PN-ACF-588

Investigación Formativa sobre Anemia y Suplementación con Hierro Durante el Embarazo en Honduras

INFORME FINAL

Programas Para el Desarrollo de la Infancia y la Mujer
PRODIM

MotherCare
Anemia

Tegucigalpa M.D.C Noviembre 1996

Indice

Introducción.. 1

Materiales y Metodos..... 3

Resultados.. 6

Cualitativos.... 7

Servicios de Salud..... 31

Ensayo de Suplementación..... 36

Discusión 41

Recomendaciones 48

Referencias 50

INVESTIGACIÓN CUALITATIVA SOBRE ANEMIA Y SUPLEMENTACIÓN CON HIERRO EN HONDURAS

INTRODUCCION

La deficiencia de hierro es el problema nutricional mas común en le mundo y es la principal causa de anemia en el embarazo En Honduras no hay datos a nivel nacional sobre la prevalencia de anemia en mujeres embarazadas Varios estudios pequeños en diferentes áreas muestran una gran variabilidad de prevalencia de anemia en mujeres y niños (14-65%) Se teme que estos datos no sean representativos ni siquiera de las áreas en las que fueron ejecutados

La anemia en el embarazo se produce por distintos factores Los requerimientos de las mujeres embarazadas se aumentan particularmente en el segundo y tercer trimestre por las demandas del feto y de la placenta y por la expansion de la masa eritrocitaria de la mujer Los requerimientos de hierro en el segundo y tercer trimestre del embarazo aumentan a 4 4 y 6 3 mg/día respectivamente aunque en el embarazo hay un aumento en la proporción del hierro absorbido de la dieta, este no es suficiente para satisfacer la excesiva demanda Por lo tanto la mujer debe de usar parte del hierro que tienen en reserva Si la reserva es escasa o inexistente se produce la anemia

Los almacenes de hierro estan bajos en aquellas personas que tienen una dieta baja con baja disponibilidad de hierro, con infecciones parasitarias que generan perdida crónica de sangre, o con frecuentes y pocos espaciados embarazos En Honduras estas condiciones pueden darse con frecuencia en gran parte de la población La dieta se caracteriza en general por la escasa presencia de hierro hemínico proveniente de los alimentos de origen animal El hierro no heminico, que es el mas consumido y que tienen una menor biodisponibilidad, con frecuencia se consume con factores inhibidores como los taninos del café o los fitatos presentes en los alimentos de origen animal

Las mujeres con un historial de multiples embarazos y escaso espaciamiento intergenésico, sufren el continuo desgaste de sus reservas Se ha estimado que en ausencia de suplementacion una mujer puede tardar hasta 2 años para recuperar su estado de reservas de hierro previas al embarazo

La suplementación con hierro durante el 2do y 3er trimestres del embarazo es necesaria para que no se produzca la anemia Los programas de atención a la mujer en Honduras lo han adoptado como norma en la atencion prenatal de sus servicios, a partir del segundo trimestre del embarazo 120 mg de sulfato ferroso al días es la dosis óptima sugerida para la suplementación durante el embarazo

Pese a ser una solución viable para el sistema de salud, la suplementación presenta problemas de efectividad en su implementacion El cumplimiento de la suplementación esta influenciado por un sistema de creencias y practicas de acuerdo a la cultura de la mujer En Tailandia y la India por ejemplo se estima que el tomar suplementos de hierro puede generar bebés gigantes En Sierra Leona se piensa que los medicamentos y los alimentos de color rojo reemplazan y purifican la sangre

En otras sociedades se piensa que los síntomas de la anemia son naturales del embarazo y que por lo tanto no es necesario tratar de remediarlos

Tambien los efectos secundarios de la suplementación del sulfato ferroso como diarrea, estreñimiento, dolores abdominales, pueden afectar la toma del mismo

El personal de salud puede representar obstáculo para el cumplimiento del programa de suplementación debido en ocasiones a su falta de compenetración con el problema del hierro y de la anemia Otro problema se plantea por el acceso físico o económico restringido que las mujeres embarazadas de comunidades en situación de extrema pobreza pueden tener hacia los suplementos o a los servicios de salud

Buscando alternativas de solución a este problema de cumplimiento y de acceso se ha venido postulando la introducción de vehículos alternativos como el hierro parenteral, o la modificación del esquema diario de suplementación por uno semanal Sin embargo en el primer caso el costo de llevar esto a cabo parece ser muy elevado, y en el segundo aunque hay resultados prometedores, no se tiene evidencia concluyente al respecto

En el corto plazo en el pais se desarrollará una encuesta de micronutrientes para determinar la prevalencia de anemia Además de este estudio, para desarrollar una estrategia para mejorar la oferta y la demanda de la suplementación con hierro en embarazadas es necesario obtener información de tipo cualitativo

Este estudio provee información cualitativa de base para diseñar un plan de intervención en anemia y suplementación con hierro durante el embarazo en algunas áreas de Honduras

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

El objetivo general de este estudio es proveer información cualitativa de base y recomendaciones para el desarrollo de un plan de intervención de información, educacion, y comunicación sobre la anemia y la suplementacion con hierro en algunas áreas de Honduras

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1 Documentar la existencia y distribución actual de los suplementos de vitaminas y minerales, para las mujeres embarazadas, así como el acceso de las mujeres embarazadas a los mismos

2 Establecer el nivel de conocimientos y prácticas sobre anemia y la suplementación con hierro durante el embarazo del personal de los centros de salud

3 Establecer el nivel de conocimientos y prácticas sobre anemia y la suplementacion con hierro durante el embarazo de mujeres seleccionadas

4 Identificar las principales barreras y dudas para el cumplimiento de la suplementación con hierro en mujeres embazadas que estén tomando hierro, incluyendo efectos secundarios y características indeseables de la distribución y/o de las grageas

5 Identificar los canales alternativos de distribucion de suplementos de hierro, así como sí las mujeres estarían dispuestas a pagar, y el precio que estarían dispuestas a pagar por los suplementos

6 Identificar canales de comunicación y los materiales apropiados para la comunicación

MATERIALES Y METODOS

ASPECTOS GENERALES

Esta investigación se desarrolló en 5 comunidades La colonia Rivera Hernandez, que es comunidad periurbana de San Pedro Sula, en el municipio de Ajuterique y la aldea de Flores que son comunidades rurales de Comayagua, y en las aldeas de Peñita y Hornitos que son comunidades rurales remotas del área de La Paz En cada uno de estos lugares funciona un centro de salud estatal, alrededor del cual se desarrolló la mayor parte de la investigación

PROCEDIMIENTOS Y TÉCNICAS

Se desarrollaron los siguientes instrumentos en cada comunidad

1 En cada uno de estos centros estatales se practicó una entrevista en

profundidad (f01) con el encargado de brindar el servicio de atención prenatal (5 entrevistas en total)

2 En cada centro se practicó un cuestionario autoadministrado a todo el personal laborante en el mismo (f02), en total se realizaron 23 cuestionarios, 6 en Ajuterique, 12 en la colonia Rivera Hernandez, 4 en Flores, 1 en Peñita, y 1 en Hornitos

3 En cada uno de estos centros se practicaron entrevistas de salida con mujeres embarazadas usuarias de los servicios (f03), se practicaron un total de 40 entrevistas, que fueron las usuarias de los servicios en cada semana 12 en Ajuterique, 5 en Rivera Hernández, 10 en Flores, 4 en Peñita y 9 en Hornitos

4 En cada una de as comunidades se practicaron los siguientes grupos focales

a) 2 grupos focales con mujeres en edad fértil menores de 25 años, sobre atencion prenatal, conocimientos sobre embarazo, anemia y suplementos de hierro , canales de comunicación para embarazadas

b) 2 grupos focales de mujeres en edad fértil mayores de 25 años que hayan tenido embarazos previos sobre los mismos temas

c) 2 grupos focales con mujeres mayores de 49 años sobre los mismos topicos

d) 1 grupo focal con hombres compañeros de hogar sobre topicos similares a los arriba enunciados En Ajuterique se practicaron dos de estos grupos

5 Sè practicaron 2 grupos focales con las monitoras comunitarias del programa de atención integral del niño, uno en Flores y otro en Hornitos, para explorar como se pudiera integrar el programa con el monitoreo de ganancia de peso durante el embarazo

6 Se practicaron 3 grupos focales con parteras en las comunidades de Ajuterique, Flores y Hornitos, para desarrollar tópicos similares a los que se ventilaron con las mujeres en edad reproductiva y su interrelación con los servicios de salud

7 Se practicó un ensayo de suplementación en las comunidades de Flores y de Peñitas Para este se contactaron 25 mujeres embarazadas en Flores y 6 en Peñita A cada una de las participantes se les instruyó de la misma forma en cuanto a las indicaciones y se le suministraron 30 tabletas de sulfato ferroso en una bolsa Se practicaron entrevistas de seguimiento una semana después del inicio de la suplementación pero solo 18 mujeres en Flores y las 6 de Peñita estuvieron disponibles a contestar el cuestionario

8 Se practicaron dos grupos focales uno en Flores y otro en Peñita con las mujeres participantes en le ensayo de suplementacion al menos dos semanas después de su inicio

9 En Ajuterique se practicaron un total de 42 entrevistas de intercepción en las calles con mujeres de diversa edad para complementar la informacion recabada en los grupos focales

10 En cada comunidad se practicaron entre 3 y 5 entrevistas a profundidad en personas identificadas como informantes claves, por su conocimiento o experiencia en la comunidad, o relativa al problema de la anemia y la suplementación En total se practicaron 20 entrevistas a profundidad

ANÁLISIS DE DATOS

Los datos de las entrevistas autoadministradas al personal, la entrevista de salida de servicios y el cuestionario del ensayo de sulfato ferroso fueron procesados y doblemente ingresados en EPI INFO ver6 0 para su análisis

La entrevista a profundidad de los servicios fue procesada como información cualitativa, haciendose una cuidadosa lectura de la misma y colocando la información en matrices para comparar los datos

La principal técnica de recolección de datos fue sin embargo el desarrollo de discusiones de grupos focales El análisis de los datos consistió en la lectura cuidadosa de los mismos, identificando los temas más importantes embarazo, anemia, alimentación, control prenatal, medios de comunicación, suplementacion (vitaminas y hierro) Estos datos se exhibieron en matrices tratando de diferenciar conocimientos/creencias, actitudes y practicas de mujeres de los diferentes grupos de edades y las diferentes comunidades Tambien se utilizó un programa de búsqueda de textos (Gofer) para completar el análisis

PERSONAL

La investigación estuvo coordinada por Javier Rodríguez como investigador principal Se conto con la participación de 5 investigadores de campo, todos ellos profesionales de la salud, quienes eran los encargados de levantar la información El grupo contó con la asesoría de Patricio Barriga en la etapa de preparación y de Elena Hurtado en la fase de analisis

CALENDARIO

La investigación se desarrolló durante una semana en cada comunidad, en Ajuterique del 28 de Julio al 2 de Agosto, en la Colonia Rivera Hernández del 5 al 9 de Agosto, En Flores del 12 al 16 de Agosto, En la Peñita del 26 al 30 de Agosto y en Hornitos del 2 al 6 de Septiembre

Para la implementación del ensayo con sulfato ferroso se visitó Flores el 23 y 30 de Agosto y el 12 de septiembre, y Peñita el 4 y el 11 de Septiembre

LIMITACIONES

Para obtener el máximo grado de cooperación con el ministerio de salud pública se tuvieron reuniones de área para coordinar la visita del equipo investigador a cada una de las comunidades Sin embargo al visitar los distintos centros, el personal de los mismos desconocía la llegada del grupo investigador Pese a ello se obtuvo siempre una amplia colaboración de todo el personal de todos los centros para el desarrollo de la investigacion

En los Centros de Flores, Peñita y Hornitos no se pudo interactuar todos los días con el centro de salud, debido a que estos permanecieron cerrados por diversos motivos al menos un dia durante el desarrollo de la investigación Esto limito el número de mujeres embarazadas que pudieron haber utilizado los servicios en estos lugares

En Ajuterique y en La colonia Rivera Hernández, las facilidades de comunicación entre estos lugares y otros centros poblacionales hace que muchas de las embarazadas viajen a otras facilidades de salud y no se controlen en los centros públicos Esto también limito el numero de embarazadas que se pudieron intervenir a la salida de servicios de estos centros

Para la realizacion del ensayo de sulfato ferroso se tomó como guía los listados de emoarazadas de los centros de salud En Flores solo habian 12 mujeres, por lo que el equipo de investigadores tuvo que hacer un rastreo en los barrios de la aldea para localizar a las mujeres embarazadas Se localizaron 25 y se incluyeron en el ensayo Sin embargo en la visita posterior 7 de ellas no se encontraron en sus sitios o rehusaron participar En Peñita solo se tiene registradas 4 mujeres embarazadas en el centro de salud, y se captaron 2 más indagando en la comunidad

RESULTADOS

Los resultados se presentan en tres partes En la primera se presentan los datos de la investigación basicamente cualitativa , agrupando las comunidades de estudio en tres grupos

I) area peri-urbana, (colonia Rivera Hernández, San Pedro Sula)
II) área rural accesible (comunidades de Ajuterique y Flores)
III) área rural poco accesible (comunidades de Hornitos y Peñita)

Para cada área se presentan los conocimientos y practicas de las mujeres en relacion al embarazo, la anemia, la suplementacion con hierro y vitaminas prenatales y la alimentación de la embarazada

