

La contracepció anomenada *natural*

Matias Monfort

Metge ginecòleg

Malauradament, al llarg de la història qualsevol índex de progrés ha estat sotmès a forces arrelades en la tradició, creences o dogmes religiosos que en el fons no són sinó la por a perdre privilegis de poder.

Cal alliberar-se de les influències de la moral hipòcrita incrustada en la nostra societat, adoctrinada des de la jerarquia catòlica, la que ens afecta, i encarar, amb arguments científics, determinats temes que afecten quotidianament les relacions entre humans, dones i homes. Cal compartir de manera honesta amb la societat els coneixements especialment sensibles que ens afecten de forma generalitzada a fi de rescatar-la de la ignorància utilitzada de manera espúria al servei de determinats interessos.

Aquest breu preàmbul afecta de forma directa a l'àmbit de la sexualitat, de les relacions sexuals, la contracepció i la reproducció. La utilització dels coneixements actuals sobre aquest camp permet a les parelles poder elegir el nombre i el moment de tenir descendència o de recórrer a la ajuda de mètodes per aconseguir-la. I això sense coartar la llibertat de les relacions sexuals ni influir en la sexualitat de les persones.

La contracepció, segons el *Diccionari Mèdic*, es coneix com la «denominació genèrica dels procediments tècnics que impedeixen la fecunditat. Estrictament considerada, es limita als mitjans contraceptius, molt variats, fets servir per evitar la concepció: evitar la fertilització de l'òvul per l'espermatozoide».

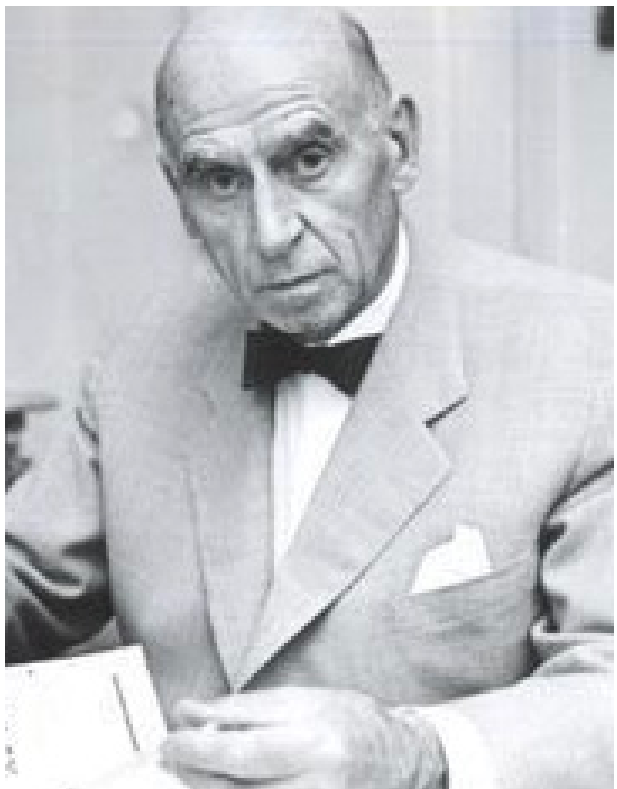
Els mètodes naturals poden semblar temptadors, però cal tenir en compte que, com que no recorren a ajuts artificials, es basen en l'abstinència periòdica, en la identificació del dia del cicle menstrual en què ovula la dona, millorant l'autoconeixement i la comprensió dels ritmes biològics per regular o evitar l'embaràs. Funcionen identificant els dies fèrtils segons signes o kits específics, evitant aquests dies es poden mantenir relacions sexuals amb un menor risc d'embaràs.

Generalment, també conegut com el *mètode del ritme* o el *mètode del calendari*, el mètode Ogino-Knaus és un mètode natural de control de la natalitat i de coneixement de la fertilitat. Va ser desenvolupat el 1924 pel ginecòleg japonès **Kyusaku Ogino**, i perfeccionat pel metge austríac **Hermann Knaus** el 1928. És la base dels mètodes naturals, evitar les relacions sexuals els dies de l'ovulació; ovulació que es produeix 14 dies abans de la regla.

