

Informar a los Clientes

Objetivo

Educar a los clientes sobre la disponibilidad de las píldoras anticonceptivas de emergencia (PAE) y asegurar su correcto uso.

Una vez que las PAE han logrado ser incorporadas con éxito a un programa de planificación familiar, es importante ofrecer información adecuada sobre esta opción anticonceptiva. Así, los clientes podrán tomar una decisión informada en cuanto a si usan PAE o no—y en caso de que decidan usarlas, asegurarse de que lo hacen correctamente. Muchas mujeres no conocen las PAE, y muchas de las que han oído acerca de ellas en campañas de sensibilización podrían tener preguntas e inquietudes sobre el método. Este módulo analiza la elaboración de materiales para clientes que entreguen información esencial y respondan preguntas específicas que las mujeres puedan tener sobre las PAE. Al elaborar materiales para las clientas, es importante evitar sobrecargarlas con información, pero entregar la suficiente información para que se sientan confiadas y seguras tomando PAE. En este módulo se analizan los siguientes temas:

- Identificación de los Grupos Clave
- Elaboración de Materiales Informativos para los Clientes
- Canales para Comunicar Mensajes sobre PAE a los Clientes

Este módulo está estrechamente relacionado con el Módulo A: Información para los Diseñadores de Políticas y el Módulo C: Crear Conciencia Pública. Las herramientas presentadas en estos módulos pueden usarse en las tres áreas de actividades. Las herramientas son presentadas como ejemplos y deben adaptarse según las necesidades locales.

Herramientas Presentadas al Final de este Módulo

- Texto Tipo para Folletos
- Folleto en Tres Formatos
- Folleto de Sudáfrica

Otras herramientas que podrían resultar útiles para proveer información a los clientes pueden encontrarse en la sección de herramientas del Módulo F: Regulación, Adquisición y Distribución de PAE Sólo de Progestina y del Módulo G: Opción de Proveer Anticonceptivos Orales Combinados (AOC) Como Producto No Dedicado de Píldoras Anticonceptivas de Emergencia (PAE).

Los enfoques usados para informar a los clientes y posibles usuarias de PAE dependerán de diversos factores, incluidos los recursos disponibles y el contexto social y cultural de los clientes. El principal objetivo es llegar al mayor número de posibles clientes con información correcta y concisa sobre las PAE.

Identificación de los Grupos Clave

Entre las mujeres que podrían necesitar anticoncepción de emergencia se encuentran las adolescentes sexualmente activas, las usuarias de anticonceptivos que experimenten una falla de su método o que no usen un método de manera sistemática (quienes usen condones podrían experimentar la rotura o deslizamiento del condón, las usuarias de anticonceptivos orales podrían olvidar algunas píldoras), las mujeres que tienen relaciones sexuales con poca frecuencia, quienes no usen métodos regulares de anticoncepción continua y quienes quieran espaciar los nacimientos, entre otras. Un punto de partida para elaborar materiales de PAE para los clientes es evaluar las necesidades de información de éstos. En el Módulo E: Evaluación Preliminar se incluye un análisis del proceso de evaluación, junto con diversas herramientas de evaluación—incluido un cuestionario sobre los conocimientos, las actitudes y las prácticas de los clientes.

Elaboración de Materiales Informativos para los Clientes

En países donde las PAE han logrado ser integradas con éxito a programas a gran escala de planificación familiar, los materiales para los clientes típicamente proveen información objetiva que éstos necesitan para tomar decisiones informadas sobre el uso de anticoncepción de emergencia. A continuación se presentan datos clave que las mujeres podrían necesitar o querer saber. Resulta importante usar un lenguaje fácil de comprender para los clientes y probar los mensajes previamente para asegurarse de que son comprendidos correctamente.