Después se resume información sobre algunos factores que influyen en las prácticas de las embarazadas, canales alternativos de distribución de suplementos y canales de comunicación Esto último se presenta agrupado para las cinco comunidades estudiadas Finalmente, se hace un análisis del programa AIN, en las comunidades de Flores y Hornitos

En la segunda parte se presenta los datos cuantitativos y cualitativos referentes a los servicios de salud Se presentan los principales resultados de las encuestas y cuestionarios practicados, así como la información recogida en

los grupos focales al respecto

En la tercera parte se presentan los resultados preliminares recogidos luego del ensayo de suplementación con sulfato ferroso practicado con mujeres embarazadas de las comunidades de Flores y de Peñita Se presentan los resultados principales del cuestionario de seguimiento hecho una semana despues del inicio de la suplementación y de la informacion cualitativa recabada en los grupos focales desarrollados con las mujeres participantes en el ensayo

1 RESULTADOS DE TIPO CUALITATIVO

A Conocimientos y prácticas

A1. Colonia Rivera Hernández (Comunidad Periurbana)

1 EMBARAZO

Las mujeres mencionaron los siguientes como malestares durante sus embarazos Vomitos, basca, asco a las comidas, escupidera, apetito aumentado, o se le quita el hambre, dolor de muelas, deja de comer hasta los tres meses, dolor de cabeza, dolor de rabadilla, dolor de cuerpo, dolor de vientre, mareo, debilidad, decaimiento, vaídos, baja de peso, se le hinchan los pies Los mas prevalentes son los malestares gastrointestinales

Entre estos malestares hay algunos que son sugestivos de anemia dolor de cabeza, flojedad, mareo, decaimiento, debilidad, vaídos, cansada

Muchas de las mujeres en los grupos focales manifestaron alteraciones en su estado de animo Pereza, agresividad y mal humor, aburrida, con odio al padre, con mal genio y enojada Todos estos denotan un estado de malestar en las mujeres

Hubo algunas sin embargo que manifestaron que no hay malestares en el embarazo y que tampoco se afecta el estado de animo de las embarazadas Una de las participantes justificó que si a algunas de las mujeres el embarazo les da malestares es porque son débiles de sangre

Hay creencias de que las sobadas de las parteras servían para aflojar las venas y que esto ayudaba a fortalecerlas Ahora la mayoria ya no a acude a la partera si no que va al médico Se lamenta que el médico no tenga estos conocimientos, aunque se reconoce que quizás tengan otras experiencias que ayuden

Las mujeres de esta comunidad asisten al control prenatal en distintos servicios privados disponibles en la misma colonia, o bien van a los centros de salud municipales También pueden asistir a la ciudad de San Pedro Sula y acudir a servicios privados, municipales, del seguro social o los del ministerio de salud publica El acceso es fácil y rápido, pocas de las participantes de los grupos afirman acudir con exclusividad al centro de salud local del ministerio de salud pública

2 ANEMIA

Las participantes de todos los grupos conocían acerca de anemia, y así respondieron cuando se les describió el cuadro clinico de una embarazada con anemia Se mencionaron los siguientes términos como sinónimos o definiciones de anemia

"Sangre decaída"
"Debilidad"
"Falta de Sangre"
"Falta de Hemoglobina"
"Falta de Vitaminas"

Se reconoce que la anemia afecta la sangre Todos pueden afectarse por ella Una de las participantes dijo "La anemia la tenemos todos pero no profunda" Otra dijo " Nosotras tenemos las enfermedades pero no desarrolladas, solo el SIDA quizás no lo tenemos

Para determinar si una persona tiene anemia lo que hacen algunas de las participantes de los grupos es verle lo blanco de los ojos en la conjuntiva Aunque si la anemia es severa no necesitan hacer esto pues se nota a simple vista

Clasificación de la anemia

Algunas de las participantes reconocen dos tipos de anemia
-La anemia profunda en la cual la mujer está pallula, demacrada, sin animos, con sueño, con ojeras, y los párpados blancos, hinchada Penetra en el hueso y cuesta mucho quitarla
-La anemia leve es la que todo el mundo tiene "todos tenemos un dieciseis (1/16) de anemia

Causas de la anemia

La causa más comúnmente indicada como responsable de la anemia es la relacionada con la alimentación Sin embargo en los grupos se mencionaron causas tan diversas como El tener los hijos muy rápido, el no tener control prenatal en el embarazo, la falta de ejercicio "De dormir mucho proviene la anemia," o por descuido

Síntomas de anemia

Los síntomas mencionados de anemia son pallula, demacrada, sin ánimos, solo sueño, le da insomnio, con ojeras, párpados blancos, hinchada, amarilla, bofa, vaguidos, gran frío, faltan ganas de caminar "La gente que tiene anemia tiene hinchazon, se ponen pálidos

Consecuencias de la anemia

Las principales consecuencias negativas que provoca la anemia son relacionadas con el niño y con la madre En el niño se dice que provoca que salga desnutrido y bajo de peso, enfermo con debilidad y tullido, sin fuerza, con anemia

La madre se afecta porque se le terminan las defensas y hasta puede morir por tener un mal parto

Tratamientos para Anemia

Se identificaron tratamientos de diversa naturaleza y acción, los cuales se pueden agrupar en remedios caseros, alimentos, y tratamientos farmacológicos

Los remedios caseros identificados fueron La Calaica, la verdolaga cocida, el agua de pascua con romero, la raiz de indio desnudo, la calaguala, el diente de León, el Carao con Leche, las conchas de liquidambar, la hoja de guayaba, la hoja de aguacate, el extracto de hígado crudo y la manzanilla

Las comidas con efecto terapéutico contra la anemia enunciadas por las mujeres son La sopa de frijoles, el frijolillo, el jugo de remolacha, el jugo de zanahoria

Ademas se mencionaron los siguientes tratamientos farmacológicos Las vitaminas tomadas e inyectadas, las transfusiones de sangre, el hierro, el combactrin, el Ferrum (marcas comerciales), el sulfato ferroso, las pildoras de vida, el vigoron y el complejo B

Muchos de los remedios caseros o los alimentos que se mencionaron en los grupos tienen la particularidad de que son de colores rojos emulando la sangre

3 SUPLEMENTACIÓN

Cuando a las mujeres participantes en los grupos focales se les preguntaba acerca del hierro habian dos respuestas No sabían que era unas, y otras decían que era una vitamina Algunas de las que no sabían que era el hierro si conocían al sulfato ferroso, o a las prenatales identificándolos como vitaminas que les daban en el centro de salud Algunas de las que dijeron que el hierro era una vitamina no conocian al sulfato ferroso, pero si hablan de prenatales y de marcas comerciales de hierro como cromatonB y Ferrum Algunas de las participantes indican que estas vitaminas son buenas para la sangre

Algunas mencionaron que el hierro se puede obtener al comer ciertos alimentos que lo contienen Una de las participantes dijo que ella prefería la vitamina de la fruta y no de la pastilla Una de las participantes dijo "las vitaminas son hechas de las plantas, si uno supiera hacerlas no tendría que comprarlas sino que las prepararia "

Se mencionaron efectos positivos del hierro, del sulfato ferroso o de las vitaminas bueno para la sangre, aumenta la sangre, fortalece a la madre y al niño, para dar fuerza, para que los niños no salgan desnutridos, para tener fuerza a la hora del parto, beneficia los huesos y la dentadura del niño, ayuda a subir la hemoglobina, da color y da hambre

Algunas hablaron de consecuencias si no se tomaban el hierro nace débil, nace con alguna enfermedad, pálido, la mujer queda pálida como verde

Sin embargo también se le atribuyeron al hierro efectos negativos basca, asco, bolencia, pone a la mujer más débil, lo rechaza el estomago, da mareo, dolor de cabeza, ardor de estómago, es de sabor horrible, a los niños al nacer les salen los dientes picados cuando toman hierro las madres,

Ademas de estos efectos negativos al tomar la pastilla de hierro se encontraron algunas creencias o actitudes que hacen que las mujeres abandonen la suplementación Algunas mujeres no toman la vitamina porque creen que el niño se pone muy grande, y les cuesta el parto, a otras les aburre o les da pereza tomarlo a diario, otras dicen que se les olvida, otras argumentan que dejan de tomarse la pastilla porque no saben la importancia de las vitaminas, o por que nunca les han dicho para que sirven, la vitamina tomada es muy fuerte y el niño puede nacer con deformidades

En este grupo de participantes aunque hay algunas que no van a los centros de salud, se menciona con frecuencia el acceso a sulfato ferroso o a hierro parenteral Varias de las participantes relatan haber usado inyecciones de hierro en lugar de tomarse las tabletas

En cuanto a la forma de tomarse las tabletas parece que lo mas usual es tomarse una tableta al dia, preferentemente en las mañanas Aunque algunas de ellas refieren que se tomaban tres tabletas al día, una con cada comida Algunas afirman no necesitar de estímulos para tomarse las tabletas, debido a que saben que tienen un compromiso con sigo mismas Otras en cambio afirman que se les olvida con frecuencia tomarlas

Las participantes de los grupos presentas dos actitudes generales con respecto al sulfato ferroso, una de apoyo y otra de rechazo La conducta de apoyo se manifiesta con las bondades que le confieren a su ingesta Una de las participantes dijo " el sulfato ferroso se ve tan insignificante, pero es tan bueno y tan barato Sin embargo al hablar de las otras presentaciones del hierro se quejan de los altos precios que este tiene Las que rechazan la suplementación lo hacen argumentando los efectos secundarios de la suplementacion con el mismo o anteponen algunas de las creencias anteriormente enunciadas como causa para dejar de tomar las tabletas

De las mujeres que dijeron aprobar el sulfato ferroso, no todas estarian dispuestas a pagar por ellas Una de ellas consideró como un derecho el acceder a estas tabletas sin costo

4 ALIMENTACIÓN

Se mencionaron una serie de antojos que las embarazadas tienen en sus embarazos Estos van desde frutas como el mango verde y la piña, hasta sustancias que no necesariamente son consideradas como alimentos como el comer tierra, cemento, chingaste de café, jabón, chinola, fumar y beber "Yo tenía deseos de comer tierra seca que se mojara en mi boca" También se mencionó el hielo Se mencionaron alimentos crudos y cocidos algunos pueden ser fuentes de hierro como el hígado Pareciera haber una tendencia por preferir las cosas ácidas o picantes Existe la creencia de que el comer sal quita el antojo

Además de estos antojos se mencionaron una serie de alimentos que fueron aborrecidos por las participantes de los grupos Estos alimentos forman parte de la alimentación habitual de las mujeres, entre otros se mencionó el arroz, la tortilla, los frijoles, el pollo, el huevo, la cebolla

Se mencionan alimentos que son buenos comer en el embarazo Se debe de comer de todo para que los niños sean frondosos, tiene que alimentarse bien porque si no da anemia Se hace referencia a frutas y verduras Si la mujer embarazada no se alimenta bien tiene problemas en el parto, tiene anemia, tiene pocas defensas porque tiene disminuidos los glóbulos rojos y blancos, y por eso se puede morir la persona

Se menciono tambien que hay alimentos que deben evitarse, como el chile o la piña , el melon o la naranja Todos estos son alimentos helados y pueden provocar que al nacer el niño salga enfermo del pecho Si se toma agua de coco el niño puede salir asmático Se menciona que el platano con leche no se debe de consumir porque engorda mucho al niño y después no lo puede tener Las pastillas amargas como la aspirina, la Alka Seltzer se deben evitar porque son abortivas

Cuando la mujer ha tenido al niño se le recomiendan ciertos alimentos Queso, tortilla tostada, gallina asada, chocolate hervido con leche Lo último se utiliza para que baje la leche al igual que el Pericon y la manzanilla

Pero también hay alimentos que deben de evitarse despues del parto Por ejemplo algunas dijeron que el aguacate, la manteca, la cebolla, el repollo y las verduras verdes le dan mucle al niño y ensucia verde El pescado y el arroz por ser muy frescos, la mantequilla porque da infección y un flujo blanco por la parte llamado Flor Blanca, atol dulce de maíz le da cólico al niño, el mondongo es muy caliente, el huevo porque hiede la sangre ademas de darle infeccion en los ovarios y de infectar al niño cuando no se le ha caido el ombligo, y los frijoles porque empachan al niño

Una de las señoras que participo en los grupos de más edad dijo que si en el primer embarazo la mujer acostumbra comer de esas cosas el organismo se va acostumbrando y en los otros ya no les hace nada

Se menciona como hábito el consumo de cafe Una de las participantes afirmo me da dolor de cabeza si no tomo cafe, no me da ni ardor de estomago ni nada "

A2. Ajuterique y Flores (Comunidades rurales)

1 EMBARAZO

En los grupos las mujeres participantes dijeron que se sienten muchos malestares durante el embarazo mareos, náuseas, escupidera, basca, comedera, no comer, vómitos, ardor y dolor de estomago, asco, agruras, dolor de cabeza, baja presion, sofocacion, asfixia, adormecimiento de las piernas, desgane, pereza, decaída, vaguido, agotamiento, fea y delgada hinchan los pies, calambres en las piernas (tajitos) y los pies, engarrotan las manos, incomodidad al caminar, molestias en las varices, dolor de rabadilla, sudadera, acalenturada, frío, dolor en la cintura, dolor en el cerebro (nuca), sangrado (reglando) Los malestares gastrointestinales son los mas prevalentes al principio de embarazo y otros malestares como dolores son mas prevalentes al final Por ejemplo, dijo una participante Al final del embarazo nadie quiere hacer nada ,

