*	F: . Este es el grupo focal #3. Hoy es enero 31 y son las 8:57 de la mañana. Entonces, como les había dicho, vamos a estar conversando acerca del uso de anticonceptivos. Antes de comenzar con este conversatorio yo quería que ustedes me dijeran, como una actividad para romper el hielo, ¿Con qué animal se sienten identificadas, y por qué? *[Participantes se toman unos segundos para pensar] [Ruido de fondo]*	#	F: This is Focus Group #3. Today is January 31st, and it's 8:57 in the morning. So, as I mentioned before, we're going to be talking about the use of contraceptives. Before we start this discussion, I'd like you to do a little icebreaker activity: What animal do you identify with? And why? *[Participants take a few seconds to think] [Background noise]*
*	Speaker 0: Yo creo que con ningún animal.	#	Speaker 0: I think I don't identify with any animal.
*	F: ¿No te sientes identificada con ninguno?	#	F: You don't feel identified with any?
*	Speaker 0: Con ninguno.	#	Speaker 0: Not with any.
*	F. ¿y las demás? *[Participantes piensan]*	#	F: And the rest of you? *[Participants think]*
*	F: ¿ninguna se siente identificada con un animal?	#	F: None of you feel identified with an animal?
*	Speaker 0: A mí no me gustan los animales.	#	Speaker 0: I don't like animals.
*	F: No te gustan los animales, okey	#	F: You don't like animals, okay.
*	Speaker 0: En mi casa hay una perrita y estoy loca. *[Participantes se rien]*	#	Speaker 0: There's a little dog at my house and I'm crazy [*Participants laugh]*
*	F: Ahh! no te gustan los animales ¿A *ti* te gustan?	#	F: Ahh! So you don't like animals. Do *you* like them?
*	Speaker A mí me gustan, pero no tanto así…Wow. *[Participantes hablan al unísono, simpatizan, hacen comentarios paralelos inentendibles]*	#	Speaker I like them, but not like… Wow. *[Participants speak at the same time, sympathize, and make unintelligible side comments]*
*	F: Pero no tiene que ser que le guste, sino que ustedes dicen "¡ay si yo fuera un animal, fuera ese animal...!" ¿Qué animal ustedes fueran?,¿No se le ocurre ninguno?	#	F: But it doesn't have to be an animal you *like*, it's more like if you said, "Oh if I were an animal, I'd be *that* one!". What animal would you be? Nothing comes to mind?
*	Speaker 0 Bueno, sería el perro varón.	#	Speaker 0 Well, I would be a male dog.
*	F: El perro, okey, ¿y por qué te sientes identificada?	#	F: A dog, okay. And why do you feel identified with it?
*	Speaker 0 Porque no le da lo mismo que les da a las hembras.	#	Speaker 0 Because they don't get what female dogs get.
*	F: Okey, ¿y qué es lo que no les da a las hembras?	#	F: Okay… and what is it they *don't* get?

*	Speaker 0: Oh, Oh cuando se ponen en calor. *[Refiriéndose a la fase en la que las hembras presentan una disposición sexual activa, marcada por un aumento del deseo o excitación, y durante la cual están receptivas al apareamiento.]*	#	Speaker 0: Oh, oh… when they go into heat. *[Referring to the phase in which females show active sexual receptivity, marked by increased desire or arousal, and during which they are receptive to matin.]*
*	F: Ah okey, okey, entiendo. *[Participantes se ríen del comentario anterior]* ¿Algún otro animal que quieran mencionar?	#	F: Ah, okay, okay, I get it. *[Participants laugh at the previous comment].* Any other animal you'd like to mention?
*	Speaker 0 : Yo sería la culebra, pero yo le tengo miedo. *[Ruidos de fondo del ambiente]*	#	Speaker 0: I would be a snake, but I'm scared of them. [*Background noise]*
*	F: una culebra tu serias ¿y por qué?	#	F: A snake, you'd be a snake? And why?
*	Speaker 0 Porque es peligrosa.	#	Speaker 0: Because it's dangerous.
*	F: 0: 01:37 Ah okey ¿y Angela, y Carolina y Valerie?	#	F: Ah, okay. And Angela? And Carolina? And Valerie?
*	Angela, G3-P3: Ningún animal.	#	Ángela, G3-P3: No animal.
*	F: Ningún animal. ¿Y Carolina y Valerie?	#	F: No animal. And Carolina and Valérie?
*	Carolina, G3-P5: No. A mí me gustaría ser el gato varón.	#	Carolina, G3-P5: No. I'd like to be a male cat.
*	F: El gato varón. *[Participantes simpatizan y asienten respecto al comentario anterior]* ¿Ustedes no quisieran ser hembra?	#	F: A male cat. *[Participants sympathize and nod in response to the previous comment]* Wouldn't you want to be female?
*	Carolina, G3-P5: No *[Participantes asienten y se ríen]*	#	Carolina, G3-P5: No. *[Participants nod and laugh]*
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Carolina, G3-P5 : Las hembras son muy bullosas.	#	Carolina, G3-P5: Female *[animals]* are too noisy.
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Speaker 0 : Y pasamos mucho trabajo. *[Comentario realizado en segundo plano, no se puede identificar la participante, participantes se ríen al escuchar este comentario]*	#	Speaker 0: And we go through a lot. *[Comment made in the background, speaker not identifiable; participants laugh upon hearing the comment]*
*	F: Okey. Entonces, gracias, vamos a iniciar con la conversación. Estamos muy felices de que ustedes quieran ser parte de esta discusión. Entonces, ya ahora si vamos a pasar con la discusión y los cambios menstruales. Entonces, yo les quiero preguntar, a veces cuando las personas cuando hablan de la menstruación utilizan diferentes palabras para decir la menstruación. ¿Qué palabras ustedes usan? o ¿qué palabras ustedes conocen?	#	F: Okay. So, thank you. Let's start the conversation. We're very happy that you want to be part of this discussion. So now we're going to move on to the actual discussion about menstrual changes. I want to ask you: sometimes when people talk about menstruation, they use different words to refer to it. What words do you use? Or what words do you know?
*	Carolina, G3-P5: Yo mayormente uso, digo "Periodo".	#	Carolina, G3-P5: I mostly use, I say "period."
*	F: Okey.	#	F: Okay.
*	Carolina, G3-P5: "Me llegó el periodo" ese es el término que yo utilizo.	#	Carolina, G3-P5: "I got my period." That's the term I use.

*	F: Ajá *[Expresión del español que expresa entiendo, te escucho o te presto atención]*	#	F: Aha. *[Expression in Spanish that signals "I hear you," "I understand," or "I'm listening attentively."]*
*	Carolina, G3-P5: Porque hay personas como que le da vergüenza "¡ay, me llegó la menstruación!" *[Participantes hacen comentarios en segundo plano no entendibles, expresan estar de acuerdo]* Uno cambia como el término y dice "Me llegó el periodo" o "Me bajó la regla". *[Participantes expresan nuevamente estar de acuerdo con el comentario]*	#	Carolina, G3-P5: Because there are people who feel embarrassed like, "Oh, I got my period!" *[Participants make background comments that are unintelligible and express agreement]* So you kind of change the term and say "I got my period" or "My [*regla]* came down*." [Participants again express agreement with the comment]*
*	F: Okey. Otra palabra "periodo", "regla", ¿qué más que ustedes conocen o han escuchado?	#	F: Okay, another word "period," "regla"what else do you know or have heard?
*	Speaker 0 : 02:52 Yo nada más he escuchado: menstruación, y periodo y regla. *[Participante repite el término regla en segundo plano, no se puede identificar el speaker, participantes hablan al mismo tiempo]*	#	Speaker 0: I've only ever heard: menstruation, and period, and [regla]. *[A participant repeats the word regla in the background; speaker not identifiable; participants speak simultaneously]*
*	F: 0:02: 55 Okey, esas tres ¿y otras personas?, que digan otra palabra que ustedes han escuchado	#	F: Okay, those three. And have you heard other people use other words?
*	Speaker 0 : "¡Ay tengo la luna!" *[Participantes repiten esa misma expresión al mismo tiempo e incluyen "Ay me llego la luna"]*	#	Speaker 0: "Ay, I've got the [Luna]!" *[Participants repeat the same expression at the same time and add "Ay, my [Luna] came."]*
*	F: Okey. ¿y ustedes normalmente usan "periodo" o "regla"? Uno de esos.	#	F: Okay. So do you usually use "period" or ["regla"]? One of those?
*	Speaker 0 : 0:03: 08 Bueno, si usted está en confianza solo dice menstruación *[Facilitador asiste a la participante con terminar la expresión ya que buscaba la palabra, pero no recordaba].* Pero si uno está en el público uno dice otra cosa *[Otra participante responde y dice que ella lo expresaría como "me bajó la regla" o "me bajo el periodo", no se pudo identificar la participante]*	#	Speaker 0: Well, if you're among close people, you just say "menstruation." [*Facilitator helps the participant finish her sentence since she was searching for the word but couldn't recall it*] But if you're in public, you say something else. *[Another participant responds and says she would say* "my [regla] came*" or* "my period came"; *speaker not identifiable]*
*	F: Okey, y para la conversación ¿con que palabra ustedes se sienten más cómodas con el periodo, regla?	#	F: Okay. And for the conversation, which word do you feel more comfortable with period or [regla]?
*	Speaker 0 : Con el periodo *[Participantes asienten y hacen comentarios en el fondo inentendibles, una participante expresa que usa la palabra periodo ya que es la más común]*	#	Speaker 0: With "period" *[Participants nod and make background comments that are unintelligible; one participant says she uses "period" because it's the most common term]*
*	F: "Periodo". Entonces, cada vez que yo diga la pregunta yo siempre voy a decir "periodo" ¿está bien?, *[Las participantes asintieron]* .Entonces, una pregunta que tengo para ustedes: las personas normalmente que tienen un sistema para llevar	#	F: "Period." So every time I ask a question, I'll always say "period," okay? *[Participants agreed]* So here's a question I have for you: most people have a system to track when their period is going to come or

	cuando le va a llegar el periodo o cuando viene el próximo periodo ¿ cómo ustedes llevan ese control?, ¿Ana?		when the next one is expected. How do you keep track of that? Ana?
*	Ana, G3-P1: Por que por ejemplo si me llegó el 18, ya yo sé que todos los 18 me va a llegar.	#	Ana, G3-P1: Because, for example, if I got it on the 18th, I already know that every 18th it'll come.
*	F: Okey, tú utilizas el calendario.	#	F: Okay, so you use a calendar?
*	Ana, G3-P1: y si se cambia del año, ya yo debería estar esperando al momento que me llegue.	#	Ana, G3-P1: And if the year changes, I should still be expecting it around that time.
*	F: Okey, ¿tú utilizas un calendario físico, o en tu celular, en tu mente?	#	F: Okay. Do you use a physical calendar, one on your phone, or just in your mind?
*	Ana, G3-P1: No, en mi mente.	#	Ana, G3-P1: No, in my mind.
*	F: En tu mente, okey. Ya tu sabes que el 18 más o menos okey, ¿y Valerie?	#	F: In your mind. Okay, so you already know it's around the 18th, more or less. Okay. And Valerie?
*	Valerie, G3-P2: No, porque más o menos me llega, por ejemplo, el 30 o el 15; y si hago desarreglo me puede bajar después… me baja como un 20. Como que, si hago fuerza o hago cualquier cosa, brego con mucho cloro, o cualquier cosa, me cambia.	#	Valerie, G3-P2: No, because it comes, like, on the 30th, the 15th and if I mess up, it might come later, like around the 20th. Like, if I do something strenuous or anything if I deal with a lot of *[laundry]* bleach or whatever, it changes it.
*	F: Okey, tu sientes que cualquier cosa te afecta *[Valerie confirma que sí en segundo plano]*, tu calendario lo llevas en tu mente	#	F: Okay, you feel like anything can affect it? *[Valerie confirms in the background]* So you track your cycle mentally.
*	Valerie, G3-P2: Si	#	Valerie, G3-P2: Yes.
*	F: ¿ y Angela?	#	F: And Ángela?
*	Angela, G3-P3: Yo tengo la inyección, o sea, no tengo un día que me llegue *[Otra participante hace un comentario en segundo plano no entendible, no se puede identificar el speaker]*	#	Ángela, G3-P3: I'm on the injection, so I don't have a specific day it comes. [Another participant makes an unintelligible background comment, speaker unidentifiable]
*	F: Okey, tú tienes la inyección. *[Angela responde nuevamente que sí, luego hace otros comentarios que no se logran entender]* ¿y Darisbel?	#	F: Okay, you're on the injection. *[Ángela replies again saying yes, then makes other unintelligible comments]* And Darisbel?
*	Darisbel, G3-P4 : Lo mismo. A veces en un mes me llega hasta 2 veces, hay veces yo duro 3 meses,4 meses, 5 meses sin verlo, porque yo me puse la inyección.	#	Darisbel, G3-P4: Same. Sometimes I get it twice in a month, sometimes I go 3, 4, even 5 months without it because I got the injection.
*	F: Okey. Pero yo pregunto, cuándo tú usas la inyección, ¿tú no llevas un calendario?	#	F: Okay. But let me ask, when you're using the injection, don't you keep a calendar?