Datos y mensajes clave

- Las PAE actúan previniendo un embarazo antes de que éste se produzca; las PAE no tendrán efecto alguno si la mujer ya está embarazada. El embarazo está definido como implantación, cuando el óvulo fecundado se anida en el útero.^{1,2 *}
- Las PAE no pueden interrumpir un embarazo ya establecido.¹
 - Si una mujer ya está embarazada y toma PAE, éstas no harán daño al feto en desarrollo.¹
- Si bien no se han realizado estudios sobre las PAE y la fertilidad futura, los estudios disponibles para determinar el efecto de los anticonceptivos orales sobre la fertilidad han demostrado que éstos no tienen efecto sobre la fertilidad a largo plazo. En consecuencia, los investigadores han concluido que la anticoncepción hormonal de emergencia no tiene efecto sobre la fertilidad futura.³
- Las PAE sólo de levonorgestrel y las combinadas de estrógeno-progestina no son lo mismo que la mifepristona, conocida comúnmente como la píldora abortiva (RU 486).⁴
- Las PAE son seguras. No existen pruebas de que tomar PAE haga daño a una mujer o acarree efectos dañinos para la salud.^{5,6}
- Las PAE no protegen contra las infecciones de transmisión sexual (ITS) o el VIH/SIDA. Si bien las PAE pueden proteger contra un embarazo después de una relación sexual sin protección, este método no reemplaza a los condones en su protección contra las ITS o el VIH/SIDA.

*Esta definición se inscribe en un contexto médico/clínico. Las personas pueden tener sus propias creencias acerca de cuándo empieza un embarazo.

- Las PAE son fáciles de usar.
- Las PAE se encuentran convenientemente disponibles. *(Los proveedores deben asegurarse de que los materiales de difusión para los clientes ofrezcan información sobre dónde las mujeres pueden obtener PAE).*
- Las PAE no se recomiendan para ser usadas como un método anticonceptivo regular; otros métodos son más eficaces para un uso frecuente.

Información técnica clave para elaborar mensajes para las clientas

- Existen dos opciones de anticoncepción de emergencia: las dosis de hormonas usadas en los anticonceptivos orales y la inserción de un DIU. La anticoncepción hormonal usada como anticoncepción de emergencia es eficaz hasta por 5 días (120 horas) después de la relación sexual sin protección. La inserción del DIU es eficaz como anticoncepción de emergencia hasta por 7 días después de la relación sexual sin protección.
- Las PAE deben tomarse lo antes posible, pero dentro de las primeras 120 horas o cinco días desde la relación sexual sin protección. Es importante tomar las píldoras tan pronto como sea posible, ya que su eficacia disminuye a medida que pasa el tiempo. Existen dos tipos de hormonas anticonceptivas orales usadas para anticoncepción de emergencia:
 - PAE sólo de progestina: Una dosis de 1,5 mg (2 tabletas) tomada lo antes posible después de una relación sexual sin protección, idealmente dentro de las primeras 120 horas o cinco días.* Al ser usadas correctamente, las PAE sólo de progestina reducen el riesgo de embarazo en un 85 por ciento para un único encuentro sexual sin protección.** Las PAE sólo de progestina tienen menos efectos secundarios que los anticonceptivos orales combinados usados con fines de AE.
 - PAE combinadas estrógeno/progestina: Se debe tomar la primera dosis lo antes posible después de la relación sexual sin protección y la segunda dosis 12 horas después de la primera. Se deben tomar las píldoras lo antes posible después de una relación sexual sin protección, ya que la eficacia disminuye a medida que pasa el tiempo, pero pueden usarse hasta 120 horas o cinco días después. Si se usan correctamente, los anticonceptivos orales combinados tomados como anticoncepción de emergencia reducen el riesgo de embarazo en un 75 por ciento para un único encuentro sexual sin protección.^{6**}

Otras fuentes de información para los clientes

Los materiales de anticoncepción de emergencia deben dirigir a los clientes a otros recursos donde puedan obtener más información sobre PAE. Entre los ejemplos se incluyen números de las líneas de información telefónica, sitios web y organizaciones que proveen servicios de PAE.

*El régimen de la dosis única puede diferir de la rotulación del producto, debido a la publicación en el año 2002 de los resultados de un estudio que indica que una dosis única de 1,5 mg de levonorgestrel puede sustituir a dos dosis de 0,75 mg de levonorgestrel.

**Estas estimaciones de la reducción en el riesgo de un embarazo tras el uso de PAE se basan en estudios que evaluaron el uso de PAE dentro de un período de 72 horas.

Consejos para elaborar mensajes para clientes

- Procure que los mensajes sean breves, claros y de fácil comprensión.
- Use un lenguaje innovador y una presentación llamativa y atractiva.
- Sea sensible a las perspectivas étnicas, culturales y regionales sobre los temas relativos a las relaciones sexuales y a la salud reproductiva.
- De ser necesario, considere la traducción de la información sobre anticoncepción de emergencia a los dialectos locales y diversos idiomas para cubrir el amplio espectro de los clientes a los que se debe llegar.

Canales para Comunicar Mensajes sobre Anticoncepción de Emergencia a los Clientes

Las clínicas de salud y de planificación familiar han demostrado ser canales muy eficaces para comunicar información sobre anticoncepción de emergencia. Los proveedores pueden usar las visitas regulares de sus clientas, orientadas a recibir servicios de salud y anticoncepción, como oportunidades para hablar sobre la anticoncepción de emergencia—y, si es posible, distribuir PAE por adelantado a las clientas que se encuentren en riesgo de embarazos no planificados. Esto es particularmente importante en el caso de las clientas que reciben métodos de planificación familiar tales como anticonceptivos orales, condones, inyecciones hormonales u otros métodos que podrían fallar o ser usados de manera incorrecta. Las clínicas también pueden distribuir folletos y pequeños informativos, que las clientas puedan llevar a casa para referencia futura. También es importante actualizar los folletos sobre otros métodos anticonceptivos tales como los anticonceptivos orales, los condones, las inyecciones hormonales y otros para que contengan información precisa y actualizada sobre anticoncepción de emergencia.

Referencias

¹Bacic, M., Wesselius de Casparis, A., and Diczfalusy, E. Failure of large doses of ethinyl estradiol to interfere with early embryonic development in the human species. *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 107(4):531-534 (1970).

²Hughes, E.C. and Committee of Terminology of the American College of Obstetricians and Gynecologists. *Obstetrics-Gynecologic Terminology*. Philadelphia: F.A. Davis (1972).

³Norris Turner, A. and Ellertson, C. How safe is emergency contraception? *Drug Safety* 25(10):695-706 (2002).

⁴Glasier, A. Emergency contraception. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynecology* 16(2):181-191 (2002).

⁵Ho, P.C. and Kwan, M.S. A prospective randomized comparison of levonorgestrel with the Yuzpe regimen in post-coital contraception. *Human Reproduction* 8(3):389-392 (1993).

⁶WHO Task Force on Postovulatory Methods of Fertility Regulation. Randomised controlled trial of levonorgestrel versus the Yuzpe regimen of combined oral contraceptives for emergency contraception. *Lancet* 352(9126):428-433 (1998).

Lista de Herramientas para Módulo D

■ **Ejemplo de Texto para Folletos**

Este es el texto clave que PATH ha usado en sus folletos. Es un ejemplo de la información que puede incluirse en los materiales para los clientes. Este texto puede ser modificado y adaptado al contexto local dependiendo de las necesidades y el nivel de conocimiento de los clientes.

■ **Folleto en Tres Formatos**

Este folleto de bolsillo ha sido diseñado para ser llevado en la billetera o en la cartera y puede consultarse para una referencia rápida. Contiene información abreviada sobre las PAE y deriva a los clientes a otros recursos para obtener información como por ejemplo la línea de información telefónica sobre anticoncepción de emergencia. Aquí se muestran las cubiertas de tres versiones diferentes elaboradas por PATH para llegar a las mujeres de diversas comunidades lingüísticas y étnicas en los Estados Unidos.

■ **Folleto de Sudáfrica**

Este tríptico fue desarrollado por la Unidad de Investigación en Salud Reproductiva de la Universidad de Witwatersrand en Sudáfrica y ha sido útil para entregar información sobre las PAE a los clientes.

Ejemplo de Texto para Folletos

Píldoras Anticonceptivas de Emergencia

¿Qué son las píldoras anticonceptivas de emergencia (PAE)?

- Las PAE son un método anticonceptivo seguro y eficaz que puede prevenir un embarazo después de tener relaciones sexuales.
- Ud. debe comenzar a tomar las PAE dentro de las primeras 120 horas (5 días) después de una relación sexual sin protección si no desea quedar embarazada.
- Mientras antes se tomen las PAE después de la relación sexual, mayor es su eficacia.
- Las PAE no son píldoras abortivas. No tendrán ningún efecto si Ud. ya está embarazada.

¿Cuándo puedo usar píldoras anticonceptivas de emergencia?

Se puede usar las PAE si Ud. tuvo relaciones sexuales sin protección durante los últimos 5 días. Use las PAE si:

- Ud. no usó ningún método anticonceptivo.
- El condón se rompió.
- Ud. olvidó tomar 3 ó más píldoras anticonceptivas o comenzó a tomarlas tarde.
- El diafragma se deslizó.
- No recibió su inyección anticonceptiva.
- Fue obligada a tener relaciones sexuales.

¿Cómo funcionan las píldoras anticonceptivas de emergencia?

Las PAE previenen el embarazo:

- Impidiendo temporalmente la liberación de un óvulo.
- Impidiendo la fecundación del óvulo.
- Impidiendo la implantación de un óvulo fecundado en la pared del útero.

Las PAE no protegen contra las infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH/SIDA.

¿Tienen efectos secundarios?

Las PAE hacen que algunas mujeres sientan molestias estomacales o presenten vómitos. Algunas mujeres pueden experimentar sensibilidad en las mamas o dolor de cabeza. Estos efectos secundarios duran aproximadamente un día. Las PAE también pueden hacer que el período de la mujer se adelante o retrase un poco. Esto no afecta la capacidad de una mujer para quedar embarazada en el futuro.

¿Cómo se toman las píldoras anticonceptivas de emergencia?

- En el régimen sólo de progestina, tome una dosis única de 1,5 mg de levonorgestrel lo antes posible dentro de las primeras 120 horas desde la relación sexual sin protección.
- En el régimen de estrógeno y progestina, tome la primera dosis lo antes posible dentro de las primeras 120 horas desde la relación sexual sin protección y tome la segunda dosis 12 horas después de la primera.
- Mantenga un paquete de PAE en su hogar para usarlas cuando lo necesite.

¿Existen diferentes tipos de PAE?

- Sí, distintos tipos de PAE tienen diferentes niveles de eficacia.
- Tomadas en dosis especiales, algunas píldoras anticonceptivas regulares pueden usarse como anticoncepción de emergencia.

A veces necesitas una segunda oportunidad.

Tienes 120 horas para actuar.

Para obtener píldoras anticonceptivas de emergencia:

- Llama a tu médico o clínica.
- Visita el sitio de anticoncepción de emergencia en www.not-2-late.com.

Folleto en Tres Formatos



Estos trípticos contienen información sobre las PAE.



Material elaborado por PATH.

Folleto de Sudáfrica



What is emergency contraception?
Emergency contraception is used by a woman to prevent pregnancy after having unprotected sex. It is meant to be used in emergency situations, and not as a regular method of pregnancy prevention.

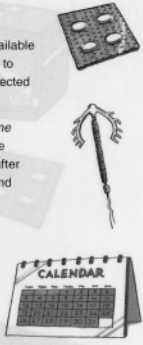
Who uses emergency contraception?
Emergency contraception is usually used by women who want to prevent pregnancy because they:

- Have had sex without any protection.
- Have had sex using protection, but believe that it did not work properly.
- Have been raped.

What methods can be used?
The main method of emergency contraception is *emergency contraceptive pills*, which are available at clinics. These can be used up to three days (72 hours) after unprotected sex.

Another method is the *intrauterine device (IUD)* which is put into the woman's womb up to five days after unprotected sex. Some clinics and doctors are not able to offer this method.

If more than three to five days have passed since having unprotected sex, emergency contraception will not work. Speak to your health worker about your choices.



How do emergency contraceptive pills work?
The pills work in three ways:

- By stopping a woman's ovary from releasing an egg.
- If an egg has been released, the pills may prevent the sperm from fertilising the egg.
- If an egg has been fertilised, the pills may prevent the egg from attaching to the wall of the womb.

How does the IUD work?
The IUD works by preventing the fertilised egg from attaching to the wall of the womb.

How good is emergency contraception for preventing pregnancy?
Emergency contraception is very good for preventing pregnancy, but it is meant to be used in emergency situations.