Entre los malestares mencionados algunos son sugestivos de anemia, especialmente mareos, bolencia, cansancio, sueño, debilidad, sin ánimo, palidez, dolor de cabeza, sofocación, desgane, pereza, decaída, agotamiento, solo pasaba acostada , nada de hacer oficio, sin ánimo

Hubo algunas que mencionaron que algunas embarazadas no tienen ninguna molestia y que a algunas les da más ganas de trabajar y mucha actividad durante el embarazo, pero estas son las menos

Las mujeres tambien mencionaron que hay cambios en el estado de animo durante el embarazo, como todo le molesta a uno, todo le ofende y se lo desquita con los niños, enojadas, dejación, colera, incomodidad, aborrecía a mi marido prefería estar sola , tiricia (vivir delicado), tristeza, colera, impertinente, sentir miedo

No siempre que las mujeres hablan de dieta se refieren a la alimentación, sino a cuidados deben de tener durante el embarazo

Hay algunas creencias tales como que el embarazo de niñas es diferente al de varones y las mismas se reflejan en algunas practica Las parteras cobran mas cuando nace un varón que cuando nace una niña y a las mujeres que han tenido un varón se les da de comer gallina en el postparto También se cree que con el pasar de los años cada embarazo es mas difícil

Las mujeres de estas comunidades, por lo general, asisten al control prenatal, a distintos servicios modernos médico particular (la Paz), centro de salud u hospital Ellas tienen acceso a los mismos Las mujeres mayores hicieron ver la diferencia con los tiempos anteriores en que no habían servicios de salud, ellas acudían principalmente a parteras Una mujer reporto que asistía al Instituto Hondureño de Seguridad Social

2 ANEMIA

Las participantes de todos los grupos conocían sobre la anemia y respondieron con el término de anemia a la pregunta que refería una embarazada con cuadro clinico de anemia Algunas definiciones de anemia fueron

Cuando uno pierde globulos rojos
Uno se pone amarillo
Falta de vitaminas, pierde color, tiene frío
Falta de sangre

Relacionan la anemia con cambios en la sangre (mala, insuficiente, agua), con palidez de la piel y con la mala alimentación o falta de vitaminas

Personas a riesgo de anemia

Segun las participantes, les da anemia a las mujeres embarazadas, no sólo en personas delgadas sino también a aquéllas que se ven gordas, a mujeres muy jóvenes (niñas que salen embarazadas') y a veces en el postparto por la hemorragia en el parto

Diagnostico de anemia

Para saber si una persona es anémica se fijan en la apariencia de la persona especialmente el color y exámenes de sangre Algunas utilizan terminos como glóbulos rojos y hemoglobina

Clasificación de anemia

Algunas participantes distinguen diferentes tipos de anemia Los mas mencionados son sólo anemia y la anemia profunda La anemia sencilla no es tan severa y se quita más rápido, la anemia profunda es muy seria y puede hasta llegar a matar Otras mujeres dijeron que no conocen distintos tipos, tal vez los hay pero no los conocen

Causas de anemia

La principal causa de anemia mencionada es la mala alimentacion Ademas, son causas la falta de hierro en la sangre y falta de vitaminas Otras causas son las inyecciones de [illegible], la edad de la mujer (niñas embarazadas sufren mas de anemia), la desnutricion, el que las mujeres no asistan a control prenatal y el paludismo

Sintomas de anemia

Los síntomas de anemia son decaimiento, no tienen fuerza, apatia, desgano, pereza, sueño, no tiene ganas de caminar, tristeza, palidez o 'pallula , los labios blancos, ojos amarillo, amarillas, no tiene apetito de comer, se hinchan (por el agua en la sangre), tiene frio, pies helados, helazon, sudor helado, tullida, dolor en el pecho y arrugadita Es decir, los síntomas son cambios en la conducta y en la apariencia de la mujer Ademas, relacionan la anemia con frío y la hinchazón Una mujer describio una situación extrema asi

> Yo tuve anemia y tenia el pelo amarillento, yo tambien estaba amarilla, me daba frio y sueño al medio dia, Me dormia en el calor del sol

Consecuencias de la anemia

Identificaron consecuencias negativas de la anemia para el niño y para la madres Entre las primeras están que la madre puede pasarle la anemia al niño, puede perder el niño o abortar, el niño puede nacer desnutrido, raquítico, delgadito, pálido, de bajo peso o prematuro, falto de actividad y decaído, con defectos congenitos (tulliditos)

Las consecuencias para la madres son no tiene fuerzas para parir, puede recibir otra enfermedad al momento del parto o la puede matar Estas se limitan al rol de la mujer como reproductora

Tratamientos de la anemia

Entre los tratamientos que las mujeres mencionaron se identificaron remedios caseros y otros farmacológicos Algunas creen que con la medicina natural se puede curar la anemia Los remedios caseros mencionados incluyen vinos de carne, nueve rabanos con leche, hoja de rábano, remolacha cocida, agua de remolacha y agua de hoja de remolacha, indio desnudo , de chaparro, de sambrano (corteza del arbol de este nombre), nance rojo hervido o picado, jarabe de carao, flor de carao hervida con leche, palo de quina con canela, (corteza de arbol) y miel de palo, esencia coronada con leche, cogollos (brotes) de yuca, cascara de papaya con la semillas y quina (atol amargo), vino (aguardiente, azucar, esencia coronada y canela), raíz de cuculmeca, jinicuite, excursionera (arboles) También mencionaron alimentos con propiedades medicinales como hígado medio cocido, sopa de frijoles simple sin sal del primer hervor, leche de vaca negra, frijol negro, plátano macho (maduro), leche de cabra, frijoles de soya, algunas verdura y frutas

Muchos de los remedios caseros tienen la particularidad de tener color rojo lo cual se asocia al color de la sangre

Entre los tratamientos farmacológicos mencionaron las vitaminas (en general), vitaminas prenatales, vitaminas C y D, acido folico, hierro, sulfato ferroso, sueros, inyecciones de vitaminas, glóbulos rojos empacados, extracto de malta, inyecciones de extracto de hígado, inyecciones de complejo, regulador vegetal con leche, rabano yodado (jarabe), Cerenervon (tónico vitaminado), pastillas Macoy, aceite de bacalao, fosforo y Canpolón

Consideran mas importantes los alimentos que las vitaminas, sin alimentos de nada sirve tomar vitaminas Tienen que trabajar juntos los alimentos con las vitaminas Una participante dijo

> No se puede comer bien todos los días, vamos, de pobre a pobre, si se beben vitaminas se debe comer bien para que trabajen las dos cosas

3 SUPLEMENTACIÓN

Conocen mas las vitaminas prenatales que el hierro, hablan más de vitaminas que de hierro Sin embargo, en un grupo de mujeres menores de 25 años ninguna sabía lo que quería decir hierro y no podían asociar la palabra con nada Identifican al hierro como una vitamina toda vitamina lleva hierro , es vitamina sulfato ferroso Saben que hay vitaminas en el centro de salud y que se les da a las embarazadas, pero generalmente no les dicen qué son o para que sirven Las que no van a los centros de salud no las reciben y, además, parecería que la existencia es limitada, especialmente en el último tiempo

El hierro lo asocian con efectos positivos Al igual que las vitaminas, el hierro sirve para la mujer embarazada y postparto y para el niño En la mujer aumenta la sangre, aumenta los globulos rojos, es gran defensa para la sangre, sirve para la anemia, es vitamina para el cuerpo, da fuerzas al cuerpo, a los huesos, controla la presion, mejora el estado de ánimo, le levanta el espiritu , la rejuvenece, la pone rosada y con energia para trabajar y comer, le da fuerza al momento del parto y ayuda para que el cuerpo vuelva a la estabilidad después del parto, junta leche (materna), evitar el dolor de cerebro y le quita la oscurana

El hierro le cae bien a la criatura, le da hambre, da fuerza, hace que el niño nazca fuerte, no nazca desnutrido, que salga alentado, que no padezca de diarrea, que no salga enfermoso , se pone chapudo, vitamina al niño, lo hace aumentar de peso, fortalece, toma mejor color

Pocas mujeres han recibido hierro, por ejemplo, ninguna de las mujeres jovenes de Flores había tomado hierro Algunas han recibido, pero no se las han tomado o las han dejado de tomar Las que han tomado la toman con leche para evitar el mareo y molestias gástricas, con jugo de naranja, con agua y con refrescos de botella

Entre los factores que facilitan tomarse la vitaminas dijeron que alguna persona se las recuerde o se las ponga a la vista todos los dias Tambien dijeron que hay que destinarles un lugar especifico visible En algunos casos, el esposo le cuenta las pastillas para chequear que se las tome Las mujeres mayores recomendaron supervisarlas y contar las pastillas

Las principales razones para el abandono tienen que ver con molestias gastricas es pesado para el estómago, da dolor de estomago, acidez, da ganas de arrojar También hay otras molestias como me da canillera (temblor de piernas), baja la presion, mareo o bolencia, irritación al orinar, se mancha la cara al salir al sol o exponerse al fuego, engorda a la madres, eructos calientes, dolor de cabeza, sueño A los niños les mancha los dientes y a las mujeres la cara, lucecitas Da pereza tomarselas, se aburren, la mujer es ruina (descuidada)

A veces la respuesta para las molestias es la reducción de la dosis o tomarla con un día de por medio No hay consenso sobre la dosis apropiada y la frecuencia La hora para tomársela tambien varia en la noche, después del desayuno, cuando me acuerdo, unos días si y otros no

También mencionaron características indeseables del sulfato ferroso sabor feo, olor feo, tienen un tufito, huele a herrumbre, parece óxido, moho, sabor a moho, como pura sangre. Una mujer describió el olor así

Es tan ordinario el olor que echan, como cuando un tambo esta mohoso y uno lo lava

Un efecto negativo del hierro es que engorda al niño y despues el parto se dificulta Por ejemplo, dijo una participante de Ajuterique

Yo no me tome las tabletas porque en el primer embarazo, me estaban poniendo demasiado de gorda, y el niño me salio bien gordo, y me unieron (episiotomía en el parto) Por eso en los otros embarazos aunque me dieron las tabletas yo no me las tomaba, para evitar que los niños me salieran demasiado de grandes y no sufrir en el parto El doctor que estaba en el centro me llevó al materno porque el niño era demasiado de grande Yo no le aconsejaría que se tomara a una hermana menor las tabletas de hierro, porque le pueden hacer cesárea si no es muy amplia, y no es necesidad que le pegue una cosa de esas si se puede evitar

Una mujer que padecía de la presión dijo que le causa sangrado por la nariz y la boca

Otros factores que tienen que ver con no tomar o abandonar el suplemento son la falta de conocimientos, el hecho que sean regaladas (menor status), creencias en relación a no mezclar vitaminas con algunos alimentos, como el limon, chile y otros condimentos Hay quienes no necesitan tomar hierro porque están fuertes o se alimentan bien, dependiendo de la alimentación si tiene vitaminas/ hierro o no

El hambre fue mencionado tanto como efecto positivo como negativo Las vitaminas aumentan el apetito, pero si no tienen para comer entonces para que quieren que le de hambre

Alimentos fuentes de hierro toda cosa verde como la verdura, sopa de frijol, frijoles, leche, carne de res media cruda, pescado, huevo, arroz, frutas (piña y mango), banano, papa, jugo de frutas, yuca, rabano

El sulfato ferroso algunas lo consideran barato, quiza porque lo obtienen sin costo en los servicios de salud Si fueran medicinas pagarían por ellas, pero las vitaminas no las consideran medicinas No les parece justo pagar por las vitaminas Si fueran compradas no las tomarían Aducen que por la pobreza no las podrían comprar Se dijo que si no se las toman regaladas menos que las van a pagar Sin embargo, otras estan de acuerdo con pagar porque las consideran importantes

Una partera de Flores habló del ácido fólico

4 ALIMENTACIÓN

Se mencionaron antojos que las embarazadas tienen Estos son cuando uno quiere comerse algo y cuando se lo come lo aborrece, no quiere ni verlo , el deseo es cuando uno se lo come y no lo arroja Uno se lo come todo y después le da asco , al mirar las cosas a uno le da antojo y no se las come Los antojos son causados por los niños que piden la comida La mayoria de los antojos tienen que ver con alimentos que desea comer la embarazada frutas (sandía, naranja, mango), cosas acidas (limón) Ademas, principalmente las mujeres mayores mencionaron antojos de sustancias que comunmente no son consideradas comida tierra blanca, tierra húmeda, azufre en polvo, almidon en polvo, arroz crudo, tierra húmeda de la pared, lodo puro de la calle , hielo o escarcha del congelador Una mujer mayor dijo me quedaba dormida con un terron de pared de cal en la mano

Existe la creencias de que si el antojo no es satisfecho puede causar aborto y las mujeres relataron experiencias en este sentido Tambien hay creencias en relacion a cómo quitarse un antojo Para quitarse la gana del antojo hay que ponerse un puchito de sal en la punta de la lengua

Refcrente a la alimentacion durante el embarazo indican alimentos que son buenos comer de todo para estar bien nutrida, frutas (sandia, piña, melón, guayaba, pepino, nance) y verduras, cosas verdes y raices de tierra, sopas (sopa de frijoles con arroz, sopa de frijol con tortilla, sopa de canecho o cangrejo, sopa de pescado, sopa de res, sopa de pollo) plátano con leche, carnes, cosas acidas Consideran a estos alimentos nutritivos, los frijoles tienen hierro, otros alimentos tienen vitaminas

