

**EXPERIENCIA DE LA ENSEÑANZA A LOS JÓVENES
DE LA REGULACIÓN NATURAL DE LA FERTILIDAD**

COMUNICACIÓN AL 9º CONGRESO INTERNACIONAL DE LA FAMILIA

Dra. Montserrat Rutllant Bañeres - Presidenta del Comité médico Pro Vida

París, setiembre 1986

Desde hace diez años estamos dedicados a la enseñanza de la Regulación natural de la fecundidad. Al principio trabajamos casi exclusivamente en el ambiente sanitario y en cursos dedicados a matrimonios. La experiencia adquirida nos indujo, en 1983, a ampliar nuestro campo de trabajo, pues creíamos sería de gran interés extender estas enseñanzas a los jóvenes.

Hemos tratado de abarcar este campo de trabajo en tres ámbitos distintos. El primero, colaborando en la preparación prematrimonial de parejas jóvenes que llegan hasta nosotros bien a través de compañeros médicos, bien a través de parroquias en las que se imparten cursillos de preparación al matrimonio. El segundo ámbito cabría considerarlo como una preparación prematrimonial más remota, dirigiendo sesiones informativas a grupos de jóvenes de las Asociaciones Pro-Vida. El tercero, organizando seminarios y sesiones específicas para estudiantes de medicina, médicos que estén cursando una especialización, biólogos, matronas, enfermeras, etc.

Una reflexión previa sobre las bases filosóficas en que se fundamenta el trabajo y los fines de nuestro grupo para la enseñanza de la Regulación Natural de la Fertilidad, nos hizo ver que debíamos añadir a nuestras enseñanzas algunos matices específicos para los más jóvenes, haciéndolas más adecuadas y convenientes a su peculiar condición, especialmente en aquellos aspectos y contenidos que puedan orientarles hacia ideales nobles y metas elevadas, al tiempo que debíamos estimularles y ayudarles a conseguirlas.

Nuestro concepto de la Planificación Familiar natural se fundamenta, entre otros criterios, en que “paternidad consciente” se contrapone a “paternidad instintiva automática o exclusivamente biológica”. Entendemos que se trata de enseñar a ejercitar nuestras capacidades intelectuales y nuestra voluntad en un terreno que, hasta hace poco, muchos habían considerado fuera del arbitrio de la inteligencia.

Es innegable que el ser humano, dotado de razón y voluntad, está estructuralmente organizado para que su inteligencia conduzca de manera adecuada su impulso sexual. No tiene, pues, un instinto puramente “animal”, inexorablemente condicionado hacia la reproducción. La sexualidad es un componente más del hombre total, integrado en el conjunto de sus otras facultades, y su uso requiere una perspectiva equilibrada en el contexto de toda la personalidad humana.

A poco que se profundice en el estudio de la anatomía y la fisiología de los órganos sexuales, tanto masculinos como femeninos, analizando su compleja regulación (ovarios y testículos están controlados por el eje córtex-hipotálamo-hipofisarios, siendo todavía poco conocido el papel de los factores de liberación) nos damos cuenta del desatino que supone imaginar que un mecanismo tan cuidadosamente estructurado para un fin concreto pueda, sin gran riesgo, distorsionarse de esta finalidad, utilizando sólo la parte que nos interesa y abandonando el resto sin miramiento.

El hombre, ser racional, puede, con su razón y usando su libertad, conducir adecuadamente su instintividad sexual. De no ser así, la naturaleza hubiera podido proporcionarle un instinto más “animal”, con sus épocas de celo y su condicionamiento hacia la reproducción. O si el objetivo de su sexualidad hubiera sido la obtención de placer, no se explicaría porqué la mujer está dotada de un mecanismo tan complejo como es la matriz, que continuamente se renueva y prepara como la tierra esperando la simiente o, dicho en otro símil más comprensible, “que pone la mesa esperando un invitado” y cuando el invitado no llega se expulsa al exterior el ya innecesario endométrio (menstruación). Tampoco se explicaría que el hombre precise de unos órganos sexuales secundarios (próstata y vesícula seminales), destinados únicamente a elaborar el “carburante” y adaptar el medio que el gameto masculino necesita para poder llegar a fecundar al óvulo. Es evidente que todos estos órganos y funciones no tienen su razón de existir en ser únicamente fuente de placer.

