



# Figli ... tra libertà e responsabilità

Incontro per fidanzati

Maria Katia Di Tos Zanetti,  
infermiera professionale e  
istruttrice dei Metodi Naturali  
per la Regolazione della Fertilità

## Alcune premesse culturali . . .

- ✓ recente interesse per la fertilità umana
- ✓ conoscenza precisa dei meccanismi riproduttivi
- ✓ contesto culturale attuale
- ✓ convivenza di due atteggiamenti estremi:
  - mentalità contraccettiva diffusa
  - ricerca esasperata del figlio
- ✓ tra questi due estremi c'è una posizione "naturale": la regolazione naturale della fertilità (RNF)



# Alcune premesse valoriali ...

## LA BELLEZZA ...

- Di essere "simili" ma "diversi"
- Dell'essere reciproci
- Del gestire la nostra sessualità per esaltare e gioire come singoli e come coppia



# AMARE ... A "PEZZI": UNA SESSUALITA' MUTILATA

Solo con la mente



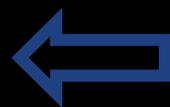
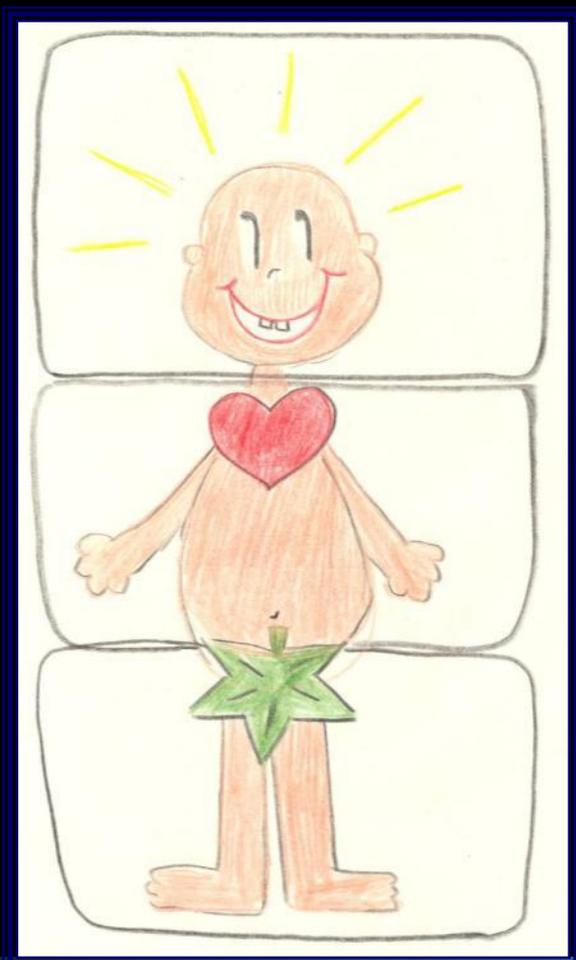
Solo con il cuore



Solo con il corpo



Si vuole bene con tutta la persona !



CON LA TESTA



CON IL CUORE



CON IL CORPO



Nel MATRIMONIO si sperimenta la bellezza del far felice l'altro, del gioire della gioia dell'altro, che si sente capito, ascoltato, accettato, AMATO, stimato, ma anche corretto, perdonato e sostenuto all'interno di un progetto che è PER SEMPRE!

La  
fecondità di  
coppia è un  
dono da  
amare,  
valorizzare,  
condividere,  
apprezzare.



La BELLEZZA della  
MATERNITA' e  
della PATERNITA'  
nasce dall'essere  
aperti, fecondi,  
alla vita.



