

# Integrando el Método de Días Fijos™

No. 1, Marzo 2002



Saludos a nuestros colegas y colaboradores – a todos los que están trabajando con nosotros para promover, ofrecer y estudiar la integración del Método de Días Fijos (MDF)™ – y bienvenidos al primer número de “**Integrando el Método de Días Fijos**”. Esta es una publicación trimestral para compartir información entre los programas participantes. No exageramos al decir que juntos estamos a punto de hacer una gran contribución a la calidad de la planificación familiar y servicios de salud reproductiva. Nuestra meta es lograr que el Método de Días Fijos esté ampliamente

disponible en centros de salud e instalaciones comunitarias alrededor del mundo. Para lograr esto, debemos enfocarnos en la capacitación y los servicios de buena calidad, en compartir nuestros materiales y experiencias, y en comunicar los resultados de nuestros esfuerzos a otros en el campo de la salud reproductiva. Este primer número de “**Integrando el Método de Días Fijos**” describe varios programas y destaca actividades claves de los mismos. Queremos alentar sus ideas e información, y apreciamos mucho su dedicación.

– Victoria Jennings, Ph.D.  
Directora, Instituto de Salud Reproductiva

## País Notable

**E**l programa de planificación familiar de la India se inició en 1950, pero la tasa de fertilidad sigue siendo alta, debido en parte a la limitada opción disponible de métodos de planificación familiar. El programa de planificación familiar de la India ofrece solamente píldoras, DIUs y condones como métodos de espaciamiento.

A fin de ampliar la opción informada respecto al espaciamiento, CARE/India ha integrado el MDF a un proyecto comunitario de salud reproductiva en las aldeas rurales del distrito de Sitapur, en el Estado de Uttar Pradesh. Basándose en los resultados de grupos focales, CARE decidió producir un collar

utilizando el color verde (de siga o seguridad) para representar los días infértiles, y cuentas blancas que brillan en la oscuridad para los días fértiles. Un fabricante local de juguetes produce el collar a un costo de 48 rupias (\$1.00). CARE ha llamado al método “Manka Vidhi”, que en hindi significa literalmente “Método de las Cuentas” pero también puede traducirse como “Método de mi Corazón” o “Método de mi Elección”.



CARE ha evaluado y revisado continuamente sus materiales basándose en la retroalimentación proveniente del campo. Cuando los extensionistas de CARE descubrieron que las mujeres llevan la cuenta de sus ciclos menstruales según las fases de la luna, se añadieron símbolos para la luna llena y la luna nueva en el calendario del proveedor y el carnet de la usuaria. Más adelante, cuando los extensionistas encontraron que

a las mujeres se les dificultaba usar el carnet, lo reemplazaron con un calendario grande similar al que utilizaban los proveedores y al dorso incluyeron instrucciones y mensajes para los hombres.

CARE ha capacitado a 72 voluntarias para proporcionar el MDF en 48 comunidades. En la mitad de estas comunidades también

se ha capacitado a voluntarios masculinos. Un obstáculo inicial fue que las comunidades consideraban inapropiado que los voluntarios y las voluntarias se reunieran para hablar sobre sus usuarios. Para resolver este problema CARE estableció un sistema de comunicación basado en notas escritas y reuniones mensuales de voluntarias y voluntarios. Esto proporcionó un ambiente culturalmente apropiado para

(continúa)

## País Notable (continuación)

que ellos compartieran información y planificaran sus actividades.

La demanda del MDF es alta. Desde noviembre del 2001, los voluntarios han proporcionado el MDF a unas 200 parejas. Tanto a las mujeres como a los hombres les gusta el método porque es fácil de usar, sencillo, reversible y seguro. La mayoría

de las parejas usan el método en combinación con condones. Durante una reciente visita de monitoreo, una mujer le dijo al personal del Instituto que su esposo revisa el collar cada mañana antes de irse al campo, y que durante los días de cuentas verdes, “¡Mi esposo es un hombre feliz!”.

## Noticias del Campo

**BENIN:** Benin en Africa Occidental es actualmente el único país africano de habla francesa que ha integrado el MDF. En colaboración con la ONG nacional “Laboratorio para Estudios Aplicados sobre el Desarrollo” (“LEADD” por sus siglas en inglés), el Instituto se está asociando a 3 clínicas del sector público y privado en 2 ciudades (Hospital de Maternidad Lagune en Cotonou, la capital; OSV-Jordan, una ONG comunitaria, también en la capital; y la Asociación Beninesa para la Promoción Familiar, afiliada al IPPF en Parakou) para ofrecer el MDF a gran escala. Personal del Instituto y de LEADD realizaron la capacitación de los directores de las clínicas en Cotonou en diciembre del 2001 y estará capacitando a proveedores y promotores comunitarios de salud en abril del 2002, momento en el cual el Ministerio de Salud de Benin tiene planificada una campaña nacional a través de múltiples medios para lanzar oficialmente el MDF.

