

REFLEXIONES EN TORNO A LA TERMINOLOGÍA SOBRE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR NATURAL

Son frecuentes los malentendidos en torno al concepto del “conocimiento de la fertilidad humana” y más específicamente respecto a su aplicación en la “regulación natural de la fertilidad” o la llamada “planificación familiar natural” (PFN). Por esta razón, se ve necesario hacer las reflexiones siguientes.

Muchas personas y asociaciones que trabajamos en este campo y que compartimos la preocupación por desmarcarnos de la mentalidad contraceptiva inherente a los métodos artificiales de planificación familiar, hemos utilizado, durante años, términos como “regulación natural de la fertilidad”, o “métodos de autodiagnóstico de la fertilidad”, o “métodos de autoobservación” para designar métodos como el Billings o el Sintotérmico. Estos métodos, a través del conocimiento o reconocimiento de la fertilidad humana y del respeto por sus ritmos naturales, permiten a un matrimonio favorecer o espaciar un nacimiento. Con estos términos, se pretende salir del marco de las actitudes “contraceptivas” que buscan únicamente la limitación de los nacimientos.

Sin embargo, hay que hacer constar que muchas de las personas antes citadas utilizan ahora también el término de “planificación familiar natural” (PFN; NFP en inglés), por las razones siguientes:

- el término “regulación”, si bien se ha utilizado para significar que podemos tanto aumentar como disminuir nacimientos, es demasiado biológico, mecánico, y puede hacer pensar que estamos hablando de un proceso, el de la fertilidad, que se encuentra “desregulado”, cuando de hecho se trata de un proceso fisiológico normal.
- es preferible también evitar términos como “diagnosticar” la ovulación o métodos de “autodiagnóstico de la fertilidad” porque se suelen “diagnosticar” enfermedades y la fertilidad es prueba de que la persona está sana.
- la palabra “planificar” no significa necesariamente evitar embarazos sino también favorecerlos. Cuando un matrimonio “planifica” una familia puede estar pensando en espaciar nacimientos o en favorecer un embarazo en un momento determinado, a la vez que tiene en cuenta tanto el valor trascendente de la paternidad como sus circunstancias personales y familiares. Todo esto es, de hecho, compatible con el concepto de “paternidad responsable” enseñado también por la Iglesia Católica, y que incluye la posibilidad de aumentar o limitar el tamaño de una familia. Karol Wojtyła, en su libro: *Amor y Responsabilidad*, hablaba efectivamente de “elegir para la procreación los momentos, en todo, más favorables” y, al referirse al varón y a la mujer que tienen relaciones sexuales, afirmaba que “han de saber en cada momento y cómo pueden tener un hijo porque son responsables de cada concepción ante sí mismos y ante la familia que van creando y van así

umentando”. El Papa Juan Pablo II afirmaba incluso, en su alocución a un grupo de estudios organizado por la academia pontificia de ciencias (18-11-1994): Este conocimiento ayuda a las parejas a lograr el embarazo o a evitarlo. Sería de interés general que los científicos fueran capaces de demostrar, mediante cuidadosos estudios y con la ayuda de muchos matrimonios, que los métodos naturales de regulación de la fertilidad o planificación familiar, son de fiar y eficaces, incluso en los casos de ciclos de ovulación muy irregulares. Los resultados de esta investigación, que han de darse a conocer a las parejas, pueden aumentar las opciones que tienen a disposición y, por tanto, ofrecer a los esposos y a las esposas la oportunidad de tomar decisiones importantes de modo libre y responsable, a través de un diálogo interpersonal respetuoso de la integridad de ambos cónyuges y fiel a sus convicciones religiosas y a su sensibilidad cultural. Este diálogo no puede menos que enriquecer y profundizar la comunión entre ellos”.

- el término de PFN tiene la gran ventaja de incluir la palabra FAMILIA y nos recuerda, en último término, que hagamos lo que hagamos, vamos a incidir en algo tan importante como la familia, en contraposición con “regular”, “diagnosticar”, “ser conscientes” o “reconocer” nuestra fertilidad.
- por último, el término de PFN se corresponde con lo utilizado en el resto del mundo tanto en francés (PFN) como en inglés (NFP) y es un término que el profesional sanitario y la población general (bastante desinformados ya en este campo) entienden más directamente.

Respecto a las palabras “signos y síntomas” de la fertilidad, presentes en la definición de PFN de la Organización Mundial de la Salud (OMS), es importante señalar siempre al público que son palabras realmente inadecuadas porque normalmente un signo o un síntoma en medicina, como la fiebre o un dolor, significan enfermedad subyacente y la fertilidad NO ES una enfermedad. Por ello, parece más aconsejable hablar de “indicadores” de la fertilidad, ya que la temperatura o la secreción cervical nos “indican” que una mujer es o no fértil en un momento determinado de su ciclo.

En inglés, se utiliza con cierta frecuencia el término de “fertility awareness” que significa “ser consciente de la fertilidad”. El concepto de que una persona sea consciente de su propia fertilidad es interesante y adecuado porque se asume que para ser responsable uno debe tener conocimiento de causa y en este caso, que uno debe reconocer algo que de hecho forma parte de su persona sexuada, es decir su fertilidad, para poderlo respetar y “administrar” o “gestionar” más autónoma y adecuadamente. Lamentablemente, este término de “fertility awareness” ha sido mal utilizado por ciertas instituciones públicas y organismos internacionales como la OMS. Contrariamente a la filosofía de quienes más tiempo llevan dando a conocer la Planificación Familiar Natural y que lo hacen acompañando a los matrimonios para que aprendan mejor a vivir la continencia periódica, difunden la utilización de la PFN aconsejando el uso del preservativo durante el período fértil. Además, el concepto

de “fertility awareness” tiene el inconveniente de ser incompleto para describir todo lo que hay detrás del conocimiento de la fertilidad y sus diversas aplicaciones.

Finalmente, hay que señalar que, desafortunadamente, sea cual sea el término que uno decida emplear para referirse a la PFN, puede acabar siendo mal utilizado.

En conclusión, nos basamos en las reflexiones siguientes para hacer posteriormente unas recomendaciones:

- 1) Es importante utilizar términos que faciliten la difusión de la PFN tanto en el ámbito sanitario como en el educativo y en el público en general. En este sentido resulta ventajoso utilizar términos ya conocidos y empleados también en otros países.
- 2) También es crucial que la nomenclatura respete al máximo la naturaleza de lo que queremos de hecho enseñar (en nuestro caso en el contexto de la paternidad responsable) y que tenga por ello un carácter educativo. En este sentido habría que evitar términos equívocos como “anticoncepción natural” o “método diagnóstico de la fertilidad”.
- 3) Hay que tener en cuenta que a veces un término determinado puede resultar más o menos afortunado al traducirse en una lengua diferente, con lo que cabe esperar que no siempre sea posible una uniformidad total.
- 4) Somos conscientes de que cualquier término puede posteriormente ser utilizado por algunas personas partiendo de presupuestos antropológicos diferentes, u obviando incluso cualquier base antropológica en la aplicación de la Planificación Familiar Natural. En este sentido, es responsabilidad nuestra transmitir siempre, lo mejor que podamos, el estilo de vida sustentado en el valor de la continencia periódica y de la paternidad responsable basado en la antropología de la persona, cuando se describe la fertilidad y/o la aplicación de estos conocimientos para favorecer, espaciar o evitar embarazos.

Las recomendaciones que hacemos son las siguientes:

- 1) Cuando se trata de hablar de la fertilidad en general, sin pretender enseñar la utilización concreta de los conocimientos sobre la fertilidad para favorecer, espaciar o evitar nacimientos, recomendamos la utilización de “**Reconocimiento de la fertilidad**” o de “**Conocimiento de la fertilidad**”. Se trata efectivamente de hablar de la fertilidad en general y en concreto de los “indicadores de la fertilidad” y evitaremos términos como signos y síntomas de fertilidad. El término de “Reconocimiento de la fertilidad” es especialmente interesante porque supone que uno debe darse cuenta de algo que forma parte de su ser como persona pero que quizás no conocía. Este término es especialmente apropiado siempre que se quiera dar una educación sanitaria en la población general o clases de educación de la afectividad y de la sexualidad a jóvenes. En este caso, el objetivo no es la planificación familiar (por ello no tiene sentido enseñar reglas de aplicación de ningún “método”) sino

el conocerse mejor para valorar positivamente, y en cierta manera admirar, el don de la fertilidad. Esta capacidad de admiración prepara mejor a los jóvenes para respetar su fertilidad y para cuidarla responsablemente.

- 2) Cuando los conocimientos anteriores se quieren aplicar para favorecer, espaciar o evitar nacimientos, se recomienda utilizar el término de “**Planificación Familiar Natural**” por ser más conocido, más internacional, por contener la palabra Familia y porque la “planificación” no es incompatible con una libre, generosa y responsable paternidad. Nos parece importante distinguir el conocimiento o “reconocimiento” de la fertilidad de la aplicación de este conocimiento para libre y conscientemente favorecer, espaciar o evitar embarazos.

Autores: Esperanza Coll, Jokin de Irala, Mikaela Menárguez, Montserrat Rutllant, Inmaculada Serrano, Fernando Trullols