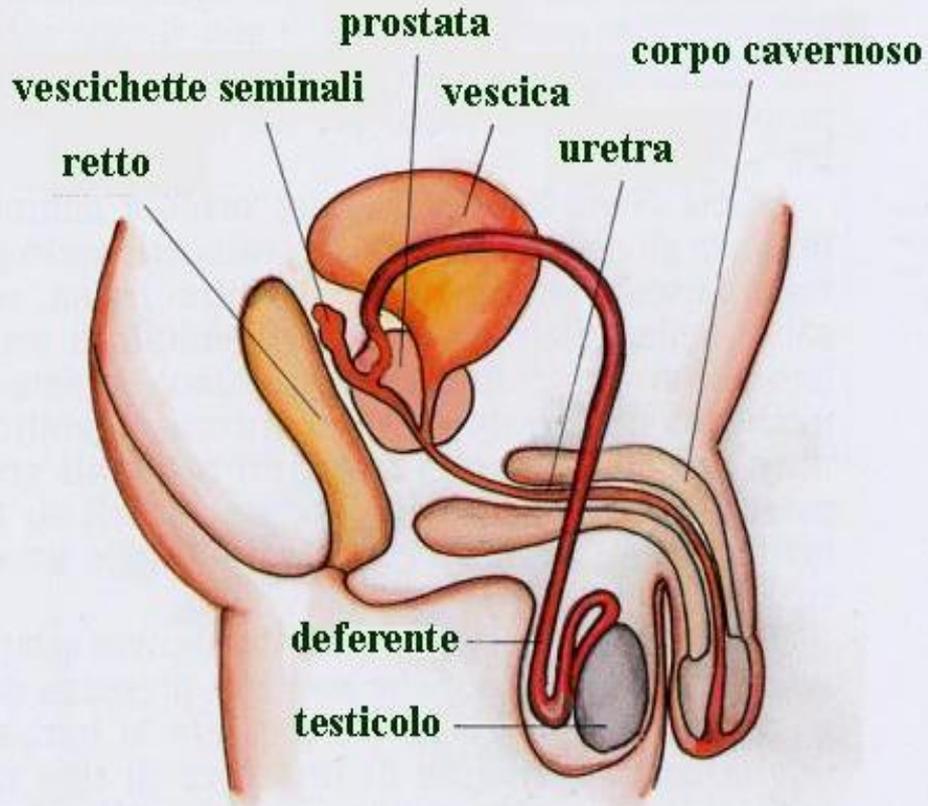
VITA = altro da sé  
VITA = figlio



Accogliere un bimbo significa avere una grande responsabilità tra le mani

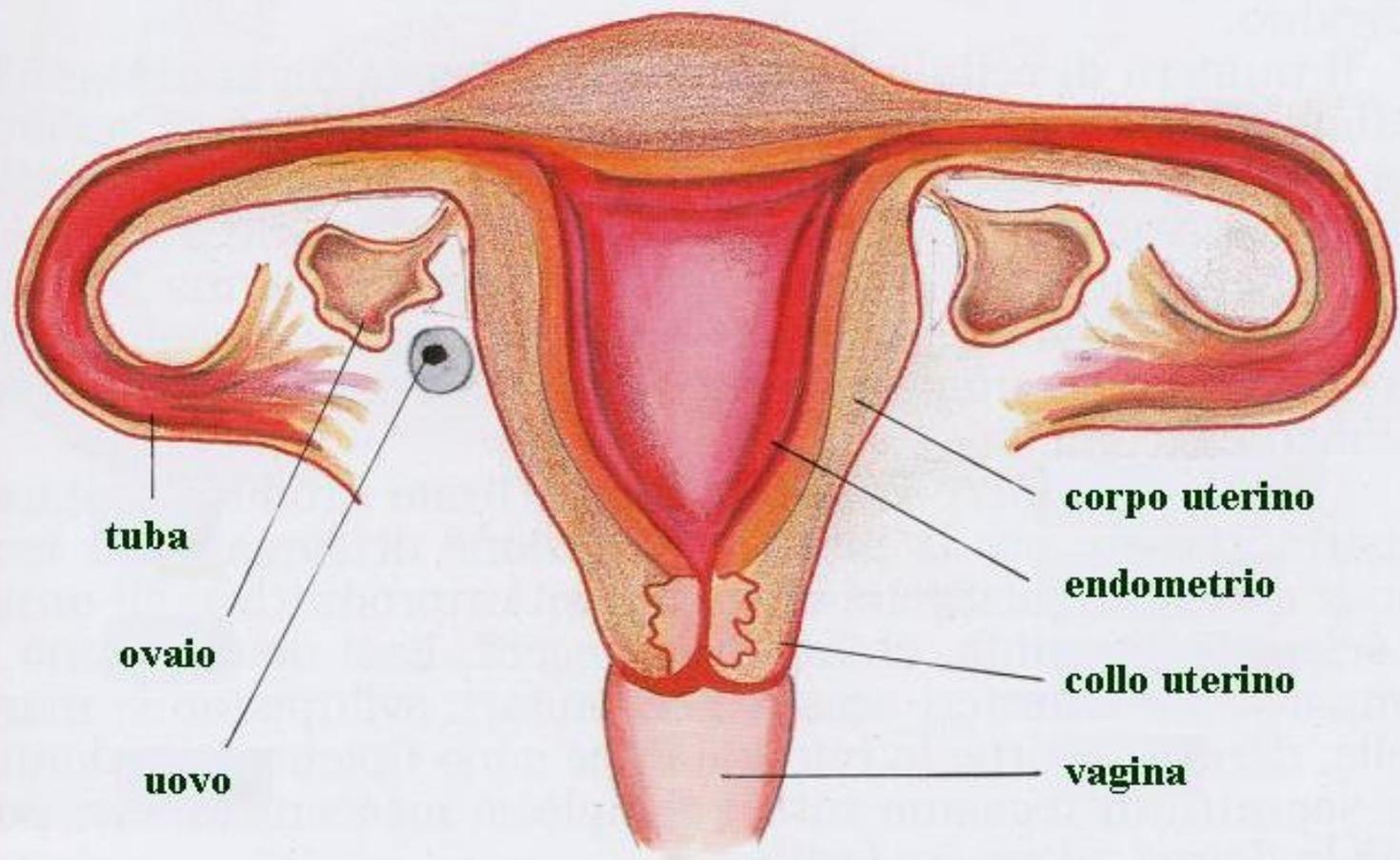


Maschio e femmina li creò ...



**genitali maschili**

**schema anatomico**

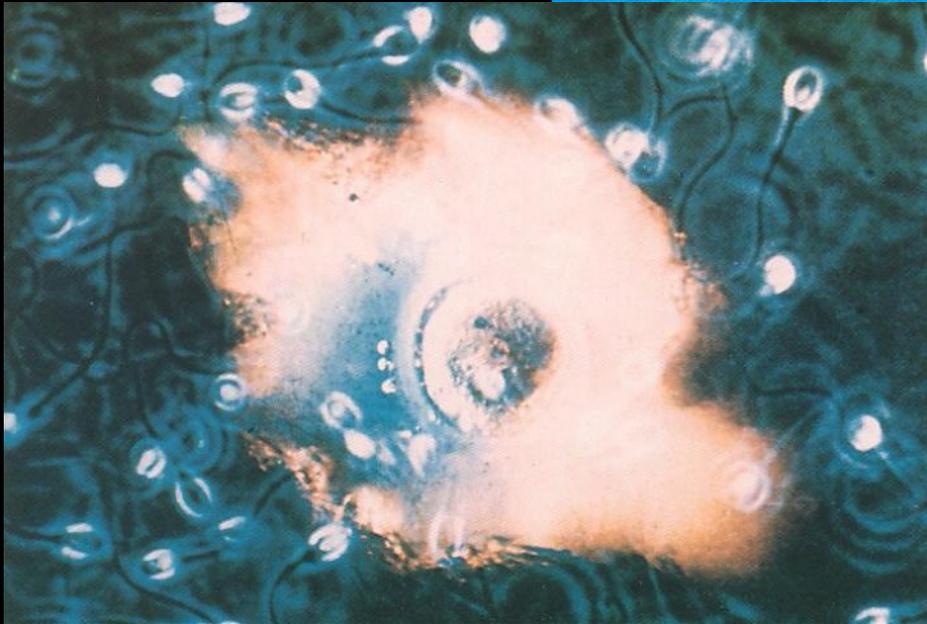
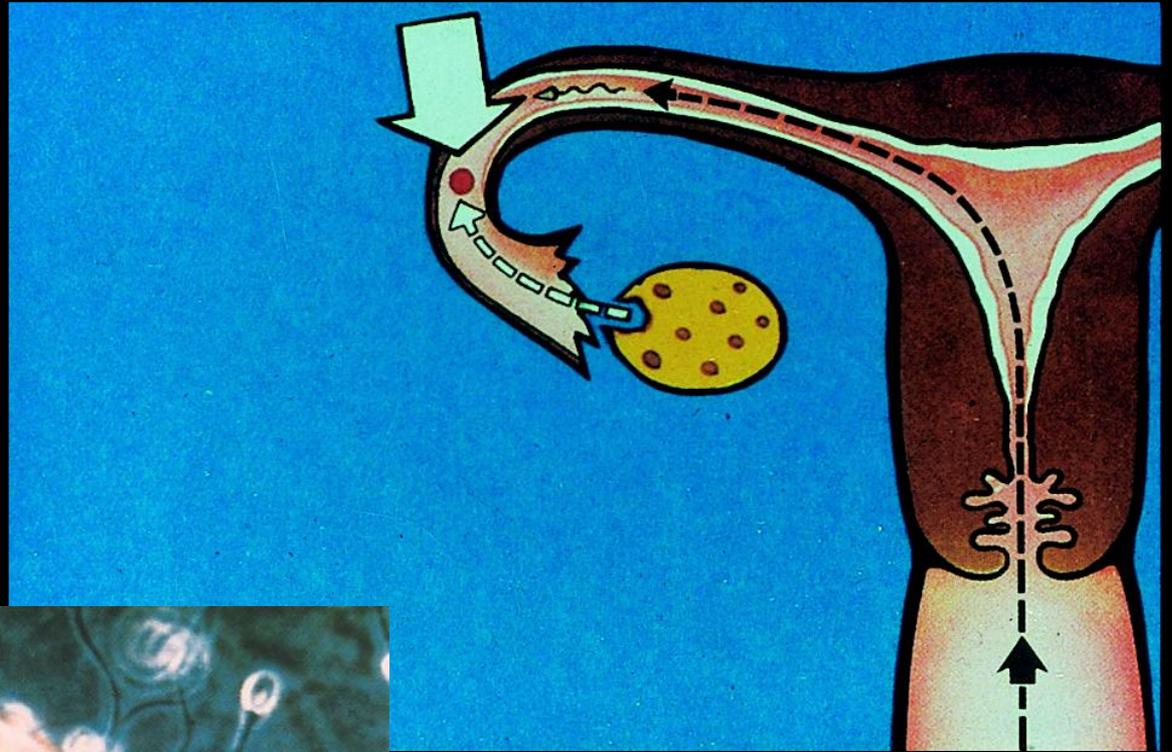


