



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Más de 700 mujeres han sido acompañadas hacia una atención rápida y efectiva de su tratamiento

# Programa de Navegación salva vidas a mujeres con cáncer de mama

Iniciativa es parte de la Escuela de Salud Pública de la UCR

27 OCT 2016 Salud



El Programa de Navegación de Pacientes es parte de las iniciativas de acción social de la UCR, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las mujeres con cáncer de mama mediante un acompañamiento continuo. Anel Kenjekeeva

---

“Mujeres que salvan vidas”, bajo este lema se sostiene el primer Programa de Navegación de Pacientes con Cáncer de Mama del país, coordinado por la [Escuela de Salud Pública](#) de la Universidad de Costa Rica (UCR), destinado a acompañar, guiar y apoyar a quienes enfrentan esta enfermedad hacia una atención rápida y oportuna.

**El Programa de Navegación es una iniciativa que comenzó en 2013, y consiste en un grupo de mujeres voluntarias, mayoría sobrevivientes de cáncer de mama, que se encargan de guiar a las nuevas pacientes oncológicas en su recorrido dentro de la red de servicios de los hospitales públicos del país, a fin de ayudarlas a enfrentar las barreras hospitalarias que les impide recibir un tratamiento de calidad.**

A través de ese acompañamiento, **las mujeres con cáncer son capaces de superar las dificultades como las listas de espera, la burocracia institucional, la falta de recursos y de información, y así mejorar su calidad de vida, mediante una atención temprana, efectiva y eficiente.**

Durante sus tres años de gestión, **este esfuerzo ha permitido acompañar a un total de 728 pacientes en seis hospitales públicos del país, e integrar un equipo de voluntarias, conocidas por el nombre de navegadoras, que al día de hoy se compone de más de 120 personas que trabajan tiempo completo para ofrecer un seguimiento integral a las necesidades de las pacientes.**

## Programa de Navegación Costa Rica: Resultados a enero 2016



De acuerdo con el Lic. Allan Bejarano, uno de los principales logros del Programa ha sido disminuir el tiempo de espera para el inicio del tratamiento, que en ocasiones comenzaba hasta 24 meses después del diagnóstico.

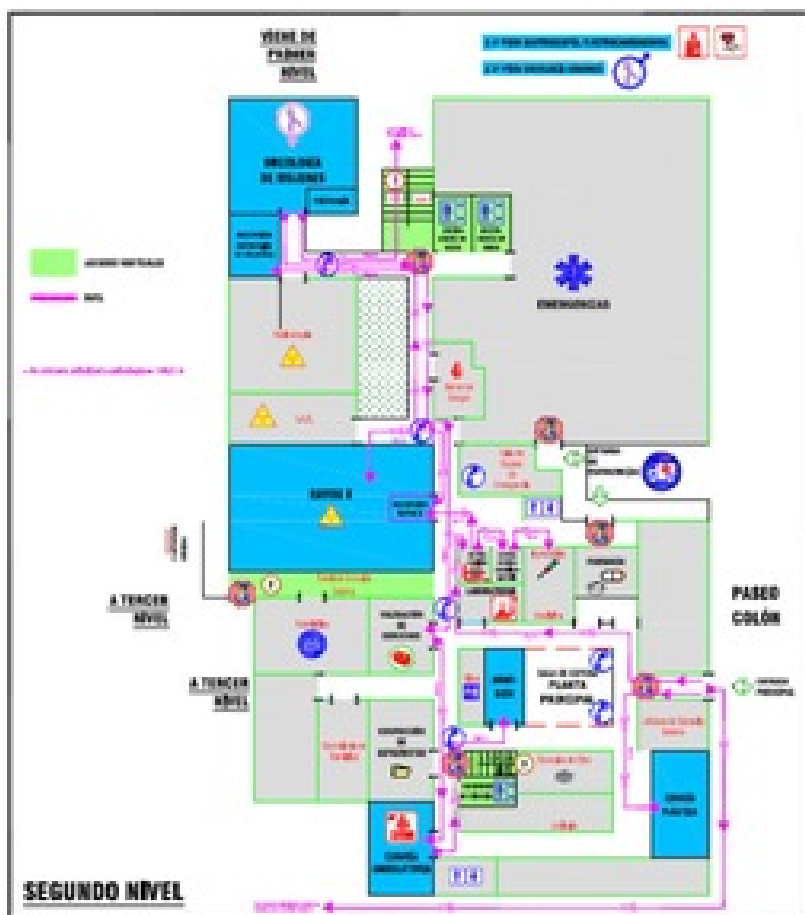
**Esta acción de navegación se desarrolla bajo una estrategia que une tres aliados: el sector académico, el sistema de seguridad social, y las organizaciones no gubernamentales (ONG's).**

Por medio de ese trabajo conjunto, **los hospitales han logrado reducir sus listas de espera en seis meses, se ha incorporado la iniciativa al Plan Nacional de Oncología, y ha recibido**

el apoyo de ocho ONG que, junto con la UCR y la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS), aportan en su financiamiento económico y de mano de obra.

La idea de crear el Programa Navegación nació como respuesta a los hallazgos encontrados en el estudio de [“Perspectiva Epidemiológica y socio institucional del cáncer de mama en Costa Rica”](#), elaborado por la Escuela de Salud Pública de la UCR y el Centro de Estudios Generales de la Universidad Nacional (UNA) en el 2011.

En la investigación se reveló que las mujeres con esa patología enfrentaban una serie de obstáculos dentro del sistema de salud que bloqueaban su acceso a un tratamiento eficiente, además de otros impedimentos sociales, culturales, geográficos, económicos y familiares, que incrementaban sus probabilidades de fallecimiento.



