



RENAFER/ REFERPLAN

Curso preparación de usuarios de Planificación Familiar Natural (PFN) *online*

OBJETIVOS:

El objetivo de este curso es la formación de usuarios en Reconocimiento de la fertilidad y Métodos Naturales de Regulación de la Fertilidad Humana, en los que se basa la PFN y que requiere:

- Una visión integradora de la sexualidad humana.
- Un conocimiento básico sobre las diferencias biológicas, psicológicas y emocionales del hombre y la mujer.
- Un conocimiento sobre la fertilidad combinada.
- Un conocimiento del funcionamiento del ciclo y de los diferentes indicadores de la ovulación
- Que el aprendizaje de los Métodos Naturales utilizados en la Planificación Familiar Natural permita a los usuarios elegir el método más conveniente a su situación personal y de pareja, para tomar las decisiones procreativas, por ello enseñamos método de la secreción cervical, método sintotérmico y método MELA
- Que dicho conocimiento les permita, al final del curso, interpretar las gráficas autónomamente, sin necesidad de ayuda por parte de la experta.
- Que el aprendizaje revierta en una mejor vivencia de la sexualidad en el matrimonio, dentro del estilo de vida que propone la PFN.

A QUIEN VA DIRIGIDO:

- Parejas, matrimonios y personas que estén interesados en todo lo descrito en los objetivos

METODOLOGÍA:

Entrevista telefónica o vía Google meet o zoom para recabar información sobre los datos necesarios para hacer la inscripción y conocer la motivación para realizar dicho curso.

Envío a través de un enlace de las 4 clases grabadas por los profesores correspondientes a los 4 módulos descritos más adelante y la documentación correspondiente a cada tema

Envío de gráficas de método de la secreción cervical y método sintotérmico para que los usuarios las trabajen y las interpreten, y la experta pueda realizar las correcciones correspondientes.

Empezamos a trabajar con la observación de los indicadores de fertilidad desde el primer momento del curso y a medida que se van adquiriendo conocimientos trabajamos la interpretación de las gráficas de la propia usuaria
Para las gráficas trabajamos con un Excel que hemos creado desde la asociación con una nomenclatura propia que se puede usar también desde el móvil

Visitas por zoom o Google meet, y seguimiento personalizado de las gráficas por WhatsApp (si la pareja está casada, se hará a través de un grupo WhatsApp de la pareja con la monitora, siempre que lo consideren oportuno)

DURACIÓN DEL CURSO:

El curso se considera finalizado al haberse completado un mínimo de 6 ciclos con la supervisión de la experta y en el importe del curso el seguimiento de las gráficas en el primer postparto. Una vez ha nacido el bebé puedes tener una visita con la monitora (esta visita tiene un precio de 40 euros) donde se repasan los conceptos del MELA, se entrega un documento para registro de las condiciones del método y luego ya se realiza un seguimiento de los primeros ciclos postparto

MATERIAL DE TRABAJO

Clases grabadas (se enviará un enlace con un drive)
Documentos para leer que complementan la clase
Gráficas Método de la Secreción Cervical
Gráficas Métodos Sintotérmicos
Gráfica Excel para uso propio

DOCUMENTOS QUE INTEGRAN EL CURSO

Primera entrega

1. Planificación Familiar Natural

- 1.1 Bases antropológicas
- 1.2 Sexualidad Humana
- 1.3 Hombre-Mujer; Iguales pero diferentes
- 1.4 Regulación Natural de la fertilidad y promoción de la salud-bienestar social
- 1.5 Preparando el matrimonio (si la pareja no está casada)

Segunda entrega

2. Fertilidad Humana

- 2.1 Anatomía y Fisiología de la Fertilidad Humana: hombre y mujer
- 2.2 Indicadores de la fertilidad femenina:
 - Moco cervical
 - Temperatura corporal basal
 - Cambios anatómicos del Cérvix
- 2.3 Fertilidad combinada

Tercera entrega

3. Método de la secreción cervical

- 3.1 Explicación del método
- 3.2 Gráficas para trabajar
- 3.3 Método Mela (Método de la amenorrea durante la lactancia materna)

Cuarta entrega

4. Método sintotérmico

- 4.1 Explicación del método
- 4.2 Gráficas para trabajar
- 4.3 Resumen de las normas para posponer embarazo
- 4.4 Reglas del tres sobre seis
- 4.5 NaProtechnology

El precio del curso es de 250 euros para las parejas de novios y 285 euros para los matrimonios (esta diferencia se debe a que el asesoramiento de las gráficas se hace desde el primer día del curso). El importe del curso se abona a través de transferencia a la Asociación

El importe del curso no se devuelve una vez empezado, pero no se efectúa el pago hasta después de haber hecho la primera entrevista con la monitora asignada para el seguimiento.

Profesores que imparten el curso:

Dr Fernando Trullols (sexólogo y experto en PFN)

Dr. Juan Acosta (ginecólogo y experto en PFN)
María Miralles (enfermera y experta en PFN)
Guadalupe Alsina (enfermera y experta en PFN)

Expertas que asesoran y monitorizan a las parejas

María Miralles (enfermera y experta en PFN)
Guadalupe Alsina (enfermera y experta en PFN)
Teresa Navarro (enfermera y experta en PFN)
Teresa Soley (médico y experta en PFN)
Bernardette de Riba (enfermera y experta en PFN)
Ana de Vierna (enfermera y experta en PFN)
Laura Moreno (profesora de primaria y experta en PFN)
Fernanda Gonzalez Cabrera (Licenciada en filosofía, profesora y experta en PFN)

Preguntas frecuentes

Para hacer el curso, ¿tengo que esperar a una fecha determinada?

No, la formación online y el hecho de que el curso no se hace en grupo nos permite adaptar la formación a las necesidades de cada pareja o persona interesada.

¿Porque tengo que aprender tres métodos?

Los métodos naturales son diferentes en función de los indicadores de ovulación que vamos a observar. La ventaja de conocer los tres es que puedo escoger en cada momento de mi vida lo que más se ajusta a lo que necesito.

Una vez acabado el curso, que incluye el seguimiento de las gráficas durante un mínimo de 6 meses, ¿si tengo dudas podré contactar con la monitora?

Sí podrás contactar con tu monitora para dudas puntuales. Si transcurridos unos años necesitas un asesoramiento durante un tiempo puedes contratarlo con la monitora, ella te informará del precio dependiendo de lo que necesiteis

Si mis ciclos son irregulares, o estoy dando pecho, o acabo de tener un bebé o estoy con síntomas de premenopausia, ¿puedo utilizar métodos naturales?

Sí, pues sea cual sea tu situación siempre podemos hacer observación de los indicadores de fertilidad.

Todas nuestras monitoras se han formado en el curso de expertos de la asociación RENAFER, curso que está acreditado por el IEEF (Instituto Europeo de Estudios para la Familia), trabajando sobre más de 150 gráficas en distintas situación fisiológicas y patológicas para poder acompañar a las parejas en cualquier circunstancia. Además, trabajan en equipo con un grupo de expertos que, a su vez, tutorizan el trabajo de todas ellas.

Barcelona, enero 2023