

# ENSEÑANZA DE LOS MÉTODOS DE RECONOCIMIENTO DE LA FERTILIDAD EN LA PREPARACION PARA EL MATRIMONIO.

## María Concepción Morales Peralta.

### Resumen

Toda persona debe tener el derecho a conocer su fertilidad y a conformar su familia en libertad pero, sobre todo, con responsabilidad, por lo que al fundar una familia debe tener todos los conocimientos necesarios para actuar en consecuencia. Hay quien cree que la mejor forma de ir conformando su familia en función de las circunstancias es mediante los anticonceptivos, por lo que divulgan su uso y quieren presentarlos para todos al menor costo posible y, en algunos lugares gratuitos; con los anticonceptivos se pueden evitar los nacimientos pero a la vez se reduce a la persona a objeto de placer y no como sujeto de amor, se fomenta la infidelidad, se da mal ejemplo a los jóvenes y se da lugar a que comiencen sus relaciones sexuales fuera del matrimonio y a edades tempranas con las consecuencias que esto implica, y en algunos países los gobiernos intervienen en el número de hijos que permiten tener a cada matrimonio. Usando los anticonceptivos nunca una persona goza de plena libertad y jamás actúa con responsabilidad, lo cual solo es posible con los métodos de reconocimiento de la fertilidad; por esta razón es necesario que todos los que van a contraer matrimonio reciban esa formación adecuada.

En la Arquidiócesis de La Habana existe un programa de preparación al matrimonio que incluye la enseñanza de los métodos que sirven para reconocer la fertilidad como una educación de la sexualidad adulta donde se imparten los temas del inicio de la vida humana, aborto, anticoncepción y paternidad responsable. Después de recibir estos temas fundamentales los matrimonios participan en cursos de aprendizaje personalizado de los métodos de reconocimiento de la fertilidad, siendo el Método Billings el más aceptado y divulgado por ser de fácil aprendizaje y no tener costo alguno, además de que esto implica un estilo de vida para la pareja y no un simple método para evitar los nacimientos.

### La enseñanza de los *métodos de reconocimiento de la fertilidad en la preparación para el matrimonio*

La educación para el amor comienza cuando un ser humano es concebido. Los mensajes de amor que recibe antes del nacimiento lo marcarán para siempre. Por otra parte, toda persona tiene el derecho a que se le enseñe como funciona su fertilidad, Soy partidaria de que esa educación debe recibirse en su hogar, de sus padres que son los mejores educadores y saben en que momento los hijos la necesitan, debe impartirse escalonadamente y, preferiblemente, al niño por el padre y a la niña por la madre, pero hay formación que todos los jóvenes deben recibir y requieren conocimientos que no todos los padres tienen, y sería bueno que se le enseñara sobre los 12 años a las muchachas y a los 14 a los varones, nunca juntos porque dado el desarrollo de ambos sexos lo que le interesa muchísimo a una muchachita de 12 años, a un varón de la misma edad le es totalmente indiferente. A esa edad están en los inicios de la enseñanza secundaria y es bueno enseñarles como funciona su fertilidad adecuadamente para su

**María Concepción Morales Peralta.** Especialista de Medicina Interna. Hospitales docentes de Maternidad de la Ciudad de la Habana. Fundadora y Presidenta del movimiento Pro-Vida Cuba desde 1995. [provida@iglesiacatolica.cu]

edad y los conocimientos necesarios de higiene y ética, entre otras cosas para evitar las ITS sin tener que hablar del famoso condón y sin dar reglas de cómo evitar el embarazo.

Sin embargo, hay un momento fundamental en la vida de la persona que requiere especial atención, es el momento del matrimonio, cuando decide unirse a otro ser para constituir una nueva familia de la cual nacerán los hijos.

La sociedad no se preocupa en particular de la formación de la pareja para el matrimonio, pero algunas instituciones, como la Iglesia Católica, si consideran necesario profundizar lo que la persona ha aprendido durante su vida con una formación muy especial dirigida específicamente a la preparación para el matrimonio que incluye, entre otros aspectos, formar a la pareja para el correcto ejercicio de una Paternidad Responsable acorde a los principios éticos que sustenta, y que conlleva el brindar a la pareja el conocimiento de los diferentes métodos para que pueda planificar su descendencia

El momento de la preparación para el matrimonio es el indicado y preciso para que, quienes nos ocupamos de esto, transmitamos a los futuros esposos estos conocimientos, que en muchas ocasiones les son totalmente desconocidos, o para que profundicen en el conocimiento de los mismos.