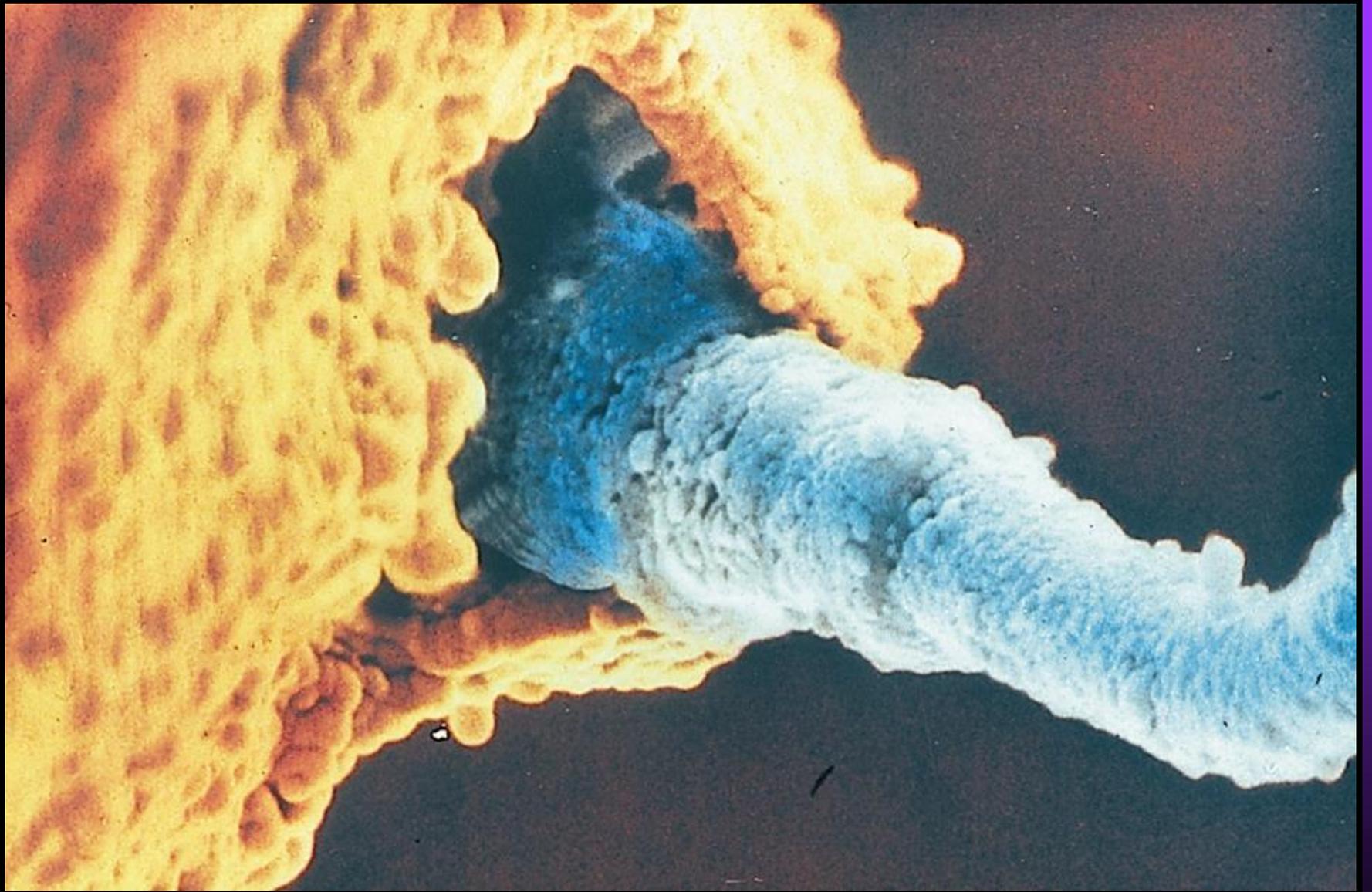
## **genitali interni femminili**

# IL CICLO MESTRUALE

inizia il 1° giorno di mestruazione e  
termina il giorno precedente la  
mestruazione successiva