Este es uno de los recorridos que las mujeres realizan en el Hospital San Juan de Dios, donde deben caminar 2.44 kilómetros para realizar únicamente trámites administrativos. Con el acompañamiento del Programa, se ha logrado que las pacientes lleguen de manera oportuna a citas y a trámites.

Ante esa situación, la UCR centró sus esfuerzos en crear un proyecto que le permitiera a las mujeres enfrentar con éxito esas barreras, e iniciar esfuerzos adicionales de sensibilización, educación y compromiso hospitalario, con el propósito de lograr una mejora no solo de su salud física, sino también psicológica y emocional.

Actualmente, el Programa es coordinado por la Dra. Ileana Vargas Umaña y el Lic. Allan Bejarano Sandoval, profesionales en Promoción de la Salud.

“La idea original de navegación surge de la [Sociedad Americana de Cáncer](#), como una iniciativa para acercar los servicios de salud a la población migrante. Nosotros adaptamos la idea a raíz del estudio, porque nos dimos cuenta que las mujeres no luchan únicamente contra complejos recorridos y extensos tiempos de espera para el diagnóstico, la cirugía, y las consultas con los especialistas. Las mujeres también debían enfrentarse contra el machismo, la desorientación, el abandono, el miedo y la depresión” afirmó Bejarano.

El Programa de Navegación se implementó por primera vez en los hospitales San Rafael, en Alajuela, y San Vicente de Paúl, en Heredia, y al día de hoy se ha extendido al San Juan

de Dios, el Nacional de la Mujeres Adolfo Carit, México y Calderón Guardia.



De izquierda a derecha, la navegadora Verónica Zúñiga acompaña y apoya a Mercedes Contreras para las gestiones administrativas que debe realizar en el Hospital San Vicente de Paúl, en Heredia. Laura Rodríguez Rodríguez

## En compañía de las sobrevivientes

**El cáncer de mama es el tumor maligno que con más frecuencia se diagnostica en Costa Rica, y la primera causa de muerte en mujeres en comparación con los otros tipos de cáncer. Según datos del [Registro Nacional de Tumores](#), cerca de mil casos nuevos aparecen cada año y de ese grupo, aproximadamente 300 pacientes fallecen anualmente.**

**Desiré Picado Arce conoce bien esa cifra. Ella fue parte de esos mil casos diagnosticados, pero su constancia, los tratamientos recibidos y la compañía de una navegadora, le permitieron superar la enfermedad. Hoy su experiencia de vida la motiva a ser otra integrante del Programa Navegación de Pacientes en el Hospital San Rafael de Alajuela, donde dedica su tiempo a salvar vidas.**

**“A partir del momento en que te diagnostican, tu vida cambia por completo. Uno piensa que es la única en el mundo que está pasando esa enfermedad, y saber que hay alguien a la par que te va a ayudar, que te dará ese apoyo emocional y ese amor que se necesita, en un momento cuando te sientes solo, es una gran ayuda que solo una persona que ha pasado por lo mismo puede dar”,** indicó Desiré.

**El aporte de navegadoras como Desiré Picado ha permitido que el Programa realice más de 100 llamadas de seguimiento mensuales a las pacientes, y que se beneficie a más de 860 familiares de manera indirecta, quienes también reciben apoyo y acompañamiento informativo y emocional en momentos de incertidumbre.**



En los extremos, las navegadoras Rosa Carballo y Teresa Angulo, de la Asociación Mujeres en Rosa, parte del grupo encargado del Programa de Navegación en Heredia. Laura Rodríguez Rodríguez

---

Las Organizaciones No Gubernamentales, el sistema de salud y las labores de los profesionales administrativos en los centros médicos también se han fortalecido.

La Dra. Ileana Vargas manifestó que la contribución de las navegadoras reduce la carga administrativa del personal clínico, lo que permite que funcionen como aliadas para mejorar la calidad de la atención, debilitar las barreras del sistema, y facilitar el seguimiento de los casos, mientras colaboran con la visión y la misión de las ONG a las cuales pertenecen.

## Un programa que crece

Para su instalación en cada hospital, el Programa de Navegación desarrolla un total de seis etapas, donde se identifican las barreras y obstáculos de cada centro médico, y se consolida un trabajo interdisciplinario que refuerza la misión y los objetivos de los involucrados.

De acuerdo con la Dra. Ileana Vargas, a pesar de que ese proceso ha logrado reducir la brecha y mejorar los tiempos de espera, el siguiente paso del Programa de Navegación será ampliar su cobertura y consolidación en los hospitales públicos del país, aumentar el tiempo de permanencia de las navegadoras, fortalecer la consistencia interna del proyecto, e iniciar nuevas tácticas que maximicen la reducción en los tiempos de espera.

Para ambos coordinadores, se pretende que el Programa sea parte de la cultura de servicio de los hospitales, donde las mismas instituciones impulsen una mejora y capacitación

**continúa de navegadoras**, así como el inicio de nuevos programas que aborden otros tipos de cáncer y patologías.

## Pacientes con cáncer de mama luchan de la mano de las sobrevivientes

“Mujeres que salvan vidas”, bajo este lema se sostiene el primer Programa de Navegación de Pacientes con Cáncer de Mama del país, coordinado por la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Costa Rica (UCR), destinado a acompañar, guiar y apoyar a quienes enfrentan esta enfermedad hacia una atención rápida y oportuna.



[Jennifer Jiménez Córdoba](#)  
Periodista, Oficina de Divulgación e Información  
[jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr](mailto:jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [cancer](#), [mama](#), [salud publica](#), [ucr](#), [una](#), [ccss](#), [navegacion](#), [pacientes](#), [ong](#).