

Consenso sobre definiciones operativas de los criterios del MELA

El Comité Interagencial para MELA está conformado por una red de más de 20 organizaciones colaborando para mejorar la salud de individuos y familias mundialmente.

La visión de este Comité es un mundo en el que toda mujer conoce y tiene acceso a métodos de planificación familiar apropiados durante el postparto.

La misión del Comité es facilitar el uso de MELA como un método de planificación familiar y la puerta de entrada al uso continuo de otros métodos.

Para más información sobre este Comité ingrese a

www.irh.org
www.accessfp.net

El Comité Interagencial para el Método de Lactancia y Amenorrea (MELA) reconoce los múltiples beneficios del MELA para la madre y el niño, entre otros, las propiedades del método para evitar el embarazo y para ayudar a las contracciones uterinas para la madre después del parto, así como el valor nutricional de la lactancia para el bebé y la protección que ofrece a la criatura contra la diarrea. También se reconoce la sólida evidencia sobre la eficacia del MELA cuando se cumplen los tres criterios¹ de uso (1) la menstruación no haya retornado; (2) la mujer este dando lactancia exclusiva o casi exclusiva al bebe; y (3) el bebé sea menor de seis meses.

Al tiempo que reconoce la importancia de las bases científicas de estos criterios, el Comité de Trabajo también está consciente de que, con excepción de algunos lugares, la oferta del MELA como una opción válida e importante en los programas ha debilitado. Se dice que una razón para ello es que existe confusión entre los proveedores de servicios de salud en cuanto a los mensajes relacionados a la lactancia y la amenorrea, motivo por el cual se sienten limitados a promover mensajes que no concuerdan.

Primero esta el caso del término lactancia exclusiva o casi exclusiva y segundo el caso sobre que se considera menstruación en el postparto. Existen una variedad de definiciones, por lo cual este comité percibió la necesidad de establecer una definición operativa para estos términos en lo que respecta a los criterios del MELA. Es así que, este documento resume la opinión del comité en cuanto a la necesidad de simplificar los mensajes sobre los criterios del MELA como se plantea a continuación:

1) La menstruación no ha retornado²

2) La mujer alimenta al bebé solo con leche materna³

3) El bebé es menor de seis meses

La tabla a continuación explica el mensaje y la definición operativa de cada uno de los tres criterios. Estos mensajes se dan en el contexto de promover el MELA como un portal para los métodos de planificación familiar, de manera que se garantice a la mujer su protección continua contra el embarazo durante el periodo postparto.

Criterio	Mensaje	Definición Operativa
La menstruación no ha retornado	Dar pecho protege a la mujer del embarazo siempre que su regla después del parto no haya retornado.	Cualquier sangrado, así sean manchitas, dos meses después del parto, se considera menstruación.
Solo leche materna (o solo pecho, o solo lactancia)	No le de al bebé otros alimentos o líquidos fuera de la leche materna. De pecho al bebé cuando lo pida, día y noche.	El bebé no debe recibir otros líquidos o alimentos con excepción de vitaminas, medicinas y vacunas.
El bebé es menor de seis meses	MELA es eficaz hasta que el bebé cumpla los seis meses. Luego la mujer debe empezar a usar otro método si no desea quedar embarazada.	No se debe usar el MELA mas allá de los seis meses de edad del bebé. La madre debe ser informada sobre otros métodos a partir de la primera consulta postparto.

El mensaje sobre el retorno de la menstruación

El razonamiento para simplificar el concepto de “no ha regresado la menstruación” es similar al caso anterior sobre la definición de la lactancia exclusiva. Menstruación, en el contexto del MELA se considera como cualquier sangrado después de los dos meses postparto.

Al definir claramente que “cualquier sangrado después de los dos meses” se considera que la menstruación se ha retornado, el proveedor y

¹ OMS. *Criterios médicos de elegibilidad para el uso de anticonceptivos*. 3ª edición, 2004. Ginebra.

² Menstruación se describe como cualquier sangrado después de los dos meses postparto.

³ “Solo leche materna o solo lactancia significa que el bebe no recibe otros líquidos o alimento sólido, excepto vitaminas, medicinas o vacunas. El término “solo leche materna” es lo más cercano a la definición de lactancia completa. Lactancia “casi completa” significa la leche materna constituye la mayor parte de la alimentación que recibe la criatura.

la usuaria tendrán claro este requisito y podrán recordarlo. Al simplificar este mensaje también se logra que el método funcione mejor ya que establece una pauta muy clara y evita que algún leve manchado sea descartado, que ya es indicación de actividad hormonal y que la mujer esta ovulando.

- La experiencia de campo ha mostrado que existe confusión entre proveedores y capacitadores sobre qué constituye menstruación en el contexto del MELA. Algunas definiciones incluyen 56 días después del parto como la pauta, de manera que se le instruye a la mujer que no considere el sangrado anterior a ese tiempo. Otras definiciones especifican dos días continuos de manchado y un día de sangrado vaginal o tres días consecutivos de manchado. Es muy necesario aclarar, simplificar y armonizar todos estos mensajes sobre el sangrado menstrual ya que si el proveedor no tiene claro el mensaje, es obvio que se transmitirá información débil o incorrecta a la usuaria, lo cual resulta en indecisión y dudas sobre la validez de este método.

El mensaje sobre lactancia

A continuación se explican las razones que han motivado la simplificación de los mensajes sobre lactancia.

- El término **“solo leche materna”** es más fácil de entender para el proveedor, la usuaria y la comunidad en general que los términos, “casi completa”, “casi exclusiva” u otras variaciones sobre cómo explicar la lactancia. Estos otros términos tienen numerosas definiciones e interpretaciones, y requieren el tener que especificar en más detalle qué proporción de la alimentación al bebé debe ser de leche materna, o la frecuencia con que se debe poner al bebé al pecho o el número de veces dentro de un tiempo determinado. Estos términos también podrían requerir especificar qué tipos de comidas son permitidas, tales como alimentaciones rituales que son específicas en diferentes culturas. Estas variaciones crean confusiones e incertidumbre cuando el método se enseña a la mujer o es usado por ella.
- Lactancia exclusiva (solo leche materna) durante los primeros seis meses es la recomendación universal para la salud del infante⁴.
 - La lactancia exclusiva contribuye a la salud y una mejor nutrición del bebe, así como a reducir la mortalidad infantil.
 - En áreas de alta prevalencia del VIH, especialmente donde las mujeres no están conscientes de su status y donde la alimentación suplementaria no cumple con los requisitos de ser aceptable, factible, asequible, segura y

sostenible (AFASS), los proveedores deben aconsejar a la mujer sobre la importancia de la lactancia exclusiva. Se ha demostrado que cuando en la alimentación del bebé se combina leche materna con otros alimentos o líquidos, el riesgo de transmisión del VIH en el infante aumenta.⁵

- “Solo lactancia” es considerada la práctica más segura de protección contra el embarazo. Serán menos las mujeres que estén en riesgo de un embarazo porque el mensaje de “dar solo pecho al bebé” es más fácil de entender que el mensaje “lactancia exclusiva o casi exclusiva”. Con el mensaje más sencillo se podría evitar la introducción de aun pequeñas cantidades de alimentos o bebidas complementarias que eventualmente llevan a incrementar los alimentos complementarios antes de los 6 meses.
- Empleando los mismos mensajes que los proveedores emplean en los programas de salud infantil y de transmisión vertical de madre a niño, facilita la estandarización de los mensajes relativos a la salud de la madre y el niño, reduce confusión en la comprensión de estos mensajes tanto en las mujeres como en los proveedores. Confusión sobre las definiciones de “exclusiva” o “casi exclusiva” podría disuadir a los proveedores de recomendar el MELA.

El mensaje sobre la edad del bebé

Se estima que este criterio sobre la edad del bebé no requiere aclaraciones. La mujer debe continuar recibiendo información de que una vez el bebe cumpla los 6 meses de edad, el MELA no le brinda la protección del embarazo.

Implicaciones a nivel de programas

No se anticipan consecuencias negativas con el de uso estas pautas que son más estrictas al emplear mensajes más específicos y sencillos. En el peor de los casos lo que puede ocurrir si las definiciones no son bien interpretadas, es que la mujer deba hacer la transición a otro método de PF antes de que el MELA deje de funcionarle. Esta consecuencia es beneficiosa ya que le ofrece doble protección contra un embarazo, lo cual es preferible a que interprete que está protegida por el MELA cuando en realidad no lo está. Este podría ser el caso con las definiciones más amplias que dan cabida a múltiples interpretaciones y confusión.

La recomendación sobre lactancia es consistente con las pautas de alimentación del bebé. La consejería en el MELA contempla recomendar a la mujer que continúe dando pecho aun cuando inicie otro método de PF. De esta manera aunque se haga la transición a otro método se mantiene el apoyo a la lactancia extendida. ■

⁴ OMS. Duración óptima de la lactancia exclusiva. Título original en inglés: *Optimal Duration of Exclusive Breastfeeding: Report of an Expert Consultation*. Geneva 2001 and WHO: Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. Geneva: 2003.

⁵ Introducir otros alimentos o líquidos, además de la leche materna, introduce otros micro-organismos en los intestinos, lo cual ocasionaría lesiones en el recubrimiento intestinal y presentaría oportunidades para el virus del VIH. Illif P, Piwoz E, et. Al, 2005. AIDS, Vol. 19(7) 699-708.