

Collar del Ciclo®

Lista de verificación del proveedor

1. Averigüe si el método es apropiado para la usuaria interesada:

- ¿Le viene su regla todos los meses? ¿Le viene cuando la espera?
- ¿Podrán usted y su pareja usar condones o evitar las relaciones sexuales 12 días seguidos (días de perlas blancas)?

Si responde SI a estas preguntas, la mujer puede usar el collar.

Si la respuesta es NO, ofrézcale otro método.

2. Determine cuando puede empezar a usar el collar:

- Siempre debe iniciar el uso del Collar del Ciclo el día que le baje la menstruación (regla).
- Si ha usado un método hormonal recientemente o ha tenido un parto reciente o está dando pecho, debe esperar a que su menstruación se reanude y sea regular nuevamente.

Vea instrucciones al reverso sobre situaciones en que hay esperar para iniciar el uso del collar.

3. Déle un collar a la usuaria y muéstrole como usarlo. Mencione el calendario y las instrucciones del inserto (vea instrucciones al reverso).

4. Háblele sobre cómo se cuidará para prevenir un embarazo en los días de perlas blancas.

- Hable sobre el uso del condón o abstinencia en esos días.
- Hable sobre otras expresiones de afecto que no tienen riesgo de embarazo.

5. Recuérdele que siga pendiente de que su regla le venga siempre entre la perla marrón más oscura y la última perla marrón.

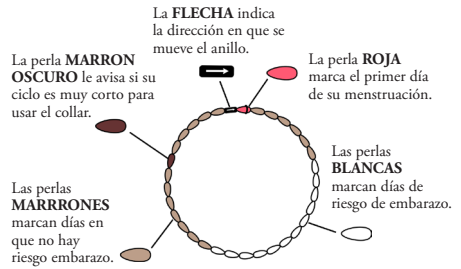
6. Infórmele que el collar no ofrece protección contra ITS o el VIH.

¿Cómo funciona el Collar del Ciclo?

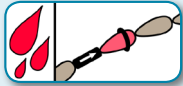
El collar representa el ciclo menstrual y cada perla es un día del ciclo.

El collar está basado en un método natural de planificación familiar llamado Método de Días Fijos. Cuando se usa correctamente, su eficacia previniendo el embarazo es 95%.

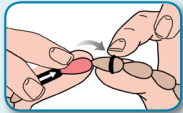
La mujer mueve el anillo una perla cada día para saber qué días puede quedar embarazada. En esos días usa condones o abstinencia para prevenir un embarazo.



¿Cómo se usa el Collar del Ciclo?



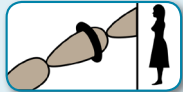
El día que le llegue la menstruación, mueva el anillo a la perla **ROJA**. También marque ese día en su calendario.



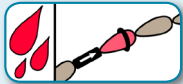
Todos los días mueva el anillo a la perla siguiente. Muévelo aún en los días que esté con la menstruación.



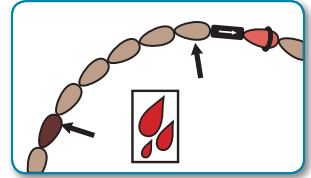
Cuando el anillo esté en cualquier perla **BLANCA**, use condones o no tenga relaciones sexuales. En esos días puede quedar embarazada.



Cuando el anillo esté en cualquier perla **MARRÓN**, puede tener relaciones sin riesgo embarazo.



Cuando le vuelva a llegar su menstruación, mueva el anillo a la perla **ROJA** otra vez. Un nuevo ciclo ha comenzado.



Siempre esté pendiente que su regla llegue entre la perla marrón más oscuro y la última perla marrón.

- Para usar el Collar su menstruación tiene que llegar entre la perla marrón oscuro y la última perla marrón.
- Si su menstruación llega antes de poner el anillo en la perla **MARRÓN OSCURO**, esto significa que ha llegado demasiado pronto para usar el método.
- Si su menstruación no viene el día después de la última perla marrón, esto significa que su menstruación está atrasada para usar este método.

¿Cuándo empezar a usar el Collar del Ciclo?

Situación	Cuándo empezar
Recuerda la fecha de su última menstruación	Empiece el collar hoy. Coloque el anillo en la perla correspondiente.
No recuerda la fecha de su última menstruación	Empiece a usar el collar el día que venga su próxima menstruación.
Mujer lactante o en posparto	Empiece una vez que tenga 4 menstruaciones y que su último ciclo haya durado entre 26 y 32 días.
Uso reciente de inyectable de 3 meses	Espere que hayan pasado los 90 días de protección del inyectable, y que las 2 últimas menstruaciones hayan venido con un mes de diferencia.
Uso reciente de método hormonal (píldora, parche, anillo vaginal, inyectable de 1 mes, DIU hormonal)	Empiece a usar el collar después que las tres últimas menstruaciones hayan venido con un mes de diferencia.
Aborto o pérdida de embarazo en el último mes	Empiece a usar el collar el día que venga su próxima menstruación.