# Gestione della maternità e paternità responsabile

## MEZZI

### Contraccettivi

Sono un'interferenza chimica o meccanica nello svolgersi naturale della ciclicità femminile o dell'incontro sessuale

Esempi:

- Pillola
- Preservativo
- Spirale
- Pillola del giorno dopo

## METODI

### Naturali

Permettono alla coppia di individuare da sé i tempi della propria fertilità e di gestire in base ad essi la propria sessualità

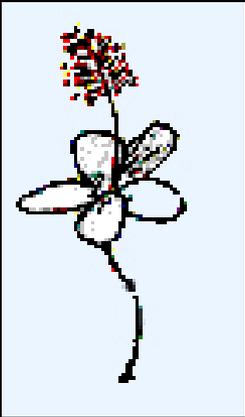
Esempi:

- Metodo Billings
- Metodo della temperatura basale
- Metodo sintotermico

# I Metodi Naturali

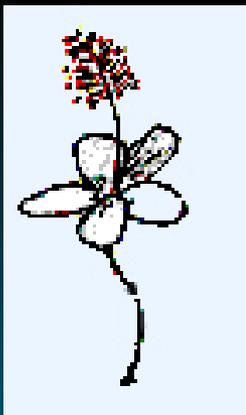
“La pianificazione naturale della famiglia con Metodi Naturali consiste in metodi di programmazione delle nascite basati sulla **identificazione delle fasi fertili e non fertili** del ciclo della donna (...) cosicché **la coppia** sappia quando un rapporto sessuale può **favorire o evitare** l'instaurarsi di una gravidanza.”

Organizzazione Mondiale della Sanità (1987)



# IL METODO BILLINGS

Un metodo semplice e  
sicuro per conoscere e  
regolare la fertilità

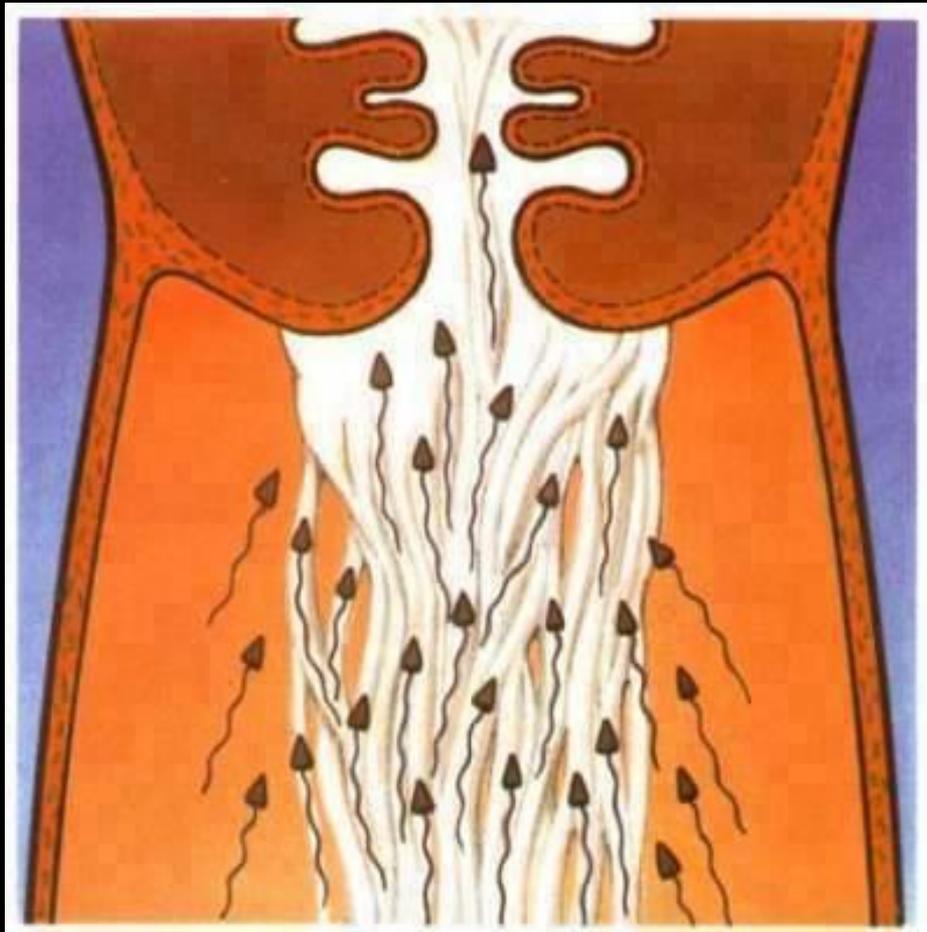
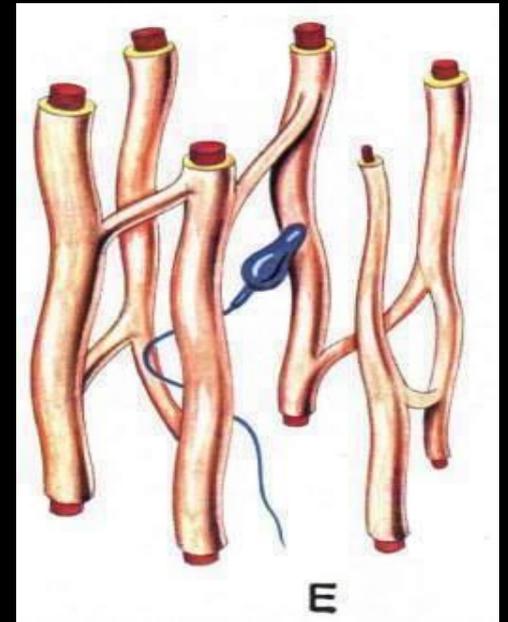


## Che cos'è il Metodo Billings?

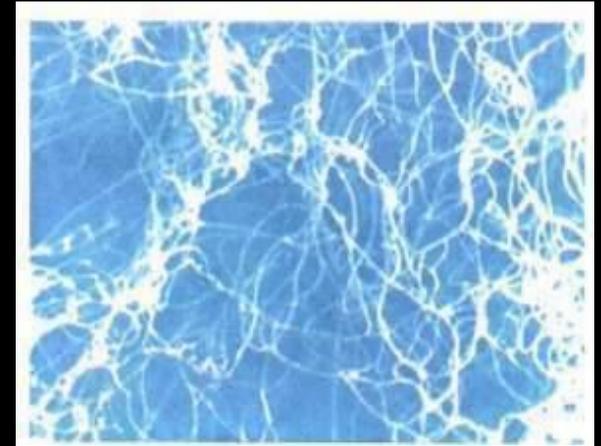
Un metodo naturale che permette alla coppia di riconoscere i ritmi della fertilità mediante l'osservazione delle modificazioni del muco prodotto dal collo dell'utero

# Il muco come valvola biologica

## Il muco fertile

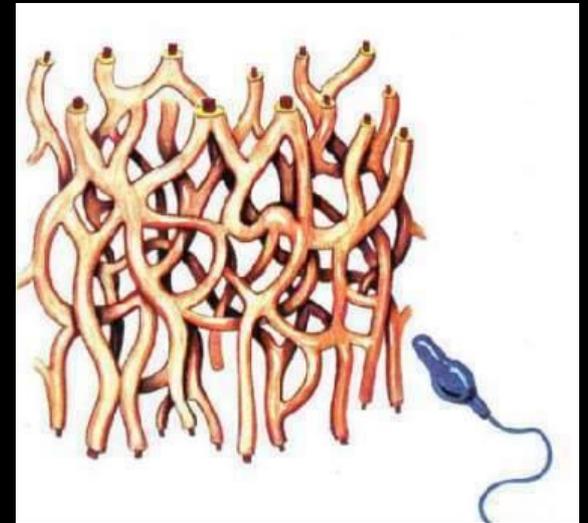


Struttura del muco fertile al  
microscopio elettronico



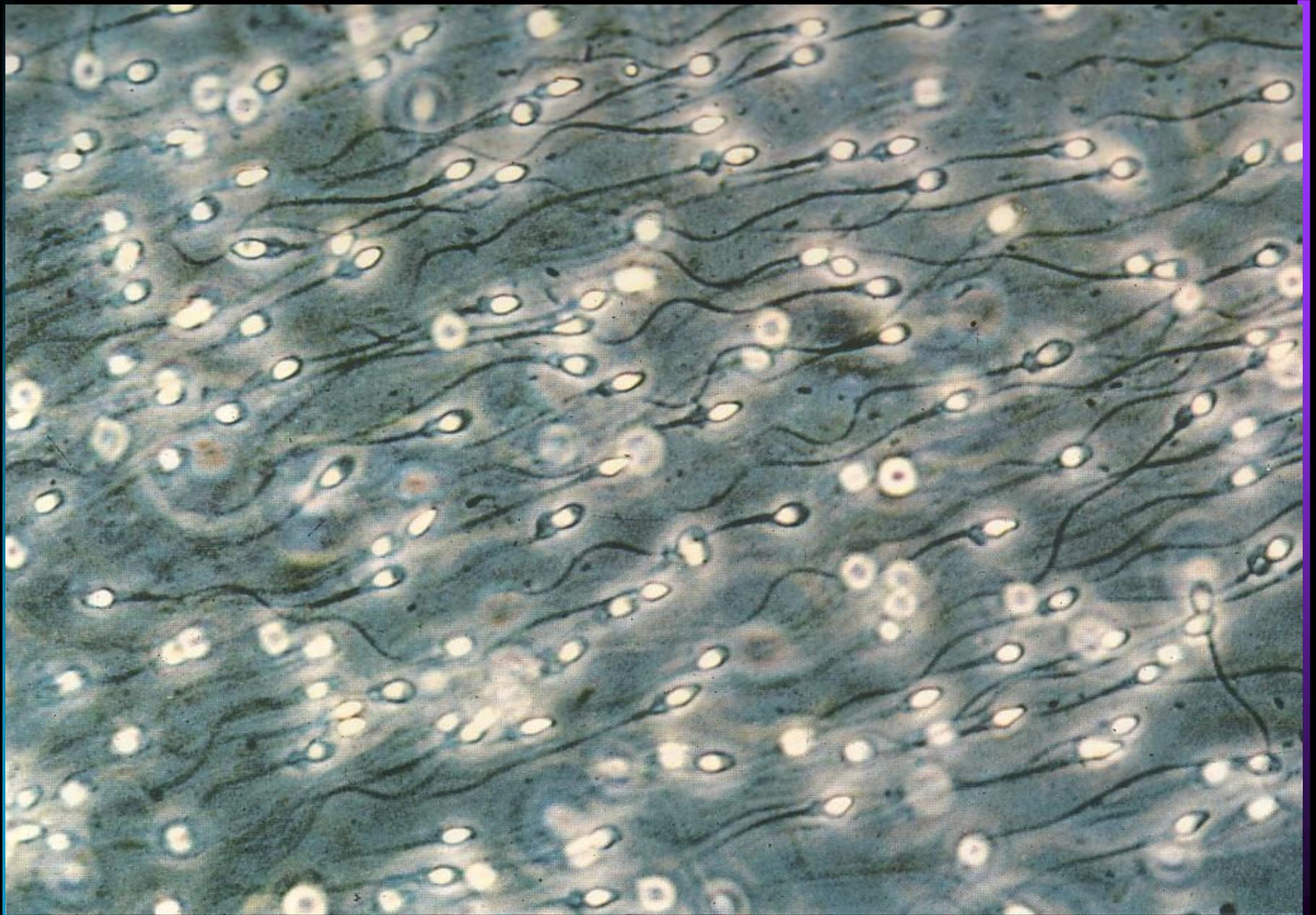
# Il muco come valvola biologica

## Il muco sterile



Struttura del muco  
sterile al microscopio  
elettronico





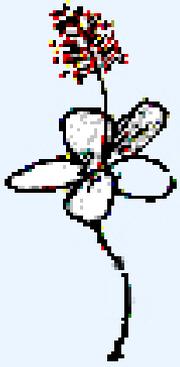
# MUCO CERVICALE

**INDICATORE  
di  
FERTILITA'**

- ➔ **SEGNALE** di attività ovarica
- ➔ **SINTOMO** (Metodo Billings)
  - sensazione vulvare
  - osservazione visiva

**FATTORE  
di  
FERTILITA'**

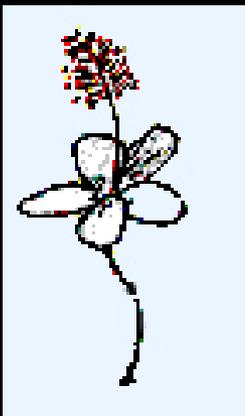
- ➔ **SOPRAVVIVENZA** spermatozoi
- ➔ **PASSAGGIO** spermatozoi
- ➔ **SELEZIONE** spermatozoi
- ➔ **CAPACITAZIONE** spermatozoi



## Quando si può applicare

In ogni situazione della vita riproduttiva:

- cicli regolari, irregolari e anovulatori
- ridotta fertilità
- allattamento al seno
- sospensione di contraccettivi
- premenopausa

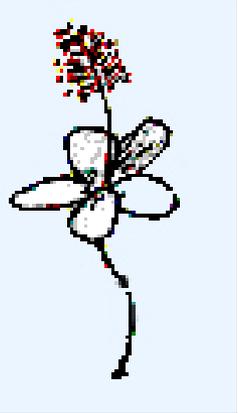


## Quali vantaggi offre

La responsabilità della regolazione della fertilità

- viene condivisa dai coniugi
- richiede l'intesa fra i due
- favorisce il dialogo
- vengono rispettati i ritmi naturali dell'organismo

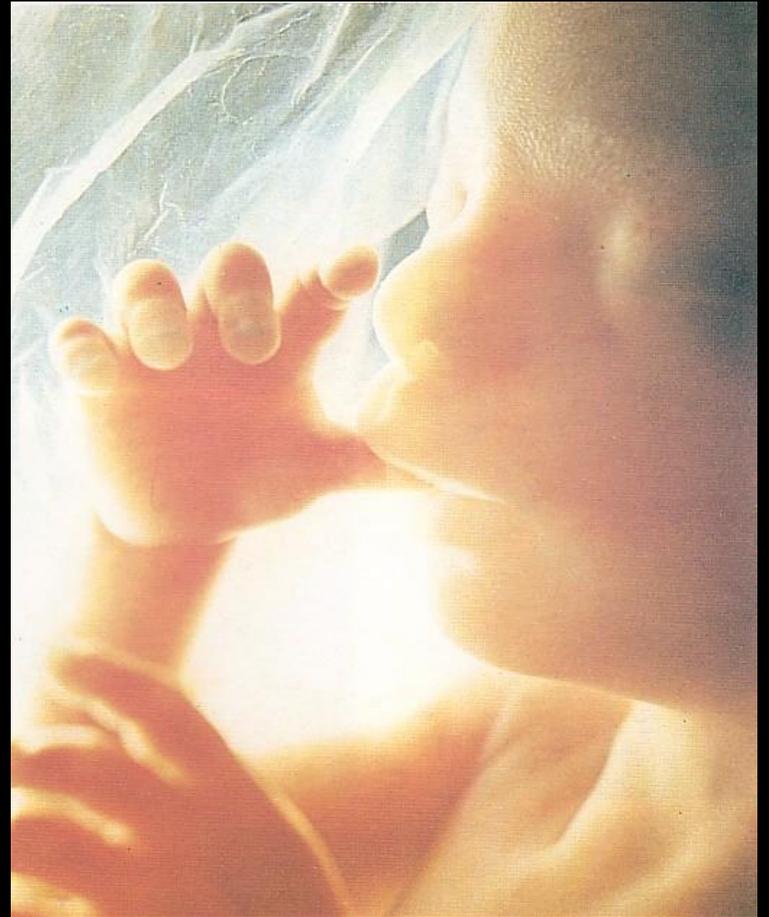
**Sicurezza ed efficacia sono dimostrate dall'OMS**



## L'efficacia del metodo dipende da ...

- adeguata motivazione
- cooperazione fra i coniugi
- corretto apprendimento con aiuto di insegnante qualificata
- registrazione accurata del sintomo del muco
- osservazione scrupolosa delle regole

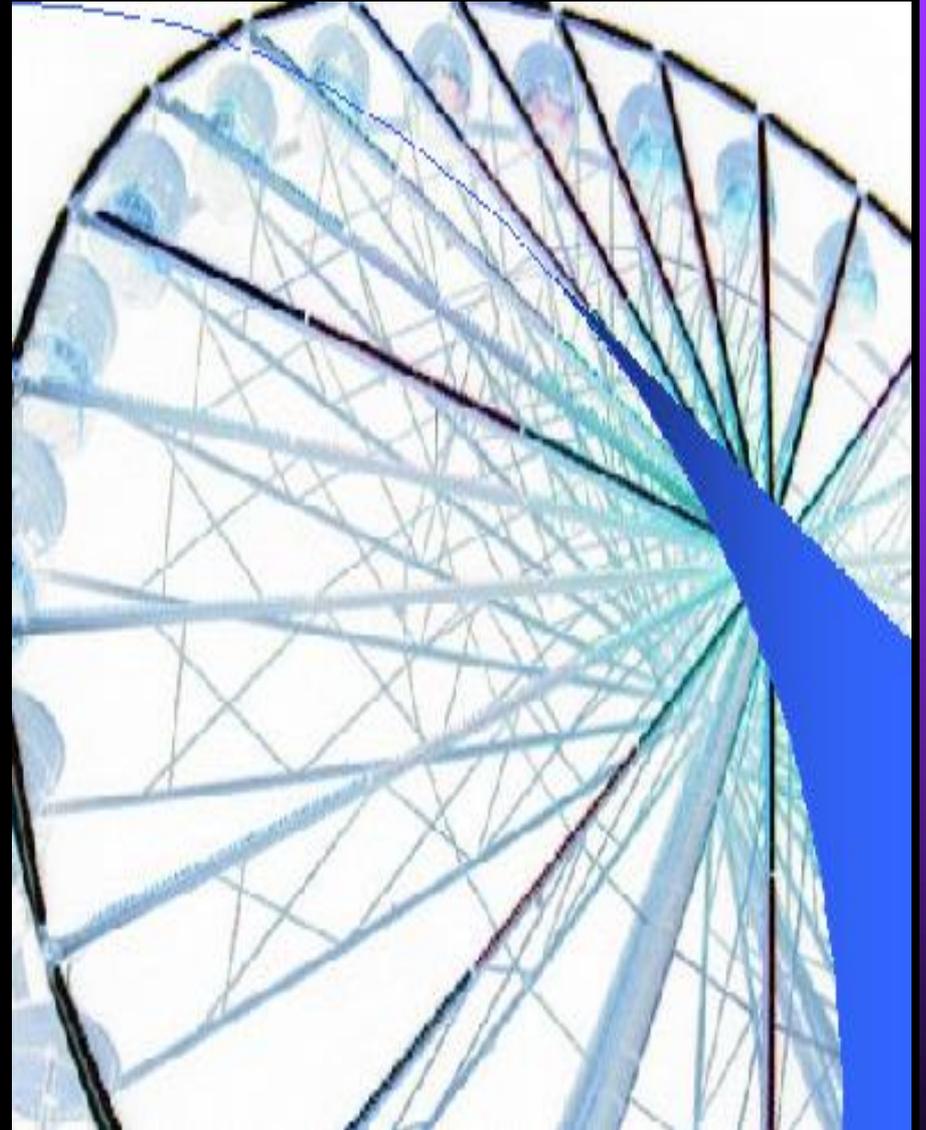
La fecondità umana  
è un dono prezioso  
che rende ognuno di  
noi potenziale  
cooperatore nella  
creazione della  
prima meraviglia  
dell'universo, la vita  
umana!



- In rapporto alle condizioni fisiche, economiche, psicologiche e sociali, la paternità e maternità responsabile si esercita...
- (H.V. n. 10)



- Dio ha sapientemente disposto leggi e ritmi naturali di fecondità che già di per sé distanziano il susseguirsi delle nascite.



(H.V. n. 11)

- La Chiesa è coerente con sé stessa quando ritiene lecito il ricorso ai periodi infeconidi, mentre condanna come sempre illecito l'uso dei mezzi direttamente contrari alla fecondazione.

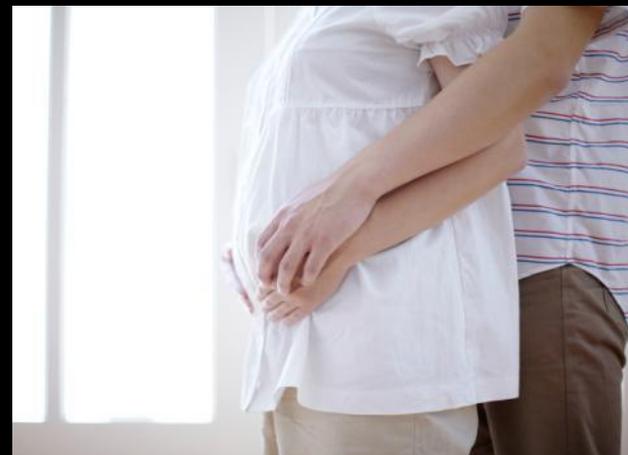
(H.V.n. 16)



Tra i due casi esiste una differenza essenziale:

nel primo caso i coniugi usufruiscono legittimamente di una disposizione naturale; nell'altro caso essi impediscono lo svolgimento dei processi naturali.

(H.V. n.16)



Il M.B. non si può apprendere solo partecipando ad un corso o leggendo testi.

Sono necessari colloqui periodici con l'insegnante.

# FIGLI TRA LIBERTA' E RESPONSABILITA'

Ogni FIGLIO ci viene affidato, è da CRESCERE ed EDUCARE affinché diventi uomo capace di gioire, faticare, affrontare ...

che impari ad accettare il complimento, ma anche la correzione e il sostegno.





## FIGLI TRA LIBERTA' E RESPONSABILITA'

Prendersi cura della vita propria e dell'altro con la libertà che deriva ed è proporzionale ai valori che caratterizzano il nostro stile di vita.

Di questo noi siamo **TESTIMONI** anche quando non ce ne accorgiamo!

Una preghiera  
per concludere . . .





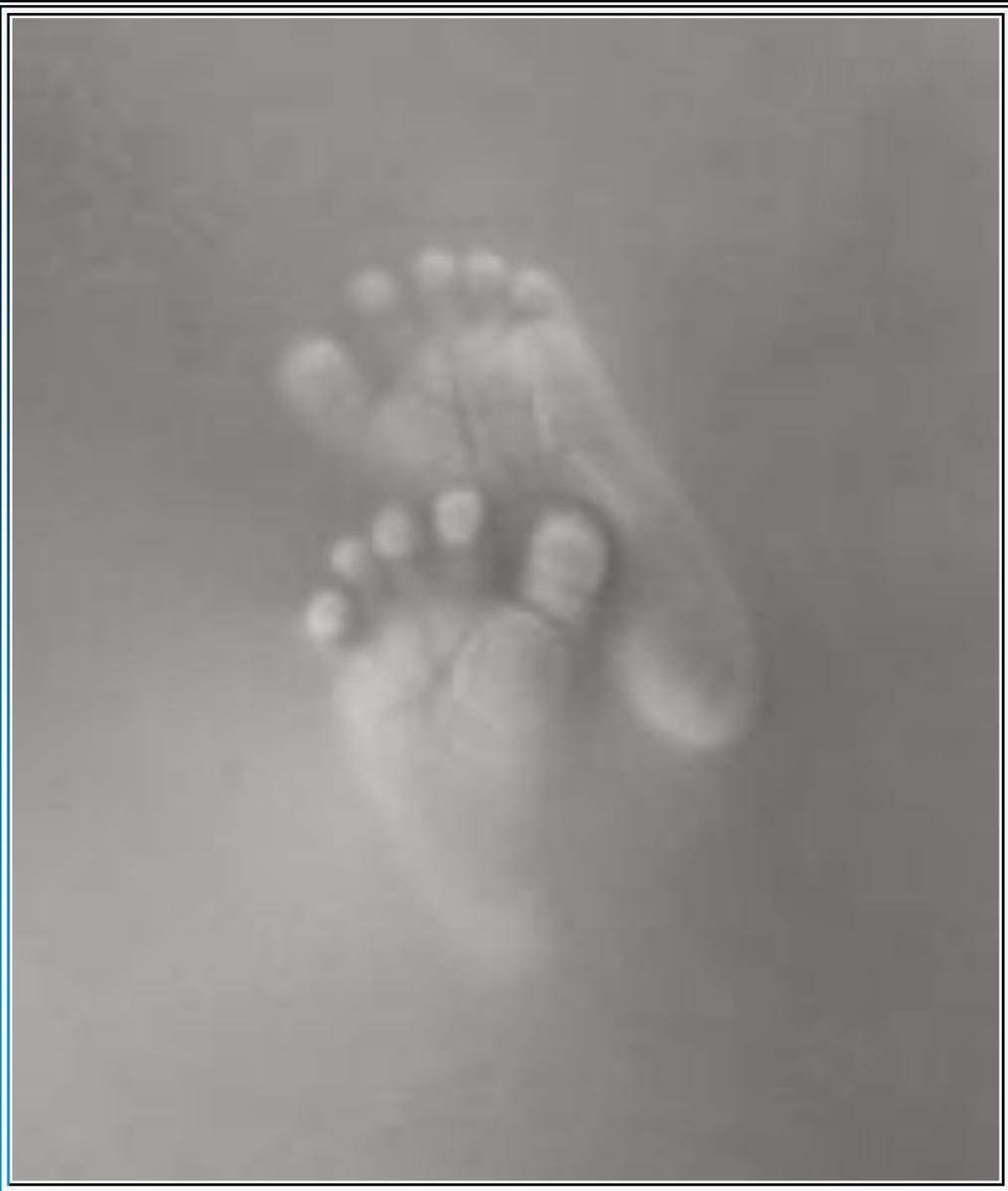
**"SIGNORE,  
TU MI SCRUTI E MI CONOSCI"**



"SEI TU,  
SIGNORE,  
CHE HAI CREATO  
LE MIE VISCERE  
E MI HAI  
TESSUTO  
NEL SENO  
DI MIA MADRE "

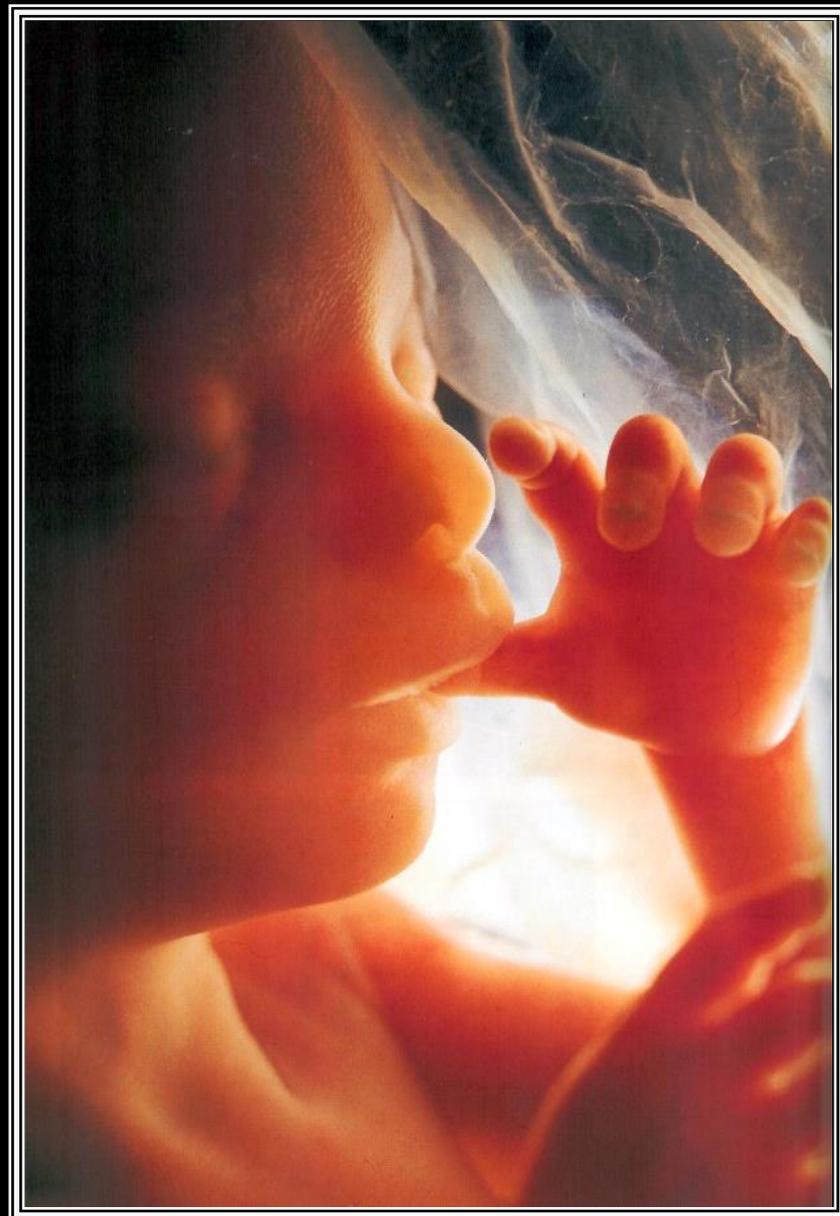
**"TI LODO  
PERCHE'  
MI HAI FATTO  
COME  
UN PRODIGIO;  
SONO STUPENDE  
LE TUE OPERE,  
TU MI CONOSCI FINO  
IN FONDO"**





"NON TI ERANO  
NASCOSTE  
LE MIE OSSA  
QUANDO VENIVO  
FORMATO  
NEL SEGRETO,  
INTESSUTO  
NELLE  
PROFONDITA'  
DELLA TERRA"

**"ANCORA INFORME  
MI HANNO VISTO  
I TUOI OCCHI  
E TUTTO  
ERA SCRITTO  
NEL TUO LIBRO;  
I MIEI GIORNI  
ERANO FISSATI,  
QUANDO ANCORA  
NON NE ESISTEVA  
UNO"**





"SIGNORE,  
TU MI SCRUTI  
E  
MI CONOSCI,  
TU SAI  
QUANDO  
MI SIEDO  
E QUANDO MI  
ALZO"

salmo 138

GLORIA AL PADRE E AL FIGLIO E  
ALLO SPIRITO SANTO

COME ERA NEL PRINCIPIO E ORA E  
SEMPRE, NEI SECOLI DEI SECOLI.  
AMEN.