*	Darisbel, G3-P4: Uso una aplicación.	#	*Darisbel, G3-P4:* I use an app.
*	F: Okey. ¿ y Carolina?	#	F: Okay. And Carolina?
*	Carolina, G3-P5: Yo sí, yo utilizo una aplicación y de ahí me voy guiando, los días que me va a llegar. A veces me dice tengo dos días de retraso y así. Yo me guío por una aplicación.	#	Carolina, G3-P5: Yes, I use an app and that's how I keep track of the days it's going to come. Sometimes it tells me I'm two days late and stuff like that. I go by an app.
*	F: Tu usas una aplicación. *[Carolina responde nuevamente que sí]* Entonces la mayoría usa su propia mente y ustedes no usan nada porque no le llega o es muy irregular. *[Facilitador señala cada grupo de participantes las que usan su mente y las que no utilizan nada]*	#	F: You use an app. *[Carolina confirms again]* So most of you track it mentally, and others don't use anything because it doesn't come or it's too irregular. *[Facilitator points to each group: those who use their minds and those who don't use anything]*
*	Angela, G3-P3: Yo tengo un año ya que no me llega.	#	Ángela, G3-P3: It's been a year since I've gotten it.
*	F: 0: 05:36 Okey. Entonces, para que todos estemos con la misma definición… Cuando hablamos de "periodo", yo me refiero a los ciclos que tienen las mujeres todos los meses y esto incluye los días que no sangran, los días que sangran, el tiempo justo antes del sangrado y el tiempo justo después de sangrar y el periodo intermedio también. ¿Todas están de acuerdo de que eso es el "periodo" ?; que no solamente es la menstruación y los días de sangrado, sino todo el conjunto del ciclo ¿ustedes entienden que esa es la definición del "periodo"?	#	F: Okay. So just to make sure we're all using the same definition…When I say "period," I mean the cycle that women go through every month. That includes the days when there's no bleeding, the days when there is bleeding, the time right before it starts, and the time right after it ends, plus the time in between. Do you all agree that's the definition of "period"? That it's not just the menstruation or bleeding days but the whole cycle?
*	Speaker 0: Sí, porque hay muchas veces que uno no sangra, si no como que mancha y así.	#	Speaker 0: Yes, because a lot of times you don't even bleed you just spot and stuff like that.
*	F: Okey, tu entiendes todo eso como periodo o ciclo menstrual. Okey, entonces, ¿todas están de acuerdo?	#	*F:* Okay, so you understand all of that as part of the period or menstrual cycle. Alright, so do you all agree?
*	Speaker 0: 0.06:26 Si. *[Responden varias participantes al mismo tiempo]*	#	Speaker 0: Yes. *[Several participants respond at the same time]*
*	F: Okey, entonces, vamos a pasar a la primera actividad. Ahora que, como les dije, Alicia va a estar tomando notas; yo les voy a hacer algunas preguntas y ustedes me van a responder y Alicia las va a estar anotando. Entonces, la primera pregunta: yo quiero que ustedes me cuenten, ahora que ustedes usan anticonceptivos, —siempre que yo le haga una pregunta yo quiero que ustedes piensen: ahora que tienen un método de planificación y antes cuando ustedes no tenían—, como su vida,	#	*F:* Okay, so now let's move on to the first activity. As I mentioned, Alicia will be taking notes. I'm going to ask you some questions, and you'll respond, and Alicia will be jotting things down. So the first question: Now that you're using birth control, I want you to think about now with a method and before when you weren't using anything. How has your life changed, okay? Your symptoms… So, the first question is: Has the frequency of your bleeding

	¿cómo ustedes han cambiado?, okey, sus síntomas… Entonces la primera pregunta es ¿con el uso de la anticoncepción ha cambiado la frecuencia con la que ustedes sangran? ¿Valerie, ha cambiado la frecuencia de tu sangrado?		changed since you started using contraception? Valerie, has the frequency of your period changed?
*	Valerie, G3-P2: No.	#	Valerie, G3-P2: No.
*	F: Okey, ¿por qué dices que no?	#	F: Okay, why do you say no?
*	Valerie, G3-P2: Porque a mí normalmente el periodo me dura 5 días.	#	Valerie, G3-P2: Because my period usually lasts five days.
*	F: Okey, ¿siempre? ¿antes del anticonceptivo y después?	#	F: Okay. Always? before and after using birth control?
*	Valerie, G3-P2: Si.	#	Valerie, G3-P2: Yes.
*	F: Okey, ¿ y Ana?	#	F: Okay. And Ana?
*	Ana, G3-P1: Bueno, con el anticonceptivo.	#	Ana, G3-P1: Well, with the birth control…
*	F: Aja?	#	F: Uh-huh?
*	Ana, G3-P1: Yo duro hasta ocho días, diez días, hasta quince días me dura.	#	Ana, G3-P1: It lasts up to eight days, ten days, *[sometimes]* even fifteen days.
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Ana, G3-P1: Pero ya para mi es algo normal, porque ya yo me lo he puesto dos veces el mismo anticonceptivo, y me va así.	#	Ana, G3-P1: But now that's normal for me because I've used the same birth control twice, and it does that to me.
*	F: Okey, y antes, cuando tú no tenías *eso [ese método anticonceptivo]*, ¿te duraba esa cantidad de días?	#	F: Okay, and before, when you weren't on it *[that birth control method]* did it last that long?
*	Ana, G3-P1: No	#	Ana, G3-P1: No.
*	F: y qué tan frecuente en el sentido de que si ¿qué tantos días entre periodos? por ejemplo cada veintiocho días, cada treinta días… ¿cómo es esa frecuencia?	#	F: And how often would it come? Like every twenty-eight days, every thirty days. What was the frequency?
*	Ana, G3-P1: Yo le explique que me llega en…	#	Ana, G3-P1: I already said it comes on the…
*	F: Cada 18, entonces sería cada thirty días, por ejemplo.	#	F: The 18th, so about every thirty days, for example.
*	Ana, G3-P1: Si	#	Ana, G3-P1: Yes.

*	F: ¿y para Valerie?	#	F: And for Valerie?
*	Valerie, G3-P2: Más o menos, a mí me llega, me puede llegar un 15 y mayormente me dura 5 días, si hago mucho desarreglo me puede llegar un 20, 21. *[“Hacer desarreglos” en este contexto, se refiere a realizar las acciones previamente descritas por los participantes, como hacer fuerza física o usar productos como el blanqueador de lavandería.]*	#	Valerie, G3-P2: More or less. It can come on the 15th and usually lasts five days. If I mess up [hago desarreglo], it might come on the 20th or 21st. *[“desarreglos” in this context, refers to carrying out the actions previously described by the participants, such as straining physically or using products like laundry bleach.]*
*	F: Entonces tú dirías, ¿como de treinta a treinta a tinta y cinco días?	#	F: So would you say it comes every thirty to thirty-five days?
*	Valerie, G3-P2: Si	#	Valerie, G3-P2: Yes.
*	F: Okey, ¿y para ustedes entonces, no le llega el periodo, para Angela y Darisbel?	#	F: Okay. And for you two, it doesn’t come at all Ángela and Darisbel?
*	Angela, G3-P3: Si, pero no tengo más días. O sea, como cuando yo la veía yo duraba tres días y así mismo.	#	Ángela, G3-P3: It does, but not more days, I mean, back when I used to get it, it would last three days, and now it’s the same.
*	F: Cuando tú no lo tenías, tu durabas tres días *[Angela confirma respondiendo en segundo plano]* y te llegaba, ¿cada cuántos días? ¿cada veintiún o cada veintiocho días?	#	F: When you weren’t on anything, it lasted three days? *[Ángela confirms in the background]* And how often did it come? Every twenty-one or twenty-eight days…?
*	Angela, G3-P3: No, cada día 8.	#	Ángela, G3-P3: No, every 8th.
*	F: Okey, cada día 8. y entonces, ¿ahora que tú tienes el método, cuánto te dura para llegar?	#	*F:* Okay, the 8th of every month. So now with the method, how long does it take to come?
*	Angela, G3-P3: Tres días. Ah, yo no sé porque yo no llevo esa cuenta porque me llega hasta 2 veces en un mes. O sea que está descontrolada. *[Participantes hacen comentarios en segundo plano y facilitador confirma que llega hasta dos veces en un mismo mes]*	#	Ángela, G3-P3: Three days. Well, I don’t really know, because I don’t track it. It can come twice in a month. So it’s irregular. *[Participants comment in the background; facilitator confirms it can come twice a month]*
*	Speaker 0: Ella la tiene descontrolada.	#	Speaker 0: She’s totally irregular.
*	F: Okey, te llega dos veces en el mes y luego a veces no te llega por 3 meses. Okey. *[Angela confirma en segundo plano]*	#	F: Okay, so it comes twice a month and sometimes not for three months. *[Ángela confirms in the background]*
*	Darisbel, G3-P4: Cuando yo usaba el anticonceptivo de 3 meses.	#	Darisbel, G3-P4: When I was using the 3-month birth control…
*	F: Ajá.	#	F: Uh-huh.

*	Darisbel, G3-P4: Cuando se me vencía *[en anticonceptivo]* era que me llegaba *[el periodo],* y a veces ni me llegaba, yo tenía que beber botellas y vainas así, para que me bajara. *[*"Botella" *se refiere a una preparación artesanal tradicional, comúnmente utilizada como remedio natural. Puede contener raíces, hierbas, o una combinación de vegetales, malta y preparados o fermentados. Tradicionalmente, se asocia con diversos beneficios para la salud reproductiva, la fertilidad, el equilibrio hormonal y la recuperación posparto.]* *[“Vainas así”, es una expresión coloquial del español dominicano, equivalente a frases en inglés como "stuff like that", "things like that", o "that kind of thing". Se utiliza para referirse informalmente a elementos, situaciones o cosas similares ya mencionadas o implícitas.]*	#	Darisbel, G3-P4: It *[the period]* would only come when it [*the birth control]* was expiring and sometimes it wouldn't even come. I had to drink *[“botellas”]* and *[vainas así]* to make it come down. [*"Botella"* refers to a traditional artisanal preparation commonly used as a natural remedy. It may contain roots, herbs, or a combination of vegetables, malt, and prepared or fermented ingredients. Traditionally, it is associated with various benefits for reproductive health, fertility, hormonal balance, and postpartum recovery.] *["Vainas así", is a colloquial expression in Dominican Spanish, equivalent to phrases in English like "stuff like that", "things like that", or "that kind of thing." It is used informally to refer to items, situations, or things that are similar to those already mentioned or implied.]*
*	F: ¿y cuando tú no lo usabas, ¿cómo era tu periodo?	#	*F:* And when you weren't using anything, how was your period?
*	Darisbel, G3-P4: 0.09:21 No, me llegaba todos los 24.	#	Darisbel, G3-P4: It came every 24th.
*	F: ¿Todos los 24?	#	F: Every 24th?
*	Darisbel, G3-P4: Todos los 24 me llegaba. Me duraba cinco días, más de ahí no me duraba.	#	Darisbel, G3-P4: Yeah, always on the 24th. It lasted five days, no more than that.
*	F: Okey, y el sangrado, ¿cuánto te duraba?	#	F: Okay. And how long did the bleeding last?
*	Darisbel, G3-P4 : No, yo nunca…	#	Darisbel, G3-P4: No, I never…
*	F: No, cuando lo tenías antes, en el pasado, ¿cuánto te duraba? ¿te duraba tres días? *[Otra participante también le aclara a Darisbel la pregunta diciendo no, cuando te bajaba. No se pudo identificar el speaker]*	#	F: No, I mean when you used to get it before, how many days did it last? Three days? *[Another participant also helps clarify: “No, like when it came down for you.” Speaker not identifiable.]*
*	Darisbel, G3-P4: No, cinco días yo duraba.	#	Darisbel, G3-P4: No, five days.
*	F: 0: 09:37 Cinco días, okey. Entonces, por aquí: ustedes cinco días, por aquí, de ocho y diez días, a ti antes tres días, pero ahora es muy irregular… A Darisbel le duraba cinco día,s pero ahora con el método no tiene periodo y tiene un año que no lo tiene. *[Facilitador señala a cada participante y Darisbel expresa estar de acuerdo en un comentario en segundo plano]* ¿y Carolina?	#	F: Five days, okay. So over here we've got five days… here we've got eight and ten days… for you, it used to be three days but now it's very irregular… and for Darisbel it used to be five, but now with the method she hasn't gotten it and it's been a year. *[Facilitator points to each participant; Darisbel agrees in a background comment]* And Carolina?

*	Carolina, G3-P5: Bueno, a mí mayormente siempre, antes de usar el anticonceptivo, me duraba 3 días igual. Ahora, normal, tres días.	#	Carolina, G3-P5: Well, for me, it's always been the same. Before I started birth control, it lasted three days and still does. Normal, three days.
*	F: Okey, tres días.	#	F: Okay, three days.
*	Carolina, G3-P5: y mi ciclo es de cada veintocho días.	#	Carolina, G3-P5: And my cycle is every twenty-eight days.
*	F: Okey. Entonces, ahora la siguiente pregunta: Ha cambiado, bueno ya ustedes lo han mencionado… ¿Qué tan regular le llega el periodo? ¿Ha cambiado? Por ejemplo, para ustedes para Angela y Darisbel, ya el periodo no le llega. En el caso de Ángela, a veces le llega dos veces en el mes y a veces no le llega por tres meses. La regularidad Carolina, por lo que me dijiste de antes y después, entiendo que te ha llegado igual; o sea, la misma regularidad cada veintiocho días. *[Carolina responde sí en segundo plano]* ¿ y para Valerie, nada ha cambiado? ¿ha sido lo mismo antes y después, o ha cambiado?	#	F: Okay. So, the next question: Has your regularity changed? Well, most of you already mentioned this… like Angela and Darisbel, you don't get it anymore. In Angela's case, sometimes you get it twice in a month, sometimes it doesn't come for three months. Carolina, based on what you told me, it sounds like it's stayed the same still every twenty-eight days, right? *[Carolina replies "yes" in the background]* And Valerie nothing's changed for you? It's been the same before and after?
*	Valerie, G3-P2 : No, a mí no me ha cambiado	#	Valerie, G3-P2: No, it hasn't changed for me.
*	F: Okey, sigue igual. Antes cuando tú no lo usabas, era igual cada treinta o treinta y cinco días, ¿y para Ana también?	#	F: Okay, still the same. So, before you started, it was also every thirty to thirty-five days. And Ana?
*	Ana, G3-P1: Normal, de hace tres años atrás y ahora otra vez. *[Ana dice una palabra y luego una oración que no se logra entender en el audio]*	#	Ana, G3-P1: Normal, from three years ago until now, again*… [Ana says a word and a sentence that are unintelligible on the audio]*
*	F: Okey, cuando no lo tenías. Perfecto. Entonces el tiempo ya, ¿ustedes sienten que usando anticonceptivos el periodo, el sangrado es más corto o más largo o igual?	#	F: Okay, so when you weren't using anything, that was the case. Perfect. Now, do you feel that using birth control has made your period shorter, longer, or about the same?
*	Valerie, G3-P2: Para mi más largo. *[Angela hace comentario en segundo plano y dice "más largo"]*	#	Valerie, G3-P2: For me, it's longer. *[Ángela adds in the background: "longer"]*
*	F: Para Valerie, más largo.	#	F: So for Valerie, it's longer.
*	Valerie, G3-P2: Si	#	Valerie, G3-P2: Yes.
*	F: Okey, Entonces ha cambiado.	#	F: Okay, so it's changed.
*	Valerie, G3-P2: Un poco.	#	F: A little bit.

