

A photograph of two women in a community setting. The woman on the left is wearing a blue sleeveless top and a green headwrap, smiling broadly. The woman on the right is wearing a pink headwrap and a yellow patterned top, also smiling. They appear to be in a room with other people in the background.

ORIENTACIÓN SOBRE EL CAMBIO SOCIAL Y DE COMPORTAMIENTO PARA LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR DURANTE EL COVID-19

Borrador: 14 de abril de 2020

Acerca de esta guía

Esta breve guía incluye consideraciones, mensajes y recursos importantes para apoyar a los programas de país en la adaptación de la programación de CSC centrada en la PF/SR en respuesta a los desafíos presentados por el COVID-19. Las adaptaciones y los mensajes del programa deberán adaptarse al contexto del país, los servicios disponibles y la respuesta del gobierno local, incluidos aquellos de los organismos coordinadores responsables de la comunicación de riesgos de contagio de Covid-19 y los esfuerzos de participación comunitaria.

Esta hoja informativa pudo realizarse gracias al generoso apoyo del pueblo estadounidense a través de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). Los contenidos son responsabilidad de Breakthrough ACTION y no reflejan necesariamente los puntos de vista de USAID ni del Gobierno de los Estados Unidos.

El impacto de el COVID-19 en la planificación familiar

El COVID-19 ya está repercutiendo en la planificación familiar y la salud reproductiva (PF/SR) en algunos países debido a la interrupción en las cadenas de suministro de productos anticonceptivos, el cierre de los servicios de PF/SR y el temor público a visitar las instalaciones de salud. Adicional a esto, las órdenes de quedarse en casa, la pérdida de empleo y el cierre de las escuelas también podrían tener un efecto sobre las conductas sexuales y reproductivas habituales en el hogar. Estas repercusiones plantean un gran riesgo para la salud y el bienestar de las mujeres y niñas que necesitan productos y servicios de PF/SR. Por ejemplo, durante la crisis del ébola, los embarazos no deseados entre adolescentes en Sierra Leona aumentaron dramáticamente, lo que generó consecuencias a largo plazo para la educación de las niñas¹. Los informes actuales también sugieren un aumento de la violencia doméstica contra mujeres y niños durante la pandemia de COVID-19². Lamentablemente, el distanciamiento social y físico causan mayor aislamiento de las personas que sufren violencia de género (VG), dificultándoles buscar ayuda o servicios, aunado a que la disponibilidad de estos servicios también se ve interrumpida.

¹ *Assessing sexual and gender based violence during the Ebola crisis in Sierra Leone (Evaluación de la violencia sexual y de género durante la crisis del ébola en Sierra Leona)*. (2015). Irish Aid y el PNUD.

https://www.sl.undp.org/content/sierraleone/en/home/library/crisis_prevention_and_recovery/assessing-sexual-and-gender-based-violence-during-the-ebola-cris.html

² *COVID-19: datos de género emergentes y por qué son importantes*. Centro de datos de ONU Mujeres. (4 de abril de 2020)

<https://data.unwomen.org/resources/covid-19-emerging-gender-data-and-why-it-matters>

La evolución del papel del cambio social y de comportamiento

El UNFPA ha enfatizado que, durante la respuesta a la pandemia de COVID-19, **“La provisión de anticonceptivos modernos de corta y larga duración, la información, la consejería y los servicios relacionados (incluida la anticoncepción de emergencia) puede salvar vidas y deberá estar disponible y ser accesible...”** Los enfoques de cambio social y de comportamiento (CSC) siguen siendo herramientas esenciales para lograr este objetivo. Sin embargo, el nuevo entorno creado por COVID-19 se traducen en una serie de desafíos que las comunidades deben enfrentar. Entre ellas:

- Cantidad considerable de nueva información sobre el COVID-19, que incluye demasiada información falsa y rumores, que producen altos niveles de miedo
- la necesidad de aprender nuevos comportamientos para protegerse del virus

- cambios en los patrones habituales de comunicación y fuentes confiables, con contacto personal reducido y, donde haya accesibilidad, mayor comunicación virtual.

En medio de este entorno, los profesionales de CSC podrían necesitar adaptar los mensajes sobre planificación familiar para asegurarse de que se identifiquen con el estado emocional actual de la audiencia y constituya llamamientos concretos a la acción para la realidad de su nueva vida diaria. Los profesionales de CSC también deben encontrar nuevas formas de trabajo que cumplan con las pautas de distanciamiento físico **mientras llegan** al público a través de fuentes confiables. A su vez, deben garantizar que el **voluntarismo y la decisión informada** sigan siendo fundamentales para toda la información y asesoramiento sobre planificación familiar.

Consideraciones para los programas de CSC centrados en la PF/SR

- Aprovechar las directrices nacionales en evolución para la PF/SR y VG y continuar trabajando con los mecanismos nacionales de coordinación en CSC (por ejemplo, armonizar los mensajes actualizados sobre planificación familiar y VG).
- Garantizar un diálogo abierto y continuo con socios locales de prestación de servicios a fin de que comprendan los cambios continuos en los productos anticonceptivos y la disponibilidad de servicios de planificación familiar en instalaciones públicas y privadas. Esto debería reflejarse en los mensajes sobre CSC para garantizar que los clientes tengan información actualizada sobre la disponibilidad de los servicios de PF/SR.
- Vincular los programas de planificación familiar con el trabajo existente sobre VG, como la creación de conciencia sobre los posibles aumentos de la violencia entre las comunidades y los proveedores de salud, capacitación a los proveedores de planificación familiar para investigar y dar respuesta a los informes de violencia y proporcionar información sobre los servicios de apoyo de violencia de género disponibles como parte de programas de CSC sobre planificación familiar.
- Ampliar las alianzas con puntos de distribución del sector privado, como farmacias/droguerías y puntos de venta no tradicionales (por ejemplo, quioscos) que ofrezcan anticonceptivos como píldoras orales, contraceptivos de emergencia, AMPD-SC y condones. Según la disponibilidad de suministros, modificar los mensajes para que los clientes puedan dirigirse a estos puntos de servicio.
- Considerar ofrecer capacitación digital a los farmacéuticos/propietarios de quioscos para mejorar su capacidad de asesorar a mujeres, hombres y parejas sobre los métodos disponibles y compartir otra información relacionada con la planificación familiar, incluyendo información actualizada sobre acceso a servicios para métodos a más largo plazo.
- Promover el autocuidado para la planificación familiar, que abarca la concientización sobre fertilidad entre mujeres y hombres, niñas y niños, a través de enfoques interactivos y motivadores en línea; por ejemplo, orientación digital sobre cómo contar los ciclos en casa, con base en el Método de días fijos o instrucciones sobre cómo usar la aplicación digital disponible para dispositivos [Android](#) y [Apple](#)
- Vincular mensajes de autocuidado con enfoques de CSC para una salud sexual y reproductiva más amplia, incluyendo la prevención y el tratamiento del VIH.
- Hacer pruebas previas de los nuevos mensajes, materiales e intervenciones utilizando canales virtuales como WhatsApp o Facebook.
- Modificar el contenido y aumentar la promoción de las líneas directas de salud y otros servicios digitales y móviles (SMS/IVR) existentes para planificación familiar e información y asesoramiento sobre VG, como “[3-2-1](#)”,³ WhatsApp y Facebook, para

³ El contenido de planificación familiar se incluye actualmente en el servicio 3-2-1 en Afganistán, Burkina Faso, Camboya, República Democrática del Congo, Ghana, Madagascar, Malí, Mozambique, Nigeria, Ruanda, Tanzania, Uganda y Zambia.

Consideraciones para los programas de CSC centrados en la PF/SR (Continuado)

informar a las personas que llaman dónde pueden encontrar anticonceptivos modernos, cómo manejar los efectos secundarios y cómo acceder a los recursos de violencia de género en la comunidad. Utilizar la capacitación virtual para fortalecer la capacidad de asesores/ personal de la línea directa para hacer remisiones a los recursos de violencia de género.

- Considerar el uso de altavoces y sistemas de estaciones de radio comunitarias para compartir mensajes sobre planificación familiar y violencia de género, especialmente para llegar a audiencias sin acceso a teléfonos celulares.
- Identificar nuevas oportunidades para llegar a los clientes existentes y aquellos con necesidades no cubiertas a fin de compartir información y remisiones para la planificación familiar durante este tiempo, como proporcionar información y servicios de planificación familiar en los centros de cuarentena.
- Considerar las necesidades especiales de subpoblaciones, como los jóvenes y las mujeres con discapacidad, incluyendo mensajes específicos que tengan en cuenta sus necesidades de planificación familiar durante este tiempo.
- El contenido de planificación familiar se incluye actualmente en el servicio 3-2-1 en Afganistán, Burkina Faso, Camboya, República Democrática del Congo, Ghana, Madagascar, Malí, Mozambique, Nigeria, Ruanda, Tanzania, Uganda y Zambia.

Mensajes ilustrativos de planificación familiar para los programas de CSC

Las siguientes recomendaciones para los mensajes son ilustrativas y deben adaptarse a los contextos específicos del país.



General

- Cambiar los mensajes de “Consulte a su proveedor de salud” para promover información y sitios de servicio alternativos. Por ejemplo, para tener acceso a anticonceptivos modernos: *“Conozca más sobre planificación familiar en [fuente móvil/digital local]” en donde encontrará información general sobre planificación familiar y “Consulte a su farmacéutico para poder tener acceso a una variedad de métodos de corto plazo”.*
- Ampliar el concepto de “estado de preparación” para la planificación familiar promoviendo que se adquieran ciclos adicionales de anticonceptivos como las píldoras orales y AMPD-SC. Por ejemplo, *“Pídale a su farmacéutico un suministro adicional de anticonceptivos”.*
- Aumentar el asesoramiento de planificación familiar durante la atención prenatal y de posparto para reducir la necesidad de visitas de seguimiento a los centros de salud. Esto podría lograrse vinculando la planificación familiar con la promoción continua del parto seguro. Por ejemplo, *“Dar a luz con un proveedor calificado es lo mejor que puede hacer por su salud y la salud de su bebé. Al momento del parto, pregúntele a su proveedor acerca de los métodos de planificación familiar que puede usar de inmediato para ayudarla a espaciar su próximo embarazo”.*



Métodos de planificación familiar

- Aumentar los sentimientos de efectividad y autonomía promoviendo el autocuidado positivo para la planificación familiar, incluyendo la promoción de métodos de autocuidado como píldoras anticonceptivas, condones, anticonceptivos de emergencia y, cuando esté disponible, AMPD-SC. Por ejemplo, *“Incluso en estos tiempos difíciles, usted puede decidir si quiere quedar embarazada y cuándo. Si no tiene acceso a un proveedor de atención médica en este momento, utilice un método de corto plazo disponible en su farmacia local”.*
- Agregar o ampliar mensajes que promuevan métodos anticonceptivos modernos que no dependen de poder asistir o no a un centro de salud o proveedor. Estos métodos incluyen más información y concientización sobre el método de amenorrea de la lactancia y los métodos basados en el conocimiento de la fertilidad. Por ejemplo, *“Si no tiene un proveedor de salud o farmacéutico a su alcance para obtener su método habitual de planificación familiar, use un método de respaldo basado en la fertilidad que usted pueda controlar”.*
- Identificarse con las mujeres y las niñas y ayudarlas a sentirse apoyadas a pesar de las dificultades y los métodos limitados, recordándoles que pueden usar, por ahora, un método



Métodos de planificación familiar (Continuado)

disponible y pueden volver a conseguir su método preferido en otro momento. Por ejemplo, *“Si no puede conseguir su método preferido durante estos tiempos difíciles, puede usar otro método de corto plazo ahora y volver a su método preferido más adelante”*.

- Promover la confianza en los métodos de planificación familiar para ayudar a los usuarios existentes a manejar los efectos secundarios y, de esa manera, reducir la interrupción de su uso. Por ejemplo, *“Recuerde, los cambios en el sangrado y otros efectos secundarios pueden ser molestos, pero son normales para las mujeres que usan anticonceptivos. Para hablar con alguien sobre los efectos secundarios, llame al [línea directa local]”*. Los mensajes también pueden dirigirse a personas con influencia, como parejas masculinas y amigos. Por ejemplo, *“Los cambios en el sangrado y otros efectos secundarios pueden ser molestos o preocupantes para las mujeres, pero son completamente normales. Apoye a su pareja/amiga mientras lidia con los efectos secundarios y aliéntela a continuar usando métodos de planificación familiar durante este difícil período”*.



Violencia de género

Brindar información a las mujeres que sufren violencia sobre dónde pueden obtener ayuda, especialmente si se han reducido los servicios locales de PF/SR que habitualmente brindan apoyo. Por ejemplo, *“Si experimenta violencia en su hogar, hágalo saber a familiares y amigos que lo apoyen, busque apoyo en [línea directa/otro servicio local para sobrevivientes] y haga un plan de seguridad”*.

Fomentar la concientización entre las comunidades y los trabajadores de salud sobre el mayor riesgo de violencia sexual y física debido a las órdenes de permanencia en el hogar y las cuarentenas, además de fomentar el apoyo colectivo. Por ejemplo, *“Para algunas mujeres, el COVID-19 no es la única amenaza. Siga en contacto y apoye a las mujeres víctimas de violencia en el hogar, y hágales saber que pueden obtener ayuda en [línea directa/otro servicio local para sobrevivientes]”*.



Parejas de apoyo

- Promover una comunicación abierta y equitativa con la pareja acerca de las intenciones de fertilidad y la prevención del embarazo, no solo durante este tiempo, sino en todo momento. Por ejemplo, *“Si desea evitar quedar embarazada durante este tiempo incierto, hable con su pareja sobre planificación familiar”*.

Mensajes ilustrativos de planificación familiar para los programas de CSC

(Continuado)



Jóvenes

- Promover la comunicación positiva entre las parejas jóvenes mientras están separadas. Por ejemplo, *“El tiempo de separación no significa tiempo perdido. Ahora es el momento de saber más sobre quién es su pareja. ¿Cuáles son sus sueños para el futuro? ¿Cuáles son los suyos?”*
- Ayudar a los jóvenes a explorar sus emociones y relaciones durante este tiempo, especialmente si están separados de sus parejas románticas o sexuales. Por ejemplo, *“Si está separado de su pareja en este momento, no arriesgue su salud para verla. En cambio, vea quién puede ser más creativo en demostrar su afecto a través del chat móvil”.*
- Aprovechar la influencia importante de los compañeros para aquellos jóvenes que podrían estar presionados para continuar con sus actividades normales en lugar de quedarse en casa. Por ejemplo, *“Recuerde a sus amigos que mantener la distancia física es importante durante el tiempo de la pandemia del coronavirus. Aliéntelos a mantenerse a salvo ahora. ¡El amor físico puede esperar!”*
- Alentar a los padres y otros adultos que están en casa debido a las órdenes de cuarentena y encierro a usar este tiempo para hablar con sus adolescentes sobre las relaciones, el sexo y la fertilidad. Por ejemplo, *“Aproveche este tiempo en casa para tener un impacto positivo y duradero en sus hijos adolescentes. Hable con ellos sobre relaciones, pubertad, sexo y fertilidad”.*

Recursos en línea (en inglés)

- <https://covid19communicationnetwork.org> (Breakthrough ACTION, 2020)
- [Contraception/Family planning and COVID-19 Q&A](#) (WHO, April 2020)
- [Sexual and Reproductive Health and Rights: Modern Contraceptives and Other Medical Supply Needs, Including for COVID-19 Prevention, Protection and Response. Interim Technical Brief](#) (UNFPA, March 2020)
- [COVID-19 and violence against women: What the health sector/system can do](#) (WHO, March 2020)
- [COVID-19: A Gender Lens](#) (UNFPA, March 2020)
- [Springboard for SBC](#) (Breakthrough ACTION)

Crédito de la foto de portada:

Jonathan Torgovnik, Getty Images, Images of Empowerment. Uganda: Clínica de Salud Reproductiva en Mbale. 21 de julio de 2014.
https://www.imagesofempowerment.org/full_release_rhu_1144/