



## CycleBeads®

CycleBeads® es un collar de cuentas de colores que ayuda a la mujer a usar el Método de Días Fijos (Standard Days Method®), un método natural de planificación familiar clínicamente comprobado que permite a las mujeres controlar su propia fertilidad. CycleBeads® es apropiado para mujeres con un ciclo menstrual de entre 26 y 32 días. Al usar CycleBeads®, la mujer puede seguir su ciclo, identificar los días en los que las relaciones sexuales sin protección pueden producir probablemente un embarazo y controlar la duración de su ciclo. Ella puede usar un método de barrera o abstenerse en sus días potencialmente fértiles (identificados como los días del 8 al 19 del ciclo menstrual) para evitar el embarazo.

La mujer puede usar CycleBeads® colocando un anillo de goma en la cuenta *roja* en el primer día de su regla. Cada día que pasa mueve el anillo de una cuenta. Cuando el anillo llega a cualquier cuenta *blanca*, ella se abstendrá de tener relaciones sexuales o usará un condón si no desea quedarse embarazada. Cuando el anillo está en cualquier cuenta *marrón*, ella puede tener relaciones sexuales sin protección ya que es muy poco probable que se quede embarazada en esos días. Cuando empiece su próxima regla debe poner el anillo otra vez en la cuenta *roja*, saltándose las cuentas restantes.

### Eficacia

Hay investigaciones que han demostrado que el Método de Días Fijos (Standard Days Method®) tiene una efectividad de más del 95 por ciento si se usa correctamente (condones o abstinencia durante los días del 8 al 19 del ciclo menstrual), y una efectividad de más del 88 por ciento con el uso habitual, similar al de algunos otros métodos dirigidos a los usuarios.<sup>1,2</sup> Se han encontrado niveles de efectividad similares cuando el método se ofrece servicio de salud clásico.<sup>3</sup> Asimismo, los estudios realizados en mujeres que han comprado CycleBeads® en el contexto del mercadeo social (y por lo tanto, dependían de las instrucciones

de CycleBeads® y el material en el punto de venta para el uso del método) demostraron que su capacidad para entender y utilizar el método correctamente era igual al de las mujeres que recibieron instrucciones por un proveedor capacitado.<sup>4</sup> El Método de Días Fijos (Standard Days Method®) proporciona 1,5 años de protección en pareja.<sup>5</sup>

### Programa actual/uso por sector

Hasta la fecha, el Método de Días Fijos (Standard Days Method®) y el CycleBeads® han sido utilizados en más de 50 países y han sido incorporados exitosamente en muchos programas de planificación familiar existentes y redes comunitarias, lo que ha resultado en más de 2,5 millones de usuarias en todo el mundo.<sup>6</sup> El Método de Días Fijos (Standard Days Method®) no requiere un equipo especial, procedimientos médicos, instalaciones ni tampoco productos básicos costosos, y como es un método basado en conocimientos, es fácil de enseñar y de aprender. Por lo tanto, se puede ofrecer en una amplia variedad de programas y por diversos proveedores, incluyendo, entre otros, médicos, enfermeras, enfermeras auxiliares, voluntarios comunitarios, programas de salud reproductiva del sector público y privado, organizaciones religiosas y programas de mercadeo social a través de farmacias y otros vendedores, sin necesidad de recursos adicionales importantes. Este método también aborda las necesidades de poblaciones diversas con diferentes creencias religiosas y éticas, formación y condición socioeconómica. No tiene efectos secundarios y lo pueden usar tanto las mujeres que quieren quedarse embarazadas como las que no lo quieren. Los programas en varios países han descubierto que la inclusión del Método de Días Fijos (Standard Days Method®) y el CycleBeads® entre las opciones ofrecidas contribuye a la prevalencia anticonceptiva, mejora la oferta y atrae a nuevas usuarias de planificación familiar.<sup>3</sup> Dadas las pruebas científicas y programáticas, el Método de Días Fijos (Standard

Days Method®) y el CycleBeads® están incluidos en varios documentos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID), la Federación Internacional de Planificación Familiar (IPPF) y Contraceptive Technology.<sup>7,8,9,10</sup> Cabe destacar que USAID considera que la utilización de los canales de mercadeo social y el apoyo de los trabajadores sanitarios comunitarios que ofrecen Método de Días Fijos (Standard Days Method®) con las CycleBeads® son prácticas de alto impacto.<sup>11,12</sup>