**ECUADOR:** CEMOPLAF, que está integrando el MDF en 8 de sus clínicas de planificación familiar, actualmente tiene 113 usuarios admitidos al estudio desde su inició, el 1 de julio, 2001. Un par de meses después de integrar el MDF, CEMOPLAF realizó un Estudio de Simulación para averiguar por qué no estaban captando usuarios tan rápidamente como habían esperado. Basados en los resultados, los proveedores comentaron que la mayoría de los usuarios son un “grupo pequeño de mujeres que tienen una buena relación con sus esposos” y por lo tanto la captación de usuarios iba ser un proceso lento. Los proveedores también dijeron que debido al MDF, las parejas han visto mejoras tanto en el aspecto físico como emocional de su relación de pareja.

**HONDURAS:** ASHONPLAFA, una afiliada hondureña al IPPF que está integrando el MDF en 8 de sus clínicas, ha visto un mayor interés entre algunos grupos con los cuales no ha



**Actividades promocionales de bajo costo incluyeron la creación de murales y mantas de parte de las enfermeras del Ministerio.**

colaborado anteriormente. Hace un par de semanas recibieron la visita de una representante de “Las

Misioneras de María de Irlanda”, un grupo de monjas que trabajan como enfermeras en la municipalidad de Marcala. Estas monjas expresaron un gran interés en promocionar el MDF en Marcala porque es una comunidad muy conservadora que se ha resistido al uso de métodos anticonceptivos. ASHONPLAFA les proporcionará sus materiales promocionales. Además, un sacerdote de la comunidad de San Antonio de Flores de Paz también ha mostrado gran interés y empezará a promocionar el método con el apoyo de ASHONPLAFA.

El Ministerio de Salud está integrando el MDF en 16 clínicas en el área de Tegucigalpa. Todos los materiales promocionales se

colocan en lugares estratégicos de la clínica, a la vista de todos. Estas ideas sencillas están dando buenos resultados: las clínicas están viendo un aumento en el conocimiento del MDF entre quienes ingresan. CEVIFA, una organización eclesiástica que ofrece métodos naturales está supervisando la integración del MDF en el Ministerio de Salud. CEVIFA también está trabajando en Choluteca,

ofreciendo el MDF como un método natural por medio de los voluntarios rurales de salud. Estos proveedores dicen que aunque no tienen muchos usuarios, porque trabajan en áreas remotas, las parejas que están usando el MDF están muy satisfechas con el mismo. Según los proveedores, una usuaria dijo, “El Collar es lo más precioso que me ha pasado, ya que me ayudo a ordenar mi vida y a estar segura con mi marido de cuando si podemos o no tener relaciones.”

(continúa)

## Noticias del Campo (continuación)

**EL SALVADOR:** Project Concern International y su socia local PROCOSAL, están ofreciendo el MDF en comunidades rurales de El Salvador. PROCOSAL incorporó el MDF a su programa de agua y saneamiento como una manera de vencer la resistencia masculina a la planificación familiar. Esta iniciativa



*Proveedor masculino brindando consejería en el MDF en El Salvador.*

llamada “Planificando Juntos” está poniendo a prueba las maneras de involucrar a los hombres en la planificación familiar. ¿Participan los hombres de lleno cuando usan el MDF? ¡Si! Aunque la

mayoría de las mujeres mueven ellas mismas el aro de hule, el 15% lo hace con su esposo o declara que lo hace él. Un 20% de los hombres le pregunta a su esposa si está en un día fértil, y el 5% revisa el calendario o el collar para averiguarlo. El resto de los hombres comprenden cómo funciona el método y participan evitando las relaciones sexuales sin protección.

**LAS FILIPINAS:** KANIB Foundation Inc., una ONG agrícola en la Provincia de Bukidenon ha integrado el MDF entre las parejas que viven en 6 de las comunidades que atiende. KANIB ha tenido éxito ofreciendo el MDF a las parejas de la comunidad, así como también vinculando los servicios del MDF al sistema gubernamental de salud. El interés en el MDF, debido al proyecto, está conduciendo a la integración del método en todos los puestos de salud en una de las ciudades donde trabaja.

