



Cinco formas simples de mejorar el uso y la provisión de anticonceptivos orales

- *A menudo, se imponen barreras innecesarias para la entrega del servicio que impiden que las mujeres inicien y continúen con el uso de anticonceptivos orales.*
- *Los proveedores pueden emplear cinco estrategias simples para reducir las barreras médicas que impiden la provisión de anticonceptivos orales, permitiendo así una entrega más rápida y segura, y una mejora en la consejería y en el uso de los AO.*

1. Uso de la Lista de Verificación de Embarazo: Tradicionalmente, los proveedores han instruido a las mujeres a iniciar el uso de los AO durante los primeros cinco días de su flujo menstrual para asegurarse de que no están embarazadas. En muchos contextos los proveedores siguen siendo escépticos con respecto a proporcionar AO a las mujeres que no están menstruando, y si deben empezar a tomarlos en el momento de la provisión o al comienzo de la menstruación. A menudo se envía a las mujeres a su casa y se les dice que regresen cuando estén menstruando, esta es una práctica que pone a las mujeres en riesgo de un embarazo no deseado. La lista de verificación, “Cómo estar razonablemente seguro de que la cliente no está embarazada”, contiene un conjunto de preguntas que, cuando se utilizan correctamente, nos brindan un 99% de efectividad en la predicción de un embarazo¹. Esta lista de verificación se puede utilizar para eliminar el requisito de la menstruación que se exige para la iniciación con los AO. La lista de verificación, es una herramienta simple y económica que pueden utilizar proveedores clínicos y no clínicos que ofrecen AO (o cualquier otro anticonceptivo o medicación que requiera que no haya un embarazo para poder usarlo). Eliminado el requisito de la menstruación, mediante la lista de verificación de embarazo, las clientas pueden empezar a usar los AO desde la primera cita.

2. Uso de la Lista de Verificación de AO: Al igual que la lista de verificación del embarazo, la lista de AO permite a los proveedores utilizar un conjunto simple de preguntas para determinar si una mujer podría ser candidata para el uso de AO. La lista de verificación de AO la pueden utilizar proveedores de todos los niveles, incluyendo agentes comunitarios, farmacéuticos, parteras, enfermeras, médicos y otros. Ofrece a los proveedores la información más precisa y actualizada de elegibilidad médica sobre los AO en un lenguaje simple y en un formato claro que lo pueden comprender tanto el trabajador de atención de salud como la cliente. La lista de verificación puede ayudar a los proveedores a garantizar la seguridad de sus clientas investigando si es que presentan condiciones o problemas de salud que podrían impedir que el uso de los AO sea seguro y/o transferir a la mujer a un proveedor de un nivel más alto, en el caso que necesite una mayor evaluación antes de empezar a usar los AO.

3. Uso del Método de Inicio Rápido: Estudios llevados a cabo en los Estados Unidos, han demostrado que las mujeres que utilizan un método de iniciación llamado *Inicio Rápido*, que consiste en tomar la primera píldora anticonceptiva oral bajo la supervisión de un trabajador de atención de

Las cinco estrategias para mejorar la provisión de AO incluyen:

- Examinar a las clientas usando la lista de verificación de embarazo;
- Examinar a las clientas usando la lista de verificación de AO;
- Usar el método *Inicio Rápido*;
- Proporcionar empaques múltiples de AO por adelantado;
- Seguir las nuevas instrucciones que desarrolló la OMS par alas píldoras olvidadas.

salud, durante su primera cita médica y sin tener en cuenta el momento de su ciclo menstrual, fueron más propensas a continuar usando los AO que las mujeres que recibieron la indicación de que esperaran hasta su siguiente ciclo menstrual para empezar con las píldoras^{2,3}. La objeción a empezar el uso de los AO en otro momento que no sea en el inicio de los ciclos menstruales puede quedar descartada con el uso de la lista de verificación de embarazo (descrita anteriormente) que determina que no hay un embarazo. No hay evidencias que muestren que el método de *Inicio Rápido* incrementa los efectos secundarios de la menstruación.

4. Provisión de Múltiples Empaques de AO por adelantado:

La provisión de múltiples empaques de píldoras reduce los costos por cliente y apoya la continuación del método. Las clientas que reciben de tres a doce empaques de píldoras por adelantado requieren menos citas médicas, de este modo disminuye la probabilidad de la discontinuación del método a causa de la imposibilidad de obtener más píldoras a tiempo o por falta de stock en el establecimiento de salud. En muchos establecimientos de países en desarrollo las mujeres no reciben más de un empaque de píldoras en el primer contacto con un proveedor. Es posible que los proveedores tengan temor a una falta de stock, pueden asumir que las mujeres olvidarán las píldoras o pueden creer

que es necesario hacer el seguimiento a las usuarias de AO cada mes o cada tres meses. Sin embargo, estas preocupaciones se pueden manejar fácilmente incrementando los pedidos para el suministro de AO y con una consejería apropiada para las clientas. Se deberá explicar a los proveedores que en la mayoría de los casos, no es necesario hacer el control de la salud de las clientas cada mes o cada tres meses. En los casos en los que no se pueda descartar el embarazo, o en caso de que las mujeres deseen esperar hasta su siguiente periodo para empezar a usar los AO, se deberá proporcionar varios empaques de píldoras para una iniciación posterior con instrucciones claras sobre cuándo empezar a tomar las píldoras.

