

Nov.1996

Cari amici

questa lettera è indirizzata a tutti gli uomini e le donne impegnati in un rapporto d'amore reciproco. E' per attirare la vostra attenzione sulla regolazione naturale della fertilità, moderna e scientificamente valida, particolarmente sul Metodo dell'Ovulazione Billings (M.O.B.).

Il M.O.B. è stato oggetto della più ampia ricerca scientifica cui un metodo di regolazione della fertilità sia stato sottoposto. La sua efficacia per ottenere o distanziare la gravidanza è stata provata da numerosi studi condotti in diversi paesi del mondo. E' un metodo realmente universale perché è molto semplice da applicare e può essere compreso anche da persone povere o analfabete, può essere usato in tutte le circostanze della vita riproduttiva della donna, a prescindere dalla regolarità o irregolarità dei cicli, durante l'allattamento, in premenopausa, ecc. Essendo un metodo naturale è accettabile da persone di differenti culture e religioni.

Il grande vantaggio del M.O.B. è che esso promuove la comunicazione e la comprensione tra uomo e donna, sviluppa tra loro la collaborazione e la condivisione della responsabilità su questo aspetto così importante della vita di coppia: il numero e l'educazione dei figli. In tal modo migliora il loro rapporto, aiutandoli a crescere nell'amore e nella fedeltà l'uno verso l'altra. Così esso li protegge dalla diffusione epidemica delle malattie sessualmente trasmesse che sono una causa importante di infertilità e di altre complicanze, in tutti i paesi del mondo. Esso protegge dalla nuova malattia chiamata AIDS, contro la quale l'unica protezione sicura è la stabilità di una relazione sessuale monogama.

Il M.O.B. dovrebbe essere insegnato ad ogni donna, non solo per i vantaggi indicati, ma perché è per la donna una conoscenza importante. La comprensione del proprio ciclo da alla donna una più profonda percezione della propria femminilità e della propria dignità come donna. Nello stesso tempo, ella si accorgerà tempestivamente di eventuali anomalie, per cui il metodo aiuta le donne a preservare la propria salute dal punto di vista ginecologico.

Imparate il M.O.B. e insegnatelo da donna a donna!

Dott.John Billings -*World Organisation Ovulation Metod Biliings*

Dove è possibile impararlo?

Centro diocesano servizi alla famiglia

P.zza V. Emanuele 22, 90047 **PARTINICO** -
signora Rosamaria Di Pasquale cell 3406867849

Centro Servizi S.Maria dell'Egitto - Famiglia e Vita - Via Roma 26 - 90034 **CORLEONE** –
signora Pollara Marialicia cell 3356529580
cavsezionecorleone@virgilio.it

Consultorio Familiare "Cana" Corso Calatafimi, 1057 - tel 091 6683000 **PALERMO**

Oratorio don Bosco, via Mons. L. Bertolino (già Via Ralli), **TERRASINI**
signora Angela Sassano cell 3931257319

CINISI: via Regina Margherita snc -
dott.ssa Grazia Palazzolo cell 3283099879

Ostetrica dott.ssa Laura Ardizzona-
cell 33147109020

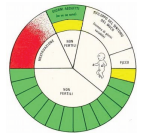
Per informazioni:

mobsicilia.altervista.org

www.confederazionemetodinaturali.it

Arcidiocesi di Monreale

Il Metodo dell'Ovulazione Billings





Una scelta ...
Uno stile di vita ...

Che cos'è il Metodo dell'Ovulazione Billings?

E' un moderno metodo naturale di regolazione della fertilità di coppia semplice ed efficace .

Consente alla coppia di riconoscere i ritmi della fertilità e della infertilità mediante l'osservazione di alcuni naturali segni e sintomi che sono associati all'ovulazione. Il più efficace segno della fertilità è la secrezione di muco prodotto dalla cervice (detta anche "collo dell'utero") in risposta agli ormoni ovarici. Il muco cervicale, che si modifica riflettendo la normale sequenza dei cambiamenti ormonali che caratterizzano il ciclo femminile, è un fedele indicatore della fase fertile e dell'ovulazione ed è pure un fattore indispensabile per la fertilità della coppia.

Quando si può applicare?

In ogni situazione della vita riproduttiva della donna:

Cicli regolari

Cicli irregolari

Cicli anovulatori

Ridotta fertilità

Allattamento al seno

Premenopausa

Sospensione di contraccettivi ormonali



Quali vantaggi offre?

Si basa su **fondamenti scientifici**

Ha un'elevata **efficacia**: secondo uno studio dell'OMS (organizzazione mondiale della sanità) del 1981 è risultata pari al 97,8 % nel distanziare o evitare una gravidanza. Purtroppo i dati ufficiali sono fermi al 1981, anche se recenti ricerche hanno fatto registrare un'efficacia del 99% (Indian Council of Medical Research Task Force on NFP, 1995; Jiangsu Family Health Institute, China, 1997)

E' semplice da apprendere e da utilizzare, basandosi su segni della fertilità semplici da osservare, registrare e interpretare.

E' innocuo: Diversamente da molti contraccettivi, non ha effetti collaterali e dunque non provoca danni alla salute, né interferisce con il corpo femminile e con i suoi processi naturali.

E' reversibile: non danneggia la futura fertilità. Inoltre in qualsiasi momento consente alla coppia di valutare le proprie scelte procreative.

Non interferisce nel **piacere** del rapporto sessuale.

E' **accettabile** da ogni realtà culturale, religiosa e sociale

Favorisce una **migliore conoscenza di sé** e dunque una maggiore valorizzazione e consapevolezza del proprio corpo.

Promuove nella coppia il **dialogo e il rispetto reciproco.**

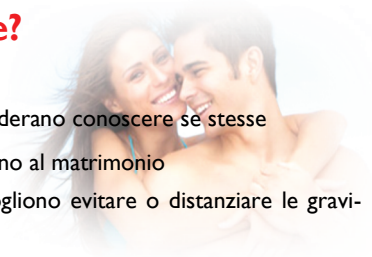
La **responsabilità** della regolazione della fertilità viene condivisa dai coniugi.

Ha un valore **diagnostico-preventivo**, consentendo alla donna di riconoscere alcune patologie asintomatiche e alcuni disturbi endocrini.

Lo scopo di ogni metodo di pianificazione familiare non è tanto di regolare il numero di nascite, ma piuttosto di realizzare la felicità del padre e della madre insieme ai loro figli. Affinchè il metodo sia autentico e raggiunga il suo obiettivo principale, sono necessari una conoscenza precisa e un atteggiamento corretto.

(Evenyn Billings)

Per chi è utile?



Giovani donne che desiderano conoscere se stesse

Fidanzati che si preparano al matrimonio

Coppie di sposi che vogliono evitare o distanziare le gravidanze

Coppie di sposi ipofertili che ricercano la gravidanza

Che cosa richiede?

Motivazione e cooperazione tra i coniugi.

Apprendimento da un'insegnate qualificata.

Come si impara?

Rivolgendosi all'insegnante qualificata ed abilitata più vicina, la quale fisserà un primo appuntamento in cui verranno date maggiori informazioni sul metodo e le prime indicazioni per una corretta osservazione e registrazione del "sintomo del muco". Seguiranno altri incontri (sempre personali e mai di gruppo) in cui l'insegnante guiderà la coppia nella scoperta e comprensione dei ritmi della propria fertilità

E' assolutamente sconsigliabile imparare il metodo da autodidatta.

L'insegnamento del metodo non prevede alcuna visita medica.

Quanto costa?

Il servizio dell'insegnante è di totale volontariato e dunque l'apprendimento del Metodo è **gratuito**.