## Noticias del Instituto

Los resultados del estudio de eficacia del Método de Días Fijos se publicarán en la edición de mayo de *Contraception*. Esperamos que la disponibilidad de este importante artículo genere un interés en este método, y estamos preparándonos para responder al aumento en demanda en el campo. Pero aún antes



de esta publicación, ya habíamos progresado. El Método de Días Fijos está descrito en varias publicaciones incluyendo “Medical Eligibility Criteria” de la Organización Mundial de la Salud, próximas ediciones de “Contraceptive Technology” y “Population Reports”, y manuales de capacitación de numerosas organizaciones. Se le

ha incluido como un método mas de planificación familiar en las normas de los Ministerios de Salud en Bolivia, Guatemala y las Filipinas, y pronto será incluido en varias otras. Se están realizando presentaciones del Método de Días Fijos en conferencias alrededor del mundo, y están apareciendo artículos en diarios y revistas. Cada vez más organizaciones están colaborando con el Instituto para ampliar la disponibilidad del método.



Aunque estamos orgullosos de nuestros numerosos logros, sabemos que nuestro trabajo apenas empieza. Gracias a ustedes por unirse a este esfuerzo. Deseamos compartir información con ustedes, y contamos con su entusiasmo y apoyo.



## Reconocimiento Especial

En las próximas ediciones, esta sección del boletín informativo reconocerá al proveedor que haya contribuido algo importante a la integración del MDF. Se reconocerá su dedicación, empeño y creatividad en la consejería y promoción del MDF. Ustedes, los proveedores, son el personal clave que tiene el poder de lograr

que el MDF sea un éxito. Los primeros proveedores que recibirán este reconocimiento aparecerán en el próximo número de nuestro boletín informativo. Gracias a todos ustedes por su arduo trabajo y dedicación.



## ¿Tiene un reto con su usuario?

Estimado Instituto,

Yo trabajo en áreas rurales de la India. Algunos de los trabajadores comunitarios de salud me dicen que hay mujeres muy jóvenes, entre los quince y diecisiete años de edad, que quieren usar el MDF. Ellas son recién casadas y quieren esperar un poco, antes de tener su primer hijo. No quieren utilizar otros métodos porque temen no poder tener niños después. ¿Pueden ellas usar el MDF?

*Estimado Proveedor,*

*Las mujeres jóvenes entre los quince y diecisiete años pueden usar el MDF. Solamente necesitan seguir los mismos criterios de selección para cualquier otra mujer. Una adolescente puede usar el MDF siempre que sus ciclos sean regulares, duren entre 26 y 32 días y cumplan con los otros criterios.*

## Reciba consejo de otros proveedores como usted.

Estimado Instituto,

Tengo una usuaria cuyo esposo viaja con frecuencia. Le aconsejé sobre el MDF, y él estuvo de acuerdo en usarlo. Sin embargo, al primer mes de estar usando el método él regresó de un viaje a la primera cuenta blanca. Él insistió en tener relaciones sexuales sin protección, aunque su esposa no quería. ¿Qué debo hacer yo? ¿Qué debo decirles?

*Estimado Proveedor,*

*Como proveedor usted debe visitar a la pareja y explicarle al esposo la importancia de evitar las relaciones sexuales sin protección durante los días de cuentas blancas. Reitere la razón por la que ambos habían acordado usar el MDF para planificar su familia. Si después de hablar con la pareja, la esposa sigue quejándose que él no coopera, sugiérales que acudan a la clínica para que consideren otro método.*

## Integrando el Método de Días Fijos

El **Instituto de Salud Reproductiva de la Universidad de Georgetown**, investiga, avanza la información científica y proporciona apoyo a políticas sobre métodos de planificación familiar basados en el conocimiento de la fertilidad, proporcionando recursos y asistencia técnica a organizaciones alrededor del mundo, principalmente en los países en vías de desarrollo.

**El trabajo del Instituto está apoyado por el convenio de cooperación HRN-A-00-97-00011-00 de la Agencia para el Desarrollo Internacional de los Estados Unidos.**

Para más información comuníquese con:

**Instituto de Salud Reproductiva**  
Universidad de Georgetown  
3800 Reservoir Road, N.W., 3 PHC, Suite 3004  
Washington, DC 20007  
202-687-1392 (tel) • 202-687-6846 (fax)  
irhinfo@georgetown.edu (email)  
[www.irh.org](http://www.irh.org)

## Instituto de Salud Reproductiva

UNIVERSIDAD DE GEORGETOWN

**Directora,  
Instituto  
de Salud  
Reproductiva:** Victoria Jennings, Ph.D.

**Director de  
Investigaciones  
Operativas:** James Gribble, Sc.D.

**Director de  
Estudios Clínicos:** Marcos Arévalo, MD, MPH

**Editores:** Claudia Velasquez  
Erin Anastasi

**Diseñadores:** Monica Marini  
David Klemm