

# IV Symposium Internacional sobre Regulación natural de la fertilidad Barcelona, 1994

## Naturaleza, ciencia, familia

Dra. Montserrat Rutllant, Médico  
Presidenta de honor de RENAFER

¿Por qué hemos elegido el título, **NATURALEZA, CIENCIA Y FAMILIA**? Porque estos conceptos son una síntesis del campo propio de los Métodos Naturales. Por esto intentaré definir cada una de estas palabras para evitar confusiones terminológicas tan frecuentes en la cultura actual, que sufre, entre otras muchas, la que se ha llamado “crisis de conceptos”.

**NATURALEZA:** es la esencia y propiedad característica de cada ser.

La Naturaleza es aquello íntimo que hace que las cosas obren conforme a lo que son (es natural que un pájaro vuele o que los árboles den fruto, es lo propio de su naturaleza).

En los cursos de Métodos Naturales se ayuda a educar globalmente la sexualidad humana en lo que tiene de más natural, en una sexualidad que es la adecuada al ser humano. Esta educación se contrapone tanto a la banalización como al endiosamiento del sexo. Se contrapone también a la tecnificación que, en las realidades humanas de la sexualidad y la fertilidad, está corrompiendo el profundo sentido personal de la sexualidad humana cuando se cae, por poner un ejemplo, emoción del tecnosexualismo o sexo virtual o sexo cibernético, pornografía o en la fabricación de “niños a la carta”.

La sexualidad y la fertilidad, forman parte intrínseca del ser de la persona sana y no se puede, sin grave riesgo para toda ella, sustituir lo humano del sexo por sofisticados sistemas de tecnología punta.

Es cierto que los Métodos Naturales, en su aplicación práctica, tienen problemas y dificultades que nosotros los expertos debemos intentar resolver, y cuando se presenta una anomalía o patología, tratarla, medicando o interviniendo. Pero lo que los expertos no debemos es confundir salud con enfermedad, relación sexual con relación genital, amor con deseo más o menos fugaz de posesión, ni autodominio con castración. La naturaleza ha regulado, sabiamente, los ritmos biológicos de la mujer. Éstos, cuando es necesario, pueden ser, ayudados o corregidos si presentan anomalías patológicas, pero no violentados y menos con medios que no persiguen la salud de la propia mujer.

En los cursos de Métodos Naturales, podemos ayudar a educar la sexualidad. La sexualidad propia del ser humano, que hace diferentes y complementarios al hombre y a la mujer y que, como parte esencial de su naturaleza, los hace actuar a la vez entre la indigencia y la apertura, entre dar y recibir,

capaces de compartir la pulsión sexual, el amor de amistad, la ternura recíproca... en una palabra el amor. La sexualidad humana entendida pues, en su sentido integral y natural.

**CIENCIA:** es el cuerpo de doctrina metódicamente formado y ordenado que constituye una rama particular del saber humano.

Aunque de tiempo remotos se conocía la fertilidad cíclica de la mujer, no es hasta 1925-30 que dos científicos Ogino y Knaus, llegan a la conclusión que en la fertilidad cíclica de la mujer lo importante es la ovulación. W.Hildebrand en 1930 inicia su aplicación para la regulación natural de la fertilidad. En los años cincuenta, Tötzer (Austria) y Bréault (Canadá) prestan atención al moco cervical y otros síntomas estructurando así los Métodos Sintotérmicos a los que posteriormente Keefe añadirá la auto-palpación cervical. Más recientemente, estudios ecográficos de Freundl (Alemania) y Flynn (Inglaterra) han corroborado la precisión del gráfico Sintotérmico para indicar la ovulación. En 1953 John Billings relaciona el momento en que la mujer queda embarazada con la mucosidad o flujo que detecta en sus órganos genitales externos y publica, junto con Brown, sus estudios en "The Lancet". Su esposa Evelyn aporta un nuevo enfoque al considerar que el conocimiento práctico de la fertilidad ha de estar al alcance de los matrimonios. Veinte años después la O.M.S. se interesa por la eficacia de los Métodos Naturales, organizando un estudio multicéntrico que ordena y sistematiza los conceptos preexistentes con los que edita en (1978) el manual "Learning Package for Family Fertility Education". La WOOMB y la FIDAF cuidan de continuar las investigaciones y tutelan la correcta enseñanza, filosofía y praxis, de la Regulación Natural de la Fertilidad, que no hay ninguna duda de que constituye una rama particular del saber humano.

**FAMILIA:** es la unidad social formada por un grupo de individuos ligados por matrimonio o por parentesco. Podríamos añadir, ligados por amor. Entre la abundante documentación escrita con motivo de la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo, celebrada recientemente en El Cairo, me pareció particularmente interesante y novedosa la presentación de la familia como "escuela de vida donde la relación entre autonomía y comunicación, unidad y alteridad, es vivida a un nivel privilegiado".