Les característiques més importants de qualsevol mètode contraceptiu es poden resumir en tres: seguretat, facilitat d'ús i tolerància.

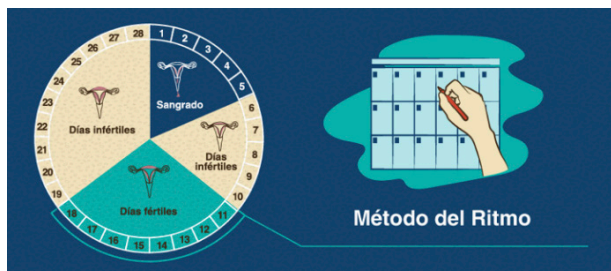


Kyusaku Ogino

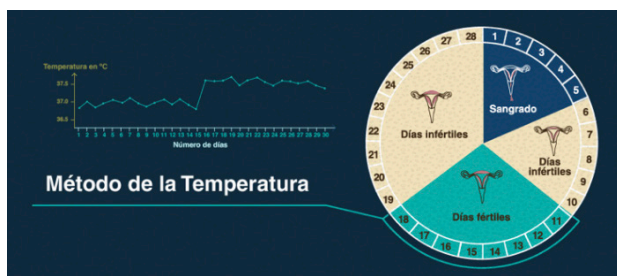


Hermann Knaus

Com podem conèixer els dies fèrtils de la dona? El mètode del ritme o calendari, malgrat la seua tolerància, pateix inconvenients greus: el nivell de seguretat és molt baix; el seu ús suposa un exquisit coneixement del funcionament biològic del cos femení; la pèrdua d'espontaneïtat en les relacions sexuals (sempre supeditades al moment del cicle menstrual o a la utilització d'un altre mètode complementari); la influència de doctrines poc fonamentades que impossibiliten als seus seguidors l'ús d'altres contraceptius per motius morals o dogmàtics, i la indefensió contra les malalties de transmissió sexual.



En els dies de l'ovulació, l'interior del cos de la dona experimenta un augment de la temperatura detectable en orificis com l'anus o la vagina. Cal prendre la temperatura una vegada finalitzada la regla fins l'aparició de la menstruació següent. Es tracta del mètode de la temperatura.



De manera semblant, els temps de l'ovulació es pot determinar observant l'augment de la filància (elasticitat del moc que apareix a la vagina) en el període d'ovulació. És anomenat *mètode de Billings*.



La discussió, i la polèmica, surt a l'hora de determinar-ne el factor més important, l'índex de seguretat. Habitualment ha vingut a utilitzar-se l'índex de Pearl, mesurat pel nombre d'embarassos no planificats que succeïren en un grup de 100 dones que utilitzaren el mètode correctament durant un any.

Les dades referides a alguns mètodes anticonceptius, de l'esmentat índex, segons la *Guia de Salud del Sistema Nacional de Salud*:

Cap mètode	85 embarassos
Mètodes naturals	25 embarassos
Marxa arrere (CI)	22 embarassos
Píndola (ACHO)	0,1 embarassos

Cal tenir en compte que l'Índex de Pearl palesa defectes importants. En l'obtenció de les dades no observa l'edat de la parella, la freqüència de relacions sexuals, el correcte ús del mètode o la capacitat de fecunditat de la parella. En qualsevol cas, les dades expressades s'han d'agafar amb pinces.

Només ens faltaria anomenar un altre mètode anticonceptiu considerat natural, com es el *Coius Interruptus* (CI) o "marxa arrere", però això ens portaria a considerar una altra història.

La informació científica, objectiva i veraç ens obri la porta a la llibertat. La llibertat de poder triar, amb coneixement, el mètode anticonceptiu més apropiat per a cada parella i, així, evitar embarassos no desitjats i aconseguir el nombre i els temps dels naixements dels futurs fills i filles.



ASSOCIACIÓ PER A LA DIVULGACIÓ DE LA CIÈNCIA I LA TECNOLOGIA