Por otra parte, se mencionaron alimentos que alguna embarazada dijo dejar de comer porque lo aborrecio o porque tenia alguna consecuencia indeseable Aborrecio el huevo, huevo con tomate No debe comer plátano con leche y otros alimentos que engordan porque hace que la mujer o el niño engorde en exceso, chile picante por granos en la piel del niño cuando nazca y porque es caliente, las sopas y otras comidas con mucha grasa son malas, el chile, limon y comidas condimentadas son contraindicados por el medico cuando estan tomando vitaminas Defectos congénitos del niño por el consumo de algunos alimentos como el chile

Las mujeres tienen claro el concepto de relacion entre alimentacion y estado nutricional de la madre y el niño Es bueno que la mujer se alimente bien porque las vitaminas le pasan al niño y la mujer tiene fuerzas para el parto Si se alimenta bien la embarazada tendra buena leche Creencia que el exceso es malo El parto es dificil cuando comen en exceso porque el niño engorda mucho Si la embarazada se alimenta mal el niño nace desnutrido o pellejocito

En el postparto tambien hay algunos alimentos contraindicados porque enferman al niño a traves de la leche materna o porque le hacen daño a la madre Por ejemplo, el aguacate y el repollo hacen que el niño obre verde y le pega mucle al niño El mucle es un dolor o colico que le da a los niños en el estomago, hacen el pupu verde Hay alimentos que hacen que no sane el ombligo del niño repollo, pepino, el huevo y el aguacate Otros alimentos malos en el postparto hacen mal a la madre el huevo, la sandia, el aguacate, la leche, el guineo, la ensalada de frutas, las verduras, cuajada con suero, el limón Muchos de estos alimentos son considerados helados o porque le cortan la sangre a la mujer

Cuando las mujeres tienen sus partos en el hospital, se ponen a prueba sus creencias y prácticas y las reacciones pueden ser distintas como lo ilustran las siguientes citas

> En el hospital le dan de todo a uno pero uno solo come lo que puede comer lo demás lo hace a un lado uno

> A mi en el hospital me dieron te y verduras cocidas, pero como la mía fue cesarea [si lo pudo comer]

> Cuando yo fui a tener allí [el hospital] me dieron de todo y entonces yo dije se puede comer de todo En el hospital le dicen a uno que puede comer de todo

Durante el postparto, las mujeres pueden comer aguacate morado (no verde), frutas de las estacion, bebidas (cacao, de semillas de ayote, pinol) que ayudan a que baje la leche, atol de maicena, te de manzanilla, té de pimienta

Se exploró especificamente el consumo de algunos alimentos que favorecen o inhiben la absorcion de hierro La información es muy variable Todas toman café y algunas no tienen molestias, a otras les da agruras Algunas consideran el cafe un vicio, una droga Alguna menciono que el médico les recomiendan que no tomen café y que tomen

Sobre el antiacido dicen que algunos médicos siempre se lo indican o que lo toman cuando tienen fuegaje en el estomago

A3. Hornitos y Peñita (Comunidades Rurales remotas)

1 EMBARAZO

También en estos grupos las mujeres manifestaron que padecen de una serie de malestares relativos al embarazo Hay malestares gastrointestinales ganas de arrojar, basca, asco, acidez en el estomago, agruras, dolor de estómago, vomitos y dolor de barriga, no quería comida, dolor de muelas Otros son malestares generales Dolor de cabeza, mareos, dolor en la rabadilla, sueño, frio, calentura, dolor en las venas, se me hinchan las venas, bolencia, dolores de vientre, dolor de huesos, dolor en las piernas, olores que no le gustaban, várices en las piernas, calambres en las piernas, pallula, perdida de peso, frios de calenturas, desmayos, dolamas, gran dolencia, bajada de cuerpo, fluxiones, dolor de cerebro, se me duerme el cuerpo, dolor en los pieces, pieces recargados, dolencia

Entre los malestares mencionados hay algunos sugestivos de anemia sobre todo mareos, bolencia, no quería comida, dolor de cabeza, sueño, frio, pallula, desmayos, perdida de peso, dolor de cerebro, pieces recargados, se me duerme el cuerpo

Se mencionaron tambien cambios en el estado de animo de las mujeres embarazadas que pueden tambien ser sugestivos de anemia, como Susceptibilidad, aborrecer a su marido, odiar a otras personas, pereza, soberbia, sin querer hacer nada, enojona por todo, solo sentada, desganada, con agotamiento, debilitada, haragana, sin querer hacer ejercicio, con colera,se sentian mal, enojada, temperamento cambiado a veces bien a veces mal, peleando con los hijos, pesadilla en el cuerpo, desganadas, colerientas, con ira, cambios en el caracter, tristeza

También una parte de las mujeres que participaron en los grupos refiere que no tienen malestares en sus embarazos, y que trabajar durante todo su embarazo

En Hornitos se hizo una caracterización de la "dieta" de los cuarenta dias Es una dieta sin hombre, sin embargo hay jefes de casa que no comprenden la dieta y tienen relacionas sexuales en esos dias, y se narran experiencias de algunas mujeres que hasta perdieron la matriz(utero) por esta práctica

2 ANEMIA

La mayoria de las participantes conocían el termino de anemia para referirse al cuadro clínico que describe a la embarazada afectada de dicha enfermedad La anemia se dijo que cambios en la sangre como

"Se hace agua la sangre, la persona no tiene vida y se hincha" "Sangre ralita" "Ni el corazón trabaja, se le acaba la inspiracion y es anima" "Esta muy liquida de sangre" "es una enfermedad se va perdiendo la sangre, la vida de nosotros es la sangre y se nos va"

La causa de la anemia es atribuida fundamentalmente a la falta de vitaminas, y alimentacion Aunque se menciona también que puede ser producida por un mosquito, por descuido, trabajar mucho, por no tomar agua, por parásitos, por una infección, porque los niños van muy seguido (intervalo intergenesico corto), no ir a control, desmande de la menstruacion, o la criatura esta debilitando la madre

Se dice que la anemia puede ser profunda y se caracteriza se dice que la piel se pone negra y ampollada y es grave y sin cura para la persona, es la anemia que mata La otra anemia se cura con vitaminas, a esta se le llama simple

La anemia provoca en las personas que afecta los siguientes sintomas sueño, la persona se pone delgada, pallula, nada de color o color marchito o amarillo, pereza, se hinchan, en el medio día no sudan ni las calienta el sol, bolencia, desmayo, sin valor, sin fuerzas, con afliccion, con colera, tristeza, dolor de cabeza y en el cuerpo, no quiere hacer nada, cansancio, sequitas, bien menuditas, sin animo, con frío, dolor de pieces, débil, flacos, decaida, bostezadera, falta de aliento y energía dolor de cerebro, y ojos hundidos y tristes

Entre las consecuencias que se mencionaron que puede tener la embarazada por la anemia destacan las que afectan al niño el niño sale con anemia, débil, con poco peso, no tiene crecimiento, desnutridos, impedido, sin fuerzas, no sale bien de salud A las madres les puede pasar que tengan un aborto, no sube de peso la mujer, pasa decaida, hay peligro de morir para la madre y el niño, no tiene fuerza para tener al niño en el momento del parto, y una mujer que tenga anemia no sale embarazada

Entre los tratamientos que se citan para la anemia destacan los siguientes remedios caseros la calaguala, medicinas de plantas, pericón, manzanilla, quinas, liquidambar, escursionera, flor de tarde, raiz de claveina, alucema, tinturas y medicina vegetal, romero, pimienta gorda, clavos de olor, cuculmeca, canela, manzanilla, vino regulador y de raices, esencia coronada, cascara de cedro real, raíz de cuchera, oregano, jinicuite o indio desnudo

También se mencionaron como alimentos para manejar la anemia los siguientes sopa de frijol negro, leche y frijol de soya, verduras como ayote, platano, papa, yuca,y pataste, sopas de res y de pollo, leche de cabro, papaya, melón, remolachas, rábano, ademas el jugo de tomate y zanahoria, pescado, jugo de nixtamal, cabro o pichon horneado

Se habló de tratamientos farmacologicos como vitaminas en liquido y pastillas, inyecciones de vitaminas, extracto de hígado crudo, suero, complejo B, pastillitas redonditas rojas y unas rosadas, cerenervón, píldoras de vida

3 SUPLEMENTACIÓN

En estas dos comunidades rurales remotas las participantes de los grupos focales mostraron opiniones no similares en lo que a hierro y sulfato ferroso se refiere Algunas no podían asociar la palabra hierro con nada, no lo habían escuchado Otras si reconocian al sulfato ferroso como una vitamina, pero solo en su presentación en liquido para niños A algunas de las participantes de Peñita se les mostró la tableta de sulfato ferroso, y dijeron que nunca la habían visto

Sin embargo otras de las participantes si identificaron al sulfato ferroso como las vitaminas que se dan en el centro de salud para las embarazadas acompañadas de capsulas prenatales y otras vitaminas Otras al referirse al sulfato ademas de identificarlos como vitamina, lo relacionaban con la sangre y el apetito "Es una vitamina para fortalecer la sangre y agarrar apetito de comer"

Al sulfato ferroso se le asocia con varios efectos beneficiosos Se mencionaron los siguientes Para combatir la anemia,para curar la enfermedad de la sangre, para que la sangre se vea rojita y no rala sino que espesa, para fortalecer la sangre, para dar apetito, para quitar la pereza, para quitar el sueño, para hacer oficio, ayuda al cuerpo, protege a la madre y al niño, para darle fuerza a los huesitos y los dientes de los niños, para que no nazca desnutrido, para recuperar fuerza, para dar fuerza para el parto "El niño se va desarrollando a su medida y hay mas fuerza en le parto "

Algunas de las participantes dijeron no sentir ningún malestar al tomar las tabletas de sulfato ferroso A algunas de ellas les gustaba el hecho de que producía apetencia

Sin embargo otras se quejaban de los malestares que les provocaba tomarse la tableta de sulfato ferroso Se mencionaron los siguientes malestares Ardor y dolor de estómago , dolor de cabeza, asco, basca, mareos, eructar la pastilla, se les sube el olor de las vitaminas, dejan mal sabor de boca

Se les preguntó en los grupos cuales pudieran ser las razones para que las mujeres abandonaran la suplementacion Nos respondieron que esto era motivado en parte por los efectos secundarios de las tabletas, pero que ademas habían ciertas creencias que motivaban el abandono de la suplementación Se mencionaron los siguientes factores Porque manchan la cara, Por que se crian mucho los niños y no los van a poder tener, porque la mujer es resabida o rebelde, porque al niño no le gustan, porque podia hacerle daño la revoltura con otras pastillas, por que se les olvida Una de las señoras entrevistadas de mayor edad dijo "Yo creo que es malo que lo tomen porque el niño no lo resiste y se muere, desde luego que es malo tomar tanta pastilla cuando uno está interesante"

Habitualmente la suplementación con tabletas de sulfato ferroso se toma una vez al día, sin embargo algunas refirieron que las tomaban tres veces al día con las comidas Estas indicaciones se les han dado en el centro de salud Algunas de las participantes de los grupos afirmaron que se tomaban la tableta con jugo de naranja porque así se lo habian indicado en el centro de salud Varias afirmaron que se la tomaban con el desayuno, para que les fuera mas fácil recordarla, y si se les olvidaba en la noche lo hacían

Las mujeres que lograron identificar el hierro como vitamina hablaron de su presencia en varios alimentos entre los que destacan la sopa de frijoles, en verduras y en frutas También mencionaron su presencia en formas comerciales como el Medox, y en forma de un polvo rojo al que llamaron bicarbonato de hierro y de un vino llamado vino calcio rojo, Hemociton, Rabano Iodado y Nervoforza

Al preguntarseles si pagarian por el sulfato, algunas respondieron que sí, hablando de cantidades desde 1 lempira que es la cuota que pagan en el centro de salud hasta lo que fuera necesario Sin embargo otras se negaron rotundamente a pagar las tabletas, aduciendo que eran muy pobres, o que era un derecho y que debian de ser gratis

4 ALIMENTACIÓN

El antojo se caracteriza de la siguiente forma "es un deseo de comer, y ya cuando se tiene en la mano no se come Eso si, se desea algo y hasta que no se tiene no se esta a gusto El bebe es quien lo pide " "El antojo es poquito al comer mucho se arroja " Se tiene la creencia de que si estos deseos o antojos no son satisfechos se puede perder(aborto) los productos del embarazo y esto provoca comportamientos como el de ofrecer comida a las mujeres embarazadas

Se mencionaron varios antojos en los grupos focales sopa de pollo, pollo freído, carne, queso, mantequilla, quesillo, cosas acidas, lo ultimo de la grasa de los chicharrones, dulce con sal, limon, cosas verdes, picante,lo agrio, nacatamales, sopa de res, pescado, torrejas, alcitrones, mangos tiernos, piñas, naranja, minimos, sandía, melón, durazno y guayaba

Algunas mujeres hablaron de antojos en sus maridos "A mi no me dio nada solo el comio" "si el hombre esta muy anemio tiene que buscar"

Se hablo tambien de sustancias que no son consideradas como alimentos como tierra, tierra vaporizada cuando la lluvia va a empezar, sal, café molido, laja, bicarbonato, guaro y vino Una de las participantes piensa que esto e s debido a la falta de vitamina "Queria comer tierra y me daba asco de mi, si no la comia no podía dormir, eso es por falta de una vitamina"

Se mencionan los siguientes alimentos buenos para el embarazo Frutas, verduras, sopa de pollo, sopa de hueso con carne, queso, frijolitos con tortilla, líquidos en general, Una de las participantes lo justifico diciendo "No mira que la sustancia se va por la placenta, lo que se come"

En general se reconoce que la alimentación es importante para la madre y el producto para evitar problemas, aunque también se previene de los excesos para que no haya problemas al momento del parto