Les recuerdo que, como he dicho en otras ocasiones, Cuba es un país con mentalidad antivida, es decir abortista y anticoncepcionista donde el conocimiento de los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad solo resulta mejor aceptado en aquellos grupos, como los católicos, donde existen razones éticas por las cuales su uso se impone frente a la anticoncepción, lo cual no significa que se les acepte plenamente por todos (4).

Según los resultados de una encuesta realizada por Provida Cuba en el año 1999 al efectuarse el 1er. Encuentro Nacional Provida (3), en la cual fueron encuestadas 343 mujeres católicas en edad fértil de 13 comunidades de diferentes sitios del país en las cuales funcionaban grupos provida, los resultados obtenidos fueron que:

- De las 343 mujeres en edad fértil encuestadas 189 evitaban el embarazo con algún método mientras 154 no lo evitaban.
- De 159 mujeres solteras 90 no evitaban el embarazo mientras 60 usaban algún método para evitarlo.
- De estas mujeres solteras el 30% usaban DIU, el 23% métodos de barrera, el 20% métodos de reconocimiento de la fertilidad, el 9% tabletas y el restante 9% otros métodos.
- De 17 mujeres solteras de 18 años o menos 6 empleaban métodos de barrera, 6 métodos de reconocimiento de la fertilidad y 5 DIU.
- De las 343 mujeres encuestadas 36 eran divorciadas y de ellas 28 evitaban el embarazo por algún método.
- El total de mujeres casadas fue de 147, de las cuales 32 no evitaban el embarazo, 23 empleaban métodos de reconocimiento de la fertilidad y 92 usaban algún anticonceptivo.
- De las 82 mujeres casadas que evitaban el embarazo utilizando métodos anticonceptivos 32 estaban ligadas, 32 tenían colocado DIU, 13 empleaban métodos de barrera, 10 tabletas y 5 otros métodos.
- De las 212 mujeres que evitan o posponen el embarazo 73 tenían DIU, 39 estaban ligadas, 31 utilizaban métodos de barrera, 20 tomaban tabletas anticonceptivas, 5 usaban otros métodos anticonceptivos y 54 utilizaban métodos de reconocimiento de la fertilidad, de estas últimas 21 no casadas.

No creo necesario decir que estos resultados eran muy preocupantes, en especial por tratarse de mujeres católicas, pero serían aún mucho más alarmantes si se tratase de la población femenina general del país.

Años después la Iglesia Católica de Cuba realizó una encuesta de nivel nacional y los resultados en este aspecto fueron muy semejantes a los nuestros y personalmente pienso que en el momento actual continúen siendo similares o quizás hasta algo peores.

Para una mejor comprensión de las causas que han dado origen a esta situación se impone abrir un paréntesis y citar a Mons. Antonio Rodríguez cuando nos dice que recordemos que el 25 de Julio de 1968, el Papa Pablo VI daba a conocer la encíclica “*Humanae Vitae*” sobre la regulación de la natalidad donde, siguiendo con toda una tradición de la Iglesia, enunciaba los dos significados que debían realizarse en todo acto conyugal: el procreativo y el unitivo, y proponía el recurso a la continencia periódica para el ejercicio de la procreación responsable (5), algo no fácil de comprender en 1968, pero al que el tiempo ha dado la razón en cuanto a los problemas médicos de los anovulatorios, el aumento de las políticas antinatalistas y el deterioro de la conducta sexual (6).

Y explica Mons, Rodríguez que si para muchos la “*Humanae Vitae*” es la “encíclica contestada” en la pastoral de la Iglesia Universal; en la pastoral de la Iglesia Cubana es la “encíclica ignorada”. Varias causas explican esta constatación. En 1968, nuestra Iglesia atravesaba el período con menor número de agentes de pastoral en este siglo. Además, el éxodo de católicos prácticos hacia el extranjero y hacia fuera de las comunidades católicas diezmaron aceleradamente esta iglesia. A lo anterior, es necesario añadir la escasa o nula incorporación de nuevos miembros a las comunidades católicas. Por otra parte, desde hacía 8 años el nuevo estado socialista había cortado toda influencia de la Iglesia en la vida nacional, al reducir la actividad de la Iglesia a las cuatro paredes de los templos. Todas estas causas contribuyeron a que la encíclica fuese conocida por un número exiguo de personas, lo cual ha repercutido de modo muy negativo en la posterior pastoral de nuestra Iglesia en cuanto al conocimiento y aceptación del mensaje de la “*Humanae Vitae*” (5).

Las consecuencias de esto se extienden hasta nuestros días. Actualmente en Cuba algunas diócesis exigen que para recibir el sacramento del matrimonio la parejas han de vencer satisfactoriamente un Curso de Preparación Prematrimonial en el cual uno de los temas es la Paternidad Responsable y que conlleva al necesario e inseparable aspecto de la planificación familiar, tema en el cual se presentan de forma general los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad y se brinda a las parejas la posibilidad de que, si lo desean, acudan a los cursos que periódicamente se ofertan para que se capaciten en el empleo de los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad.

Debo señalar que, en mi opinión, el Método de Reconocimiento de la Fertilidad más adecuado para la mujer cubana en estos momentos es el Método de la Ovulación o Método Billings por ser de fácil aprendizaje y no tener costo alguno, además de que esto implica un estilo de vida para la pareja y no un simple método para evitar los nacimientos. Por otra parte, con las actuales técnicas de enseñanza del Billings no es necesario ningún equipo y con un monitor bien preparado y el auxilio de “la regla deslizante” la enseñanza es más fácil y eficaz.



Fig. 1.- Enseñando el empleo de “la regla deslizante” del Método Billings a una usuaria

Por todo esto, y teniendo en cuenta mi experiencia enseñando Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad en Cuba desde 1992, hace exactamente veinte años, considero que:

- Todos los países, como requisito para contraer nupcias, o al menos todas las Conferencias Episcopales, deberían exigir además, y como parte de la Preparación Prematrimonial, un curso aprobado de Reconocimiento de la Fertilidad, que no se limite la enseñanza de los diferentes métodos para reconocerla, porque el matrimonio es una comunidad de amor y vida y es dentro del matrimonio donde adecuadamente se debe usar la fertilidad humana. Exigiendo esos cursos con los conocimientos que los novios adquirirían de su fertilidad se evitarían muchos abortos, se evitaría el daño de la contracepción, se cuidaría de la salud de la mujer y cada niño se concebiría con amor y responsabilidad, permitiéndole a todos conformar su familia responsablemente.
- El curso de Reconocimiento de la Fertilidad. en la preparación para el matrimonio debe incluir los siguientes aspectos:
  1. Anatomía y fisiología del aparato reproductor femenino y masculino
  2. Inicio de la vida humana y desarrollo embrionario
  3. Aborto y sus consecuencias
  4. Anticoncepción y sus consecuencias
  5. Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad
  6. Magisterio de la Iglesia

### 1-Anatomía y fisiología

Aunque la mayoría de los que contraen nupcias han terminado la enseñanza secundaria, en muchos casos no conocen la anatomía y fisiología de ambos aparatos reproductores por lo cual antes del matrimonio es necesario recordárselas y, en muchos casos, enseñárselas.

### 2-Inicio de la vida humana y desarrollo embrionario

Muchas personas, perneadas por los medios masivos de comunicación o por comunicaciones interpersonales, tienen un concepto erróneo del momento en que comienza la vida humana. Unos creen que cuando hay conciencia, otros que con la implantación, otros que con el nacimiento. Si a todos los que van a contraer matrimonio se les enseña el momento científico en que cada ser humano comienza

su vida y su desarrollo se evitarían muchos abortos porque me resisto a creer que todas las mujeres que se practican aborto o los que las inducen a practicárselo, en todos los casos no sepan que le están quitando la vida a un ser humano.

### **3-Aborto y sus consecuencias**

Se debe enseñar siempre, pero sobre todo antes del matrimonio, la realidad del aborto porque muchos de los que se lo practican creen que es solo un acumulo de células y que no habrá consecuencias físicas ni psíquicas para la mujer.

Muchos movimientos provida trabajan muy duro frente al aborto pero no han comprendido la importancia del Reconocimiento de la Fertilidad como la auténtica alternativa frente al aborto y la anticoncepción. Así lo demuestra el que la inclusión del tema del Reconocimiento de la Fertilidad en los congresos provida es habitualmente pobre. Considero que a través de los movimientos provida tenemos un gran campo de acción para la promoción y enseñanza del Reconocimiento de la Fertilidad y resulta muy necesaria una mayor interrelación entre los movimientos provida y el Reconocimiento de la Fertilidad (1).

### **4-Anticoncepción**

Toda la sociedad está permeada de una mala interpretación del término “Paternidad Responsable” y creen que la mejor forma de conformar su familia en función de las circunstancias es recurriendo a la contracepción, por lo que divulgan su uso y quieren presentarla para todos al menor costo posible, y en algunos lugares de forma gratuita, y en estos cursos debe enseñarse que con la anticoncepción se pueden evitar los nacimientos pero a la vez se reduce a la persona, y sobre todo a la mujer, a objeto de placer y no como sujeto de amor, se fomenta la infidelidad, se da mal ejemplo a los jóvenes, se da lugar a que las relaciones sexuales comiencen a edades muy tempranas y fuera del matrimonio, y en algunos países los gobiernos intervienen en el número de hijos que permiten tener a cada pareja.

### **5-Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad Humana.**

Deben impartirse en clases diferentes los temas de anticonceptivos y de Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad. Es importante hablar de todos los métodos conocidos para determinar los períodos fértiles e infértiles aclarando que no son para evitar embarazos si no para reconocer la fertilidad humana y, actuando responsablemente, lograr o posponer un embarazo, sin usar el término evitar, aclarando que se evita el mal y el embarazo nunca lo es, pero que dentro del matrimonio los embarazos se posponen por amor a la madre si no es el momento adecuado de otra gestación, por amor al niño pequeño que en esos momentos requiere mucha atención y por amor a la criatura que debe ser concebida en óptimas condiciones, aclarando que nunca un embarazo debe ser pospuesto por hedonismo.

Cuando me refiero a los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad como alternativa frente a la anticoncepción no los estoy limitando a esa finalidad pues el campo de acción de los Métodos Naturales o Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad va mucho más allá de su aplicación para posponer el embarazo. Simplemente me estoy refiriendo, en ese caso, a su empleo para el ejercicio de una correcta paternidad responsable, por ser su uso más frecuente (1).



**Fig. 2 – Curso de formación de monitores para la enseñanza del Métodos Billings. Cuba , agosto 2012.**

Comparto plenamente el criterio de lo importante que resulta velar por el rigor científico en el aprendizaje y enseñanza de los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad pero cuidando de que esto no nos limite al campo de lo científico y de la Medicina en particular, como tampoco se debe pretender limitarlos a de determinados grupos ya sean religiosos o de cualquier otro tipo, o a un marco puramente civil, pues el Reconocimiento de la Fertilidad va más allá de todos y de todo.

La enseñanza de estos métodos a las parejas exige la formación de personal calificado para ello, pero eso no significa que sea una labor exclusiva del personal médico, por supuesto que es mejor si lo son, pero he formado y cuento en Cuba con magníficos monitores de las más variadas profesiones y oficios, incluidas amas de casa. Los resultados de su labor dependen de la formación que ellos reciban y hay que ser exigentes en que esta sea la mejor pues de sus resultados dependerá e prestigio y aceptación de los métodos.



**Fig. 3 – Curso de actualización de monitores del Método Billings. Cuba , agosto 2012.**

Aunque en ocasiones la mejor forma de establecer una buena relación monitor-usuaria puede ser de mujer a mujer, eso no significa que la enseñanza de los métodos sea una labor exclusiva del sexo femenino, con la debida profesionalidad para su enseñanza los hombres son también magníficos monitores.



Cuando una mujer aprende Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad también aprende a cuidar su salud. He visto varias mujeres que creen estar muy bien y cuando han aprendido a reconocer su fertilidad se han dado cuenta que tienen diferentes patologías, desde algo tan simple como una infección vaginal tratable, al ver que su moco varía las características normales, alteraciones en la función ovárica y hasta cáncer de cuello uterino, y creían estar bien porque veían un sangrado regular pero por las observaciones de su moco cervical han tenido una alerta que ha permitido llegar a un diagnóstico. En estos momentos una de las mejores parejas en la enseñanza de Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad en Cuba, que él es médico veterinario, está en diagnóstico y tratamiento de un trastorno hormonal de la muchacha que le impedía concebir y las características de evolución de su moco han economizado tiempo y recursos en su diagnóstico.

Hay una pregunta sobre las mujeres que llevan Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad que curiosamente siempre me la han hecho sacerdotes, lo mismo un sacerdote cubano que un sacerdote misionero norteamericano en Bolivia, esa pregunta es ¿no es un castigo para la mujer que necesita posponer el nacimiento de un hijo dejar de practicar el coito en los días de la mayor fertilidad? El sacerdote cubano hasta me dijo que a él le gustaba tener mascotas y veía la tremenda atracción sexual de sus mascotas por las del otro sexo en el momento de celo, y que en la mujer tenía que ser igual. Fue necesario aclararle a ambos sacerdotes que la mujer tiene un comportamiento sexual diferente a los animales, que nunca una vaca acepta a un toro o una perra a un perro si no está en celo, y que lo que prima en el deseo sexual de la mujer no son las hormonas sino las relaciones personales. Pero además hay estudios que demuestran que no es el estrógeno el que aumenta el deseo sexual sino los andrógenos (2).



**Fig. 4 – La pareja aprende a reconocer la fertilidad**

La mayoría de los médicos cubanos creen que los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad tienen muy baja eficacia y solo son para mujeres muy cultas y con ciclos menstruales muy regulares, eso se debe a que solo conocen el Método del Ritmo del cual todos sabemos sus características. Pero en los últimos años algunos fertilistas se han recibido información y saben que muchos matrimonios supuestamente infértiles con solo conocer como funciona su fertilidad logran concebir sin tratamiento alguno. Aunque soy especialista de Medicina Interna de un hospital gineco-obstétrico donde estos métodos no son bien conocidos en ocasiones imparto conocimientos de fertilidad de forma no oficial a matrimonios que me envían de la consulta de Infertilidad para que se los enseñe.

Un matrimonio que conoce y practica los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad actúa en libertad pero con responsabilidad, decidiendo libre y responsablemente el momento adecuado de tener un hijo o posponer un nuevo nacimiento, además de que no ven su fertilidad como algo malo de lo que

hay que “cuidarse” sino como un gran regalo que hay que disfrutar responsablemente. Las relaciones interpersonales son plenas y responsables y la armonía prima en la pareja, el hombre respeta muchísimo a su esposa, cuyo aparato reproductivo conoce, y sabe que está hecho con gran delicadeza y amor, semejante a una flor.

## 6-Magisterio de la Iglesia

Cuando la enseñanza de los métodos de reconocimiento de la fertilidad va dirigida a esos determinados grupos donde existen razones éticas por las cuales su uso se impone, la formación integral, de los católicos en este caso, conlleva el conocimiento de las enseñanzas del Magisterio de la Iglesia sobre esta materia.

Resulta oportuno citar el acápite 97 de la Encíclica *Evangelium Vitae* donde S.S. Juan Pablo II nos dice:

“La labor de educación para la vida requiere la formación de los esposos para la procreación responsable. Esta exige en su verdadero significado que los esposos sean dóciles a la llamada del Señor y actúen como fieles intérpretes de su designio: esto se realiza abriéndose generosamente la familia a nuevas vidas y, en todo caso, permaneciendo en actitud de apertura y servicio a la vida incluso cuando, por motivos serios y respetando la ley moral, los esposos optan por evitar temporalmente o a tiempo indeterminado un nuevo nacimiento. La ley moral les obliga de todos modos a encausar las tendencias del instinto y de las pasiones y a respetar las leyes biológicas inscritas en sus personas. Precisamente este respeto legitima, al servicio de la responsabilidad en la procreación, el recurso a los métodos naturales de la regulación de la fertilidad: estos han sido precisados cada vez mejor desde el punto de vista científico y ofrecen posibilidades concretas para adoptar decisiones en armonía con los valores morales...” (1).

## Conclusiones

Propongo que todas las Conferencias Episcopales exijan el aprendizaje de los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad a todos los que pidan el sacramento del matrimonio, y esto se debería extender a todos los gobiernos como requisito indispensable también para el matrimonio civil para que todas las familias que se funden, que son una comunidad de amor y vida, lo hagan en la base de un conocimiento pleno de la fertilidad de la pareja.

Considero que estos cursos deben abarcar una enseñanza integradora que va más allá de una técnica del diagnóstico de la fertilidad, incluyendo todo el aprendizaje necesario para asumir la responsabilidad de ser esposos y padres, y deben ser impartidos por personal debidamente formado.

## Bibliografía

- 1- Juan Pablo II, Encíclica *Evangelium Vitae*, 1995
- 2- Mas, Manuel. Biología del deseo sexual. Determinantes relacionales en el climaterio. V Symposium Internacional sobre Avances en la Regulación Natural de la Fertilidad. Madrid, 1996.
- 3- Memorias del Encuentro Nacional de Provida Cuba, 1999.
- 4- Morales, María Concepción. El Reconocimiento de la Fertilidad en Cuba. II CIRF, Monterrey 2010.
- 5- Pablo VI, Encíclica *Humanae Vitae*, 1968
- 6- Rodríguez, Antonio. La Encíclica “*Humanae Vitae*” y la Pastoral de la Iglesia en Cuba. 1999.