



Cuando los anticonceptivos producen cambios en el sangrado mensual: ¿Cómo pueden los prestadores de servicios de planificación familiar ayudar a sus clientas?

- *Los cambios en el sangrado mensual debido al uso de métodos anticonceptivos hormonales o el DIU son un efecto secundario normal y rara vez peligroso, pero son un motivo común por el cual las mujeres dejan de usar estos métodos.*
- *Mediante consejería y motivación, los prestadores de servicios de planificación familiar pueden ayudar a las mujeres a prever y manejar los cambios del sangrado.*
- *Cuando las mujeres están prevenidas de los cambios del sangrado, pueden escoger un método adecuado, estar más satisfechas con su elección y continuar evitando embarazos no deseados de manera eficaz.*

Los cambios del sangrado son comunes entre las mujeres que usan métodos anticonceptivos hormonales o DIU. Estos figuran entre los métodos de planificación familiar reversibles más eficaces, y muchas mujeres los escogen por esta razón. Sin embargo, los cambios que producen en el sangrado mensual a menudo propician insatisfacción y discontinuación. Muchas mujeres que dejan de usar un método anticonceptivo no empiezan a usar otro de inmediato, o usan otro método menos eficaz, lo cual las pone en riesgo de tener un embarazo no deseado.

Los métodos hormonales combinados –anticonceptivos orales (AO), inyectables mensuales, el parche y el anillo vaginal– tienden a acortar el sangrado mensual y hacerlo más predecible. Los métodos sólo de progestágeno –inyectables de larga duración, implantes y AO sólo de progestágeno (la “minipíldora”)– y el DIU hormonal liberador de levonorgestrel, pueden causar cambios que varían desde sangrado inesperado y manchas hasta la ausencia total de sangrado mensual. Los DIU de cobre pueden causar sangrado un poco más abundante y prolongado. Los efectos del método pueden diferir entre las mujeres, o diferir a lo largo del tiempo en determinada mujer.

Conclusiones de las investigaciones: la consejería mejora la satisfacción de las clientas y la continuación del uso del método anticonceptivo

Las mujeres que son prevenidas de los posibles cambios en el sangrado mensual están más satisfechas con su método anticonceptivo.¹ Esta conclusión puede ser indicio tanto de decisiones mejores informadas en cuanto a la elección del método como de usuarias mejor preparadas. Los proveedores que ofrecen con antelación información y consejería sobre los posibles cambios en el sangrado pueden ayudar a sus clientas a escoger un método que sea adecuado para ellas e informarles qué pueden esperar de su uso.

Varios estudios también indican que las nuevas clientas continúan usando el método que escogieron por más tiempo si los proveedores les ofrecieron consejería detallada sobre los cambios en el sangrado y las motivaron a regresar para recibir ayuda si tienen problemas.² La consejería y la motivación en las citas de control también pueden ayudar a las clientas que continúan usando su método a manejar cambios de sangrado molestos y, por tanto, ayudarlas a evitar la discontinuación y el riesgo de embarazo no deseado.³

¿Qué pueden hacer los prestadores de servicios de planificación familiar?

Para ayudar a sus clientas a escoger y usar métodos que satisfagan sus necesidades, los prestadores de servicios de planificación familiar pueden tomar las siguientes medidas:

Ayudar a nuevas clientas a decidir si escoger un método de planificación familiar que posiblemente produzca cambios en el sangrado mensual:

- Describir los cambios de sangrado comunes en formas que puedan entender las clientas, incluir información sobre cómo los cambios pueden variar con el tiempo.
- Explicar que los cambios de sangrado comunes son normales con estos anticonceptivos. No son peligrosos, y no son signos de enfermedad.
- Ayudar a cada clienta a considerar cómo se sentiría y qué haría si ella presentara cambios en el sangrado mensual.
- Invitarla a regresar en cualquier momento que tenga inquietudes.

Ayudar a las clientas que continúan usando su método a manejar los cambios en el sangrado mensual causados por el uso de anticonceptivos:

- Explicar en los primeros meses de uso del anticonceptivo que los cambios probablemente disminuirán con el tiempo.
- Si los cambios de sangrado persisten, o cuando la clienta lo solicite, ofrecer tratamientos disponibles para amainar el sangrado.
- En cualquier momento que la clienta piense que los cambios de sangrado son inaceptables, ayudarla a escoger un método que sea más adecuado para ella.

Los proveedores pueden adquirir un entendimiento de las creencias culturales y sociales y de los comportamientos referentes a la menstruación. Este conocimiento puede ayudar a los proveedores a ser sensibles a las actitudes de sus clientas hacia los cambios de sangrado relacionados con los anticonceptivos. Para contestar preguntas comunes que tienen las clientas sobre la menstruación y el ciclo menstrual, los proveedores pueden remitirse al número de *INFO Reports* titulado “Datos clave sobre el ciclo menstrual”. El texto completo del informe puede verse en línea en:

<http://www.infoforhealth.org/inforeports/ menstruation/spamenstruation.pdf>. En este informe se expone información de manera sencilla, acompañada de ilustraciones que los proveedores pueden usar con sus clientas.

¹Backman, T., et al. Advance information improves user satisfaction with the levonorgestrel intrauterine system. *Obstetrics and Gynecology* 99(4): 608-613. Apr. 2002; Tan, A., et al. Improvements in knowledge of Norplant implants acceptors: An intervention study in West Sumatra and West Java, Indonesia. Final report. Bandung, Indonesia, Padjadjaran University, Study Group on Biomedical and Human Reproduction, Jun. 1995. 41 p.

²Canto de Cetina, T.E., et al. Effect of counseling to improve compliance in Mexican women receiving depot-medroxyprogesterone acetate. *Contraception* 63(3): 143-146. Mar. 2001; Hubacher, D., et al. Factors affecting continuation rates of DMPA. *Contraception* 60(6): 345-351. Dec. 1999; Lei, Z.W., et al. Effect of pretreatment counseling on discontinuation rates in Chinese women given depo-medroxyprogesterone acetate for contraception. *Contraception* 53(6): 357-361. Jun. 1996. 25(4): 200-202.

³Rager, K.M., et al. Successful treatment of depot medroxyprogesterone acetate-related vaginal bleeding improves continuation rates in adolescents. *Scientific World Journal* 6: 353-355. 2006.

Para mayor información:

Este informe se basa en *Population Reports*, “Cuando los anticonceptivos producen cambios en el sangrado mensual: Cómo pueden los proveedores y programas de planificación familiar ayudar a sus clientas a escoger y usar los métodos apropiados”, Serie J, Número 54. El texto completo del informe puede verse en línea en: <http://www.infoforhealth.org/pr/j54/sj54/sj54.pdf>.

Otros informes técnicos se encuentran en: www.maqweb.org

Última revisión: 29/09/06

(La versión en español se publicó el 7 de enero de 2008)

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/PRH/PEC, bajo los términos de la Subvención No. GPH-A-00-02-00003-00.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA