

Oportunidad y Espaciamiento Saludables del Embarazo: Una Guia de Bolsillo, para Proveedores de Servicios de Salud, Gerentes de Programas y Lideres Comunitarios

Introduccion a la Guia de Bolsillo

Esta Guia de Bolsillo ha sido desarrollada con el fin de proporcionar una sinopsis a proveedores de servicios de salud y a gerentes de programa sobre la oportunidad y espaciamiento saludables del embarazo (lo que ingles hemos denominado HTSP, Healthy Timing and Spacing of Pregnancy). La Guia presenta los hallazgos de investigaciones globales realizadas con el fin de demostrar el vinculo entre el espaciamiento del embarazo y los resultados en salud materna y neonatal. Tambien destaca los beneficios de mantener la oportunidad y espaciamiento del embarazo, comparte una serie de mensajes sobre HTSP para educar a mujeres, hombres y comunidades, asi como identifica las numerosas oportunidades que existen para proporcionar consejeria en HTSP.

La evidencia demuestra que HTSP tiene potencialidades para convertirse en una intervencion efectiva que puede ayudar a mujeres a lograr embarazos y partos saludables. Embarazarse demasiado pronto luego de un parto, una perdida o un aborto, pone a las madres y recién nacidos en riesgos mayores de sufrir complicaciones en su salud – e inclusive, la muerte. Cuando una mujer menor de 18 años se embaraza, tanto ella como madre como el recién nacido se enfrenta a riesgos mayores de sufrir complicaciones en su salud, que mujeres de 20 a 24 años de edad. In algunas poblaciones, los infantes y los niños nacidos despues de intervalos intergenesicos cortos tambien enfrentar un riesgo mayor de sufrir de bajo peso y altura y retardo en su crecimiento durante los primeros cinco años de vida.

En el año 2006, la Organizacion Mundial de la Salud (OMS) emitió un boletín de política recomendando:

- Despues de un nacimiento vivio, se recomienda un intervalo de 24 meses antes de intentar embarazarse de nuevo con el fin de reducir el riesgo de resultados adversos en salud materna, perinatal e infantil.
- Despues de una perdida o un aborto inducido, se recomienda un intervalo de por lo menos 6 meses antes de intentar embarazarse de nuevo, con el fin de reducir riesgos de resultados adversos en salud materna y perinatal.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



HTSP y los Resultados en Salud

Con el fin de evaluar los efectos del espaciamiento del embarazo en los resultados de salud materna y neonatal, la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional USAID, patrocina seis estudios de investigación globales. Los resultados claves de dichos estudios demuestran que:

Cuando los embarazos son muy cercanos:

Menos de 24 meses del último nacido vivo al siguiente embarazo:

- Los recién nacidos pueden ser prematuros, muy pequeños o con bajo peso al nacer.
- Los recién nacidos y los niños pueden no crecer bien y tienen mayor posibilidad de morir antes de los 5 años.

Menos de 6 meses entre el último nacido vivo y el siguiente embarazo:

- Las madres pueden morir en el parto.
- Los neonatos pueden ser prematuros, muy pequeños o con bajo peso al nacer.
- Los recién nacidos y los niños pueden no crecer bien y tienen mayor posibilidad de morir antes de los 5 años.

Cuando los embarazos son muy distantes entre los mismos (más de 5 años):

- Las madres tienen mayor riesgo de presentar pre-eclampsia, una complicación del embarazo que puede costar la vida.

Cuando los embarazos ocurren muy pronto (menos de 6 meses de intervalo) después de una pérdida o de un aborto:

- Las madres tienen mayor riesgo de desarrollar una anemia o de una ruptura prematura de membranas.
- Los neonatos pueden ser prematuros, muy pequeños o con bajo peso al nacer.

Cuando el primer embarazo ocurre en adolescentes menores de 18 años de edad :

- Las adolescentes tienen mayor riesgo de desarrollar una hipertensión inducida por el embarazo, anemia, y un trabajo de parto más largo o un parto obstruido.
- Los recién nacidos pueden morir, nacer prematuramente, muy pequeños o con bajo peso al nacer.

Adicionalmente, los posibles riesgos de salud asociados con un corto espacio intergenésico o con un embarazo a muy temprana edad, se exacerban en mujeres que ya tienen problemas de salud pre-existentes, tales como VIH, anemia, malnutrición, malaria, tuberculosis, enfermedad cardíaca y diabetes.

Mensajes de HTSP para lograr Resultados Saludables de un Embarazo

Después de un nacido vivo:

- Las parejas pueden utilizar un método efectivo de planificación familiar (PF) de su elección, de manera continua, por dos años antes de intentar embarazarse de nuevo.
- Las parejas que utilizan un método efectivo de planificación familiar de manera continua pueden planear su siguiente embarazo no más de 5 años después del último nacimiento.

Después de una pérdida o de un aborto:

- Las parejas pueden utilizar un método de PF de su elección de manera continua por lo menos durante 6 meses después de una pérdida o un aborto, antes de intentar embarazarse de nuevo.

Para adolescentes:

- Las adolescentes deben utilizar de manera continua un método efectivo de PF de su elección hasta que lleguen a los 18 años de edad antes de intentar embarazarse por primera vez.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Beneficios del HTSP

El HTSP Beneficia a Recien Nacidos, Infantes y Ninos menores de 5 anos

El HTSP esta asociado con menores riesgos en:

- Nacimientos prematuros, bajo peso al nacer, talla pequena de acuerdo a la edad gestacional, y en algunas poblaciones, menor desarrollo o condiciones de bajo peso.
- Muerte de recien nacidos, infantes y ninos menores de cinco anos cuando las madres esperan a tener 18 anos antes de tener su primer embarazo.
- Nacimientos prematuros, pequeno para la edad gestaciones y bajo peso al nacer cuando las madres esperan por lo menos 6 meses despues de una perdida o un aborto antes de intentar embarazarse de nuevo.

Finalmente el HTSP permite que los ninos pequenos puedan recibir lactancia materna y sus beneficios de salud por dos anos completos.

El HTSP Beneficia a las Madres

- Proporciona a las madres dos anos para que se preparen fisica, emocional y financieramente para su siguiente embarazo, si es que eligen embarazarse de nuevo.
- Ayuda a las jovenes madres a prevenir la hipertension asociada al embarazo asi como complicaciones asociadas, previene el trabajo de parto prolongado y el parto obstruido, la anemia asociada a la deficiencia de fierro y la muerte materna.
- Proporciona a las madres la posibilidad de tener dos anos completos para dedicarlos a su pareja, a su recien nacido y a sus otros hijos antes de embarazarse de nuevo.
- Esta asociado a menor riesgo de complicaciones del embarazo tales como la pre-eclampsia.
- Permite dos anos de lactancia materna, lo que esta vinvulado a un menor riesgo de cancer al seno y al ovario.

El HTSP Beneficia a los Hombres

- Ayuda a los varones a salvaguardar la salud y bienestar de sus parejas e hijos.
- Permite a los hombres el planificar financiera y emocionalmente sus asuntos antes de tener su siguiente hijo si es que eligen tenerlo.
- Contribuye a crear un sentido de satisfaccion en el varon al apoyar a su pareja en tomar decisiones y adoptar conductas saludables respecto al HTSP y al uso de planificacion familiar y a criar una familia saludable.

El HTSP Beneficia a las Comunidades

- Beneficia a las comunidades ayudando a reducir la mortalidad y la morbilidad de madres, recien nacidos, infantes y ninos..
- Beneficia a las comunidades ayudando a reducir la pobreza y mejorando la calidad de vida entre los residentes de la comunidad.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Oportunidades para incluir el HTSP en Actividades Educativas y de Consejería

Con el fin de asegurar resultados saludables para mujeres y niños, se debe alentar el uso de un método anticonceptivo de elección incluyendo la posibilidad de conocer los ciclos fértiles para lograr un embarazo oportuno y un espaciamiento óptimo.

En el transcurso de la vida de una mujer, hay muchas ocasiones en que requiere de apoyo y consejo. Estas “ventanas de oportunidad” permiten que los proveedores de servicios de salud, los extensionistas, los líderes comunitarios y religiosos, y los grupos organizados de hombres y mujeres puedan educar y aconsejar a las parejas y familias sobre el HTSP y la mezcla anticonceptiva extensa que se dispone para la planificación familiar que les permita espaciar los embarazos y embarazarse en forma oportuna.

Durante una sesión de consejería, habría que recordar:

1. Explicar a los clientes el concepto del HTSP y sus mensajes de manera clara y en un lenguaje que sea de fácil comprensión
2. Explicar que para tener un embarazo oportuno y espaciar los mismos, la pareja puede utilizar un método de PF efectivo dentro del marco del consentimiento informado.
3. Mencionar a la pareja que existe una amplia gama de métodos de PF disponibles, incluso métodos de abstinencia periódica basados en el conocimiento del ciclo fértil.
4. Explicar cómo obtener y utilizar métodos de PF
5. Enfatizar los beneficios de salud, los beneficios sociales y económicos de practicar el HTSP.
6. Hacer recordar a los clientes que el HTSP beneficia a toda la familia y a la comunidad.
7. Alentar a los clientes a hacer preguntas y compartir la información recibida con sus parejas, los miembros de sus familias y sus amigos.

Cuando se tiene una ventana de oportunidad?

Durante el Cuidado Prenatal (revisiones antes del parto)

- Enfatizar los beneficios de la lactancia materna, que beneficia tanto a madres como a recién nacidos.
- Explicar los beneficios para el recién nacido de un espaciamiento saludable y oportuno del embarazo.
- Conversar sobre los métodos de planificación familiar, incluyendo MELA, para uso después del parto.

Durante el periodo post-parto (revisiones después del parto)

- Proveer consejería sobre los beneficios de demorar el siguiente embarazo por lo menos dos años.
- Conversar sobre métodos de planificación familiar.
- Enfatizar los beneficios de la lactancia materna, lo que puede demorar el siguiente embarazo si se utiliza de manera exclusiva.
- Explicar que el Método de Amenorrea por Lactancia (MELA), o sea el uso de lactancia exclusiva como un método de planificación familiar temporal, es un método que protege a las mujeres de embarazarse hasta por seis meses.

Durante las Clínicas de Bebe Sano y Servicios para Niños menores de 5 años (tales como vacunación)

- Reforzar los mensajes del HTSP recordando a las madres y los cuidadores de niños que el practicar el HTSP ayudara al desarrollo del bebé y de otros hijos futuros.

Durante Servicios de Planificación Familiar

- Proveer consejería a hombres y mujeres sobre los beneficios del HTSP a nivel de salud y social.
- Grupos que pueden estar interesados en demorar el primer embarazo y espaciar los embarazos siguientes:
 - Parejas de novios
 - Mujeres VIH positivas que desean embarazarse
 - Parejas jóvenes
 - Parejas casadas con hijos
 - Madres solteras
 - Mujeres que han sufrido una pérdida o un aborto



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Durante el Periodo Post-aborto

- Proveer consejeria sobre HTSP a las mujeres que reciben servicios post aborto, asimismo proveer consejeria en metodos de planificacion familiar y apoyo psicologico.
- Aconsejar a las mujeres sobre el pronto retorno de la fertilidad despues de un aborto (tanto si fue espontaneo como inducido) y alentarlas a utilizar un metodo efectivo de PF de su eleccion por lo menos durante 6 meses antes de embarazarse de nuevo.

Durante la provision de servicios en Infecciones de Transmision Sexual (ITSs)/VIH/SIDA

- Incluir informacion sobre HTSP cuando se provee consejeria en ITS incluyendo la consejeria en prevencion de VIH.
- Informar sobre los beneficios del HTSP a mujeres VIH positivas que desean embarazarse.

Durante Servicios para Adolescentes y Jovenes

- Proporcionar a los jovenes la oportunidad de tomar decisiones informadas sobre en que momento tener su primer embarazo y del espaciamiento de los siguientes con el fin de manejar mejor sus vidas y tomar decisiones saludables.
- Integrar los mensajes del HTSP en servicios para jovenes enfocados en salud, educacion y servicios sociales.

Durante Servicios para Hombres

- Integrar informacion sobre HTSP en actividades de salud masculinas.
- Explicar como el HTSP beneficia a hombres, mujeres y ninos.
- Educar a los hombres en como apoyar a sus parejas en la practica del HTSP y en utilizar un metodo moderno de planificacion familiar, incluyendo aquellos metodos basados en el conocimiento del ciclo fertil.

Durante Actividades de Extension Comunitaria

- Alentar a los extensionistas comunitarios a difundir el mensaje de HTSP y la informacion directamente a las familias y las comunidades.
- Incluir los mensajes del HTSP en toda actividad comunal - tanto en aquellas relacionadas con la salud como en las que no tienen que ver directamente con salud.
- Los mensajes del HTSP pueden integrarse a las siguientes actividades:
 - campanas de vacunacion
 - consejeria y pruebas voluntarias de VIH
 - programas de prevencion de malaria y/o de tuberculosis
 - iniciativas no relacionadas a salud, tales como agricultura, alfabetizacion, conservacion ambiental y programas de micro credito
 - Programas de prevencion de transmision vertical
 - Servicios de post-aborto
 - Programas de salud materna y neonatal.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Referencias

Agustin Conde-Agudelo, et al., "Effect of the interpregnancy interval after an abortion on maternal and perinatal health in Latin America," *International Journal of Obstetrics and Gynecology* 89 (April 2005): S34-S40.

Agustin Conde-Agudelo, et al., "Birth Spacing and the Risk of Adverse Perinatal Outcomes: A Meta-Analysis," *The Journal of the American Medical Association* 29 (April 19, 2006): 1809-1923.

Agustin Conde-Agudelo, et al., "Effect of birth spacing on maternal health: A Systematic Review." [unpublished]

Julie DaVanzo, et al., "The Effects of Birth Spacing on Infant and Child Mortality, Pregnancy Outcomes, and Maternal Morbidity and Mortality in Matlab, Bangladesh," *RAND Working Paper* (October 2004).

William Jansen, "Existing Demand for Birth Spacing in Developing Countries: Perspectives from Household Survey Data," *International Journal of Obstetrics and Gynecology* 89 (April 2005): S50-S60.

Shea Rutstein, et al., "Systematic Literature Review and Meta-Analysis of the Relationship Between Interpregnancy" [unpublished]

World Health Organization, "Birth spacing-report from a WHO technical consultation" 2006.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Que es ESD?

El Proyecto ESD (Extending Service Delivery) esta financiado por la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional USAID, y disenado para abordar la necesidad insatisfecha de Planificacion Familiar (PF) en el Mundo, incrementando el uso de servicios de Salud Reproductiva y Planificacion Familiar (SH/PF) especialmente a nivel comunitario. ESD esta especialmente disenado para abordar a las poblaciones que estan menos atendidas con el fin de mejorar su desarrollo sanitario y socio-economico.

ESD fortalece el conocimiento global y la aplicacion de las mejores practicas en nuestro campo, incrementa el acceso a servicios de SR/PF a nivel comunitario y mejora la capacidad de apoyar y sostener los servicios de SR/PF.

Los Socios de ESD

ESD es un Convenio Cooperativo (Lider con Asociados) y es gerenciado por Pathfinder International en asociacion con IntraHealth International, Management Sciences for Health, y el Meridian Group International, Inc. Asistencia Tecnica adicional es proporcionada por la Adventist Development and Relief Agency International, la Universidad de Georgetown - Institute for Reproductive Health, y por Save the Children.

Para informacion sobre ESD, por favor comuniquese con:

Extending Service Delivery Project (ESD)

1201 Connecticut Avenue, NW, Suite 700

Washington, D.C. 20036

Tel: (202) 775-1977

Fax: (202) 775-1988

esdmail@esdproj.org

Esta Guia de Bolsillo ha sido posible gracias al apoyo de la Oficina de Poblacion y Salud Reproductiva, Bureau de Salud Global, Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional, bajo los terminos del Convenio No. GPO-A-00-05-00027-00. Las opiniones expresadas en esta Guia son aquellas del autor(es) y no reflejan necesariamente los puntos de vista de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional.



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

