

## Métodos Naturales de Regulación de la Fertilidad: silenciados a pesar de ser efectivos

Estos métodos no son suficientemente conocidos, debido a la mala prensa que generan los propios ginecólogos ya que no aportan ingresos a los laboratorios farmacéuticos. Es más fácil recetar una píldora o poner un DIU.

28.10.2011 | NÚRIA RECTO

Con fecha 26 de octubre, se publicó en la prensa la siguiente noticia: *El uso de anticonceptivos baja por la crisis. Cerca de dos millones de mujeres españolas están expuestas a un embarazo no deseado.*

Parece algo así como si dijéramos: “A causa de la crisis no se puede adquirir medicación para la malaria. Cerca de dos millones de mujeres están expuestas a esta enfermedad”.

Por lo que se puede deducir que la fertilidad es una enfermedad y debe tratarse como tal.

Estos dos millones de mujeres estarán “expuestas” si quieren. Da la sensación que debe ser obligatorio que todas las mujeres en edad fértil necesiten tener relaciones sexuales, sin tener en cuenta ninguna circunstancia. Si a los 13 – 14 años uno o una es virgen, no se le considera normal.

Se ha perdido el sentido del uso responsable de la sexualidad. Se ha perdido el sentido de lo que significa una relación sexual: **entrega mutua de dos personas que se aman, se respetan y como fruto de este amor puede nacer una nueva vida.** Se busca el placer por el placer y se fomenta la promiscuidad.

Esta entrega requiere personas maduras y responsables, capaces de responsabilizarse de sus actos.

Por otra parte, evidentemente, hay momentos en la vida de un matrimonio, en los que por el bien de la familia, hay que posponer un embarazo. Para ello existe una solución muy barata; **los Métodos Naturales de Regulación de la Fertilidad.** Estos métodos no requieren de fármacos ni de medios quirúrgicos o mecánicos. Es suficiente con la propia fisiología de la mujer. Cada mujer es capaz de reconocer los días fértiles e infértiles de su ciclo menstrual.

En el mismo artículo, se dice que estos métodos “son prácticamente inexistentes”. Eso no es del todo cierto. Existen muchas parejas que utilizan el Método de la Ovulación Billings (97,8% de efectividad) o el Sintotérmico (99,6% de efectividad, similar al de la píldora mensual anticonceptiva) para identificar los días fértiles e infértiles del ciclo de la mujer.

Precisamente si estos métodos no son demasiado conocidos, es por la mala prensa que dan los propios ginecólogos. Y ¿por qué? Porque no aportan dinero a los laboratorios farmacéuticos y además hay que dedicar un tiempo considerable a la pareja que los quiere aprender; comporta una responsabilidad por parte de la persona que los enseña. Es más fácil recetar una píldora o poner un DIU y olvidarse.

Un buen remedio en momentos de crisis para posponer un embarazo: Métodos Naturales de Regulación de la Fertilidad. Eso sí, estos métodos deben ir aparejados a un estilo de vida: pareja estable con un proyecto de vida en común **amándose y respetándose física y emocionalmente.**