El primer impedimento para ampliar la disponibilidad y uso de este método es asegurar un suministro suficiente de CycleBeads®. Dado que Método de Días Fijos (Standard Days Method®) es un método relativamente nuevo, a menudo los gobiernos y los socios de implementación no cuentan con datos relativos al uso actual para poder prever la demanda futura y calcular la compra de CycleBeads®. Se encuentra disponible una herramienta para ayudar a los países interesados en comprar CycleBeads®. La misma ofrece un proceso paso a paso para calcular el suministro inicial necesario de CycleBeads® para su país. Está disponible electrónicamente en USAID | DELIVER PROJECT (correo electrónico: askdeliver@jsi.com); los particulares también pueden ponerse en contacto con irhinfo@georgetown.edu o visitar www.irh.org.<sup>13</sup> Un recurso adicional que contiene información acerca de CycleBeads®, A Forecasting Guide for New and Underused Methods of Family Planning (Una guía de la previsión de métodos de planificación familiar nuevos e infrautilizados), ayuda a los gerentes de programas y demás personas involucradas en la previsión cuando planifican introducir una tecnología de la anticoncepción por primera vez en su país y/o posicionar un método infrautilizado para incrementar su uso.<sup>14</sup>

Los datos actualizados sobre el abastecimiento de CycleBeads® por país y donante se pueden encontrar en la página RHInterchange de la Coalición para los Insumos de Salud Reproductiva, que ayuda a la supervisión de los canales de distribución, administración de los productos, el análisis y la planificación para gerentes de programas, donantes, investigadores y promotores.

Para obtener más información, véase [www.cyclebeads.com](http://www.cyclebeads.com) y [www.irh.org](http://www.irh.org). El hecho de que CycleBeads® no requiera ningún tipo de almacenaje especial, de

que tenga una vida útil indefinida y que de no se vea afectado por las condiciones ambientales hace que sea el producto ideal para entornos con pocos recursos.

## Fabricante/proveedor

Cycle Technologies es el fabricante autorizado de CycleBeads®. CycleBeads® ha estado disponible desde el año 2003 y ahora se ofrece a través de organizaciones no gubernamentales, organizaciones religiosas y programas públicos de mercadeo social.

## Acuerdos sobre el precio con el el sector público

CycleBeads® está disponible como parte de la oferta de anticoncepción a través del Proyecto de Compras Centrales de Anticoncepción (CCP) de la División de Seguridad y Logística de los Productos Básicos (CSL) de USAID, y los programas de USAID pueden solicitarlos junto con otros métodos anticonceptivos. Las misiones pueden pedir al proyecto CCP solicitudes de financiamiento para la compra de CycleBeads®, ya sea en forma de apoyo de campo o como un documento modificado de adquisición y asistencia. Los pedidos se deben enviar al servicio correspondiente del país de CSL.

CycleBeads® también está incluido en el Catálogo de AccessRH de 2013 a precios prenegociados.<sup>15</sup> AccessRH es un servicio de compras administrado por el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) que busca mejorar el acceso a productos para la salud sexual y reproductiva de gran calidad y asequibles. Sus clientes son organizaciones gubernamentales y no gubernamentales en países con ingresos bajos y medios.

La Organización Mundial de la Salud publicó una nota de orientación en el año 2012 para explicar el procedimiento que se debe seguir para comprar CycleBeads®.<sup>16</sup> Los compradores interesados en adquirir CycleBeads® a través de medios distintos a USAID y AccessRH deben comunicarse directamente con el fabricante, Cycle Technologies (véase [www.cyclebeads.com](http://www.cyclebeads.com)).

---

## Referencias

1. Arevalo M, Jennings V, Sinai I. Efficacy of a new method of family planning: the Standard Days Method. *Contraception*. 2002;65(5):333–338.
2. Sinai I, Jennings V, Arevalo M. The two-day algorithm: A new algorithm to identify the fertile time of the menstrual cycle. *Contraception*. 1999;60(2):65–70.
3. Gribble J, Lundgren R, Velasquez C, Anastasi E. Being Strategic about Contraceptive Introduction: The Experience of the Standard Days Method\*. *Contraception*. 2008;77(3):147–154.
4. Kavle J, Eber M, Lundgren R. The Potential for Social Marketing a Knowledge-Based Family Planning Method. *Social Marketing Quarterly*. 2012; 18 (2): 152-166.
5. Años de protección en pareja (CYP): Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional, 2011. Disponible en: [http://transition.usaid.gov/our\\_work/global\\_health/pop/techareas/cyp.html](http://transition.usaid.gov/our_work/global_health/pop/techareas/cyp.html)
6. Datos facilitados por Cycle Technologies, el fabricante y distribuidor autorizado de CycleBeads\*.
7. Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use 3rd Ed. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2004. Disponible en: [www.who.int/reproductive-health/publications/mec/fab.html](http://www.who.int/reproductive-health/publications/mec/fab.html).
8. Jennings V, Lundgren R. Standard Days Method: A Simple Effective Natural Method. USAID Global Health Technical Briefs 2004. Disponible en: <http://irh.org/sites/default/files/USAID%20SDM%20Technical%20Brief%202004.pdf>
9. IPPF Medical and Service Delivery Guidelines for Sexual and Reproductive Health Services 3rd Ed. 2004. Disponible en: <http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/DD4055C9-8125-474A-9EC9-C16571DD72F5/0/medservdelivery04.pdf>
10. Jennings V, Arevalo M. Chapter 15: Fertility Awareness-Based Methods. En: Hatcher RA, Trussell J, Nelson AL, Cates W, Stewart F, Kowal D, eds. *Contraceptive Technology 19th Revised Edition*. Nueva York: Ardent Media Inc., 2007:343–349.
11. Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional. High Impact Practices in Family Planning. 2011. Disponible en: [http://transition.usaid.gov/our\\_work/global\\_health/pop/publications/docs/high\\_impact\\_practices.pdf](http://transition.usaid.gov/our_work/global_health/pop/publications/docs/high_impact_practices.pdf)
12. Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). Family Planning High Impact Practices—Social Marketing: Leveraging the private sector to improve contraceptive access, choice, and use. 2013. Disponible en: <http://hips.k4health.org/sites/hips.k4health.org/files/HIP-SM-Brief.pdf>
13. Instituto para la Salud Reproductiva. Potential Market for CycleBeads\*: A Basic Model for Estimating Demand. 2008. Disponible en: [http://irh.org/sites/default/files/Model\\_for\\_Estimating\\_Demand\\_CycleBeads.pdf](http://irh.org/sites/default/files/Model_for_Estimating_Demand_CycleBeads.pdf)
14. Instituto para la Salud Reproductiva, Universidad de Georgetown (IRH/GU), John Snow Inc. (JSI), y Population Services International (PSI) para la Coalición para los Insumos de Salud Reproductiva (RHSC). 2012. A Forecasting Guide for New & Underused Methods of Family Planning: What to Do When There Is No Trend Data? Washington, DC: IRH/GU, JSI, y PSI para la RHSC. Disponible en: <http://www.k4health.org/toolkits/NUMs-forecasting-guide>
15. Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). Catálogo de AccessRH Disponible en: <http://www.myaccessrh.org/products>
16. Organización Mundial de la Salud (OMS). How to procure CycleBeads: a visual tool for the Standard Days Method. 2012. Disponible en: [http://www.k4health.org/sites/default/files/WHO\\_RHR\\_12.14\\_eng.pdf](http://www.k4health.org/sites/default/files/WHO_RHR_12.14_eng.pdf)

---

Para obtener más información del Caucus sobre Tecnologías Nuevas e Infrautilizadas en Salud Reproductiva visite nuestra página web en <http://www.rhsupplies.org/working-groups/caucus-on-newunderused-rh-technologies.html>.

---

Esta publicación forma parte de una serie de resúmenes técnicos escritos por miembros del Caucus sobre Tecnologías Nuevas e Infrautilizadas en Salud Reproductiva (Caucus), un grupo temático que se estableció bajo los auspicios de la Coalición para los Insumos de Salud Reproductiva. El objetivo del Caucus es ampliar la discusión en el seno de la Coalición sobre temas de tecnologías de salud reproductiva que no están bien integradas en los sectores de la salud pública y comercial. El Caucus es el responsable exclusivo de la selección y contenido de los, sin que exista ningún tipo de responsabilidad por parte de la Coalición o sus miembros en general. Para obtener información adicional, contacte a: [secretariat@rhsupplies.org](mailto:secretariat@rhsupplies.org).