La familia no es sólo el "lugar procreativo idóneo, sino también el lugar educativo idóneo" porque es en la familia donde ayudamos a hacer de los nuevos seres humanos, seres sociales, verdaderos ciudadanos con el significado amplio y solidario de esta palabra. Sólo si esta educación es ofrecida y recibida en la familia se plasmará en la progresiva humanización de los individuos, de la sociedad y del mundo". Y esta familia ideal, cuyo origen es el amor conyugal del que forman parte todos los elementos de la persona, "reclamo del cuerpo y del instinto, fuerza del sentimiento y de la afectividad, aspiración del espíritu y de la voluntad", es la base ideal para una buena salud mental de los individuos que la componen.

Es por esto que en el año 1992 en el III Symposium celebrado en Málaga, el Prof. Josep M<sup>a</sup> Alsina establecía una relación entre la correcta aplicación de los Métodos Naturales y el bienestar social. Decía que *"el conocimiento y la difusión de los métodos naturales de regulación de la fertilidad afecta no sólo de una forma indirecta, sino directa y profundamente, a determinadas actitudes que hacen posible que la vida social se desarrolle en un clima que favorezca la salud y el bienestar social"*

Si bien sabemos que acuden a los cursos de Métodos Naturales, personas motivadas por distintas razones (mejorar el autoconocimiento, curiosidad, interés sanitario, etc.) también sabemos que la gran mayoría de los que asisten, son personas que quieren conocer los Métodos Naturales para aplicarlos a su vida familiar (posponer un embarazo o buscarlo) o bien se preparan para el matrimonio. Es en el matrimonio, origen de su futura familia, donde de una manera especialísima tendrá lugar la aplicación práctica de los Métodos Naturales. Esto es así porque la expresión plenamente humana de la sexualidad, es en el matrimonio donde encuentra su ámbito natural como expresión del amor que es a la vez origen y sustento de este mismo matrimonio.

Como decía recientemente Agustí Altisent en un artículo de prensa, el amor es entrega y acogida, pensando siempre, como medida, en el bien del otro, en el bien total de la familia y no sólo en el propio bien, que aparece después como consecuencia de no haberlo buscado.

A veces cuando se dicen cosas de este estilo, suenan, nunca mejor dicho, a música celestial y sin embargo pocos se atreverían a proponer lo contrario, es decir ¿quién propondría una formulación egoísta del estilo de: haz siempre lo que te convenga a ti y no pienses en los demás, como modelo de buen funcionamiento familiar o social? o ¿quién aceptaría un modelo de sociedad en el que el egoísmo campara a sus anchas? Y sin embargo lo que no se acepta, se aplica o se vive en la práctica al imitar irreflexiblemente comportamientos generalizados hedonistas y consumistas.

En los cursos de Métodos Naturales se enseña a los participantes a tener en cuenta no sólo las conveniencias propias, sino también las del otro cónyuge, de la familia e incluso de la comunidad. Lo que permite de un modo congruente reencontrar la verdadera naturaleza de las relaciones sexuales. La voluntad de posponer sus intereses individuales a favor del bien del otro u otros, lleva consigo que en la relación sexual la apertura al bien del otro sea algo intrínseco. Los beneficios sociales de esta apertura a las necesidades de los demás son indudables, especialmente, en la labor educadora en el ámbito familiar.

Recientemente un conocido hombre de la política reclamaba la recuperación de la “*Ética de la gratuidad*”, de la solidaridad como gestición gratuita, pero para conseguirlo la familia es esencial, porque es ella precisamente la que inculca y desarrolla el amor gratuito en la sociedad y le muestra el modo de realizar gestos concretos de gratuidad.

Toda la filosofía de los Métodos Naturales, se basa en el respeto y la admiración por el otro, en una palabra, en el **amor** que significa dar y recibir lo que no se puede comprar ni vender, sino sólo regalar libre y recíprocamente.

Es por esto que, los educadores deberíamos presentar la Planificación familiar Natural como diálogo, respeto, responsabilidad común y autodominio, conducentes a adaptar el ejercicio de la sexualidad masculina a los biorritmos de su mujer.

Es innegable que el ser humano está estructuralmente organizado para que su inteligencia encauce de manera adecuada su impulso sexual. No tiene, por consiguiente, un instinto puramente “animal”, de carácter incoercible, condicionado inexorablemente hacia la reproducción, en épocas de celo, como sucede en otros mamíferos superiores.

Ningún profesional bien informado sobre los aspectos psicológicos referentes a la sexualidad, puede defender el absoluto determinismo biológico de la sexualidad humana, ya que la sexualidad en el hombre no manifiesta la característica de la obligatoriedad inevitable, propia de otras especies animales, sino que deja una amplia zona de actuación a la libertad personal, guiada por la inteligencia y la voluntad (lo que implica alejarse igual de la total predeterminación y de la absoluta indeterminación).

En la actualidad estamos sumergidos en una ola de deshumanización de la sexualidad que obliga a recordar, a menudo, que forman parte de la sexualidad humana aspectos fundamentales como los sentimientos, la amistad/complementariedad/compañerismo, el placer –resorte vital que anima a la realización sexual por encima de otros reclamos- y la procreación que como tantas veces hemos comentado es el objetivo primordial de la naturaleza al hacer al hombre y a la mujer fértiles y es también la más “palpable” de las ilusiones compartidas de dos personas que porque se aman, en un mismo acto libre, comunican amor y dan vida.

Como hemos dicho, la sexualidad tiene una cierta plasticidad. Por ello la educación sexual, para ser eficaz y actuar en esta plasticidad, debe tener un objetivo muy concreto y movilizar la voluntad de los jóvenes con el ejemplo y la confianza ilusionada. Un objetivo educativo será la felicidad familiar y el medio para conseguirlo, avanzar paso a paso hacia el autodomínio. Hemos dicho ejemplo y confianza: el ejemplo requiere modelos coherentes, que es algo distinto de los modelos sofocantes, reduccionistas o empobrecedores. La confianza pide que los adolescentes y jóvenes sean educados con el “tú puedes”, pero “puedes con esfuerzo”. Justamente lo contrario de lo que habitualmente se hace en muchos ámbitos de la vida cotidiana, y también en algunos de la enseñanza. Se ha puesto de moda el “estudie inglés sin esfuerzo”, “no te prives”, “disfruta hoy, ya pagarás mañana”, “no pienses más y elige un anticonceptivo”. Cuando para ser eficaces y prácticos se debería insistir en anti eslóganes del siguiente estilo: “piensa más”, “esfuérzate en estudiar inglés”, “prívate de grasas si estás obesa”, “prívate de alcohol, droga, del exceso de velocidad”, “prívate de sexo consumo”. Éste es el reto de una generación actual de educadores, muchos de los cuales, en el ámbito de la educación de los valores, se enfrentan a los adolescentes con poca seguridad.

Pocos educadores, y aquí incluyo el fundamental papel de los médicos en la educación sanitaria, dicen hoy claramente: “tú lo que puedes es elegir entre la promiscuidad y la monogamia, pero la monogamia es mejor”. Y también pocos médicos se atreven hoy a hablar de la conveniencia de mantener relaciones sexuales sólo con la pareja propia para evitar las enfermedades de transmisión sexual. Médicos que han demostrado ser valientes en otros terrenos, hasta acarrearles una cierta “impopularidad”, tienen un curioso pavor a hablar de **autodomínio** y castidad. Y no sólo no se deciden a hablar en este sentido, sino que más bien reaccionan con escándalo, cuando otros profesionales sanitarios dicen además de “no fuméis, no bebáis... también moderad vuestras relaciones sexuales o incluso absteneros.

La presión de los medios de opinión (teleseries, films, novelas, etc.) han llegado a convertir en tabús términos como continencia, abstinencia o castidad conyugal; considerados represivos sin más, si se refieren al ámbito de la sexualidad. Y en cambio, se aceptan como algo lógico cuando se aplican a otros campos: nadie se extraña de la necesidad de prescindir de la ingesta de grasas o glúcidos para evitar la obesidad, o de la disciplina, con sus correspondientes renunciias y abstinencias, a que ha de someterse un deportista o de las exigencias de determinadas profesiones, etc.

Y es que, en la sexualidad, como en cualquier aspecto del actuar humano, no se puede prescindir del autodomínio y del autocontrol. Se trata, sencillamente, de poner la pulsión al servicio del amor mediante un entrenamiento gradual, consciente y tenaz –algo así como el que se realiza en cualquier programa de concienciación y preparación del cuerpo para el deporte- para llegar a ser dueño de uno mismo y poder entregarse al otro, pensando no sólo en el placer, sino en la felicidad y valor como persona del otro; entrega que libera del egoísmo hedonista y de perseguir la autosatisfacción, en una especie de “gourmetismo” sexual, que hace abstracción de la personalidad humana global.

Si éste es el objetivo –la felicidad de su futura familia- y sabemos presentarlo con modelos atractivos y motivadores, habremos ayudado eficazmente a conseguir familias más saludables y más felices.

Sólo cuando los equipos de Métodos Naturales organicemos y mantengamos, en nuestra estructura y en los programas educativos, un adecuado equilibrio entre el nivel científico, el respeto a la naturaleza y el espíritu de servicio a la unidad familiar, habremos conseguido realmente ser unidades educativas de primer orden, para prevenir muchos de los problemas de las familias del futuro.