Una función clara en la enseñanza la ejerce la persona del educador. La capacitación y formación que precisa toda persona (instructora, monitora, etc.) dedicada a la enseñanza de la Planificación Familiar Natural debe estar basada en los criterios mencionados, conociendo asimismo que la Planificación Natural puede ser restrictiva, cuando existan razones objetivas que así lo aconsejen; o expansiva, cuando se trata de una natalidad buscada, como sucede en los casos de baja fertilidad.

La enseñanza y educación para el uso responsable de la sexualidad y la fertilidad implica que la actitud de instructoras y monitoras sea coherente con dichos criterios, ya que difícilmente podrán transmitirse conocimientos de los que uno mismo no está convencido. En educación, la coherencia y el ejemplo personalizado son fundamentales y los cursos de Planificación Natural no son como recetas o fármacos, sino una tarea de comunicación de conocimientos científicos y de experiencias vitales en el marco de una antropología global, que tiene presente a la persona humana en su totalidad.

Para la transmisión a otras personas de este complejo entramado de conocimientos, valores y actitudes es fundamental la figura de la monitora. La experiencia personal de su propia fertilidad y una adecuada preparación técnica y humanista le permiten transmitir de una manera coherente y motivadora sus conocimientos y vivencias.

Por otra parte, al plantearnos la necesidad de enseñar a los jóvenes la regulación natural de la fertilidad, no podíamos caer en la tentación generalizadora de que la natalidad, en sí misma, es un problema, con la consiguiente propagación del desencanto antinatalista que está sufriendo ya el mundo occidental, entre otras razones porque podría

convertirnos en colaboradores del ya preocupante envejecimiento de nuestra población.

Llegamos al convencimiento de que debíamos educar a los jóvenes, o menos jóvenes, sobre la base de que la regulación de la natalidad debe incluir en su misma filosofía un absoluto respeto por la vida. En cada curso de Métodos Naturales se instruye a los participantes en el respeto absoluto a los ritmos biológicos naturales y a las funciones que de ellos se derivan, haciéndoles comprender al mismo tiempo que este respeto mejora las relaciones y la comunicación interpersonal en el matrimonio. ¿Qué ambiente puede ser más favorecedor para aceptar la vida ya concebida, aunque esta vida no haya sido “programada” que esta educación recibida, basada en el mutuo respeto?

La reflexión sobre las bases filosóficas en que se fundamenta nuestro trabajo se reafirma en la necesidad de un acuerdo total con el Magisterio de la Iglesia Católica. En nuestra organización no trabaja ninguna persona que utilice indistintamente tanto los métodos naturales como los “artificiales”, a petición, lo cual no implica excluir la colaboración con médicos o ginecólogos que, utilizando otros métodos de control de la natalidad, van dándose cuenta de la utilidad de la regulación por métodos naturales, remitiéndonos determinados casos. Con satisfacción, podemos constatar que algunos de estos médicos acaban abandonando la contracepción en su práctica profesional.

Es importante hacer notar que la mayoría de personas que acuden a nosotros no tienen un concepto global -filosofía y práctica- de los métodos naturales, sino que simplemente se sienten angustiados por un problema que no saben darle solución y vienen en demanda de ayuda. Al principio, damos a su problema específico una solución práctica y las ayudas necesarias para aplicarla. Poco a poco, con el tiempo, muchos de ellos, calmada la primera angustia, comprenden que la solución que les ofrecemos es la más acorde con la naturaleza del hombre y, por este camino, también bastantes entienden que la Iglesia es Madre y Maestra.

Sobre las bases antes citadas establecimos los siguientes **criterios para la enseñanza a los jóvenes:**

- 1.- Aclarar bien que los Métodos Naturales de Regulación de la Fertilidad no son una alternativa más en el campo de la anticoncepción.
- 2.- Respetar absolutamente las realidades anatómicas, fisiológicas y psicológicas de la persona, base de la diferenciación sexual, y las leyes propias de la naturaleza.
- 3.- Lograr una visión positiva de la fertilidad humana.
- 4.- Fomentar la estima y aprecio por la íntima conexión de las diferentes funciones de la sexualidad.
- 5.- desarrollar una actitud responsable e ilusionada por la paternidad y maternidad-.
- 6.- Dar un sentido positivo a la abstinencia sexual, tanto dentro como fuera del matrimonio.

7.- Mejorar la salud física, mental y moral de la familia.

8.- Promover el perfeccionamiento técnico profesional de quienes se dedican a la docencia e investigación en el campo de la planificación familiar natural.

La aceptación de la regulación de la fertilidad por métodos naturales ha de ir superando una serie de dificultades. En nuestro país, **las dificultades que con mas frecuencia hemos encontrado son:**

1.- El desconocimiento total y absoluto, por parte de muchas de las personas que concurren a nuestros cursos, de la diferencia existente entre anticoncepción y regulación de la fertilidad, lo que, a nuestro juicio, es índice de la ignorancia general sobre cuestiones básicas de moral conyugal.

2.- La dificultad en aceptar el punto 3 del Manual de Sexualidad del Learning Package for Fertility Regulation de la OMS, del año 1978, que dice textualmente: “Los métodos naturales requieren la abstinencia periódica de las relaciones sexuales en las fases fértiles del ciclo, si se quiere evitar un embarazo”.

En el aspecto de abstinencia sexual hemos tenido que hacer especial hincapié sobre la deficiente o tendenciosa información que se da actualmente a niños y jóvenes, careciendo muchas veces las nuevas generaciones de jóvenes de sólidos conocimientos y valores. Así, se ha llegado a convertir en tabú términos como continencia, abstinencia, castidad conyugal, considerándoles represivos, sin más, si se refieren al ámbito de la sexualidad, mientras se aceptan con naturalidad y como algo lógico cuando se aplican a otros ámbitos: nadie se extraña de la necesidad de prescindir de la ingesta de grasa o glúcidos para evitar la obesidad, o de la disciplina, con sus correspondientes renunciaciones y abstinencias, a que ha de someterse un deportista, o las exigencias de determinadas profesiones, etc.

En la sexualidad, como en cualquier otro aspecto del actuar humano, no puede prescindirse del autodomínio y del autocontrol, ni del carácter finalista del comportamiento. Se trata, simplemente, de poner la pulsión al servicio del amor, mediante un entrenamiento gradual, consciente y tenaz, similar al realizado en cualquier programa de preparación corporal para el deporte, para llegar a ser dueño de uno mismo y poder entregarse al cónyuge pensando no sólo en el placer, que no basta, sino en la felicidad y el valor del otro como persona. Es una entrega que libera del egoísmo hedonista que persigue la autosatisfacción, en una especie de “gourmetismo” sexual, haciendo abstracción de la global personalidad humana.

No hay que olvidar que la vida misma impone, en determinadas circunstancias, la continencia, bien por enfermedad, viajes, agotamiento, parto reciente, etc.

3.- Una cierta resistencia masculina, más acentuada en unas regiones culturales que en otras, para aceptar que, en las épocas de aplicación de un método natural, sea la mujer quien, en cierta manera, conduzca la sexualidad de la pareja. Esta resistencia pueda manifestarse también, aunque pueda parecer contradictorio con la afirmación anterior,

en la falta de asistencia del hombre a las sesiones del curso, por considerarlo “cosa de mujeres”.

Intentamos reiteradamente la motivación conjunta de la pareja, haciéndoles ver, con el ejemplo de otros matrimonios jóvenes usuarios de métodos naturales, que la adaptación por parte del varón de sus deseos sexuales a los ritmos biológicos de su mujer y a la decisión debidamente ponderada de procrear o posponer un embarazo, no sólo no desune a la pareja, sino que ayuda a la corresponsabilidad en un hecho tan fundamental como éste.

Se ha de conceder gran relieve al compromiso psíquico implicado en los métodos naturales de regulación de la fertilidad que no consiste en la inhibición de la libertad, sino en la liberación de la generosidad. Compromiso que sacrifica el propio deseo en aras de una más oportuna donación, desprovista de urgencias instintivas. No se trata, pues, de un “aquí y ahora”, programado o no, para saciar anónima y fugazmente un apetito, sino de un aplazamiento dialogado y configurado por unas circunstancias que, en su momento, salvándole de la rutina, gratificará con grandeza la espera compartida.

Para avalar nuestras tesis, en las sesiones que dirigimos a los jóvenes utilizamos opiniones significadas en diferentes campos de la ciencia. Valgan como ejemplos la del psiquiatra español **López-Ibor y la Exhortación Apostólica *Familiaris Consortio* del papa Juan Pablo II:**

“Es fundamental, por tanto, tener en cuenta que la continencia es plenamente posible si las condiciones ambientales y personales son favorables, pues la práctica de la continencia crea una adaptación progresiva a ésta, a condición de que exista un cierto control individual sobre las posibilidades y los estímulos de tipo erótico, que deben conscientemente evitarse. De la misma forma no tienen que aceptarse como inevitable la satisfacción del instinto sexual, pues la evocación consuetudinaria, automatizada por presuntas necesidades sexuales influye en la admisión injustificada del impulso, de tal manera que se llega a formar un círculo vicioso “por el que la presunta necesidad sexual induce a satisfacerla, y su satisfacción da nuevo motivo para que se repita, afirmándose así la idea de que se trata de una necesidad” (Pelegri)” (J.J. LÓPEZ-IBOR. Libro de la Vida sexual. Ed. DANAÉ. 39ª Edición. Barcelona)

“Pero entre las condiciones necesarias está también el conocimiento de la corporeidad y de sus ritmos de fertilidad. En tal sentido conviene hacer lo posible para que semejante conocimiento se haga accesible a todos los esposos, y ante todo a las personas jóvenes, mediante una información y una educación clara, oportuna y seria, por parte de parejas, de médicos y de expertos. El conocimiento debe desembocar además en la educación al autocontrol; de ahí la absoluta necesidad de la virtud de la castidad y de la educación permanente en ella. Según la visión cristiana, la castidad no significa absolutamente rechazo ni menosprecio de la sexualidad humana; significa más bien energía espiritual que sabe defender el amor de los peligros del egoísmo y de la agresividad, y sabe promoverlo hacia su realización plena.

Pablo VI, con intuición profunda de sabiduría y amor, no hizo más que escuchar la experiencia de tantas parejas de esposos cuando en su Encíclica *Humanae Vitae* escribió: El dominio del instinto, mediante la razón y la voluntad libre, impone sin ningún género de duda una ascética, para que las manifestaciones afectivas de la vida conyugal estén en conformidad con el orden recto y particularmente para observar la continencia periódica. Esta disciplina, propia de la pureza de los esposos, lejos de perjudicar el amor conyugal, le confiere un valor humano más sublime. Exige un esfuerzo continuo, pero, en virtud de su influjo beneficioso, los cónyuges desarrollan íntegramente su personalidad, enriqueciéndose de valores espirituales: aportando a la vida familiar frutos de serenidad y de paz y facilitando la solución de otros problemas; favoreciendo la atención hacia el otro cónyuge; ayudando a superar el egoísmo, enemigo del verdadero amor y enraizando más su sentida de responsabilidad. Los padres adquieren así la capacidad de un influjo más profundo y eficaz para educar a los hijos” (JUAN PABLO II, Exh.Apost. *Familiaris Consortio*, 33 PABLO VI, Cart.Enc. *Humanae Vitae*, 21)

Resultados:

El trabajo de varios años, bajo estos criterios, nos ha permitido constatar que dirigirse a los jóvenes es una de las tareas más gratificantes que existen. Los resultados obtenidos en cada uno de ellos tres ámbitos al que nos referíamos al principio podemos calificarlos de muy buenos.

Es la preparación al matrimonio de parejas jóvenes hemos visto disiparse dudas y temores que les empujaban hacia una visión materialista y raquíca del matrimonio, así como de la vida conyugal y familiar; y a quienes el entorno contagiaba paulatinamente una mentalidad anticonceptiva y, consecuentemente, anti-vida. La educación recibida les ha hecho más responsables en el uso de su sexualidad y más maduros en el enfoque de la procreación y educación de sus hijos.

En la preparación a los jóvenes de nuestra Asociación hemos podido comprobar que al transmitirles o recordarle los valores morales y los conocimientos científicos que avalan la regulación natural de la fertilidad, se les ayuda a reforzar su seguridad de que la doctrina de la Iglesia Católica en esta materia es adecuada, viable y asumible.

En cuanto a los jóvenes estudiantes universitarios, han progresado en los conocimientos científicos sobre la reproducción humana y en la valoración del respeto que merecen todos los mecanismos psicológicos implicados en tan importante función. Buen número de alumnos han preparado y presentado trabajos en los respectivos departamentos o cátedras, y algunos estudiantes de medicina han hecho exposición oral en clases de ginecología, biología, fisiología ovárica, etc. Consiguiendo, junto a una buena calificación, sensibilizar e informar a otros estudiantes a quienes estos conocimientos no les hubiesen llegado de otra manera.