5. Proporcionar Instrucciones sobre las píldoras olvidadas: Recientemente la OMS simplificó sus recomendaciones para las mujeres que olvidan cualquier número de píldoras anticonceptivas orales (PAO). Los proveedores deberán explicar claramente estas nuevas instrucciones y estar

Figura 1. Qué hacer si olvida tomar sus píldoras con hormonas*

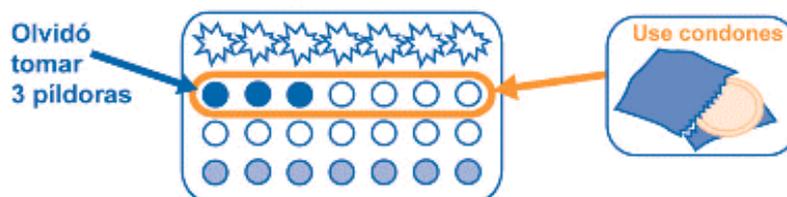
Siempre tome una píldora con hormonas† tan pronto como lo recuerde y continúe tomando una píldora cada día.

¿Olvidó tomar 3 o más píldoras con hormonas?

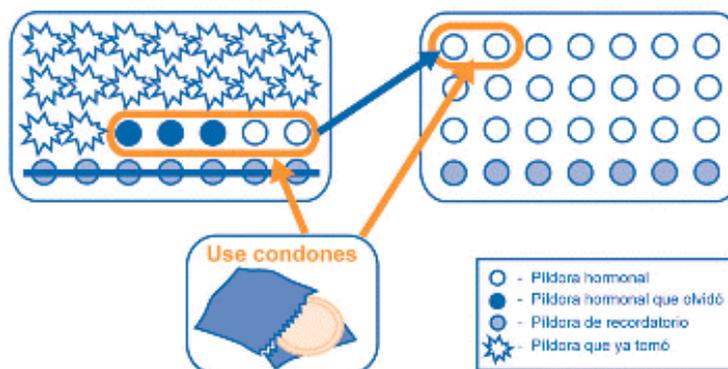
Debe tomar sus píldoras con hormonas por 7 días consecutivos para recuperar la protección completa.

ENTONCES —

Comenzando con la primera píldora que omitió, continúe tomando una píldora cada día† Y use condones o evite relaciones sexuales hasta que haya tomado píldoras con hormonas por 7 días consecutivos.



ADÉMÁS, si olvidó tomar 3 o más píldoras con hormonas en la semana 3: Termine de tomar sólo las píldoras con hormonas de ese paquete, deseche las píldoras sin hormonas (de recordatorio) y luego comience un nuevo paquete al día siguiente.



* Estas instrucciones se refieren a las píldoras anticonceptivas orales combinadas que contienen más de 20 µg del estrógeno éstil-estradiol.

† Si usted toma sus píldoras de acuerdo a un calendario que especifica comenzar en un determinado día de la semana, debe desechar las píldoras con hormonas que olvidó tomar si desea mantenerse dentro de su calendario. Retoma su calendario diario para tomar las píldoras comenzando con la píldora con hormona correspondiente al día de hoy (no se muestra en el diagrama).

seguros de que sus clientas las entendieron completamente antes de iniciar el uso de las PAO. Las nuevas instrucciones son las siguientes:

- Si una mujer olvida **una o dos** píldoras (hormonales) activas, deberá tomar dos píldoras en el momento en que lo recuerde y continuar tomando una píldora al día siguiente de acuerdo a lo usual.
- Si una mujer olvida **tres o más** píldoras activas seguidas o inicia un nuevo empaque después de más de tres días:
 - Tomar dos píldoras y continuar tomando una píldora al día.
 - También usar condones, practicar el coitus interruptus, usar espermicidas o estar en abstinencia sexual hasta que haya tomado las píldoras activas por siete días consecutivos.
 - Si se olvidó las píldoras en la **primera semana** del empaque de píldoras y ha tenido relaciones sexuales sin protección, es posible que desee considerar el uso de un anticonceptivo de emergencia.
- Si una mujer olvida **tres o más** píldoras durante la tercera semana del empaque de píldoras:
 - Siga las instrucciones anteriores para 3 o más píldoras.
 - Deseche todas las demás píldoras restantes.
 - Empiece un nuevo empaque al día siguiente.
 - También deberá utilizar condones, practicar el coitus interruptus, usar espermicidas o permanecer en abstinencia sexual hasta que haya tomado las píldoras activas por siete días consecutivos.

Puede resultar de gran beneficio para los establecimientos de salud, o los programas de planificación familiar, elaborar instrucciones sobre “Cómo recuperar las píldoras olvidadas” para que las clientas las lleven a casa (ver Figura 1).

¹ J. Stanback, et al. “Checklist for ruling out pregnancy among family planning clients in primary care,” Lancet 354 (1999); 566.

² C. Westoff, et al. “Quick start: novel oral contraceptive initiation method,” Contraception. 2002 Setiembre;66(3):141-5.

³ E. Lara-Torre, et al. “Adolescent compliance and side effects with Quick Start initiation of oral contraceptive pills,” Contraception 66 (2002); 81-85.

⁴ Para ver una versión más grande de este diagrama visite la página <http://www.infoforhealth.org/infoforeports/sprspanish.pdf>.

Para mayor información: www.maqweb.org

Última revisión: 24/04/06

(La versión en español se publicó el 30 de Junio de 2006)

Producido en asociación con la Iniciativa para Maximizar el Acceso y la Calidad

Diseñado y producido por: The INFO Project at the Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs. Este informe se produce gracias al apoyo de la Agencia de los Estados Unidos para el desarrollo Internacional, de Global, GH/POP/PEC, bajo los términos de la Subvención No. GPH-A-00-02-00003-00.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA