

GPII e la pianificazione familiare naturale

di Simone E. Tropea

“

Gli sposi devono lasciarsi ispirare da una generosità prudente e consapevole, che valuta le possibilità e le circostanze, e soprattutto che sa porre al centro il bene stesso del nascituro.

Per pianificazione familiare naturale (PFN) si intendono le tecniche utili ad evitare gravidanze “indesiderate” che non danneggiando, più o meno gravemente, il corpo della donna, operano per mezzo dell’osservazione dei segni e dei sintomi durante la fase fertile o infertile del ciclo mestruale della donna.

È implicito nella definizione, che quando si pratica coscientemente per evitare la gravidanza, ciò che si richiede, è che nella fase fertile ci si astenga dall’atto sessuale.

San Giovanni Paolo II espresse la sua gratitudine a quegli scienziati che aprivano un cammino opportuno per vivere quella che il beato Paolo VI aveva definito la “paternità responsabile”. Karol il Grande disse: «Il pensiero cattolico è sovente equivocado, come

se la Chiesa sostenesse un’ideologia della fecondità ad oltranza, spingendo i coniugi a procreare senza alcun discernimento e alcuna progettualità. Ma basta un’attenta lettura dei pronunciamenti del Magistero per constatare che non è così. