

PROTOCOLO DE ENSEÑANZA DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR NATURAL *ONLINE*

1- Conversación previa (o contacto por e-mail) con la pareja o la mujer

- Qué es la Planificación familiar Natural (PFN)
- Objetivos a conseguir
- Pasos a seguir en el aprendizaje
- Precio del curso: pago único como socio colaborador

2- 1er envío por e-mail

- gráfica Sintotérmico
- Información sobre
 1. definición de los Métodos Naturales de la OMS
 2. fisiología reproductiva (hombre-mujer)
 3. indicadores de la ovulación: moco cervical, TBC, cambios en el cérvix.
 4. cómo registrarse (a partir primer día del ciclo)
 5. cómo tomarse la temperatura
 6. cómo observar los cambios del cérvix (opcional)
 7. reglas del 3/6 para trazar línea basal
- artículos sobre antropología
 1. diferencias entre Planificación Familiar Natural y Contracepción
 2. Planificación Familiar y relaciones conyugales

Esta información debe de ser leída por ambos miembros de la pareja y en el caso de cónyuges se les indica que no mantengan relaciones durante el primer ciclo.

3- Al final del primer ciclo, la mujer envía la gráfica por e-mail. La gráfica es interpretada por la profesora/monitora y devuelta con las explicaciones pertinentes.

4- 2º envío por e.mail

- Información sobre los días adecuados para mantener relaciones sexuales, si la intención es posponer un embarazo.
- Información sobre los días adecuados para mantener relaciones sexuales, si la intención es conseguir un embarazo

- 5- Envío por correo postal del Manual Básico de Planificación Familiar Natural

- 6- Se hace seguimiento de los siguientes ciclos hasta tener la certeza de que la pareja es autónoma (6/8 ciclos). Durante los 6 primeros ciclos, la usuaria envía la gráfica una vez ha identificado la meseta térmica y los tres días postcúspide para que la profesora confirme que se encuentra en al fase infértil postovulatoria (si la pareja desea posponer un embarazo)

Al final del 6º ciclo se introduce la doble confirmación en la práctica de la fase preovulatoria del Método Sintotérmico. (moco y Cálculo Modificado de Ogino CMO)

Durante todo el proceso existe contacto continuo profesora-pareja, vía e-mail y se responde todas las dudas con la máxima inmediatez posible.