*	F: ¿Cómo era antes? ¿Cuántos días te duraba?	#	F: And how was it before? How many days would it last?
*	Valerie, G3-P2: No, porque yo, cuando yo me formé… *["Formé", se refiere al momento en que una niña experimenta su primera menstruación o menarquía]*	#	Valerie, G3-P2: Well, back when I was *[me formé]…["Formé", refers to the moment when a girl experiences her first menstruation, or menarche"]*
*	F: Ajá	#	F: [Ajá]
*	Valerie, G3-P2: Yo… A mí me duraba cuatro días, tres días, o sea, como uno dice: "Manchando", duraba cuatro días.	#	Valerie, G3-P2: it would last four days, sometimes three. I mean, just light spotting like we say: "[*manchando]."*
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Valerie, G3-P2: Pero cuando yo comencé a planificarme, me dura cinco días.	#	Valerie, G3-P2: But once I started birth control, it lasts five days.
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Valerie, G3-P2: Desde el primer día no podía salir de mi casa.	#	Valerie, G3-P2: From the very first day, I couldn't even leave the house.
*	F: Okey, tu entiendes como que te ha cambiado el flujo, más que la cantidad de días, okey. ¿Y para Ana?	#	F: Okay, so you feel like your flow has changed more than the number of days. Got it. And Ana?
*	Ana, G3-P1: ¿Dígame? *[Participante se distrae y demás participantes se ríen y hacen comentarios diciéndole que está lejos]*	#	Ana, G3-P1: What? *[Participant is distracted; others laugh and comment, saying she's far away]*
*	F: Que te estaba preguntando sobre el tiempo de sangrado, que tu dijiste que te dura de ocho a diez días ¿cuándo no lo usabas era también de ocho a diez días, o no ha cambiado esa parte?	#	F: I was asking you about the bleeding duration. You said it lasts eight to ten days. Was it like that before, too? Or has that changed?
*	Ana, G3-P1: No entiendo.	#	Ana, G3-P1: I don't understand.
*	F: ¿No lo entendiste? Tú me dijiste que te llegaba de ocho. Que te dura de ocho a diez días.	#	F: You said it lasts 8 to 10 days now, right?
*	Ana, G3-P1: Ajá	#	Ana, G3-P1: Uh-huh.
*	F: Con el anticonceptivo ¿y cuando no lo tenías, cuando no usabas nada, cómo era?	#	F: With birth control. And before, when you weren't using anything, how was it?
*	Ana, G3-P1: Normal.	#	Ana, G3-P1: Normal.
*	F: ¿Cuántos días?	#	F: How many days?
*	Ana, G3-P1: Me duraba tres y cuatro días porque yo me ponía el… *[Demás participantes intentan aclararle a Ana la pregunta hacen comentarios en segundo plano]*	#	Ana, G3-P1: It would last three or four days because I used to use… *[Other participants try to clarify the question for Ana; background chatter]*

*	F: Cuando no tenías nada, ningún tipo de método.	#	F: I mean when you weren't using anything, no method at all.
*	Ana, G3-P1: Oh, no, una cosa normal.	#	Ana, G3-P1: Oh, like just normal.
*	F: Pero ¿cómo es "normal"? *[Otra participante le da ejemplo de la cantidad de días cinco, seis, siete, ocho]*	#	F: But what do you mean by "normal"? *[Another participant gives an example: fife, six, seven, eight days]*
*	Ana, G3-P1: Como yo era una niña, yo sangraba normal, me duraba tres días sangrando y dos manchando.	#	Ana, G3-P1: Well, as I was a kid, I bled normally three days of bleeding, two of spotting.
*	F: Okey. ¿y para las demás? lo que me dijeron ahorita.	#	F: Okay. And the rest of you? What you told me earlier?
*	Darisbel, G3-P4: Así mismo, cuando yo no usaba me duraba cinco días: tres días sangrando y dos días manchando.	#	Darisbel, G3-P4: Same here. When I wasn't using anything, it lasted five days: three days bleeding and two days spotting.
*	F: Okey, ¿y qué tanta es la cantidad que ustedes sangran en esos días?,¿cómo es su flujo?. Ya Valerie dijo que su flujo ha cambiado con el anticonceptivo, que ha sido más, bastante. Entonces, háblenme un poco como es su flujo, si es más, menos, igual.	#	F: Okay. And how much do you bleed on those days what's your flow like? Valerie already said her flow changed with birth control it's heavier. So tell me a little: is it more, less, or the same?
*	Darisbel, G3-P4: El mío es más también *[Ángela también responde en segundo plano que el de ella es más]*	#	Darisbel, G3-P4: Mine is heavier now too. [*Ángela also replies in the background that hers is heavier]*
*	F: ¿El de todas es más ahora con el uso de anticonceptivos? *[Participantes responden que si]*	#	F: So for all of you, it's heavier now with birth control? *[Participants respond yes]*
*	Speaker 0: Cuando a mí se me vence me bajan como unos coágulos.	#	Speaker 0: When mine's wearing off, I get these clots.
*	Speaker 0: A mí me bajan como unos coágulos como que yo tengo cinco muchachos adentro.	#	Speaker 0: I get clots like I've got five kids inside me.
*	F: Okey.	#	F: Okay.
*	Speaker 0: Como que estoy botando un muchacho.	#	Speaker 0: Like I'm pushing out a baby.
*	F: ¿y de qué color se ve? ¿cómo se ve?	#	F: And what color is it? What does it look like?
*	Speaker 0 El mío se ve como rojo vino.	#	Speaker 0: Mine looks like dark red *[rojo vino].*
*	F: Rojo vino, rojo, negro.	#	F: Dark red, red, black?
*	Speaker 0: El mío se ve como rojo así.	#	Speaker 0: Mine looks red, like that.

*	F: Rojo	#	F: Red?
*	Speaker 0: 13:37 Rojo intenso.	#	Speaker 0: Bright red.
*	Speaker 0: Lo que le da a uno es mejor cortarse el alma. *[Participantes se ríen y hacen comentarios en segundo plano inentendibles]*	#	Speaker 0: You feel like you'd rather *[cut your soul out]. [Participants laugh and make unintelligible background comments]*
*	F: 0:13: 45 Okey	#	F: Okay.
*	Speaker 0: 0:13: 46 Yo misma me siento como que asquerosa cuando yo tengo esa vaina.	#	Speaker 0: I feel disgusting when I have that [vaina].
*	Speaker 0: Cuando tu dura mucho tiempo pasa eso.	#	Speaker 0: When it lasts a long time, that happens.
*	F: Okey, si yo entiendo. y entonces ¿los dolores menstruales antes y después del anticonceptivo, ahora son más o menos?	#	F: Okay, I understand. Now, about menstrual pain before and after using birth control do you get more or less pain now?
*	Speaker 0 Yo más o menos yo, cuando yo no me planificaba me daba mucho dolor ahí abajo.	#	Speaker 0: For me, it's kind of in between. Before I used birth control, I used to get a lot of pain down there.
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Speaker 0: Pero ahora cuando yo me estoy planificando, lo que me da mucha náusea, mareos.	#	Speaker 0: But now that I'm using birth control, I mostly get nausea and dizziness.
*	F. Okey, náuseas y mareos, o sea que te da menos dolor ahora.	#	F: Okay so nausea and dizziness, but less pain now.
*	Speaker 0: Si.	#	Speaker 0: Yes.
*	F: Okey, ¿y para Ana?	#	F: Okay. And Ana?
*	Ana, G3-P1: A mí no me da dolor no.	#	Ana, G3-P1: I don't get pain anymore.
*	F: Ya no te da dolor.	#	F: So you don't get pain now?
*	Ana, G3-P1: No porque se me va el hambre.	#	Ana, G3-P1: No, but I lose my appetite.
*	F: Okey, se te va el hambre.	#	F: Okay, you lose your appetite.
*	Ana, G3-P1: Si me da un agarre lo quiero es matar.	#	Ana, G3-P1: If I get a [Grip], I feel like killing someone.
*	F: Okey,	#	F: Okay.
*	Ana, G3-P1: Claro *[Demas participantes se ríen]*	#	Ana, G3-P1: Of course *[Other participants laugh]*

*	F: Okey, te pones como irritable.	#	F: Okay, so you get irritable.
*	Ana, G3-P1: De mal humor. Cambio de humor.	#	Ana, G3-P1: I get moody. Total mood swings.
*	F: Cambio de humor. Okey ¿y antes? Antes no era así, ¿verdad?	#	F: Mood swings. Okay. And *before* was it like that, too?
*	Ana, G3-P1: No.	#	Ana, G3-P1: No.
*	F: Okey	#	F: Okay.
*	Ana, G3-P1: Antes si me daba dolor.	#	Ana, G3-P1: Before I did get pain.
*	F: Antes te daba dolor, pero ahora no te da dolor, pero te ha cambiado el humor y se te va el hambre, okey, ¿Y para Angela y Darisbel?	#	F: So before you had pain, and now you don't but you get mood swings and lose your appetite. Okay. And for Ángela and Darisbel?
*	Angela, G3-P3: Antes no tenía dolor y ahora sí.	#	Ángela, G3-P3: Before, I didn't have pain and now I do.
*	F: Ahora si tienes dolor. ¿Y Darisbel?	#	F: Now you do. And Darisbel?
*	Darisbel, G3-P4: En un principio yo siempre tuve dolor, y ahora me da más dolor que yo no quiero que nadie me hable, nadie se me pegue. No puedo tener ni gente al lado mío *[Participantes se ríen]*	#	Darisbel, G3-P4: At first, I always had pain, but now it's even worse I don't want anyone talking to me, no one near me. I can't have people around me. *[Participants laugh]*
*	F: Okey ¿y Carolina?	#	F: Okay. And Carolina?
*	Carolina, G3-P5: ¡ay, un dolor intenso! Antes no me daba nada, un dolorcito leve y ahora es más fuerte.	#	Carolina, G3-P5: Oh, it's an intense pain! Before it was nothing just a light cramp and now it's way stronger.
*	F: Ahora te duele mucho, okey. Entonces…	#	F: Now it really hurts, okay. So…
*	Darisbel, G3-P4: Yo pensé dique pariendo se me iba a quitar ese dolor, pero si yo sé, no paro más. *[Participantes se ríen]*	#	Darisbel, G3-P4: I thought that giving birth would make the pain go away but if I had known, I wouldn't have had kids. *[Participants laugh]*
*	F: Okey, entonces, como les dije… Alicia ha estado tomando notas mientras nosotras hemos estado conversando y aquí están algunas de sus respuestas: Por ejemplo, tenemos que la frecuencia ustedes dijeron: que le llega cada tres días, cada ocho días, cada diez días, cada cinco días… Algunas dijeron que no les llega.	#	F: Okay, so as I mentioned, Alicia has been taking notes while we've been talking, and here are some of the responses she recorded: For example, regarding frequency, you said: it comes every three days, every eight days, every ten days, every five days… some of you said it doesn't come at all. As for regularity, some of you mentioned: every twenty-eight days, every thirty days, and again, some

	La regularidad, algunas dijeron que le llega cada veintiocho días, cada treinta días, algunas dijeron que no le llegan en absoluto y Carolina dijo que le llega cada veintiocho días. Entonces, del tiempo de sangrado: pues dijeron que el sangrado le dura de cinco, vamos a decir de tres a diez días en general.		said it doesn't come at all. Carolina specifically mentioned it comes every twenty-eight days. Then, in terms of bleeding duration, you mentioned that it generally lasts anywhere from three to ten days.
*	F: Entonces lo que acaban de mencionar de los calambres o dolores menstruales: algunas dijeron que ahora los dolores son más, y otras dijeron que ya no les duele, pero que tienen otros síntomas como: náuseas, mareos, cambios de humor, okey. Entonces, ¿hay otra cosa que no esté aquí y que ustedes quieran agregar?	#	F: So, regarding what you just mentioned about cramps or menstrual pain: some of you said that the pain is now worse, and others said it doesn't hurt anymore, but that you're experiencing other symptoms like nausea, dizziness, mood swings—okay. So, is there anything else that's not listed here that you'd like to add?
*	Darisbel, G3-P4: El cambio del cuerpo.	#	Darisbel, G3-P4: The body changes.
*	F: ¿Cuál es el cambio del cuerpo que tú has mencionado?	#	F: What body change are you referring to?
*	Darisbel, G3-P4: hay gente que se pone flaca, por ejemplo, a mí con la pastilla, a mí me puso como un cadáver. *[Angela dice que ella también en segundo plano]*	#	Darisbel, G3-P4: Some people get skinny, for example, the pill made me look like a corpse. *[Ángela says she also experienced this in the background]*
*	F: Okey	#	F: Okay
*	Darisbel, G3-P4: Como que yo tenía SIDA.	#	Darisbel, G3-P4: Like I had AIDS.
*	F: Okey	#	F: Okay
*	Speaker 0: Y a veces la pastilla no le prueba, por ejemplo, tienen más hormonas que otras. Hay muchas que se beben la pastilla y le irrita la piel, se la ponen manchosa, hay mucha gente que se bebe la pastilla y le descontrola también el periodo. *[Para esta respuesta varias participantes responden al mismo tiempo]*	#	Speaker 0: And sometimes the pill doesn't sit well for example, some people have more hormones than others. Many women take the pill, and it irritates their skin, causes blemishes. A lot of people take the pill, and it also messes up their period. *[Several participants respond at the same time during this answer]*
*	F: Okey, ustedes dicen como los cambios del cuerpo que a algunas personas les irrita la piel, algunas personas pierden peso, otras personas ganan peso. Okey ¿le gustaría que agregáramos eso? ¿verdad?	#	F: Okay, so you're saying that the changes to the body include skin irritation for some, weight loss for others, and weight gain for others. Okay, would you like us to add that? Right?
*	Speaker 0: Si.	#	Speaker 0: Yes.
*	Darisbel, G3-P4: 0.17:28 La inyección, por ejemplo, a mí me tenía normal, simplemente que cuando se me vencía, a los 3 meses me bajaba mi periodo. Pero ahora yo me quiero quitar esa vaina, ahora mismo tengo dolor en ese brazo por el frío.	#	Darisbel, G3-P4: The injection, for example, kept me stable it was just that when the three months passed, I'd get my period. But now I want to get rid of that [vaina], and right now I have pain in that arm from the cold.
*	F: Okey	#	F: Okay

*	Darisbel, G3-P4: 0: 17:45 Y a veces me da náuseas. A veces yo creo que yo estoy embarazada.	#	Darisbel, G3-P4: And sometimes I get nauseous. Sometimes I think I'm pregnant.
*	F: Okey, te da muchos síntomas.	#	F: Okay, you're experiencing many symptoms.
*	Darisbel, G3-P4 : Si, me da náuseas. Hay veces que me como algo y lo vómito, y así.	#	Darisbel, G3-P4: Yes, I get nauseous sometimes I eat something, and I throw up, and stuff like that.
*	F: Okey	#	F: Okay
*	Darisbel, G3-P4: Vamos a suponer: Yo, yo me planificaba con la inyección de 3 meses, pero cuando yo tuve mi primer hijo yo me volví a planificar con la inyección y luego se me llenó el cuerpo de bolitas.	#	Darisbel, G3-P4: Let's say I used the 3-month injection for birth control, but when I had my first child and used it again, my body broke out in little bumps.
*	F: Okey,	#	F: Okay,
*	Darisbel, G3-P4: Aja se me llenó de sarpullidos, por eso yo llegué a beberme la pastilla.	#	Darisbel, G3-P4: Yeah, I broke out in rashes, which is why I ended up switching to the pill.
*	F: Okey, entonces ustedes agregarían cambios en el peso, cambios manifestaciones en la piel, y también le agregarían lo que mencionó Darisbel, de esos cambios como: náuseas, mareo. También, otra cosa que discutimos que está en la pared, es de cómo era el sangrado: que dijimos que tenía coágulos, que era muy rojo, otra que era negro.	#	F: Okay, so you would include weight changes, skin reactions, and also the symptoms Darisbel mentioned like nausea, dizziness. Also, something else we discussed that's written on the wall about the bleeding: we said that some of you experienced clots, that it was very red, while others said it was black.
*	*[Las participantes comentan que, tras usar anticonceptivos, se presentan varios cambios en la menstruación. Algunas experimentan menos dolor, mientras que otras sienten más molestia, a menudo con un sangrado más abundante e incluso con coágulos. También mencionan variaciones en el estado de ánimo, el apetito, en la piel e incluso incremento o disminución del peso…]*	#	*[Participants comment that after using contraceptives, several changes occur in menstruation. Some experience less pain, while others feel more discomfort often with heavier bleeding and even clots. They also mention changes in mood, appetite, skin, and even weight gain or loss...]*
*	F: Entonces, ¿Cómo todo eso que ustedes han dicho y lo que agregaron…? Por último, ¿Cómo las ha hecho sentir a ustedes? ¿Cómo se sienten en general con todos esos cambios?	#	F: So, everything you've shared and what you added just now how has that made you feel? How do you feel in general about all those changes?
*	Speaker 0: Bueno, para yo tener otro niño, yo prefiero quedarme así.	#	Speaker 0: Well, for me to have another child, I'd rather just stay like this.
*	F: Okey, ¿estás de acuerdo con eso Valerie?	#	F: Okay, Valerie, do you agree with that?
*	Valerie, G3-P2: Si.	#	Valerie, G3-P2: Yes.
*	F: Okey, ¿Todas están de acuerdo con eso?	#	F: Okay. Do you all agree with that?
*	Carolina, G3-P5: Yo nunca he tenido ningún tipo de problema, siempre ha sido normal.	#	Carolina, G3-P5: I've never had any kind of problem it's always been normal for me.
*	F: 0: 19: 06 Okey, entonces Carolina no tiene quejas, pero las demás con sus síntomas prefieren eso que tener un hijo.	#	F: Okay, so Carolina doesn't have any complaints, but the rest of you, with your symptoms, prefer this over having a child.
*	Angela, G3-P3: Que tener otro niño para ponerlo a pasar trabajo.	#	Angela, G3-P3: Than having another child and putting them through hardship.
*	F: Okey, entiendo. Entonces ¿ustedes sienten que eso ha impactado su vida diaria? todos esos síntomas, como que les ha afectado su día a día.	#	F: Okay, I understand. So do you feel this has affected your daily life? All those symptoms have they impacted your day-to-day ?

*	Angela, G3-P3: ¡Ay si!.	#	Angela, G3-P3: Oh, yes!
*	F: ¿ y cómo te afecta Angela?	#	F: And how does it affect you, Angela?
*	Angela, G3-P3: Me canso mucho. A veces yo creo que hasta estoy preñada, ¿tu sabes? *[Ruido de fondo interrumpe la conversación por lo cual no se puede entender lo mencionado por Angela]*	#	Angela, G3-P3: I get really tired. Sometimes I even think I'm pregnant, you know? *[Background noise interrupts the conversation, making it hard to understand what Angela says next]*
*	Speaker 0: Por lo menos yo, cuando me baja el periodo, yo me pongo así con malestar, me duele la cabeza y los senos a veces me molestan.	#	Speaker 0: At least in my case, when I get my period I feel sick, my head hurts, and sometimes my breasts are sore.
*	F: Okey	#	F: Okay
*	Speaker 0: Y a veces ni relaciones puedo tener, porque siento como que eso ahí se me altera ahí abajo, cuando me está por llegar.	#	Speaker 0: And sometimes I can't even have sex because it feels like something down there gets thrown off when it's about to come.
*	F: Okey. Entonces si tu sientes que afecta tu vida diaria. ¿Y Angela? que como no se escuchó un poco por el ruido, tu dijiste que tú te cansas mucho.	#	F: Okay, so you do feel it affects your daily life. And Angela, since we couldn't hear you well earlier because of the noise you said you get really tired?
*	Angela, G3-P3: Me canso mucho, sí. No sé si es la sangre que tengo en el cuerpo, o que por durar mucho— tú sabes, sin tener la menstruación —me canso y a veces empiezo a vomitar, a vomitar y náuseas y estoy, o sea, mala como si estuviera embarazada.	#	Angela, G3-P3: I get really tired, yeah. I don't know if it's because of the blood I have in my body or because I go so long, you know, without having my period. I get tired and sometimes I start vomiting just throwing up and nausea, and I'm just, like, sick, as if I were pregnant.
*	F: Okey, entonces vamos a darle un momento a Alicia para que termine de agregar las demás cosas y ustedes van viendo a la pared y nos dicen si sienten que hay algo que agregar o se sienten bien así lo que tenemos hasta ahora.	#	F: Okay, let's give Alicia a moment to finish adding the rest, and you all can look at the wall and let us know if you feel there's anything to add or if you're fine with what we have so far.
*	Speaker 0: Yo no puedo ver eso para allá.	#	Speaker 0: I can't see over there.
*	F: ¿Tu casi no ves?, *[Participante responde no y demás participantes se ríen]*. Bueno, como yo ya te leí algunas, les voy a leer las que se agregaron ahora. Okey, entonces, bueno… ahí ella agregó los síntomas que mencionamos ahora: las náuseas, los mareos, el cambio en la piel, el cambio en el peso. Están las que se ven verdes, entonces también ella puso la de cómo se ve el sangrado, que no estaba, también la agregó. También agregó la de los dolores menstruales que mencionamos y, también, entonces, ella agregó cómo impacta su vida a ustedes: ustedes dicen que se sienten agotadas, que le afecta su vida diaria, ccomo,por ejemplo, Valerie que tiene que dejar de hacer algunas cosas por su vida porque le afecta mucho, la incomodidad.	#	F: You can barely see? *[Participant replies "no" and the others laugh]* Well, since I already read some of them to you, I'll read the ones that were just added. Okay, so here she added the symptoms we just talked about: nausea, dizziness, skin changes, weight changes. They're the ones shown in green. She also added the descriptions of the bleeding which wasn't up there before and the menstrual pain we mentioned. And she also added how it affects your lives: you said you feel drained, that it impacts your daily routines for example, Valerie has to stop doing certain things in her life because it affects her a lot, the discomfort.
*	F: Okey, entonces, ahora vamos a hacer la siguiente actividad que es un mapeo corporal. Entonces, nosotros vamos a poner una figura también en la pared y ustedes se van a acercar y van a pegar unos *stickers* ¿okey? Entonces, los *stickers* tienen	#	F: Okay, now we're going to do the next activity, which is a body mapping exercise. So, we're going to put up a figure on the wall, and you'll each come up and place stickers, okay? These stickers are in different colors, and depending on the color, it

	diferentes colores y dependiendo del color del *sticker,* es el método que ustedes utilicen. Entonces, ustedes van a pegar el color del método, por ejemplo, El que van a pegar ahora si tu usas, por ejemplo, píldoras: tienes un color. Si tu usas inyección, tienes otro color. Entonces en ese cuerpo ustedes van a pegar dónde ustedes sienten los síntomas del periodo, en qué parte del cuerpo ustedes lo sienten. No importa cada parte en que ustedes los sientan, ustedes van y lo pegan.		represents the method you use. So, you'll place the color that matches your method. For example, if you use pills, you have one color; if you use the injection, that's another color. Then on the body figure, you'll place the stickers on the parts of the body where you feel period symptoms. Wherever you feel them, just go ahead and stick them on.
*	F: Entonces tenemos unos *stickers* de estrellas y con la estrella ustedes van a poner el lugar o los lugares donde a ustedes más les moleste. ¿Okay? Entonces, vamos por orden. Vamos a empezar por Valerie, entonces ¿Valerie, qué método tu utilizas?	#	F: We also have some star-shaped stickers. With the stars, you'll mark the place or places that bother you the most, okay? So let's go in order. We'll start with Valerie. Valerie, which method do you use?
*	Valerie, G3-P2: La píldora, la pastilla.	#	Valerie, G3-P2: The pill, the tablet.
*	F: La pastilla, entonces la pastilla es el color amarillo. Entonces, toma los *stickers* amarillos y pégalo donde sea que tu sientas síntomas, y toma el de la estrella para que pongas el que más te molesta o los que más te molestan.	#	F: The pill. So the pill is yellow. Take the yellow stickers and place them wherever you feel symptoms. And take the star to show where it bothers you the most or the places that bother you the most.
*	Valerie, G3-P2: ¿Los amarillos?	#	Valerie, G3-P2: The yellow ones?
*	F: Si, los amarillos.	#	F: Yes, the yellow ones.
*	Valerie, G3-P2: Ahí, viene siendo aquí y aquí. ¿Y la estrella, donde más me molesta?	#	Valerie, G3-P2: Here it would be here, and here. And the star goes where it bothers me the most?
*	F: Donde más te moleste, okey. Entonces vamos con Ana ahora, ¿Ana, qué método tu utilizas?	#	F: Wherever it bothers you the most, okay. Now let's go with Ana. Ana, what method do you use?
*	Ana, G3-P1: El implante.	#	Ana, G3-P1: The implant.
*	F: 0: 23 :35 El implante. Entonces, ese es el color azul, si te hacen falta aquí hay más también, entonces toma la estrella para que pongas donde más te molesta. Entonces acércate.	#	F: The implant. So that's the blue color. If you need more, there are extras here. Take the star too, to mark where it bothers you the most. Go ahead.
*	Ana, G3-P1: *[Participante se ríe y pregunta dónde colocarlo]*	#	Ana, G3-P1: *[Participant laughs and asks where to place it]*
*	F: Donde sea que tu sientas algún síntoma de tu periodo, dolores o cualquier otro síntoma que tu sientas. *[Participante Ana hace comentarios en voz alta de sus pensamientos sobre dónde pegar sus stickers, menciona la barriga y espalda en segundo plano]*	#	F: Wherever you feel any period symptom pain or any other symptom you experience. *[Participant Ana makes comments aloud, thinking about where to place her sticker. She mentions the belly and back in the background.]*
*	F: La barriga está de este lado, pero está bien ¿o tu sientes algo en la espalda? *[Facilitador en este momento tiene una conversación en paralelo con la participante acerca de que le moverá el sticker al*	#	F: The belly is on this side, but that's fine. Or do you feel something in your back? *[Facilitator is now having a side conversation with the participant about moving the sticker to the desired area, since it was accidentally placed elsewhere.]*

	área desea ya que por accidente lo colocó en otro lugar]		
*	Ana, G3-P1: Ya yo no tengo más.	#	Ana, G3-P1: I don't have any more.
*	F: Okey, ahora pon el que más te molesta. ¿Tu quieres agregar otro?	#	F: Okay, now place the one for where it bothers you the most. Do you want to add another one?
*	Ana, G3-P1: Claro.	#	Ana, G3-P1: Of course.
*	F: Agrégalo, está bien.	#	F: Go ahead and add it, that's fine.
*	Ana, G3-P1: A mí la cadera no me sirve, no.	#	Ana, G3-P1: My hip doesn't work, no.
*	F: Okey.	#	F: Okay.
*	Ana, G3-P1: De verdad no me puedo ni bajar.	#	Ana, G3-P1: I seriously can't even bend down.
*	F: Okey, Perfecto. La siguiente Angela, entonces ¿qué método tu usas, Angela?	#	F: Okay, perfect. Next is Angela. So Angela, which method do you use?
*	Angela, G3-P3: Inyección	#	Angela, G3-P3: Injection.
*	F: Inyección, la inyección es el color verde y aquí están las estrellas con la que más te molesta. *[Se escucha ruido de fondo y al mismo tiempo participantes hacen comentarios en paralelo en voz baja no entendibles en la grabación]*	#	F: Injection. The injection is the green color, and here are the stars for where it bothers you the most. *[Background noise is heard, and at the same time, participants make low comments in parallel that are unintelligible in the recording.]*
*	Angela, G3-P3: ¿y el color verde?, ¿dónde la tengo que poner?	#	Angela, G3-P3: And where do I have to put the green one?
*	F: Donde tu sientas los síntomas del periodo o los dolores.	#	F: Wherever you feel period symptoms or pain.
*	Angela, G3-P3: ¿y la estrella?	#	Angela, G3-P3: And the star?
*	F: Donde más te moleste, *[Luego de esto se escuchan ruidos de fondo y participantes hacen comentarios en segundo plano y en voz baja]* Okey, Darisbel, okey, tu utilizas inyección también.	#	F: Where it bothers you the most. *[After this, background noise is heard, and participants speak in low voices in the background.]* Okay. Darisbel okay, you use the injection too?
*	Darisbel, G3-P4: Implante.	#	Darisbel, G3-P4: Implant.
*	F: Implante, okey, entonces el azul y para lo que más te moleste aquí. *[Mientras Darisbel coloca sus stickers, Angela hace unos comentarios en segundo plano que no son totalmente comprensibles, las demás participantes conversan con Angela. Angela hace un comentario a Daribel de broma de que si gastará todos los stickers]*. Y finalmente, ¿Carolina, entonces qué método utilizas?	#	F: Implant, okay. So blue is your color, and the star is for where it bothers you the most. *[While Darisbel places her stickers, Angela makes some background comments that are not entirely comprehensible. The other participants chat with Angela. Angela jokingly tells Darisbel something about using up all the stickers.]* And finally, Carolina. So, what method do you use?
*	Carolina, G3-P5: 0:26: *[Menciona el método en voz muy baja]*	#	Carolina, G3-P5: 0:26*: [Mentions the method in a very low voice]*
*	F: Okey, entonces, mira: ese es el moradito, mira la estrella. *[Mientras Carolina coloca sus stickers, Angela conversa con las demás participantes. No se puede entender la conversación]* La puedes poner ahí y te puedes sentar. Entonces, ahora que todas ustedes que pegaron todos sus síntomas y todo lo que ustedes sienten,	#	F: Okay, so that one is the little purple one here's the star. [While Carolina places her stickers, Angela chats with the other participants. The conversation is not intelligible.] You can place it there and then take a seat. So now that each of you has placed all your symptoms and everything you feel, I want you to tell

	yo quiero que ustedes me digan: esas partes del cuerpo que ustedes pegaron ¿cómo ustedes le llaman?, ¿qué nombre ustedes le ponen?		me: those parts of the body where you placed your stickers what do you call them? What names do you use for them?
*	Speaker 0: Yo es que le digo “Abdomen bajo”.	#	Speaker 0: I call it “lower abdomen.”
*	F: Abdomen bajo, ¿y por aquí, como le llaman?	#	F: Lower abdomen. And here, what do you call this?
*	Speaker 0: “Los senos”.	#	Speaker 0: “Breasts.”
*	F: Los senos. ¿y aquí?	#	F: Breasts. And here?
*	Speaker 0: “Me duele la cabeza”	#	Speaker 0: “My head hurts.”
*	F: ¿Y aquí?, ¿cómo le llaman?	#	F: And this part here?, what do you call it?
*	Speaker 0: El implante.	#	Speaker 0: The implant.
*	F: El implante. ¿Y en esta parte de aquí? ¿Qué parte es esta?	#	F: The implant. And what about this part here? What part is this?
*	Speaker 0: 28:18 “La cadera”	#	Speaker 0: “The hip.”
*	F: “La espalda” la gran mayoría o la cadera.	#	F : “The back,” the vast majority or the hip.
*	F: ¿y aquí atrás?	#	F : And back here?
*	Speaker 0 Eso es la cabeza.	#	Speaker 0 : That’s the head.
*	F: La cabeza también. Okey entonces, ustedes me pueden decir un poco más ¿qué es lo que ustedes sienten ahí?, por ejemplo, aquí, en esta área, explíquenme un poco más ¿qué es lo que ustedes sienten?	#	F : The head too. Okay, so can you tell me a bit more what is it that you feel there? For example, here in this area, explain to me a bit more: what do you feel?
*	Speaker 0 : Oh, ahí yo siento como que me están clavando un cuchillo, no sé.	#	Speaker 0 : Oh, there I feel like someone’s stabbing me with a knife, I don’t know.
*	F: Okey, como si te están clavando un cuchillo, ¿y qué más?	#	F : Okay, like you’re being stabbed with a knife. And what else?
*	Speaker 0: 0.28:48 No, yo por lo general, perdón, por lo general siento como que algo se me está desprendiendo por dentro y eso es un dolor que no aguanto, como acostada ni estar relajada para que se me pueda quitar el dolor y tomo pastilla.	#	Speaker 0 : No, usually, sorry, usually I feel like something is coming loose inside me and that’s a pain I can’t bear. I can’t lie down or relax for the pain to go away, and I take a pill.
*	Angela, G3-P3: Yo me amarro a veces un trapo.	#	Angela, G3-P3 : I sometimes tie a rag [trapo] around myself.
*	F: ¿Tu te amarras un trapo?	#	F : You tie a rag [trapo] around yourself?
*	Angela, G3-P3: Si.	#	Angela, G3-P3 : Yes.

*	Speaker 0: Como que me presiono así duro	#	Speaker 0 : It's like I press down on myself really hard.
*	Speaker 0: Mi mamá me pone agua a calentar, y me lo pone en una botella de vidrio.	#	Speaker 0 : My mom heats up water and puts it in a glass bottle.
*	F: Ajá.	#	F : Uh-huh.
*	Speaker 0: Y me lo pone aquí *[señalando el área abdominal baja]*	#	Speaker 0 : And she puts it here *[pointing the lower abdominal area].*
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: Para desbaratarme los coágulos.	#	Speaker 0 : To break up the clots.
*	F: Okey, Te pone una botella caliente. ¿y entonces, por aquí, qué ustedes sienten en esa parte?	#	F : Okay, she puts a hot bottle on you. And then here, what do you feel in that area?
*	Speaker 0: Yo la siento la cadera como abierta, como que se me abre así. *[Participantes hablan al mismo tiempo]*	#	Speaker 0 : I feel my hip like it's open, like it's splitting apart. *[Participants speak simultaneously]*
*	F: Okey, sientes que se te abre la cadera	#	F : Okay, you feel like your hip is opening.
*	Speaker 0: No puedo caminar.	#	Speaker 0 : I can't walk.
*	F: Okey, se te abre la cadera que no puedes caminar.	#	F : Okay, your hip opens, and you can't walk.
*	Speaker 0: Si	#	Speaker 0 : Yes.
*	F: Okey, y a ustedes, y en estas áreas que ustedes pusieron que más le molestan ¿por qué le molestan más ahí?	#	F : Okay. And for the areas you said bother you the most why do they bother you more there?
*	Speaker 0: A mí, por lo menos, ahí abajo me molesta porque me da como cólico, entonces me baja un dolorcito como cólico, lo que me pongo inquieta. Y aquí, porque no puedo estar ni sentada. [*Señalando sus caderas]*	#	Speaker 0 : At least for me, down there it bothers me because I get like cramps. So I feel this cramp-like pain, which makes me restless. And here, because I can't even sit down*. [Pointing to her hips]*
*	F: ¿En la cadera?	#	F : In your hip?
*	Speaker 0: Aja, ni sentada, ni acostada, nada	#	Speaker 0 : Uh-huh. I can't sit, I can't lie down nothing.
*	F: Okey, ¿y las demás quieren agregar algo?	#	F : Okay. And do the rest of you want to add anything?
*	Speaker 0: Lo mismo que ella *[Comentario realizado por varias participantes en voz baja].*	#	Speaker 0 : Same as her. [Comment made by several participants in low voices]

*	F: Okey. Y otra más, ya algunas de ustedes ya lo mencionaron ¿Qué ustedes usan para todos esos dolores? Algunas mencionaron que usan botellas, trapos.	#	F : Okay. And one more thing some of you already mentioned it: what do you use for all that pain? Some mentioned using bottles, rags.
*	Speaker 0: Yo bebo pastillas.	#	Speaker 0 : I take pills.
*	F: Tomas patillas ¿qué tipo de pastillas?	#	F : You take pills? What kind of pills?
*	Speaker 0: Yo bebo la Ponstan y la diclofenac.	#	Speaker 0 : I take Ponstan and diclofenac.
*	F: Okey, Ponstan [*nombre comercial para el ácido mefenámico] y* diclofenac ¿alguna otra cosa que ustedes usan?	#	F: Okey, Ponstan *[Brand name for "mefenamic acid"]* and diclofenac. Anything else you guys use?
*	Speaker 0: 0:30: 24 Yo a veces me pongo, o me inyecto diclofenac, o bebo ibuprofen pastillas.	#	Speaker 0 : Sometimes I give myself a diclofenac injection or I take ibuprofen pills.
*	F : Okey, y también como que se presionan duro en el área del dolor. *[Participante responde si]* Okey. ¿Y por eso, cuando ustedes se ponen así, ¿qué ustedes dejan de hacer de sus actividades diarias? *[Angela Responde "de to"]*	#	F : Okay, and you also press down hard on the area where it hurts. *[Participant responds yes]* Okay. So, when you feel like that, what daily activities do you stop doing? *[Angela responds "everything"]*
*	Speaker 0: Bueno, yo dejo de usar cloro.	#	Speaker 0 : Well, I stop using *[laundry]* bleach.
*	F: Okey, tu no usas cloro.	#	F : Okay, so you don't use *[laundry]* bleach.
*	Speaker 0: No, nada que tenga mucho químico, nada.	#	Speaker 0 : No, nothing with a lot of chemicals nothing.
*	F: Nada con mucho químico. ¿y las demás?	#	F : Nothing with too many chemicals. And the rest of you?
*	Speaker 0: Mi debilidad es la comida, la debilidad mía, y yo no como.	#	Speaker 0 : My weakness is food, that's my weakness and I don't eat.
*	F: Tu no comes, igual que Ana que dijo que no come. ¿y Angela y Carolina?	#	F : You don't eat just like Ana, who said she doesn't eat. And Angela and Carolina?
*	Carolina, G3-P5: Yo no, si tengo un dolor muy intenso, dejo de hacer la rutina de la casa y me acuesto. Si no, sigo normal haciendo todos los quehaceres de la casa.	#	Carolina, G3-P5 : I don't if the pain is really strong, I stop doing housework and lie down. If not, I go on with all the chores at home as usual.
*	*[Observación: Las participantes alivian el dolor menstrual con analgésicos, paños calientes y remedios caseros. También mencionan que el dolor afecta su rutina diaria, llevando a disminuir el uso de ciertos químicos (cloro), e incluso su apetito…]*	#	*[Observation: The participants relieve menstrual pain with painkillers, hot compresses, and home remedies. They also mention that the pain affects their daily routine, leading them to reduce the use of certain chemicals (like bleach) and even lose their appetite.]*
*	F: Okey, entonces Valerie y Ana mencionaron que ahora no le duele tanto el periodo como antes con	#	F : Okay, so Valerie and Ana mentioned that now their periods don't hurt as much as before, because

	el método anticonceptivo. Entonces ¿cómo ustedes se sienten acerca de eso?, ¿qué ustedes piensan de el por qué se sienten así, que le duele menos ahora y antes le dolía más?		of the contraceptive method. So, how do you feel about that? What do you think the reason is that it hurts less now, and more before?
*	Valerie, G3-P2 : Yo hallo que a mí me duele menos cuando tuve a mi primer hijo.	#	Valerie, G3-P2 : I feel like it started hurting less after I had my first child.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Valerie, G3-P2: Que me hizo un cambio.	#	Valerie, G3-P2 : That changed something in me.
*	F: Entonces, ¿tú no piensas que directamente el cambio fue por la planificación?	#	F : So, you don't think the change came directly from the birth control?
*	Valerie, G3-P2: No.	#	Valerie, G3-P2 : No.
*	F: Tu piensas que fue por el hijo.	#	F : You think it was because of the child.
*	Valerie, G3-P2: Si.	#	Valerie, G3-P2 : Yes.
*	F: Okey, ¿y Ana que piensa de eso?	#	F : Okay. And Ana, what do you think about that?
*	Ana, G3-P1: Yo pienso que es por la planificación.	#	Ana, G3-P1 : I think it's because of the birth control.
*	F: ¿Tu piensas que la planificación te ha ayudado a que te duela menos? *[Participante asiente]*	#	F : You think the birth control has helped reduce the pain? *[Participant nods]*
*	F: Okey, entonces ¿Alguna otra cosa que ustedes quieran agregar de las partes del cuerpo que quieran mencionar? *[Participantes responden no]*. ¿Se sienten bien hasta ahora? *[Participantes responden si]* Okey, entonces vamos a continuar con la siguiente sección. Ahora, vamos, yo les voy a hacer preguntas específicas. La primera es: yo quiero que ustedes me cuenten ¿Qué información a ustedes le dieron cuando ustedes se iban a planificar? ¿Qué información le dieron en la clínica? o si ¿ustedes fueron? y si ¿esa información fue útil, o no fue útil para nada?	#	F : Okay. So, is there anything else you want to add about body parts you'd like to mention*? [Participants respond no]* Do you feel okay so far? *[Participants respond yes]* Okay, then let's continue with the next section. Now I'm going to ask you some specific questions. The first one is: I want you to tell me what information you were given when you were going to start birth control. What did they tell you at the clinic? Or did you even go? And was that information useful or not useful at all?
*	Darisbel, G3-P4: A mí nunca me dijeron nada.	#	Darisbel, G3-P4 : They never told me anything.
*	F: No te dijeron nada. ¿ Y cómo tú elegiste tu método?	#	F : They didn't tell you anything? And how did you choose your method?
*	Darisbel, G3-P4: Bueno… A lo primero, cuando mi hermana se dio cuenta que ya yo no era una niña *[Probablemente refiriéndose a que ya no era virgen o que ya había tenido su primera relación sexual]*, ella me compró la pastilla escondida de mi mama.	#	Darisbel, G3-P4 : Well…At first when my sister realized I was no longer a little girl *[Probably referring to the fact that she was no longer a virgin or had already had her first sexual experience]*, she bought me the pill behind my mom's back.

*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Darisbel, G3-P4: 0:3238: Entonces, cuando ella vió que me estaba poniendo muy flaca.	#	Darisbel, G3-P4 : Then, when she saw I was getting really skinny…
*	F: Unjú	#	F : Mm-hmm.
*	Darisbel, G3-P4: Ella me dijo que viniera para acá a ponerme la inyección. Vine, no me preguntaron nada y me la pusieron.	#	Darisbel, G3-P4 : She told me to come here to get the injection. I came, they didn't ask me anything, and they gave it to me.
*	F: Okey, tú elegiste una ¿y por qué elegiste la inyección?	#	F : Okay, you chose one and why did you choose the injection?
*	Darisbel, G3-P4: Bueno, porque quise.	#	Darisbel, G3-P4 : Well, because I wanted to.
*	F: ¿no sabes por qué? Okey, no pasa nada.	#	F : You don't know why? Okay, that's fine.
*	Speaker 0: Yo elegí la inyección porque duraba 3 meses sin ver la menstruación.	#	Speaker 0 : I chose the injection because it kept my period away for three months.
*	F: Okey, tú la elegiste porque tú sabías esa información. Okey, ¿en la clínica te dijeron algo acerca de eso?	#	F : Okay, so you chose it because you already knew that. Okay, and did they tell you anything about that at the clinic?
*	Speaker 0: Nada. Me dijeron que como me podía durar 3 días, también me podía durar 3 días doliendo. Porque te la ponen y te dura 3 meses sin bajarte, pero a veces te la ponen que no te duele, y te dura los tres meses también bajándote.	#	Speaker 0 : They told me that just like it might not come for three months, it might also hurt for three days. Because they give it to you and it keeps your period away for three months, but sometimes they give it to you and it doesn't hurt, and it still keeps your period away. But sometimes it does come during those three months.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: 0:3327: Yo fui una ganadora que me durótres meses sin bajarme.	#	Speaker 0 : I was lucky it didn't come for three months.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Darisbel, G3-P4: La primera vez me duró los tres meses sin bajarme y yo le hacía creer a mi mama que me bajaba.	#	Darisbel, G3-P4 : The first time, it didn't come for the full three months and I made my mom believe I still had my period.
*	F: Para que ella no sepa que tu estabas usando.	#	F : So she wouldn't know you were using it.
*	Darisbel, G3-P4: Para que ella no sepa que yo no era una niña ya. Hasta que yo decidí: "¡Mira mami ya yo no soy señorita, ya yo me planifico!" *[Refiriéndose a que ya no era virgen o que ya había tenido su primera relación sexual.]*	#	Darisbel, G3-P4 : So my mom wouldn't know I was no longer a little girl. Until I decided: "Look, mom, I'm not a [señorita] anymore I'm on birth control!" [Referring to the fact that she was no longer a virgin or had already had her first sexual experience.]

*	F: Okey, ¿y Ana y Angela? ¿qué opinan? ¿ustedes se desconcentraron?	#	F : Okay, And Ana and Angela? What do you think? Did you lose focus?
*	Angela, G3-P3: Yo primero yo bebía las pastillas, primero yo bebía la pastilla y me puse flaca. Después las dejé. O sea, las amiguitas mías me decían: "¡Ah no, la inyección es más buena!".	#	Angela, G3-P3 : Me, at first, I used to take the pill. I started with the pill and I got skinny, so I stopped taking them. I mean, my girlfriends would say: "Oh no, the injection is better!"
*	F: ¿Fueron tus amigas que te lo recomendaron? o ¿tú fuiste la que dijiste, elegiste?	#	F : So, were your friends the ones who recommended it to you? Or were you the one who decided?
*	Angela, G3-P3: Elegí la pastilla, *[luego]* la inyección y todavía estoy con la inyección.	#	Angela, G3-P3 : I chose the pill, then the injection, and I'm still using the injection.
*	F: Okey, ¿y la Clínica no te dijo ninguna información?	#	F : Okay. And the clinic didn't give you any information?
*	Angela, G3-P3: Ninguna información.	#	Angela, G3-P3 : No information at all.
*	F: Okey. ¿y a Ana? que la pregunta era que si cuando tu te fuiste a usar el método de planificación, ¿la información que te dieron en la clínica si te fue útil, o si no te fue útil?	#	F : Okay. And Ana? The question was: when you started using birth control, was the information you were given at the clinic helpful or not helpful?
*	Ana, G3-P1: Bueno, no me fue útil.	#	Ana, G3-P1 : Well, it wasn't helpful.
*	F: ¿y qué paso?	#	F : And what happened?
*	Ana, G3-P1: Por la inyección, yo me planificaba con la inyección.	#	Ana, G3-P1 : Because of the injection. I was using the injection.
*	F: Ajá?	#	F : Uh-huh?
*	Ana, G3-P1: 0:34: 36 A lo primero me resultaba muy bien, pero cuando yo parí a mi primer hijo, después tuve al otro fue a base de la inyección. Con la inyección puesta, yo salí embarazada.	#	Ana, G3-P1 : At first it worked really well, but when I had my first child, and then the second one both happened while I was on the injection. I got pregnant while using it.
*	F: Okey, entonces ¿y qué información te dijeron cuando tú fuiste a la clínica?	#	F : Okay. So, what information did they give you when you went to the clinic?
*	Ana, G3-P1: Que si podía haber venido no hubiera salido embarazada—me dijeron. Que uno podía durar par de días sin ponérsela y podía después venir.	#	Ana, G3-P1 : They said if I'd gone to get it on time, I wouldn't have gotten pregnant. They told me you could go a couple of days without getting it and still be okay.
*	F: Unjú.	#	F : Mm-hmm.
*	Ana, G3-P1: Pero para mí, la inyección acabándomela de poner, creo que fue ahí, fue que salí embarazada y ahí tengo a ese dolor.	#	Ana, G3-P1 : But I think I got pregnant right after getting the shot—that's what I believe. And now I have that little troublemaker.

*	Speaker 0: Te agarran ya embarazada. Te agarran "por la pechuga".	#	Speaker 0 : They catch you already pregnant. They grab you "by the [pechuga]".
*	Ana, G3-P1: No, si yo hubiera estado embarazada y me la pongo, con eso muere el niño.	#	Ana, G3-P1 : No, if I had already been pregnant and taken the shot, the baby would've died.
*	Speaker 0: No mi amor.	#	Speaker 0 : No, honey.
*	Ana, G3-P1: ¡Claro! Si me la pusieron yo estando embarazada, sin yo saber. Yo me puse la planificación y mi muchacho está ahí.	#	Ana, G3-P1 : Of course! They gave me the shot while I was already pregnant and didn't know. I got on birth control, and my child is right here.
*	Speaker 0: ¡Bueno!	#	Speaker 0 : Well then!
*	Angela, G3-P3: No se muere, ¿tú te la pusiste después o antes?	#	Angela, G3-P3 : It doesn't kill them. Did you get the shot after or before?
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Angela, G3-P3: Yo he visto preña con la inyección y hacen su muchacho normal.	#	Angela, G3-P3 : I've seen women pregnant while on the shot and they have their baby just fine.
*	Ana, G3-P1: Ya yo tenía 6 semanas… ¡6 semanas embarazada! y yo no sabía. Yo me puse la planificación y yo hablé con ella y todo.	#	Ana, G3-P1 : I was already six weeks pregnant… Six weeks! and didn't know. I got the shot, and I even talked to her about it.
*	F: Ajá ¿Si alguien te tuviera que pedir un consejo?	#	F : Uh-huh. If someone had to ask you for advice…
*	Ana, G3-P1: Que primero se haga una prueba de embarazo, porque imagínese usted, que yo estoy embarazada y vengo y me pongo una inyección y me mate a la cría.	#	Ana, G3-P1 : That they should take a pregnancy test first. Because imagine if I'm pregnant and I go and get the shot and end up killing the baby.
*	Angela, G3-P3: Por eso es que te dan...	#	Angela, G3-P3 : That's why they give you
*	Ana, G3-P1: : Y sin uno saber.	#	Ana, G3-P1 : Without even knowing.
*	Angela, G3-P3: Permiso, por eso que te dan un cartoncito *[de registro de anticonceptivo]*, o algo: "¡ah, te lo pusiste el 31 de enero!". Así ya tu sabes que el 31, por ejemplo, si es de 3 meses, se te va a vencer.	#	Angela, G3-P3 : Excuse me, that's why they give you a little *[contraceptive record]* card or something: "Oh, you got it on January 31st!" So you know it'll expire on the 31st, for example, if it lasts 3 months.
*	Ana, G3-P1: No, porque ella dice, en sentido es, si tu vas por primera vez, el deber es mandarnos a hacer una prueba de embarazo, porque hay muchas que están embarazadas y no hallan cómo sacarlo, y a veces no lo saben y van y se planifican.	#	Ana, G3-P1 : No, what she means is that if it's your first time going, they should make you take a pregnancy test. Because there are a lot of girls who are already pregnant and don't know how to say it or don't even know it and they go and get on birth control.
*	F: ¿ustedes entienden que deberían ser más…	#	F : You all think they should be more…

*	Ana, G3-P de hacer una prueba de embarazo.	#	Ana, G3-P1 : …more insistent on doing a pregnancy test.
*	F: una prueba de embarazo y antes de planificarse.	#	F : A pregnancy test before starting birth control.
*	Ana, G3-P1: Como yo, yo no sabía. No importa si tiene el periodo o no lo tenga, como quiera usted *[debería hacerse la prueba de todas formas]*	#	Ana, G3-P1 : Just like me. I didn't know. It doesn't matter if you have your period or not you should do it anyway *[the pregnancy test].*
*	F: Okey. Con o sin la menstruación.	#	F : Okay. With or without your period.
*	Ana, G3-P1: Sí, porque a veces no te baja la menstruación. Por lo menos yo, a mí me bajó y yo estaba embarazada.	#	*Ana, G3-P1 : Yes, because sometimes your period doesn't come. At least for me, it did come, and I was already pregnant.*
*	F: Okey, ¿y Carolina que piensa de esto?	#	F : Okay. And Carolina, what do you think about this?
*	Carolina, G3-P5: Bueno…	#	Carolina, G3-P5 : Well…
*	F: ¿Qué información te dieron?	#	F : What information were you given?
*	Carolina, G3-P5: A mí me dieron una orientación que…	#	Carolina, G3-P5 : They gave me guidance that…
*	F: Ajá?	#	F : Uh-huh?
*	Carolina, G3-P5: Mi cuerpo podía rechazar el dispositivo que yo tengo.	#	Carolina, G3-P5 : My body could reject the device I have.
*	F: Ajá	#	F : Uh-huh.
*	Carolina, G3-P5: Y podía hacer que el periodo me durara "X" tiempo en llegarme *[Refiriéndose a un rango de tiempo no especificado]*, pero no pasó así, me llegó normal y todo bien.	#	Carolina, G3-P5 : And it might cause an X *[Referring to an unspecified amount of time]* delay in my period, but that didn't happen it came normally, and everything was fine.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Carolina, G3-P5: Siempre me dieron información de todo.	#	Carolina, G3-P5 : They always informed me about everything.
*	F: 0.37:09 Okey. Te informaron, okey. Entonces, ¿tu sientes que fue útil la información?	#	F : Okay, they informed you, okay. So, do you feel the information was useful?
*	Carolina, G3-P5: Si, y también estoy de acuerdo con ella que deben hacerle por lo menos una prueba de embarazo, porque algunas veces ni saben.	#	Carolina, G3-P5 : Yes. And I also agree with her they should at least do a pregnancy test, because sometimes women don't even know.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Carolina, G3-P5: Porque a veces uno está embarazada y su cuerpo no cambia en absoluto, viene cambiando ya después.	#	Carolina, G3-P5 : Because sometimes you're pregnant and your body doesn't change at all it only changes later.

*	Speaker 0: Después.	#	Speaker 0 : Later.
*	F: Okey, entonces, una de las recomendaciones que ustedes me dijeron es que se hagan una prueba de embarazo.	#	F : Okay, so one of the recommendations you've shared is that they should do a pregnancy test.
*	Carolina, G3-P5: Claro, antes de ponerlo *[el anticonceptivo]*	#	Carolina, G3-P5 : Of course before giving it *[the contraceptive].*
*	Ana, G3-P1: Del tiempo cuando yo estaba embarazada, yo no tenía ningún síntoma…Yo me sentía normal.	#	Ana, G3-P1 : When I was pregnant, I didn't have any symptoms… I felt completely normal.
*	F Unjú	#	F : Mm-hmm.
*	Ana, G3-P1: Y vine "¡Ah que me voy a poner la planificación!" Ellos me la pusieron y ya, y yo feliz.	#	Ana, G3-P1 : And I came in like, "Oh, I'm going to get birth control!" They gave it to me, and that was that and I was happy.
*	*[Observación: La gran mayoría de las participantes decidió no acudir a un profesional de la salud, ni recibir información de este antes de usar anticonceptivos. En su lugar, se guiaron por los consejos de amigas o hermanas, ya que preferían que sus madres no se enteraran…]*	#	*[Observation: The vast majority of participants chose not to consult a healthcare professional or receive information from one before using contraceptives. Instead, they relied on advice from friends or sisters, as they preferred not to let their mothers find out.]*
*	F Okey, y entonces si una amiga le pregunta un consejo para elegir un método ¿qué ustedes le dirían? o ¿qué se le recomienda?	#	F : Okay, so if a friend asked you for advice on choosing a method, what would you say? What would you recommend?
*	Speaker 0: La inyección.	#	Speaker 0 : The injection.
*	F: La inyección, tú la recomiendas.	#	F : The injection you'd recommend that.
*	Valerie, G3-P2: La pastilla.	#	Valerie, G3-P2 : The pill.
*	F: Y Valerie le recomienda la pastilla.	#	F : And Valerie recommends the pill.
*	Ana, G3-P1: Bueno, yo le diría que se haga una prueba de todo, porque no todos resultan igual.	#	Ana, G3-P1 : Well, I'd say to get tested for everything, because not everything works the same for everyone.
*	F: ¿Que pruebe todo?	#	F : That she should try everything?
*	Ana, G3-P1: Si.	#	Ana, G3-P1 : Yes.
*	F: Okey. ¿y las demás, qué opinan?	#	F : Okay. And the rest of you, what do you think?
*	Ana, G3-P1: 0.38:04 Yo le recomiendo, por ejemplo, la pastilla primero y después la inyección, y después…	#	Ana, G3-P1 : I'd recommend, for example, starting with the pill, then the injection, and then…
*	F: Okey, ¿y Angela y Carolina?	#	F : Okay. And Angela and Carolina?

*	Carolina, G3-P5: Yo le recomendaría que investigue, porque cada cuerpo tiene diferente hormona y eso. Puede investigar sobre el tipo de dispositivo o anticonceptivo que puede utilizar. Por ejemplo, a mí me puede funcionar la pastilla, pero a ellas no. Le puede funcionar la inyección y a mí no, porque todos los cuerpos son diferentes.	#	Carolina, G3-P5 : I'd recommend that she do some research, because every body has different hormones and such. She could look into the type of device or contraceptive that might work best. For example, the pill might work for me but not for them; the injection might work for them but not for me because every body is different.
*	F: Okey. ¿y ustedes, Darisbel y Angela, qué consejo ustedes dan?	#	F : Okay. And Darisbel and Angela, what advice would you give?
*	Angela, G3-P3: Estoy con ella *[Haciendo referencia a que está de acuerdo con el comentario de la participante previa.]*	#	Angela, G3-P3 : I'm with her *[Indicating agreement with the previous participant's comment.]*
*	F: Estas con ella que investiguen. Entonces, ustedes dirían que investigue, Ana dice que prueben diferentes métodos y también todas dicen que los centros deberían de hacer una prueba de embarazo antes de planifica, por ejemplo. *[Participantes expresan estar de acuerdo]* Entonces, ahora yo les voy a hacer dos preguntas. Son preguntas que los doctores hacen así exactamente, entonces, se la voy a hacer como las hacen los doctores y ustedes me van a contestar.	#	F : You agree they should do their research. So, you would say: do research, Ana says to try different methods, and you all agree that health centers should do a pregnancy test before starting birth control, for example. *[Participants express agreement]* So now I'm going to ask you two questions these are questions that doctors ask exactly like this. So I'm going to ask them just the way doctors do, and you'll answer.
*	F: 0:39: 03 La primera es, entonces para esta pregunta como no tenemos mucho espacio ustedes van a levantar las manos en las categorías que les voy a decir ¿okey?, *[Participantes asienten]* le voy a leer la primera pregunta, si necesitan que le repita, me dejan saber. También las preguntas estarán ahí pegadas. Entonces, la primera pregunta dice: ¿cómo describirías tu último periodo menstrual? repito la pregunta otra vez: ¿Cómo describirías tu último periodo menstrual? Entonces, hay 3 categorías: leve, moderado y abundante. Ahora, las que sienten que fue leve, levanten las manos.	#	F : The first one is since we don't have much space, you're going to raise your hands for the category I say, okay? *[Participants nod]* I'll read the first question. If you need me to repeat it, let me know. The questions will also be posted up there. So, the first question is: How would you describe your last menstrual period? I'll repeat: How would you describe your last menstrual period? There are 3 categories: light, moderate, and heavy. Now, those who feel it was light, raise your hand.
*	F: Las que sienten que fue moderado, levanten las manos. Ok, para leve y moderado no tenemos ninguna mano levantada y ¿las que sienten que fue abundante? Todas sienten que fue abundante. Entonces, ¿por qué ustedes decidieron esas respuestas que fue abundante?	#	F : Those who feel it was moderate, raise your hands. Okay, so for light and moderate we have no hands raised. And those who feel it was heavy? All of you feel it was heavy. So, why did you choose that response why did you say it was heavy?
*	Angela, G3-P3: Porque fue mucha sangre.	#	Angela, G3-P3 : Because there was a lot of blood.

*	F: Okey, porque fue mucha okey. ¿y qué más? aparte de que fue mucha sangre, ¿qué otras cosas ustedes consideran para decir que es abundante?	#	F : Okay, because it was a lot okay. And besides there being a lot of blood, what else do you consider when saying it was heavy?
*	Speaker 0: El dolor.	#	Speaker 0 : The pain.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: El cambio de ánimo.	#	Speaker 0 : The mood swings.
*	F: El cambio de ánimo, okey.	#	F : The mood swings, okay.
*	Speaker 0: El hambre que uno pasa.	#	Speaker 0 : The hunger you go through.
*	F : ¿Pasaste hambre?	#	F : You were hungry?
*	Speaker 0: ¡Ay si!	#	Speaker 0 : Oh yes!
*	F: Okey. ¿y esos periodos?, el último periodo de ustedes, ¿cuándo fue? ¿Cuándo fue tu último periodo, Valerie?	#	F : Okay. And your periods your last period when was it? When was your last period, Valerie?
*	Valerie, G3-P2 : ¿El mío?	#	Valerie, G3-P2 : Mine?
*	F: Ajá.	#	F : Uh-huh.
*	Valerie, G3-P2: El mío fue como el 22.	#	Valerie, G3-P2 : Mine was around the 22nd.
*	F. El 22 de enero, ¿y el de Ana?	#	F : January 22nd. And Ana's?
*	Ana, G3-P1: El 18.	#	Ana, G3-P1 : The 18th.
*	F: El 18 de enero.	#	*F : January 18th.*
*	Ana, G3-P1: Y se me fue como el 28.	#	Ana, G3-P1 : And it ended around the 28th.
*	F: Okey, ¿y el de Angela?	#	F : Okay. And Angela's?
*	Angela, G3-P3: ¡Bueno!	#	Angela, G3-P3 : Well!
*	F: ¿Hace cuanto tiempo?	#	F : How long ago was that?
*	Angela, G3-P3: Hace como cinco meses. Y es porque yo dejé de inyectarme.	#	Angela, G3-P3 : About five months ago. And it's because I stopped getting the injection.
*	F: 5 meses. ¿Y el de Darisbel?	#	F : Five months. And Darisbel?
*	Darisbel, G3-P4: Yo lo dejé hace un año de inyectarme.	#	Darisbel, G3-P4 : I stopped getting the injection a year ago.
*	F: ¿Hace un año?	#	F : A year ago?
*	F: Hace aproximadamente un año. ¿y el de…?	#	F : About a year ago. And…?

*	Darisbel, G3-P4: relativamente no, hace un año y pico.	#	Darisbel, G3-P4 : Not exactly a little over a year.
*	F: Hace más de un año.	#	F : More than a year ago.
*	Angela, G3-P3: Yo me dejé de poner la inyección por dos o tres meses, porque yo estaba así, el doctor dique porque yo no estaba ovulando y vaina, me quedaba así y ahí cogí mi muchachito, por eso no me quedo sin mi inyección.	#	Angela, G3-P3 : I stopped getting the shot for like two or three months, and I was like that the doctor said it was because I wasn't ovulating and [vaina], I'd just be like that and that's how I ended up with my kid. That's why I don't go without my shot.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Angela, G3-P3: Mejor me quedo sin menstruación.	#	Angela, G3-P3 : I'd rather go without a period.
*	F: ¿ y Carolina?	#	F : And Carolina?
*	Carolina, G3-P5: 0:41: 24 El mío fue hace tres días.	#	Carolina, G3-P5 : Mine was three days ago.
*	F: Hace tres días, okey. De esta pregunta que yo les hice, si quieren se la puedo repetir o también la pueden leer ahí atrás, la que dice Pregunta 1, ¿fue difícil para ustedes responderla?	#	F : Three days ago, okay. About the question I just asked you if you want, I can repeat it, or you can read it back there it's the one labeled Question 1. Was it hard for you to answer?
*	Speaker 0: No. *[Todas las participantes responde no]*	#	Speaker 0 : No. *[All participants respond "no"]*
*	F: ¿Fue fácil la pregunta?	#	F : Was the question easy?
*	Speaker 0: Si. *[Todas las participantes responde si]*	#	Speaker 0 : Yes. *[All participants respond "yes"]*
*	F: Okey. Entonces ahora le voy a hacer la pregunta número dos, si necesitan que se la repitan me dejan saber. En el día más abundante de tu último periodo, ¿Cuántas toallas sanitarias, tampones u otros materiales necesitaste para absorber o recoger tu sangrado ese día?	#	F : Okay. So now I'm going to ask Question 2. If you need me to repeat it, let me know. On the heaviest day of your last period, how many sanitary pads, tampons, or other materials did you need to absorb or collect your bleeding that day?
*	Speaker 0: Siete.	#	Speaker 0 : Seven.
*	F: ¿Siete qué? ¿toallas?	#	F : Seven what? pads?
*	Speaker 0: Toallas.	#	Speaker 0 : Pads.
*	F: Okey, siete toallas ¿y Ana?	#	F : Okay, seven pads. And Ana?
*	Ana, G3-P1: Bueno, yo me pongo, cuando no tengo toallas, me pongo cuatro tampones.	#	Ana, G3-P1: Well I put on, when I don't have pads, I put on four tampons.
*	F: Okey, ¿y cuantas toallas utilizaste?	#	F : Okay. And how many pads did you use?
*	Ana, G3-P1: Como cuatro toallas.	#	Ana, G3-P1 : Around four pads.

*	F: Cuatro toallas y cuatro tampones. okey. ¿y Angela?	#	F : Four pads and four tampons. Okay. And Angela?
*	Angela, G3-P3: Seis	#	Angela, G3-P3 : Six
*	F: 6 ¿y Darisbel?	#	F : 6. And Darisbel?
*	Darisbel, G3-P4: Yo lo que me pongo es pampers de niños.	#	Darisbel, G3-P4 : I use baby diapers.
*	F: Pampers de niños, okey, ¿y cuántos pampers?	#	F : Baby diapers, okay. And how many diapers?
*	Darisbel, G3-P4: Yo en un día me ponía hasta tres o cuatro.	#	Darisbel, G3-P4 : In one day, I'd use up to three or four.
*	F: three or four pampers, okey ¿y Carolina?	#	F : three or four diapers, okay. And Carolina?
*	Carolina, G3-P5: Bueno, yo siempre utilizo ocho o diez, y a veces, cuando es mucha, de noche cojo un pamper de mi niño.	#	Carolina, G3-P5 : Well, I usually use eight to ten, and sometimes when it's a lot at night, I use one of my kid's diapers.
*	F: Okey, tu usas ocho o diez toallas y usas pampers. Entonces, para repetir, tu utilizas siete, tu utilizas cuatro toallas y cuatro tampones, Angela utiliza seis, Darisbel utiliza cuatro pampers de su niño y tú utilizas de ocho a diez toallas y también en la noche pampers de tu niño.	#	F : Okay, so you use 8 to 10 pads and you also use baby diapers. So to recap: you use seven, you use four pads and four tampons, Angela uses six, Darisbel uses four of her child's diapers, and you use eight to ten pads and also your child's diaper at night.
*	Carolina, G3-P5: Unjú.	#	Carolina, G3-P5 : Mm-hmm.
*	F: Okey, entonces en un rango utilizan de 6 a 10 toallas, tú utilizas 4 tampones y también utilizan de 1 a 4 pampers, okey. Entonces, ¿por qué ustedes creen que tuvieron respuestas diferentes en esta pregunta?	#	F : Okay. So the range is between 6 and 10 pads. You use 4 tampons, and you also use between 1 and 4 baby diapers. Okay. So why do you think you gave different answers to this question?
*	Carolina, G3-P5: Porque cada quien no tiene el tipo de sangrado igual, una puede sangrar mucho, otra menos, otra poquito y así.	#	Carolina, G3-P5 : Because not everyone has the same type of bleeding. One might bleed a lot, another a little, another just a bit it varies.
*	Speaker 0: Por lo menos yo los primeros tres días me baja mucho.	#	Speaker 0 : At least for me, the first three days are really heavy.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: Los primeros días, me baja mucho.	#	Speaker 0 : The first few days, I bleed a lot.
*	F: Y ustedes entienden que, porque ustedes son diferentes y por eso tuvieron respuestas diferentes, okey. ¿Hubo algo difícil de responder de esa pregunta?, ¿fue fácil para ustedes?	#	F : And you all understand that since you're different, that's why you had different answers. Okay. Was anything difficult to answer about that question? Was it easy for you?
*	Speaker 0: Si	#	Speaker 0 : Yes.

*	F: ¿Ana?	#	F : Ana?
*	Ana, G3-P1: Porque le tomamos la confianza a usted de hablar	#	Ana, G3-P1 : Because we trust you enough to talk about it.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Speaker 0: De hablar. Porque si es con otra gente no lo decimos.	#	Speaker 0 : To talk. Because if it were with someone else, we wouldn't say any of this.
*	F: 0.43:57 Un ejemplo ¿si un Doctor se lo pregunta, les da vergüenza?	#	F : For example, if a male doctor asked you, would you feel embarrassed?
*	Speaker 0: Si *[Todas las participantes dicen si]*	#	Speaker 0 : Yes. *[All participants say yes]*
*	F: Okey, ¿y por qué les da vergüenza?	#	F : Okay, and why do you feel embarrassed?
*	Speaker 0: Porque es un hombre. Entonces, como usted es mujer igual que nosotras, entonces ya nos sentimos en confianza.	#	Speaker 0 : Because he's a man. And since you're a woman just like us, we feel comfortable.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Speaker 0: No es lo mismo, estamos hablando femenina a femenina *[Varias participantes comentan al mismo tiempo]*	#	Speaker 0 : It's not the same we're talking woman to woman. *[Several participants speak at the same time]*
*	Speaker 0: No, siempre me ha pasado eso. Como yo siempre me he atendido con ginecólogo hembra, nunca me han gustado los varones.	#	Speaker 0 : No, that's always happened to me. I've always seen female gynecologists. I've never liked male ones.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Speaker 0: Como que no me siento cómoda, no se.	#	Speaker 0 : I just don't feel comfortable I don't know why.
*	Speaker 0: Cuando yo estaba embarazada, la primera vez que yo vine para acá a chequearme, yo me encontré fue con el Doctor.	#	Speaker 0 : When I was pregnant, the first time I came here to get checked, I ended up seeing the *[male]* doctor.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: 0.44:33 Y cuando me encontré con el Doctor, yo me chequeé con él, porque ya yo estaba ahí ya.	#	Speaker 0 : And when I saw him, I got checked anyway because I was already there.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: Pero después averigüé cuándo son los días que viene la Doctora y cuándo son los días que viene el Doctor. Cuando ese Doctor estaba aquí yo no pisaba aquí.	#	Speaker 0 : But after that, I asked around which days the female doctor comes and which days the male doctor is here. Whenever he was here I wouldn't show up.

*	F: Okey, entonces, la pregunta es fácil de entender, pero si es un hombre se sienten más incómodas para responder.	#	F : Okay. So the question is easy to understand, but if it's a man asking, you feel more uncomfortable answering.
*	*[Observación: Todas las participantes expresaron que prefieren ser atendidas por una ginecóloga, ya que se sienten más cómodas y confiadas con alguien de su mismo género. Incluso evitan asistir a la clínica los días que consulta el doctor...]*	#	*[Observation: All participants expressed a preference for being attended by a female gynecologist, as they feel more comfortable and confident with someone of the same gender. Some even avoid going to the clinic on the days when the male doctor is present.]*
*	Speaker ¡Si! *[Dicen todas las participantes]*	#	Speaker 0 : Yes! *[All participants agree]*
*	F: Okey, ¿y si alguien no usará ni toallas ni tampones, qué ustedes creen que usan para su periodo?	#	F : Okay, and if someone didn't use pads or tampons, What do you think they use for their period?
*	Speaker 0:45:0 Eee… Trapos. *[Dicen varias participantes]*	#	Speaker 0 : Uhh… cloths. *[Several participants say this]*
*	F: Trapos.	#	F : Cloths.
*	Speaker Paños.	#	Speaker 0 : Rags.
*	F: Paños, okey. entonces ¿y si no tuvieran nada de eso que ustedes creen que utilizarían?	#	F : Rags, okay. So if you didn't have any of that, what do you think you'd use?
*	Speaker Papel. *[Dicen varias participantes]*	#	Speaker 0 : Paper. *[Several participants say this]*
*	F: Okey, esa es otra cosa que utilizarían. Entonces, a veces algunas personas en el proceso tienen una cantidad muy pequeña de sangrado ¿cómo ustedes le llaman a ese sangrado?	#	F : Okay, that's another thing you'd use. So sometimes people have just a small amount of bleeding during their period—what do you call that kind of bleeding?
*	Speaker Manchado. *[Dicen varias participantes]*	#	Speaker 0 : Spotting. *[Several participants say this]*
*	F: Manchado ¿Esa es la única palabra que ustedes usan?	#	F : Spotting. Is that the only word you use?
*	Speaker Si *[Dicen varias participantes]*	#	Speaker 0 : Yes*. [Several participants say this]*
*	F: Okey un manchado. Entonces, hay alguna otra palabra que ustedes conozcan que se utilice? *[Participantes dicen no]* Okey, entonces ¿cómo ustedes saben que ustedes están manchando? ¿cómo se dan cuenta?	#	F : Okay, spotting. And is there any other word you know that's used? [*Participants say no]* Okay. So how do you know that you're spotting? How do you realize it?
*	Speaker Porque hay menos sangre.	#	Speaker 0 : Because there's less blood.
*	F: Menos sangre, okey.	#	F : Less blood, okay.

*	Speaker Menos sangre. A veces el color, viene siendo como marroncito. *[Dicen varias participantes]*	#	Speaker 0 : Less blood. Sometimes it's the color it's kind of brownish. *[Several participants say this]*
*	F: El color y la cantidad. ¿Entonces, cómo ustedes deciden si ustedes van a usar una toalla? Por ejemplo, en el caso de Ana. Las demás un tampón u otra cosa, ¿cómo ustedes lo deciden?	#	F : The color and the amount. So how do you decide whether to use a pad for example, in Ana's case or a tampon or something else? How do you make that decision?
*	Ana, G3-P1: Bueno, el tampón yo me lo pongo ya para dormir, que me siento más cómoda.	#	Ana, G3-P1 : Well, I use a tampon to sleep because I feel more comfortable.
*	F: Te sientes más cómoda, okey.	#	F : You feel more comfortable, okay.
*	Ana, G3-P1: Y la toalla. Yo me la pongo en el transcurso la madrugada si ya yo veo que, va muy, que se va a aclarar.	#	Ana, G3-P1 : And I use a pad during the night if I see it's starting to lighten up.
*	F: Ajá	#	F : Uh-huh.
*	Ana, G3-P1: : yo me quito el tampón, me levanto, me lavo y me pongo mi toalla.	#	Ana, G3-P1 : I take the tampon out, get up, wash myself, and put on a pad.
*	F: Okey, entonces, las que usan toallas, ¿por qué usan toallas?	#	F : Okay. And for those of you who use pads, Why do you use pads?
*	Speaker : Yo me siento más cómoda. Yo nunca he usado el tampón.	#	Speaker 0 : I feel more comfortable. I've never used a tampon.
*	F: Es más cómodo para ti y, ajá.	#	F : It's more comfortable for you, uh-huh.
*	Speaker Para mí, *[cuando]* yo siento que se me está yendo, yo uso toalla.	#	Speaker 0 : For me, *[when]* I feel like it's flowing, I use a pad.
*	F: Okey, pero mientras, tu usas pampers. Okey, ¿y para el caso de Carolina?	#	F : Okay. But in the meantime, you use diapers. Okay. And Carolina?
*	Carolina, G3-P5: Yo me siento más cómoda con las toallas.	#	Carolina, G3-P5 : I feel more comfortable with pads.
*	F: Okey, entonces…	#	F : Okay. So…
*	Angela, G3-P Bueno, yo me siento más cómoda con trapos.	#	Angela, G3-P3 : Well, I feel more comfortable with cloth.
*	F: Con trapos, okey, tu utilizas trapos.	#	F : With cloth. Okay, you use cloth.
*	Speaker O sea, yo utilizo toallas porque mi mama me tiene mal, que no, que ya eso era antes.	#	Speaker 0 : I mean, I use pads because my mom insists like, no, that was back in the day.
*	F: ¿pero tú te sientes más cómoda con la tela?	#	F : But you feel more comfortable with fabric?

*	Speaker Yo he usado trapo y se siente más cómodo.	#	Speaker 0 : I've used cloth, and it feels more comfortable.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: y no te pela ni nada.	#	Speaker 0 : And it doesn't chafe or anything.
*	Angela, G3-P3: Cuando yo me pongo el… ¿cómo es que se llama?	#	Angela, G3-P3 : When I use the… what's it called?
*	F: ¿la toalla?	#	F : The pad?
*	Angela, G3-P3: No, la toalla cuando yo me la pongo me pela.	#	Angela, G3-P3 : No. The pad, when I use it, it gives me a rash.
*	Speaker 0: Antes, como no me bajaba abundantemente antes de yo usar los métodos.	#	Speaker 0 : Before, when my period wasn't that heavy before I started using birth control
*	F: Ajá	#	F : Uh-huh.
*	Speaker 0: 0.47:19 [Antes] de la planificación, yo utilizaba toallas y las toallas siempre a veces me daba infecciones y me pelaba. Y hay veces, como que al yo sentir como que está tan adentro, como que estaba abierta, como que no quería nada.	#	Speaker 0 : Before I was on birth control, I used pads, and they would sometimes give me infections or rashes. And sometimes, I'd feel like I was open down there, like I didn't want anything…
*	F: Te incomoda, en general. Okey, entonces ustedes deciden qué usar por comodidad y también por preferencia personal…y porque también a algunas le causa como irritación y otros síntomas.	#	F : It made you uncomfortable in general. Okay. So you choose what to use based on comfort, personal preference, and also because some things cause irritation or other symptoms.
*	Speaker 0: Entonces con el pamper yo me siento más cómoda, y me puedo poner mis jeans.	#	Speaker 0 : So with the diaper, I feel more comfortable and I can wear my jeans.
*	*[Observación: Las participantes mencionan que usan distintos productos para la menstruación, como toallas sanitarias, tampones, pañales tipo "Pampers" y paños de tela, según su comodidad y flujo menstrual. Algunas prefieren opciones como paños o pañales porque las toallas convencionales les han causado irritación o infecciones…]*	#	*[Observation: Participants mentioned using various menstrual products such as sanitary pads, tampons, baby diapers (like "Pampers"), and cloth rags depending on comfort and menstrual flow. Some prefer options like cloth or diapers because conventional pads have caused them irritation or infections.]*
*	F: Okey, perfecto. Entonces, vamos a las dos últimas preguntas que también son preguntas que también hacen los doctores. La primera es ¿cómo a ustedes les gustaría que le preguntaran si tuvieron relaciones sexuales o no?, ¿cómo le gustaría que se lo pregunten?	#	F : Okay, perfect. Now let's go with the last two questions these are also questions that doctors often ask. The first is: how would you like to be asked whether you've had sexual intercourse or not? How would you like that question to be phrased?
*	Speaker 0: Si, así mismo.	#	Speaker 0 : Just like that.

*	F: Te gustaría que te pregunten: ¿tuviste relaciones sexuales?	#	F : You'd like to be asked: "Have you had sexual intercourse?"
*	Speaker 0: Igual *[Responden varias participantes]*	#	Speaker 0 : Exactly. *[Several participants respond the same]*
*	F:0:48: Okey, y ¿qué palabra haría más fácil para ustedes entender esa pregunta?, ¿le gustaría que se cambiara esa palabra?	#	F : Okay. And what word would make it easier for you to understand that question? Would you prefer the wording to be changed?
*	Speaker 0: No	#	Speaker 0 : No.
*	F: Así mismo, "relaciones sexuales". ¿Y qué significa "sexo" para ustedes?	#	F : So just like that "sexual intercourse." And what does "sex" mean to you?
*	Speaker 0: Bueno eso es algo muy elevado, porque como yo le voy a preguntar a usted dique "¿hizo sexo anoche?"	#	Speaker 0 : Well, that's kind of heavy. Like, how am I supposed to ask you, "Did you do sex last night?"
*	F: ¿No te gustaría que te lo preguntaran así?, pero ¿qué significa esa palabra para ti?	#	F : You wouldn't like it to be asked like that? But what does that word mean to you?
*	Speaker 0: Bueno…travesura.	#	Speaker 0 : Well… mischief.
*	F: Travesura.	#	F : Mischief.
*	Speaker 0: El sexo para mi es, es como que algo como que ya tuvimos y ya, como que no sentimos como que nada, tuvimos sexo.	#	Speaker 0 : Sex to me is like… something that just happened, and we don't feel anything it's just, we had sex.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Speaker 0: 0:48: Pero el amor, hacer el amor eso es algo como que íntimo, que dos personas se quieren.	#	Speaker 0 : But love making love that's something intimate, where two people care about each other.
*	F: Okey.	#	F : Okay.
*	Speaker 0: Y así. El sexo es una cosa y el amor es otra cosa.	#	Speaker 0 : Yeah. Sex is one thing, and love is another.
*	F: Okey, para ti el sexo es como algo con menos con emociones y las relaciones sexuales con más conexión.	#	F : Okay. So, for you, sex is more disconnected emotionally, while making love has more connection.
*	Speaker 0: Sin amor ¡vamo a darle!, te dimo y ya.	#	Speaker 0 : Without love, it's just "Let's do this!" You do it, and that's it.
*	F: Okey, ¿y para Carolina?	#	F : Okay. And for Carolina?
*	Carolina, G3-P5: Igual que ella.	#	Carolina, G3-P5 : Same as her.
*	F: Okey.	#	F : Okay.

*	Carolina, G3-P5: El amor es algo como que precioso, como que dos personas se aman, se quieren y…	#	Carolina, G3-P5 : Love is something beautiful, like when two people love each other and care for one another and…
*	Speaker 0: Relaciones sexuales.	#	Speaker 0 : Sexual relations.
*	*[Observación: Todas las participantes coinciden en que el término "Relaciones sexuales" representa un acto que implica una mayor conexión emocional entre dos personas. Por otro lado, consideran que el término "sexo" se refiere al mismo acto, pero sin involucrar emociones…]*	#	[Observation]: All participants agree that the term "sexual relations" refers to an act that involves a greater emotional connection between two people. On the other hand, they consider the term "sex" to refer to the same act, but without involving emotions.
*	F: Okey, entonces ¿cuándo a ustedes le dicen relaciones sexuales, para ustedes eso incluye penetración vaginal? ¿Qué incluye la relación sexual para ustedes?	#	F : Okay. So when someone says "sexual relations," for you, does that include vaginal penetration? What does "sexual relations" mean to you?
*	Speaker 0: Bueno si tú me hablas a mí de "penetración vaginal", yo no entiendo eso de penetración vaginal	#	Speaker 0 : Well, if you say "vaginal penetration" to me, I don't understand what that means.
*	F: ¿tú no entiendes qué es penetración por vía vaginal?	#	F : You don't understand what vaginal penetration is?
*	Speaker 0: ¿Cómo que no?	#	Speaker 0 : Like not really?
*	F: No, pero si ella no entiende no pasa nada.	#	F : No worries if she doesn't understand, that's okay.
*	Speaker 0: Hay algunas personas, a mí me lo han dicho, yo he tenido novio que me han dicho "¿tu quiere que yo te penetre?" porque no me lo quiere decir vulgarmente.	#	Speaker 0 : Some people like, I've had boyfriends who say things like, "Do you want me to penetrate you?" because they don't want to say it in a vulgar way.
*	F: Ajá	#	F : Uh-huh.
*	Speaker 0: "¿Quieres que te penetre?" o "¿tú sientes que ya te puedo penetrar?" y así.	#	Speaker 0 : "Do you want me to penetrate you?" or "Do you feel like I can penetrate you now?" stuff like that.
*	F: ¿Ya entendiste?	#	F : Do you get it now?
*	Speaker 0: No es que mi chico no va así.	#	Speaker 0 : It's just that my guy doesn't talk like that.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Angela, G3-P3: No, ella es señorita.	#	Angela, G3-P3 : No, she's still a señorita.
*	Speaker 0: No, yo no soy señorita no jaja. *[Risas]*	#	Speaker 0 : No, I'm not a señorita anymore! *[laughs]*
*	Speaker 0: Lo que pasa que seguro él utiliza otro término con ella. Porque ellos usan vulgarmente.	#	Speaker 0 : It's just that maybe he uses a different word with me. Because guys usually speak more vulgar.

*	F: ¿Qué palabra utiliza tu pareja?	#	F : What word does your partner use?
*	Speaker 0: 0.50:29 Ah no, no…	#	Speaker 0 : Oh no, no…
*	F: Okey ¿pero ya tu entiendes lo que estamos hablando?	#	F : Okay. But you do understand what we're talking about now?
*	Speaker 0: Si	#	Speaker 0 : Yes.
*	F: Okey	#	F : Okay.
*	Speaker 0: Entiendo que un hombre te diga "vamos *a [Participante hace seña refiriéndose al sexo]",* que te pregunten, no dique…, eso es muy bonito. *[Participantes hacen varios comentarios acerca de que les parece un gesto agradable que su pareja les pregunte si quieren tener relaciones sexuales]*	#	Speaker 0 : I understand when a man says "let's [Participant gestures referring to sex]" that he asks you. Not just… like that. That's very nice. *[Participants make various comments about how they find it thoughtful when their partner asks if they want to have sex]*
*	Speaker Claro	#	Speaker 0 : Of course.
*	Speaker Si tú le dices que no, él te va a entender. Te tiene que preguntar "¿tú quieres que te penetre?" o, "¿ya tú sientes que te puedo penetrar?" *[Participantes hacen comentarios en segundo plano refiriendo que lo encuentran vulgar cuando una pareja utiliza un término o frase coloquial "Meter" vs. cuando utilizan la palabra penetración].* *["Meter", es verbo en español que literalmente significa "poner" o "insertar" algo en un lugar. Sin embargo, en contextos coloquiales o vulgares, especialmente en el lenguaje informal, se refiere a la penetración sexual.]*	#	Speaker 0 : If you say no, he'll understand. He has to ask you: "Do you want me to penetrate you?" or "Do you feel like I can penetrate you now?" *[Participants comment in the background that they find it vulgar when a partner uses slang terms like ["meter"] instead of "penetrate."]* *["Meter", is a Spanish verb that literally means "to put" or "to insert" something into a place. However, in colloquial or vulgar contexts, especially in slang, it refers to sexual penetration]*
*	F: Okey, entonces, en la palabra "relación sexual", ¿ustedes incluyen la penetración, o alguna otra cosa, o solamente eso?, ¿qué ustedes incluyen? *[Participantes se ríen]*	#	F : Okay. So, when you hear the term "sexual relations," do you think it includes penetration, or something else, or just that? What does it include for you? *[Participants laugh]*
*	Speaker 0: 0.51:15 Bueno las relaciones sexuales es todo, tu puedes tener también sexo oral.	#	Speaker 0 : Well, sexual relations is everything. You can also have oral sex.
*	F: Okey.	#	*F : Okay.*
*	Speaker 0: Y todo eso.	#	Speaker 0 : And all of that.
*	F: 0.51: 22 Okey, entonces incluye sexo oral, penetración vaginal, ¿alguna otra cosa que ustedes incluyen ahí? *[Participantes se ríen]*	#	F : Okay. So it includes oral sex, vaginal penetration, anything else you include there? *[Participants laugh]*
*	Speaker 0: Ella sabe, ja, ja. *[Participantes se ríen]*	#	Speaker 0 : She knows, ha, ha. *[laughs]*

*	F: ¿Qué sabe Valerie? [*risas]* No tengan vergüenza, ustedes lo pueden decir, no pasa nada. También lo pueden decir, ustedes pueden usar sus palabras también, no pasa nada. Okey, bueno pues ¿se sienten cómodas así con penetración y sexo oral? ¿eso incluye la relación sexual? O sea que, si le hacen la pregunta, ustedes incluyen todo ¿verdad?	#	F : What does Valerie know? *[laughs]* Don't be shy you can say it, it's okay. Use your own words too it's totally fine. Okay, so do you feel comfortable including both penetration and oral sex when someone asks about sexual relations? That is, do you include all of that?
*	Speaker 0: Si	#	Speaker 0 : Yes.
*	F: Okey, perfecto. Entonces ya la última pregunta es: ¿ustedes creen que hay alguna manera de hacer esta pregunta mejor? ¿de cambiarla, para que ustedes la entiendan mejor, o se sienten bien así?	#	F : Okay, perfect. So now the last question: Do you think there's a better way to ask this question like, should it be changed to help you understand it better or are you fine with it as is?
*	Speaker 0: 0:52: 09 Yo me siento bien así. *[Responden todas las participantes]*	#	Speaker 0 : I'm fine with it as is. [All participants respond the same]
*	F: Okey, todas se sienten mejor así.	#	F : Okay, so everyone prefers it this way.
*	Speaker 0: Bueno, nosotras te conocimos hoy y si dan no charla mañana, vengo más temprano.	#	Speaker 0 : Well, we just met you today, but if there's another talk tomorrow, I'll come early.
*	F: Okey, está bien. Entonces, a veces algunas personas aparte de las pastillas que ustedes mencionaron, inyección y otras, utilizan un segundo método anticonceptivo ¿Qué ustedes conocen como segundo método?	#	F : Okay, sounds good. So, sometimes people besides the pill or injection you mentioned use a second contraceptive method. What do you know as a second method?
*	Speaker 0: El condón. *[Responden varias participantes]*	#	Speaker 0 : The condom. *[Several participants respond]*
*	F: El condón, ustedes lo conocen como segundo método. Entonces, ustedes consideran, por ejemplo, que el hombre salga antes de eyacular ¿es un método anticonceptivo? ¿ustedes lo consideran?	#	F : You know the condom as a second method. So do you consider it a contraceptive method if the man pulls out before ejaculating? Do you consider that?
*	Speaker 0: Si, a veces, porque a veces se queda como un chin y ahí es cuando que tú te quedas preña de verdad. *[Responden varias participantes]*	#	Speaker 0 : Yes, sometimes because sometimes a little stays behind, and that's when you really end up pregnant. [Several participants respond]
*	F: Okey, entonces ustedes dicen que es un método que no es muy confiable, no muy seguro.	#	F : Okay, so you say it's a method that's not very reliable, not very safe.
*	Speaker No muy seguro *[Responden varias participantes]*	#	Speaker 0 : Not very safe. *[Several participants agree]*
*	F: Entonces, ¿ustedes consideran…	#	F : So, do you consider…
*	F: Okey, entonces ¿ustedes también consideran que no tener relaciones sexuales algunos días del mes,	#	F : Okay, so do you also consider that avoiding sex on certain days of the month is a method to not get pregnant? *[A participant respond, "while ovulating"]*

	también es un método para no tener hijos? *[Participante responde, "cuando estoy ovulando"]*		
*	F: ¿tú consideras que cuando tu estas ovulando, si tú no tienes relaciones, no quedas embarazada?	#	F : You think that if you don't have sex while you're ovulating, you won't get pregnant?
*	Speaker 0 : No quedas embarazada	#	Speaker 0 : You won't get pregnant.
*	F: ¿ustedes consideran que esa es una forma también? Okey, entonces…	#	F : Do you all consider that to be a method too? Okay, so…
*	Speaker 0: Yo he tenido relaciones, por ejemplo, he tenido relaciones hoy y ya mañana me llegó el periodo. O sino ayer, y ya hoy me llegó el periodo.	#	Speaker 0 : I've had sex, like for example I had sex today, and then my period came the next day. Or the other way around I had sex yesterday and today I got my period.
*	F: Okey, entonces ustedes consideran el condón un método y consideran también que no es muy confiable si lo sacan antes de eyacular *[Participantes consideran que este método no es muy confiable, porque a veces puede salir un poco de semen o quedarse y esto causa embarazo. Hacen comentarios graciosos acerca del tema]* y también consideran algunos días del mes como un método, lo consideran también.	#	F : Okay. So, you consider the condom a method, you also consider pulling out as not very reliable *[Participants mention that this method isn't very reliable because a bit of semen can leak or stay inside, which can cause pregnancy. They make humorous comments about it]* and you also consider certain days of the month as a method.
*	Speaker 0: Si, porque a veces uno dice: "bueno me va a llegar el periodo, vamos a decir, mañana."	#	Speaker 0 : Yes, because sometimes you're like, "Well, my period's coming tomorrow, let's say."
*	F: Aja	#	F : Uh-huh.
*	Carolina, G-P 53:55 Antes del periodo tengo como tres días, vamos a decir, antes de ovulación; donde no puedo tener relación porque puedo salir embarazada. O igual, cuando se te quita el periodo puedo durar dos días porque estoy, por ejemplo, fértil y no puedo tener relaciones porque puedo salir embarazada.	#	Carolina, G3-P5 : Before my period, I have like three days let's say before ovulation, I can't have sex because I could get pregnant. Or even right after my period ends, I might still be fertile for two days, so I can't have sex because I could get pregnant.
*	*[Observación: participantes consideran que el método de no tener relaciones algunos días del mes es un método anticonceptivo]*	#	*[Observation: Participants consider that avoiding sex on certain days of the month is also a contraceptive method.]*
*	F: Okey, okey. Entonces, bueno, ya terminamos la conversación ¿ustedes tienen alguna cosa que agregar?, ¿quieren decir alguna cosa antes de concluir? Okey, pues perfecto.	#	F : Okay, okay. So, we've finished the conversation. Is there anything else you'd like to add? Anything you'd like to say before we wrap up? Okay, perfect.
*	Speaker 0: Darte las gracias	#	Speaker 0 : To thank you.
*	F: Okey, Gracias a ustedes por conversar con nosotros.	#	F : Okay, thank you all for talking with us.

*	Speaker 0: Gracias por hacerme reír bastante.	#	Speaker 0 : Thank you for making me laugh a lot.
*	F: jajaja Okey, entonces vamos a parar la grabación ya. Este fue el grupo focal número 3.	#	F : Hahaha okay, so we're going to stop the recording now. This was Focus Group number 3.