Hay alimentos reconocidos como malos o rechazados por algunas de las participantes papas, arroz, mantequilla, spaguetti, limón, huevo, manteca, la cascara de la naranja, los mínimos asados maduros, la piña, los frijoles, el queso, el café, ni cosas picantes, carne de toro Rechazan también el alcohol y el tabaco

En el postparto se menciono que se come queso, pollo y papas por 40 días, tortilla tostada con queso, chocolate endulzado, sopa de verduras, Té de canela, frutas, chocolate de maiz blanco(tizate), pinol con leche, pan de casa con cafe, cocoa caliente en las mañanas, la gallina, a los veinte días sopa de frijoles

Sin embargo hay alimentos que no se consumen por que provocan enfermedades Por ejemplo pueden provocar infección uterina o en el niño Cosas que tienen dulce o acido, huevo, cebolla, arroz, leche de cabro y leche en general Se habla de ardor y dolor en el vientre cuando se comen cosas picantes y la manteca de cerdo El aguacate, repollo, ayote, cebolla, pataste y lo verde provocan el mucle en los niños Afectan la sangre la gallina, el limón, el huevo, el chorizo

Una de las participantes al afirmar por que se debe comer tortilla tostada con queso dijo "La tortilla blanda no porque se pega en el estómago, por eso solo se puede comer tortilla tostada después de parir

En general los alimentos considerados frescos como mantequilla, aguacate, frijoles, arroz, piña, banano son evitados en el postparto

Se mencionaron alimentos fuente de hierro como verduras, jugo de naranja, papa y patastes tiernos, platano maduro y verde, ayote y pepino y las frutas en general

Cuando se tienen los partos en el hospital, se les dicen muchas cosas que socaban sus creencias Para protegerse de esta intervención de los servicios de salud algunas mencionaron
" A uno le dicen en el hospital que con la tortilla y el queso no nos va a bajar nada la leche"
" Yo agarre infeccion en el vientre porque comía de todo en el hospital"
"Antes la dieta duraba, ahora ni los 40 días, antes si lo cuidaban a uno, pero ahora le dan de todo en el hospital"

Al explorar sobre alimentos o sustancias que favorecen o inhiben la absorción de hierro se habló de café que da agruras y de consumo de antiácido para controlar la acidez

B. Factores que influyen en los comportamientos

1 FACTOR ECONÓMICO

Se manifiesta en muchos sentidos como un factor asociado a la mala alimentación, al riesgo de padecer anemia, al bajo peso al nacer de los niños y a la incapacidad de comprar vitaminas y hierro y algunos alimentos La situación económica actual es difícil y eso influye en la alimentacion de las mujeres embarazadas y en el peso del niño al nacer Los niños de los ricos son mas pesados que los de los pobres La anemia es una enfermedad que da a la pobreria por no alimentarse bien Tambien las participantes expresaron que no podrían pagar por las vitaminas si éstas fueran vendidas Algunas dijeron que no toman vitaminas porque vitaminas les dan más apetito y no pueden satisfacer sus necesidades Por ejemplo

> las vitaminas le pegan más hambre y ¿qué vamos a hacer nosotros? ¿llorar del hambre? ¡si no tenemos dinero!

Una comadrona participante en el grupo de mujeres mayores de Ajuterique explicó.

Por eso es que ahora los niños (recien nacidos) no me pesan lo que se espera porque no comen lo que debidamente debe comer una embarazada Porque mire si el señor gana 20 lempiras y la medida de maíz cuesta 35 y si tiene ocho hijos ¿que les van a dar de comer? ¿Qué vitaminas va a comer esta mujer? Una tortilla con sal, dos vasos de agua y de ahi se acuesta a dormir entonces cuando ya le toca el parto el niño viene desnutrido y la madre sufre porque no tiene buena alimentación

Al centro de salud lo ven como una alternativa para obtener servicio y vitaminas cuando no tienen dinero En Peñita se manifestaron en contra de comprar las vitaminas porque no tienen los medios economicos para hacerlo

2 FACTORES FAMILIARES

Han tenido influencia en cuanto a lo que deben comer por parte de madres, suegras, parteras, abuelas Aunque las mujeres mayores expresaron que las jóvenes ya no hacen caso, siempre influencian muchos de los comportamientos de las mujeres La madre joven siempre consulta con su madre o su suegra en los asuntos relativos a la gestación, y toma en muchas ocasiones los remedios que le son indicados por ellas

3 CONOCIMIENTOS

Los conocimientos y experiencias previas de las mujeres influencian su comportamiento futuro En algunas ocasiones se menciono que las mujeres no se toman las vitaminas porque son ignorantes También se dijo que si las mujeres supieran de los beneficios de la suplementacion y del hierro no dejarian de tomarse las tabletas que les dan en el centro de salud Las embarazadas adolescentes que son las mas inexpertas no quieren ir al control, no se preocupan de tomar vitaminas/ hierro

4 RELACIONES DE GENERO

En los grupos focales se les pregunto a los participantes mujeres y hombres quién valía mas el hombre o la mujer Las respuestas que se obtuvieron dejan ver la relación de sumisión de las mujeres ante los hombres

Una frase fue repetida con bastante frecuencia en el medio rural por varias de las participantes mujeres "donde se para el hombre no se para uno de mujer" Esta relación de desigualdad se justifica a través de varias construcciones sociales

Por ejemplo muchos hombres y mujeres citan a la religion para justificar la diferencia entre los ganarais "La mujer es hecha de una costilla del hombre" "El hombre es el jefe lo dice la biblia" "La palabra de dios dice que la mujer está sujeta a su marido"

También se justifica la diferencia aduciendo motivo biologico "Hay trabajos que sólo el hombre puede hacer, uno de mujer es mas débil" El factor económico también es enunciado como justificante "el hombre vale mas porque trabaja en el campo, porque gana mas dinero" " el hombre es la cabeza del hogar, sin él no hay nada se muere de hambre uno" Hasta en los partos las parteras dicen "si es varón vale 20 lempiras, si es niña vale 15 "

Algunos dijeron que ambos ganarais tenían el mismo valor pero que cada uno tenía tareas especiales La mujer debía de atender el hogar, encargándose de las labores domésticas, la alimentación y la crianza de los niños El hombre debe salir a buscar el sustento de la familia Aunque concuerdan en decir que es el hombre quién manada en la casa Una de las señoras de 49 años de Peñita manifestó "Cada quién en su campo, la mujer no puede ser cabeza del hogar, respetando los derechos de la mujer el hombre debe ser primero " Otra mujer de 40 años de Ajuterique dijo "Yo si me puedo parar donde un hombre, porque ahora que le no esta mando yo "

Algunas de las mujeres manifestaron su inconformidad con esta situación Una de las señoras mayores de la colonia Rivera Hernandez dijo "Antes trabajaba fuera, pero ahora estoy en la casa, hoy estoy sumergida a pedir dinero hasta para un fresco" En Flores una de las mujeres menores de 25 años dijo "El hombre no quiere que la mujer se desarrolle en el campo social, educativo, político, son egoístas solo ellos quieren ser"

Tambien hubieron mujeres que dijeron valer más que los hombres Algunas de las expresiones mas simbólicas de esto fueron "Hay hombres la maceta, y la mujer tienen que trabajar por ellos" " Estamos en la nueva ola, hoy valemos más que el hombre, porque somos más listas, hoy no se debe dejar uno de los hombres, estamos en una etapa bonita, uno de mujer consigue trabajo mas facil que ellos " La última fue dicha por una joven mujer de la colonia Rivera Hernandez

C. Canales de Distribución y Medios de Comunicación

DISTRIBUCIÓN

Las mujeres participantes en los grupos focales tienen como unico lugar identificado para la distribución de sulfato ferroso y de los otros suplementos vitamínicos el centro de salud Al preguntarseles por alternativas fue muy laboriosos para ellas dar sugerencias Estan muy acostumbradas a asociar los suplementos con los servicios de salud Sin embargo algunas parecen aprobar la sugerencia de que las parteras entreguen estos

Al consultar a las parteras intervenidas en los grupos focales ellas refieren que ellas dan información directamente a las embarazadas, pero que a veces esto no es suficiente para atender a las mujeres Una partera de Flores espera que pongan vitaminas en los puestos, cree que la única forma de hacer que las mujeres lleguen es teniendo medicinas En todas las comunidades hay personal comunitario Antes el guardian de salud repartía algunos medicamentos, pero ahora estos se dan unicamente en el centro de salud

Tambien se identificó en los sitios de mayor facilidad de medios de transporte que las tabletas de sulfato ferroso podian ser compradas en farmacias o clinicas En las comunidades rurales remotas solo se identificaron además del centro de salud unos puestos de venta de medicamentos que son administrados localmente en la comunidad y que son auspiciados por ONG's

Una de las participantes de Flores sugirio que las tabletas podrian ser puestas al alcance de todas las mujeres si fueran colocadas como las aspirinas que se venden en cualquier pulperia o tienda

COMUNICACIÓN

Las mujeres tienen interés en recibir informacion Necesitan orientaciones, es importante por cualquier medio La comunicacion personal sobre temas de salud ocurre mayormente en los servicios de salud, a través de las parteras y de los promotores de algún programa (Por ejemplo, PLAN) En Ajuterique dicen que se llevan bien con el personal de salud, pero no les han dado charlas, en general, ni referentes a anemia Otras dijeron que imparten charlas, pero que las mujeres no asisten Durante el desarrollo de la investigación no se observó que el personal de salud impartiera charlas a las mujeres embarazadas

Además de la comunicación interpersonal, que es la más valorada por las participantes en los grupos focales se hablo de medios electrónicos Mencionaron medios de comunicacion masiva como el radio Mencionaron Radio locales y algunos de cobertura nacional como Radio America Escuchan un programa de salud del Dr Mario Rivera (programa 'El Médico y su Salud) en Radio América Una de las mujeres de Ajuterique menciono que ella no comia banano con leche porque en ese programa habían dicho que engordaba mucho los niños

Las que tienen televisión, que no son la mayoría, mencionaron el programa La Mujer Ahora que trata de temas de salud y otro canal que tiene 5 minutos de salud La audiencia mayor es para la telenovela

En cuanto a comunicación escrita dijeron que ellas si se interesarian (no así lo hombres)en afiches y folletos, y que actualmente no se da informacion por ese medio En el centro de Hornitos habia un afiche sobre vitaminas prenatales para prevencion de la anemia producido por FIO (Fundación Internacional de Ojos)

CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNICACIÓN

Las participantes de los grupos afirmaron que para hablar de anemia y suplementación tienen confianza en el médico, la enfermera, en mujeres, en personas como las facilitadoras de los grupos focales Buscan que el comunicador tenga ciertas caracteristicas amabilidad, buen trato, buena forma de invitar, darle apoyo para que la mujer se sienta cómoda, tranquila y feliz, que hablen con sencillez, entendible, la verdad pelada, hablar a calzon quitado , con humildad para poder agarrar confianza Sin embargo algunas mujeres y algunos hombres sugirieron usar fuerza (golpearlas) o intimidación para hacer que las mujeres aprendan y se tomen las tabletas

El lugar donde preferirían recibir las charlas es en el centro comunal, o en el centro de salud en grupos con otras mujeres La idea de tener las intervenciones en sus casa presentó en algunas el inconveniente de que se pudieran sentir incómodas con la dueña de casa, y por esta incomodidad rehusar asistir a la misma Las charlas las debe dar alguien que sepa, que sea mujer para algunas Si las brinda una igual no le creerían

Las mujeres participantes mencionaron que para que las mujeres se tomen las vitaminas es importante concientizarlas, decirles que vayan a control, decirle que se tomen las vitaminas, aconsejarlas, sobre vitaminas en la alimentación, dar charlas Muchas de las mujeres que empiezan la suplementación con sulfato ferroso o prenatales desconocen la utilidad de las mismas porque nunca se les ha explicado,para que sirven las tabletas y solo se les ha indicado como tomarlas

Algunos puntos de motivación especificos mencionados fueron si quiere a su hijo se toma las vitaminas', si se busca el centro es porque nos amamos (autoestima) y queremos vivir , que se alimente por ella y por el niño "yo me quiero a mi misma y por eso pongo atención en el control"

TEMAS

Les agrada escuchar temas referentes a la mujer y los niños porque ellas lo necesitan Orientar sobre la edad reproductiva - embarazos ni muy temprano ni muy tarde, sobre el recién nacido, lactancia materna, que hacer en el momento del parto embarazo, anemia, suplementación con hierro, la orientación es lo mejor en el caso cuando hay anemia

D. Programa de Atención Integral al Niño (AIN)

El Programa AIN operaba en tres comunidades de estudio Flores y Hornitos y empieza a funcionar en Rivera Hernandez Se hicieron grupos focales con monitoras del programa en las primeras dos comunidades

Las monitoras de Flores son un grupo heterogéneo de mujeres entre las que se encuentra un grupo de adolescentes sin experiencia de maternidad, y un grupo de madres de una edad que rondan en la mayoría de los casos los 27 años

Su trabajo como monitoras de AIN en sus propias palabras consiste en "ayudar a las personas a llevar el control del peso de los niños, si están desnutridos, darles vitaminas, como ser el sulfato ferroso" " Si miramos un niño de bajo peso le damos vitaminas, le referimos al centro de salud y las enfermeras y nosotras tambien les damos charlas a la madre para que lo alimente bien, y se le dan vitaminas para que el niño suba de peso "