Can I use emergency contraception regularly?
If you use emergency contraceptive pills regularly, they are not as reliable as other contraceptive methods. These include condoms, contraceptive pills, contraceptive injections, the IUD, sterilisation or vasectomy.

Does emergency contraception prevent HIV/AIDS or other sexually transmitted diseases?
No. Condoms are the only contraceptive method that also protect you from these diseases.

If you have been infected with a sexually transmitted disease your health worker will give you medication to treat the infection, or refer you to a special clinic.

Are there any side effects?

- Emergency contraceptive pills are safe for almost anyone – even for women who cannot normally take the pill. Your health worker will make sure that emergency contraceptive pills are safe for you.
- Emergency contraceptive pills may cause nausea, vomiting, headaches, breast tenderness, cramping or dizziness. Most side effects do not last for more than a day. Taking emergency contraceptive pills with a drink or food may help reduce the nausea.
- When your health worker puts in the IUD it may feel uncomfortable. It may also cause cramping and bleeding. You may also have heavier blood flow during your period. Speak to your health worker if you have any problems.

How will I know whether the emergency contraception method has worked?
You will not know straight away whether the emergency contraception has worked. You need to wait for your period.

If your period is more than one week late, a pregnancy test can be done. This will show whether you are pregnant or not. If you are pregnant speak to your health worker about your choices.

If I become pregnant after using emergency contraceptive pills, will the pregnancy be normal?
If the pills do not work, the baby will not be harmed. The pills cannot cause an abortion if the fertilised egg is already attached to the wall of the womb.

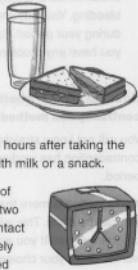
POST-COITAL METHODS **ENGLISH**

Where can I get emergency contraception?
Emergency contraceptive pills are available at your local clinic or doctor. IUDs are available at some clinics and doctors. If you want to use an IUD, ask to be sent to a doctor or clinic that offers it.

How do I use emergency contraceptive pills?
Emergency contraceptive pills can only be taken up to **three days (72 hours)** after unprotected sex. If a longer time has passed, the pills will not work.

If you are within the three day period, take the pills as follows:

- 1 Take two pills as soon as possible after unprotected sex. It is better to take the pills with milk or a snack, as this will make you less likely to feel sick or vomit.
- 2 Take the next two pills twelve hours after taking the first two pills. Take the pills with milk or a snack.
- 3 If you vomit within two hours of taking the pills, take another two pills as soon as possible. Contact your health worker immediately to obtain extra pills if you need them. If you vomit more than two hours after taking the pills, don't worry, because the medicine is already in your body.



Can I become pregnant if I have unprotected sex after taking the pills?
Yes, you can. The pills will not prevent pregnancy if you have unprotected sex again.

POINTS TO REMEMBER

- ✓ Emergency contraception is a safe method for preventing pregnancy after unprotected sex.
- ✓ Emergency contraceptive pills can prevent pregnancy up to three days (72 hours) after unprotected sex.
- ✓ Inserting an IUD can prevent pregnancy up to five days after unprotected sex.
- ✓ If emergency contraception does not work, the baby will not be harmed.
- ✓ Emergency contraception does not protect you from sexually transmitted diseases or HIV/AIDS. Condoms are the only contraceptive method that also protect you from these diseases.
- ✓ Speak to your health worker about other contraceptive choices such as condoms, contraceptive pills, contraceptive injections or the IUD.

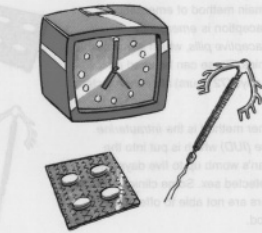
For more information about AIDS you can phone the AIDS Helpline: 0800-012-322.

Contact your HEALTH WORKER for help.

Emergency Contraception

CALENDAR

| MON | TUE | WED | THUR | FRI | SAT | SUN |
|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |



It's your choice

This booklet is part of the Reproductive Health Materials Package developed by RHRU, PRISA, SFH and AMREP with the support of Pharmacia. Enquiries • Tel: (011) 933-1228 • Fax: (011) 933-1227

Material reimpresso con la autorización de la Unidad de Investigación en Salud Reproductiva de la Universidad de Witwatersrand, Sudáfrica.