Cancer Screening in Hispanic/Latino Women. J Natl Cancer Inst Monogr 1995; 18:95-100.
 - 7 Morgan C, Park E, Cortes DE. Beliefs, Knowledge, and Behavior about Cancer among Urban Hispanic/Latino Women. J Natl Cancer Inst Monogr 1995; 18:57-63. 11.
 - 8 Larkey, LK, Hecht, ML, et al. (2001). Hispanic Cultural Norms for Health-Seeking Behaviors in the face of Symptoms. Health Education Behavior, 28: 65-80.