Algunas afirman haber participado en el centro de salud ayudando a pesar a las embarazadas junto a la enfermera Reciben charlas en el centro de salud Algunas se quejan de que no son notificadas para asistir a las reuniones mensuales que se efectuan el último día de cada mes en conjunto con el personal comunitario del centro de salud

Todas participan en el programa de forma voluntaria Fueron reclutadas cuando el personal del centro realzó promoción para saber quienes pudieran estar interesadas en aprender a inyectar

Refieren que en un inicio contaron con muy poco apoyo de parte de las personas del pueblo, pero ahora gozan de la confianza de sus vecinos Colaboran en el centro de salud en campañas de vacunación y para eliminar criaderos de vectores Creen que pueden apoyar a que las mujeres embarazadas asistan a control de embarazo y tomen su suplementacion si son capacitadas para ello

Sin embargo se quejan de que en la actualidad tienen una carencia casi total de suministros, y esto hace dificil atraer a las mujeres embarazadas Tienen dos meses de no tener reuniones al momento de este estudio

En Hornitos las monitoras de AIN cumplen además otras funciones como guardianas, colaboradoras y parteras El programa no es fuerte en este lugar y las mujeres no identifican a las monitoras

Hay un problema de comunicacion entre la enfermera y un sector de la comunidad y eso ha afectado el desenvolvimiento del programa comunitario en ese lugar Algunas personas que viven en la aldea proximas al centro de salud no lo visitan y prefieren visitar el centro de salud del municipio Las monitoras del programa AIN fueron convocadas por la enfermera, y ninguna vive en el casco de la aldea, si no que provienen de caseríos aledaños

En la actualidad casi no desarrollan actividades relativas a su rol como monitoras del programa de atención integral del niño Sin embargo son sumamente activas en las actividades de salud cuando son requeridas por la enfermera Una de ellas asiste a la enfermera como voluntaria en el centro

II SERVICIOS DE SALUD

La información recabada por los formularios F01, F02 y F03 muestra como caracteristicas comunes a todos los centros que idealmente pasan abiertos los 5 días de la semana de lunes a jueves, pero durante el desarrollo de la investigación solo los centros de salud con medico de Ajuterique y de la Colonia Rivera Hernandez de San Pedro Sula, permanecieron abiertos al público durante este período En todos ellos el servicio de atención prenatal es brindado despues de atender a los menores (niños),y se realiza todos los días de lunes a viernes

El promedio de atenciones en todos los centros oscilo de 2 a 3 embarazadas al día Solo el CESAR de Peñita, cuya población es la de menor tamaño atiende al 100% de las embarazadas de su área de influencia En ninguna de las comunidades se brinda ningun programa de asistencia a la mujeres embarazadas, sin embargo se tiene previsto la implementacion de un bono materno en las aldeas de Flores en Comayagua y de Hornitos en La Paz

El control prenatal es practicado en los centros por el medico, la enfermera profesional o la enfermera auxiliar En cada control se practica examen fisico, antropometria materna, y si es pertinente, la vacunacion En ninguno de estos centros hay servicio de laboratorio por lo que el diagnostico de anemia se hace mediante criterios clinicos de examen físico y de interrogatorio

Las mujeres embarazadas esperan un promedio de 2 horas y treinta minutos para ser atendidas en estos centros Pagan una pequeña cuota de 1 00 a 2 00 lempiras, en cada consulta

Todos los centros salvo el de Peñita tienen ambiente exclusivo para farmacia Los suplementos vitamínicos encontrados en todos los centros fueron el sulfato ferroso en líquido para niños, y las capsulas prenatales Las multivitaminas, el sulfato ferroso, y el acido fólico fueron encontrados ocasionalmente En todos ellos sin embargo la demanda de suplementos de las embarazadas supera la oferta del centro de salud Al revisar el kardex del año anterior, encontramos que en ningún centro de salud hubo existencia de vitaminas o minerales los 12 meses del año

En todos los centros de salud su personal, afirma que brinda contenidos de educacion a las usuarias del servicio de control prenatal, sin embargo solo una auxiliar de CESAR afirma que sus intervenciones son producto de una curricula de intervencion de acuerdo con el ministerio de salud pública En todos los centros hay materiales educativos pegados en las paredes, pero ninguno tiene para distribución en las usuarias de los servicios Los temas de los afiches son relativos a la vacunación, el SIDA, la planificacion familiar, el control de vectores y a la alimentación con comidas fuentes de vitamina A y de Iodo Solo en uno de los CESARES se encontro material de comunicación alusivo a la anemia y a la suplementación con prenatales

En el transcurso de la semana que se realizó la investigación ningún miembro del personal, de ningún centro ejerció alguna intervencion educativa con los pacientes mientras

estos esperaban a ser atendidos Los pacientes se limitaron a platicar entre ellos, o con sus acompañantes, y fue escasa la atencion que se brindó a los materiales pegados en las paredes de los centros Se entrevistaron a los dos médicos que laboran en los centros de Ajuterique y la Colonia Rivera Hernandez Ambos tienen menos de un año de trabajar en su puesto, y no han participado en capacitacion alguna en emergencias obstetricas, anemia, alimentacion o lactancia materna desde que iniciaron su trabajo

Indicaron que los siguientes valores son los punto de corte como valor de Hemoglobina para el diagnóstico de anemia

Cuadro 1 Puntos de corte para el diagnostico de anemia enunciados por los medicos

PUNTO DE CORTE PARA EL DIAGNÓSTICO DE ANEMIA	MÉDICO 1	MÉDICO 2
Hombres	12	16
Mujeres Embarazadas	11	11
Mujeres no Embarazadas	11 5	13

*Solo concuerdan en el punto de corte en embarazadas

Ambos consideran que la anemia es más frecuente en el embarazo Ambos afirmaron que se debe suplementar a la embarazada desde el segundo trimestre del embarazo

En cuanto a la prevalencia de anemia en sus comunidades, uno confiesa no tener idea del dato y el otro estima que es superior al 75% Ambos consideran que las personas que habitan en su comunidad consideran a la anemia como una enfermedad de poca importancia

Se entrevistaron también a las dos enfermeras profesionales que tienen como sede estos centros Una de ellas tienen menos de un año de trabajar , y no ha recibido capacitación alguna en emergencias obstétricas, anemia, alimentación o lactancia materna desde que iniciaron su trabajo La segunda tiene cerca de tres años de trabajar y ha recibido 2 capacitaciones relativas a emergencias obstétricas, ha participado en una capacitación en alimentación y nutrición a la mujer embarazada y una en lactancia materna y alimentación de la madre lactante

Indicaron los siguientes valores de hemoglobina como punto de corte para el diagnóstico de anemia.

Cuadro 2 Puntos de corte para el diagnóstico de anemia enunciados por las enfermeras profesionales

Punto de corte para el diagnóstico de anemia	Enfermera 1	Enfermera 2
Hombres	12	12
Mujeres Embarazadas	10	11
Mujeres no Embarazadas	9	11

*Solo concuerdan en el punto de corte en hombres

Ambas consideran que la anemia es mas frecuente en el embarazo Ambas afirmaron que se debe suplementar a la embarazada desde el segundo trimestre del embarazo

En cuanto a la prevalencia de anemia en sus comunidades, una cree que es menor de 25% y la otra estima que es entre 25 y 50% Ambas consideran que las personas que habitan en su comunidad consideran a la anemia como una enfermedad de poca importancia

Una de ellas considera que para el tratamiento de la anemia es necesario dar suplementos de Iodo y vitamina A las embarazadas

Se entrevistaron también a las ocho enfermeras auxiliares de las cinco UPS en donde se realizó la investigación Solo una de ellas tienen menos de un año de trabajar , y no ha recibido capacitación alguna en emergencias obstétricas, anemia, alimentación o lactancia materna desde que inició su trabajo

Las otras tienen en promedio más de 10 años trabajando como auxiliares Sin embargo solo dos de estas afirman haber recibido capacitaciones sobre estos temas

Indicaron los siguientes valores de hemoglobina como punto de corte para el diagnóstico de anemia

Cuadro 2 Puntos de corte para el diagnóstico de anemia enunciados por las ocho enfermeras auxiliares

PUNTO DE CORTE PARA EL DIAGNÓSTICO DE ANEMIA	ENFERMERAS AUXILIARES							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Hombres	12	11	13	13	11	12	12	12
Mujeres Embarazadas	11	12	12	11	11	11	12	10
Mujeres no Embarazadas	11	11	11	11	10	11	12	11

*Solo concuerdan la auxiliar 1 y la 6 en sus valores, sin embargo no trabajan en la misma UPS, ni en la misma region

Todas consideran que la anemia es un problema que afecta preferentemente a los niños Tres consideran que afecta también a la mujer en edad reproductiva Todas consideran si que la anemia es mas frecuente en el embarazo En cuanto a la suplementación con hierro a la embarazada, cuatro opinaron que no es necesario si la dieta tiene alimentos fuentes de hierro, y cuatro afirmaron que es indispensable desde el primer trimestre del embarazo

Siete de las auxiliares consideran que la comunidad en la que viven considera a la anemia como una enfermedad de poca importancia y una opina que en su comunidad no tiene importancia del todo

Tres de ellas consideran que para el tratamiento de la anemia es necesario dar suplementos de vitamina A a las embarazadas

El resto del personal que labora en las UPS fue también entrevistado Se encontro en general que se reconoce la sintomatología y signología de la anemia Quizas el hecho más importante a reseñar es que la mayoría opina que la anemia es una

enfermedad considerada poco importante en sus comunidades, sin embargo las conserjes de todos los centros y uno de los promotores opinaron que en sus comunidades la anemia era considerada como una enfermedad muy importante Esto no tendría trascendencia de no ser porque las conserjes son los únicos empleados de salud que son originarios del lugar donde funciona la UPS

III ENSAYO DE SUPLEMENTACION

En Flores 25 mujeres aceptaron iniciar la suplementación y fueron visitadas por los investigadores en sus domicilios Estos dejaron a cada una de ellas 30 tabletas, dando instrucciones para que fueran tomadas una al día a partir del mismo día de la visita Lo mismo se hizo con las unicas 6 embarazadas identificadas en Peñita

Sin embargo solo 18 de las 25 embarazadas contactadas en Flores respondieron el cuestionario de seguimiento una semana despues La mayoria no se encontro en sus domicilios y dos rehusaron seguir participando En Peñita se tuvo el concurso de las 6 para el desarrollo de los cuestionarios

El total entrevistado en las 2 comunidades fue de 24 De estas 24 mujeres solo una aseguró no haberselas tomado debido a que segun ella le hacían daño porque engordaba mucho

Pese a que en las instrucciones al inicio del ensayo se les indicó tomar solamente 1 tableta al día, dos señoras dijeron haber tomado tres tabletas al día, argumentando que eso las daria mas fortaleza, más rapido 21 mujeres afirmaron que se tomaron la tableta conforme la instrucción

Sin embargo se les pidio que mostraran las bolsas con las tabletas y se contaron las que les quedaban Se encontraron las siguientes cantidades

Cuadro 4 Recuento de tabletas una semana después de iniciada la suplementación

Numero de tabletas encontradas	Numero de participantes en el ensayo	Proporción
3	1	4 3
10	2	8 7
12	1	4 3
15	1	4 3
18	2	8 7
20	1	4 3
21	3	13
22	6	26 1
24	2	8 7
25	1	4 3
26	2	8 7
27	1	4 3
TOTAL	23	100%

Solo en 26 1% de los casos (6) se encontró el numero esperado de tabletas en la bolsa Tampoco en las que dijeron haber tomado tres tabletas al dia se encontró la cantidad esperada Todas ellas negaron haber compartido la suplementación con alguien más en su casa , o haber perdido o desechado las tabletas

La tableta de sulfato ferroso fue ingerida con mayor frecuencia por las mañanas 58,3% (14) Todas ellas refirieron tomarse la tableta con agua , o en su defectos 2 de ellas manifestaron tomarlo con jugo de naranja, y dos de ellas con leche

En cuanto a las caracteristicas físicas de la tableta, no hubo objeciones por su color o tamaño, pero si lo hubo por su olor y sabor Un 26 1% (6)opino que u olor es desagradable y lo caracterizaron como "moho u oxidado" Mientras que un 33% (8) manifestó su inconformidad con el sabor de la pastilla aduciendo que tenia sabor a "moho" o que pasaban eructando la pastilla todo el día con ese sabor

En cuanto a efectos secundarios de la suplementación el 29 2% (7)de las participantes manifestaron haber tenidos estos Se mencionaron mareos en 4 ocasiones, dolor de cabeza en tres, bolencia en tres, escupidera en dos, eructar la pastilla en dos, diarrea en uno y estreñimiento en otro

Cuando se les consultó si seguirían tomando estas tabletas las 23 que habían continuado la suplementacion dijeron que si estarian dispuestas a continuar con la suplementación

Los beneficios que obtienen de la supelementación son curar la anemia y fortalecer la sangre 45 8% (11) Y fortalecer a la madre y al niño 29 2% (7).

La mayor dificultad enunciada para obtener estas tabletas es el que se agote su existencia en el centro de salud 41 7% (10) y la segunda es su precio en los centros de venta 20 8% (5)

Solo 13 1% (3)de ellas manifestaron tener dificultades para tomarse la tableta Todas ellas dijeron que se les olvida

Un 79 2% (19) respondieron que sí estarían dispuestas a pagar por la suplementación Los precios que mencionaron para pagar por 30 tabletas oscilaron entre 1 y 30 lempiras El valor medio fue de 8 19 y la mediana de 6 0 El valor mes frecuentemente mencionado fue el de 2 lempiras 14 3% (3)

Finalmente mencionaron 83 4% (20) que confiarían en el personal de salud para que les entregaran la tableta Una de las participantes dijo que podría ser la partera, otra en la tienda y una tercera no opino al respecto

DATOS CUALITATIVOS

Algunas de las mujeres participantes en el ensayo de suplementacion de Flores y las de Peñita participaron en una discusion de grupo focal relativa al proceso de suplementación Dicha discusión se llevó a cabo tres semanas después del inicio de la suplementación en Flores, y dos semanas despues en Peñita

Se discutió una guía especialmente elaborada para discutir aspectos de la toma de la tableta, efectos secundarios, utilidad de la suplementación y acceso a la misma

En cuanto a la toma de la tableta, todas ellas iniciaron la suplementación de acuerdo a la indicación, sin embargo 2 de las participantes de Flores manifestaron que en la segunda semana abandonaron la suplementación porque las tabletas se habían reventado y eso les generó desconfianza en su calidad "Yo las tomé por dos semanas , y no continué porque les tuve desconfianza, porque se rajaron y explotaron

Otras de las mujeres que participaban en el grupo también afirmaron que las tabletas que se les habían brindado se habían rajado, pero que sin embargo las siguieron tomando Consideran que las pastillas se reventaron por el calor

Algunas manifestaron que se toman la tableta acompañada de agua Sin embargo una de las participantes afirmó que al tomarla con agua le da ardor de estómago y que por eso la toma con leche La tableta se toma a cualquier hora del día, pero casi siempre después de una comida

En cuanto a los efectos generados por la suplementación algunas de las mujeres refirieron no haber sentido nada durante la misma Otras manifestaron que les había generado mayor fortaleza "Ahora me siento más fuerte, antes tenía cansancio, ahora tengo más apetito de comer" También se habló de basca y de sueño como manifestaciones secundarias de la suplementación

Las tabletas tiene como utilidad el darle más apetito a las mujeres y esto para algunas es bueno porque les da fuerzas al momento del parto y le ayuda al niño Sin embargo otras manifestaron que no es tan bueno porque las engordaba A la mujer le sirve para la anemia y a al niño le sirve para fortalecerlo, y que no alga enfermo

Cuando se les preguntó si continuarían la suplementacion, la mayoria de las participantes respondieron que sí Sin embargo una de las participantes de Peñita dijo "Después no lo vamos a poder tener porque se va acrecer mucho "

Se les planteó que pasaria si dejaran de suplementarse que podria ocurrir y mencionaron lo siguiente "puede salir desnutrido, vamos a volver a tras, ya se siente el cambio, no se siente lo mismo la fuerza ni la apetencia" "si uno es friendo y deja de tomarlo, nace el niño con frío "

Todas las participantes manifestaron que no tendrian dificultades en continuar tomandose las tabletas de hierro Los aspectos físicos de la tableta les parecen bien por las siguientes razones "Es chiquita y fácil de tragar" Sin embargo en cuanto a sus otras caracteristicas manifestaron que su sabor era "horrible" y lo describieron como moho, queda un mal sabor en la boca, y se pasa eructando la pastilla todo el día

Se les preguntó que cosas les ayudaban a recordar que tenían que tomarse la tableta y ninguna respondió con alguna estrategia en particular, simplemente lo recordaban

Si les tocara a ellas promocionar a la tableta esto sería lo que le dirían a otras mujeres
"Que se las tomen porque el bien es para ella y el niño"

"Hacerle conciencia porque las medicinas son caras y si se la dan a uno hay que tomarla "

"Decirle que le fortalecen y le ayudan a uno en la sangre y el cuerpo, que uno ya las tomó"

"Invitarlas y animarlas para que se las tomen"

"Que se tomen las vitaminas porque dan hambre"

Cuando se les preguntó si pagarian por las tabletas, todas ellas respondieron que si lo harian pero una de ellas aclaró "solo si no tuviéramos dinero, no podriamos pagar" Todas consideraron que es justo pagar por las tabletas y que sus esposos también estarían dispuestos a pagar por ellas Los precios que mencionaron para las treinta tabletas oscilaron entre los 2 y los 15 lempiras Ademas estarían dispuestas a adquirir las tabletas en la farmacia si estas se agotaran

Preferirían que las tabletas se las brinden en el centro de salud porque es mas rápido según ellas y es un lugar a donde todas van Una de las participantes mencionó que no podría comprarla a cualquiera porque no se sabe que es lo que venden o si son legitimas las tabletas

Al cierre de la discusión con libertad algunas de las mujeres dejaron entrever sus creencias acerca de la suplementacion y de la tableta

" Comer limón y tomar la vitamina es malo porque corta la vitamina "

" Cualquier pastilla que se tome debe tener algo (alimento) en el estómago"

" el sulfato ferroso mancha la cara"

" el sulfato ferroso engorda demasiado y cuesta en la tenida"

Las tabletas de sulfato ferroso que se dieron en la suplementación son las mismas que están a disposición del ministerio de salud pública Se distribuyeron en bolsas plásticas igual que se distribuyen en el centro de salud Las tabletas al entrar en contacto con la humedad ambiente pierden su capa enterica y pierden el color rojo en sus bordes, por ello las mujeres hablaron de que se reventaron

DISCUSIÓN

La deficiencia de hierro es sin duda el problema nutricional mas difundido en el mundo Su prevención puede hacerse a través de distintas intervenciones como la suplementación con hierro, la fortificación de alimentos y mejorando los patrones alimentarios de la población

Para que la suplementación pueda ser efectiva son necesarias basicamente dos cosas Que el suplemento este al alcance físico, social, económico y cultural de las personas, y que el suplemento quiera ser utilizado por las personas

¿Desean las mujeres utilizar el suplemento?

Hablaremos en primera instancia del hecho de que las personas quieran o no suplementarse Para que esto ocurra es necesario que los beneficios que se perciban de esta práctica superen los costos que genera Sin embargo para hacer este balance de costos y beneficios de la suplementación empezaremos por revisar un poco lo que a conocimientos del problema se tengan

El termino anemia es ampliamente conocido en todas las comunidades en las cuales se desarrolló esta investigación Las personas en general reconocen a la anemia como una enfermedad que afecta a la sangre, disminuyendo su calidad y/o su cantidad "sangre rala o falta de sangre"

La población tiene un nivel de conocimientos básicos relativos a la enfermedad y se percibe una interelación al respecto con los servicios de salud pues se mencionan algunos terminos propios del lenguaje de salud por ejemplo hemoglobina, glóbulos rojos, transfusión

La mayoría de las personas puede caracterizar a una persona con anemia, se relaciona bien la enfermedad con la palidez y la fatiga o debilidad de la misma Quizas la anemia es de facil reconocimiento por experiencia propia o por haber convivido con personas alrededor con la enfermedad

La sintomatologia es reconocida por la generalidad de la población e incluso el diagnóstico de la enfermedad puede ser realizado por personas ajenas al medio de salud, al visualizar a las personas con palidez y con debilidad o fatiga Algunas hasta han aprendido a mirar en la conjuntiva buscando la palidez, lo que evidencia una vez más la familiaridad con el problema

Parece estar bastante difundida la clasificación de la enfermedad en dos fases o tipos
-la anemia leve se presenta con bastante frecuencia, puede afectar a todas las personas y es susceptible de corregirse con vitaminas
- la anemia profunda que es mucho más severa, compromete el estado de salud de la persona, tienen un cuadro mucho mas dramático y se le asocia hasta con la muerte de la madre o la perdida de los productos de la concepcion

Esta última no se cura solo con las vitaminas si no que es necesario su atención en los centros hospitalarios Las personas le temen a esta Narran con frecuencia episodios fatales relacionados a ella Las personas que conocen estas experiencias podrian estar mas sensibilizadas para favorecer y cumplir con la suplementación

Para el tratamiento de la anemia se hace mención a una cantidad abundante de medicinas naturales(caseras), y de alimentos La mayoria de estos tienen la particularidad de relacionarse al color rojo , el color de la sangre Esto parece ser un razonamiento popular lógico pues se lo que se pretende curar es la sangre Y esto muestra que hay una motivación por tratar de remediar el problema, aunque esta motivación pueda ser mayor cuando de anemia severa se trate

Se acepta que esta enfermedad de la sangre puede curarse con tratamientos farmacológicos Las vitaminas Estas vitaminas son accesibles en el centro de salud Sin embargo, también se tiene acceso a presentaciones farmacológicas de hierro y otras vitaminas Se mencionan nombres comerciales de hierro, presentaciones parenterales e incluso tratamientos hospitalarios como la administracion de glóbulos rojos empacados Hay experiencias en el tratamiento de anemia con diversos productos farmacologicos obteniendo generalmente resultados favorables Esto también puede ser un factor a favor de la suplementación

Sin embargo no todo el mundo puede relacionar al hierro con una vitamina o con el sulfato ferroso Mientras algunos no saben que es el hierro ni para que sirve, otros lo caracterizan como una vitamina para la sangre El sulfato ferroso en cambio siempre es asociado como una vitamina, pero se le asocia con mas frecuencia con niños debido a su disponibilidad en presentaciones liquidas para niños Para las embarazadas el suplemento vitaminico más frecuentemente reconocido son las cápsulas prenatales Esto puede ser consecuencia de que últimamente no se ha tenido una suplementacion regular con sulfato ferroso en los servicios publicos de salud, pero si lo ha habido con las llamadas cápsulas prenatales Es frecuente que las personas se quejen de recibir la suplementación de forma automática sin recibir información acerca de las ventajas de la misma

Algunas de las que perciben el hierro como una vitamina consideran que este se puede obtener de los alimentos, y que hay alimentos que los tienen en mayor cantidad que otros Estos alimentos fuente son de diversa características Es frecuente que se mencione al frijol, las verduras y a las frutas Pudiera ser que la gente considera que estas últimas son los reservorios de vitaminas Sin embargo en rara vez se ,mencionaron a las hojas verdes o las carnes rojas, y esto pudiera estar relacionado a su baja frecuencia de consumo en la dieta habitual La leche que es un alimento con imagen de fortaleza se recomienda con mucha frecuencia para el tratamiento de la anemia

Este fenómeno parece apuntar hacia la necesidad de profundizar en guías alimentarias de fácil reconocimiento para estimular el consumo de los alimentos fuente, y para no conferirle a otros como los lacteos propiedades que no poseen

Adicionalmente se puede potenciar el consumo de alimentos favorecedores de la absorción del hierro como los cítricos fuente de vitamina C, durante las comidas, y al mismo tiempo desfavorecer las prácticas como el consumo de café que inhibe la absorcion del hierro, como ejemplo de algunas intervenciones

Al ingerir los suplementos estas conductas si bien pueden no tener la misma implicación, pudieran llegar a representar la diferencia entre satisfacción o no de los requerimientos en el embarazo

Se tienen opiniones a favor y en contra de la suplementación Todas ellas pueden favorecer o evitarla

A FAVOR	EN CONTRA
-Fortalece a la madre, sobre todo para el momento del parto	Efectos Secundarios asco, mareos, vómitos, ardor de Estomago, etc
-Bueno para la sangre, la pone más roja y espesa	-El niño se pone muy gordo y cuesta el parto
-Fortalece los niños, mas robustos y sanos	-Como el niño es grande le hacen episiotomia en el parto
-Beneficia los huesos y la dentadura de los niños	-Si el niño es grande hasta cesárea le pueden hacer a la mujer
Sube la hemoglobina	-La mujer se pone gorda
-Da hambre y por eso se come mas y aumenta de Peso	-a los niños se le picar los dientes
-Cura la anemia	-a la mujer le mancha la cara
-Controla la presión	-da hambre y no hay que comer
-Mejora el estado de animo de la embarazada	-Puede causar deformidades al niño
-Da energia para trabajar	-Como es barato, no tiene estatus, no es estimulante tomarlo
-Sirve para juntar leche	
-Da hambre al niño	
-Es barato y fácil de adquirir	

El anterior cuadro enuncia los factores encontrados en la investigación, sin hacer relacion alguna a la frecuencia de los mismos Los efectos secundarios y la creencia de que provoca niños grandes son quizas los principales factores en contra de la suplementacion con hierro

Si a una mujer le practicaron cesarea, y le dijeron que se debia a que el producto era muy grande, y ella considera que esto es responsabilidad del sulfato ferroso, será muy difícil que ella acceda a la suplementación Al contrario por su experiencia negativa desalentara a otras mujeres a hacerlo

La poblacion en general si está dispuesta a tratar la anemia

para ello puede utilizar desde alimentos hasta fármacos Sin embargo los suplementos se dan en períodos en los cuales la mujer embarazada no parece tener enfermedad Como el principal beneficio de los suplementos es combatir la enfermedad cuando esta está presente y no prevenirla, no se percibe a veces el beneficio de suplementarse Para revertir este comportamiento se debe de hacer una fuerte intervención en comunicación Las personas podrían identificar el riesgo de no suplementarse en el embarazo y motivarse para cumplir con la misma

¿Tienen acceso a los suplementos las embarazadas?

El otro gran factor necesario para que la suplementación sea exitosa es que sea accesible Esta accesibilidad está mediada por distintos factores Físico, socioeconómico y cultural

ACCESO FISICO

El acceso físico a la suplementación ha estado dado en el pasado por la disponibilidad de los suplementos en los centros de salud locales De esta forma las mujeres embarazadas que asisten al control prenatal podian acceder directamente a las tabletas

Sin embargo en la actualidad este acceso físico tiene dos grandes limitantes A veces no hay suplementos en el centro, y no todas las mujeres embarazadas asisten a los mismos

Como se documento en la presente investigación no siempre los suplementos vitamínicos estan disponibles en los centros de salud Esto se debe probablemente a que el sulfato ferroso o cualquier suplemento vitaminico, aunque estén en el cuadro basico de medicamentos, no tienen efectos visibles instantáneos en las personas Cuando se receta un antibiótico por ejemplo, se esta tratando un problema visible y palpable, y si el tratamiento es efectivo en unos pocos días el problema esta resuelto Cuando se da suplementación se esta previniendo un problema que no puede ni verse ni palparse

Por lo anterior cuando se hacen los pedidos de medicamentos, los suplementos vitamínicos pueden ser sacrificables Esta conducta puede estar generalizada a todo nivel en el ministerio de salud publica

Hay otras prácticas como dar los suplementos como placebo, darlos para evitar la presión de los pacientes, darlos con un afan de simpatizar En esta investigacion no se documentan pero por experiencia de trabajo en salud de los investigadores se sabe que se practican Esto favoreceria al desabastecimiento de los servicios

No todas las mujeres embarazadas están asistiendo a los centros de salud Algunas es probable que si se los controlen en otros lugares, pero muchas simplemente no asisten Los listados de embarazadas de los centros presentan cantidades no exactas de las embarazadas en la comunidad

Es común también que la detección de las embarazadas se haga en el ultimo trimestre de la gestacion limitando la suplementación a solo unas cuantas semanas

Las mujeres que participaron en el estudio reconocen casi con exclusividad al centro de salud como el sitio donde acceder a los suplementos Se mencionaron en algunos sitios a las farmacias y en otros se habló de puestos de medicamentos comunales como alternativas para acceder a los suplementos Sin embargo estas alternativas no son reconocidas por la mayoria

Es necesario hacer una intervencion en el sistema de salud para que su personal se compenetre mas del problema y de esta forma pueda tener la motivacion necesaria para solucionarlo El hecho de que el personal de salud no pueda estar de acuerdo ni siquiera en los puntos de corte necesarios para el diagnóstico de la anemia demuestra el desinteres y la falta de informacion de los mismos

Tambien es necesario buscar alternativas de acceso al 100% de las embarazadas Una de las más viables pudiera ser el uso de las parteras para este fin

En los últimos años el papel de la partera ha venido evolucionando, asi como lo han hecho sus prácticas El crecimiento de los servicios asistenciales y las facilidades de comunicación han influido en este cambio La partera puede ser una excelente forma de llegar en cada comunidad a las embarazadas Con una capacitacion al respecto ella puede llegar a las embarazadas desde inicios de los embarazos y vigilar la correcta administración y utilización de los suplementos, pero mas importante puede comunicarse con las mujeres de una forma en que jamas podrán hacerlo los servicios de salud

ACCESO SOCIOECONOMICO Y CULTURAL

Hay también factores económicos y socioculturales que afectan directamente el proceso de suplementación

ECONÓMICO

Es un factor limitante importante a la continuidad de la suplementacion, y es un determinante importante para el desarrollo de la anemia y la deficiencia de hierro Honduras es una nacion con muy malas condiciones socioeconómicas Cuenta con el segundo ingreso per capita mas bajo del continente Con razón algunas de las participantes de los grupos focales manifestaron su rechazo a la suplementación porque esta aumentaría su hambre y no tenían los alimentos necesarios para saciarla

Aparte de esto no todas estan dispuestas a sacrificar parte de su ingreso para comprarlas Las usuarias de la suplementación hasta la fecha han estado acostumbradas a pagar solamente una cuota simbólica en el centro y ha obtener una cantidad abundante de suplementos Aunque se reconozca como justo el pago por estos no todas están dispuestas a hacerlo En el presente estudio se mencionaron distintos precios que algunas de las embarazadas estarian dispuestas a pagar por la suplementacion Estos oscilan entre valores tan bajos como 1 lempira hasta 30 lempiras por un paquete de 30 tabletas El precio medio que se pondero oscila entre los 6 y 8 lempiras

Si se decidiera en los actuales momentos cobrar el valor medio reportado como justo para adquirir los suplementos, la mitad de las que dijeron que los adquiririan lo encontrarian de alguna manera mas costoso de lo que estarían dispuestas a pagar Ademas nada indica que puedan seguir una suplementación regular y adquirir las tabletas de forma constante

No parece recomendable en las actuales circunstancias instaurar un precio alejado al pago usual simbólico para promover la suplementacion Se deberá promover en forma decidida sus beneficios y ensayar por regiones los precios hasta donde se pueda llegar para no afectar la meta principal del proceso que debe ser llegar en forma regular a la mayoría de las embarazadas

SOCIOCULTURAL

Se ha mencionado anteriormente que hay creencias que afectan la suplementación El creer que los niños crecen demasiado y puede haber complicaciones en el parto, que se mancha la cara, que engorda la mujer por ejemplo son creencias construidas alrededor de la suplementación a lo largo del tiempo en que se ha venido dando el proceso en Honduras

Sin embargo hay otras construcciones sociales profundas que afectan de una forma u otra cualquier intervención en la comunidad Una de las mas patentes es la diferencia entre los ganarais que hace que la mujer este sometida y que el hombre asuma los roles de liderazgo

En las comunidades en las que se desarrolló la investigación esta dificultad fue evidente La mujer parece estar relegada a funciones domésticas en el hogar y a funciones reproductivas Su poder de decisión está seriamente comprometido a la voluntad del hombre En muchos de los casos es el hombre quien decide Por ejemplo es el quién decide cuanto dinero se va destinar para la economia familiar El decide cuando la mujer debe operarse para no tener más hijos En ocasiones el puede decidir si la mujer debe o no suplementarse

Aparte de esto no todas están dispuestas a sacrificar parte de su ingreso para comprarlas Las usuarias de la suplementación hasta la fecha han estado acostumbradas a pagar solamente una cuota simbólica en el centro y ha obtener una cantidad abundante de suplementos Aunque se reconozca como justo el pago por estos no todas están dispuestas a hacerlo En el presente estudio se mencionaron distintos precios que algunas de las embarazadas estarían dispuestas a pagar por la suplementación Estos oscilan entre valores tan bajos como 1 lempira hasta 30 lempiras por un paquete de 30 tabletas El precio medio que se ponderó oscila entre los 6 y 8 lempiras

Si se decidiera en los actuales momentos cobrar el valor medio reportado como justo para adquirir los suplementos, la mitad de las que dijeron que los adquirirían lo encontrarían de alguna manera mas costoso de lo que estarían dispuestas a pagar Ademas nada indica que puedan seguir una suplementación regular y adquirir las tabletas de forma constante

No parece recomendable en las actuales circunstancias instaurar un precio alejado al pago usual simbólico para promover la suplementación Se deberá promover en forma decidida sus beneficios y ensayar por regiones los precios hasta donde se pueda llegar para no afectar la meta principal del proceso que debe ser llegar en forma regular a la mayoria de las embarazadas

SOCIOCULTURAL

Se ha mencionado anteriormente que hay creencias que afectan la suplementación El creer que los niños crecen demasiado y puede haber complicaciones en el parto, que se mancha la cara, que engorda la mujer por ejemplo son creencias construidas alrededor de la suplementacion a lo largo del tiempo en que se ha venido dando el proceso en Honduras

Sin embargo hay otras construcciones sociales profundas que afectan de una forma u otra cualquier intervención en la comunidad Una de las más patentes es la diferencia entre los ganarais que hace que la mujer esté sometida y que el hombre asuma los roles de liderazgo

En las comunidades en las que se desarrolló la investigación esta dificultad fue evidente La mujer parece estar relegada a funciones domésticas en el hogar y a funciones reproductivas Su poder de decisión está seriamente comprometido a la voluntad del hombre En muchos de los casos es el hombre quien decide Por ejemplo es él quién decide cuanto dinero se va destinar para la economía familiar El decide cuando la mujer debe operarse para no tener más hijos En ocasiones el puede decidir si la mujer debe o no suplementarse

Si al hombre no le parece necesario que la mujer se controle en el centro de salud o que la mujer tome suplementos, la mujer no tiene a veces nada que decir Es probable que como la suplementacion es un acto destinado a mejorar la salud de la mujer cuando tiene adentro al producto de la reproducción no se manifiesten abiertamente conductas de rechazo a la misma de parte de los hombres, pero si se iniciara una campaña para promover la suplementacion en las mujeres y esta amenazara de alguna forma su papel dominante se puede bloquear el proceso de suplementacion Para prevenir lo anterior es necesario además de la campaña educativa, hacer sensibilizacion tanto en hombres como en mujeres

Por otro lado debemos recordar que el sistema de salud tradicional esta siendo sometido a una fuerte transformación y cambio Las creencias y practicas medicinales tradicionales estan siendo reemplazadas por la medicina "moderna" En este proceso muchos conocimientos y practicas están siendo desechados y lo que ayer se a considerado como lo necesario para remediar un problema hoy solo se recuerda vagamente Es necesario que el proceso de suplementacion respete la cultura de las personas y sirva mas bien para afianzarla

RECOMENDACIONES (Implicaciones para la intervención)

1 Es recomendable de que el personal de salud pública en sus distintos niveles reciba un refrescamiento, relativo a los conocimientos sobre anemia y suplementacion con hierro

2 Debe difundirse en el personal de salud y en el personal comunitario los contenidos del manual de normas de atención a la mujer para que la atención que se brinda en los distintos centros sea de la misma calidad

3 Para la intervencion en información, educación y comunicacion hay ciertos hechos que han quedado establecidos y que por ende deberan de tomarse en cuenta al hacer la planificación de la intervención

   a El concepto de anemia no hay necesidad de introducirlo pues las mujeres y la comunidad en general ya lo conocen
   b El concepto de lo que es el hierro no es claro para todas las personas, se debe lograr su asociación con los siguientes terminos sulfato ferroso, vitamina y anemia
   c Se deben de divulgar el porqué y los beneficios de la suplementación con hierro a nivel comunitario

d Se deben afrontar ante las mujeres las creencias que dificultan la suplementación como son Mancha la cara, Engorda, hace bebes grandes que cuesta parirlos, puede causar deformidades en los niños

e La sintomatologia de la anemia aunque es reconocible por las personas debe de ser separada de la sintomatología propia del embarazo

f Realizar una guia alimentaria con alimentos disponibles localmente destinada a potenciar el consumo de alimentos favorecedores de la absorcion de hierro y desestimar el consumo de inhibidores de la misma

g Se le debe de advertir a cada mujer suplementada los probables efectos secundarios, y la forma de disminuir su efecto para que las deserciones por esta causa disminuyan

h La intervención debe dirigirse a mujeres y a sus compañeros para que estos se constituyan en soportes de la misma

i Es deseable que el material de comunicacion que se produzca pueda ser llevado hasta los hogares de las personas y que no se concentre solo en el centro de salud

4 La distribución de los suplementos debe de continuar siendo a través de los centros de salud al menos por los actuales momentos, sin embargo se debe ensayar un sistema de distribucion alternativo con las parteras en las distintas comunidades Si este ensayo de sistema de distribucion con las parteras es exitoso se puede generalizar a todas las comunidades a intervenir

5 La presentación y el empaque de las tabletas de sulfato ferroso se deben modificar para mejorar su aspecto y su aceptacion en la población Puede usarse uno similar al de las capsulas prenatales

Referencias Principales

Frances Sizer and Eleonor Whitney "Nutrition, Concepts and Controverses" Sixth Edition Hamilton & Whitney West Publishing Company, Mineapolis/St Paul, New York Los Angeles, San Francisco 1994

R Schwarcz, et al "Atencion Prenatal y del Parto de Bajo Riesgo" Centro Latinoamericano de Perinatologia y Desarrollo Humano, OPS/OMS Poblacion Cientifica CLAP No 1205

WHO, Division & Family Healt "Prevention and Managnament and Severe Anaemia in Pregnancy" Report of a Technical Working Group, Geneva, 1993

Benjamin Torun, et al "Recomendaciones Dieteticas Diarias del INCAP" Edicion 45 Aniversario, Instituto de Nutricion de Centro America y Panama (INCAP), Guatemala, Septiembre, 1994

Academy for Educational Development "A Tool Box for Building Healt Comunication Capacity" HealtCom/April, 1995 Washington

Mc Laren, Donald S , "La Nutricion y sus Trastornos" Segunda Edicion Editorial El Manual Moderno, Titulo Original Nutrition and it's Disorders, Mexico 1993

Bengoa, Jose Maria, et al (editores) "Metas Nutricionales y de Alimentacion para America Latina Bases para su Desarrollo Taller celebrado en Caracas Venezuela, Publicaciones Fundacion CAVENDES (Apdo de cascos) 62191, Chacao 1060, Caracas Venezuela) 1988

Krasovec Katherine, Anderson Mary Ann (editoras) "Nutricion Materna y Productos del Embarazo, Evaluacion Antropometrica Publicacion Cientifica No 529, OPS, ISBN-92-75 11529, Washington, 1991

SECPLAN/UNICEF "Analisis de Situacion de la Infancia, Mujer y Juventud" Honduras, 1995

United Nations, Administrative Communitte on Cordination-Subcommitte on Nutrition "Second Report in The World Nutrition Situation" Volume I Global and Regional Results (A report compiled from information available to the United Nations Agencies of the ACC/SCN) October 1992 Volume II Country Trends, Methods and Statistics

Ministerio de Salud de Honduras "Manual de Normas y Procedimientos de Atencion Integral a la Mujer" Departamento de Atencion a la Mujer Division Materno Infantil Tegucigalpa, M D C Abril, 1995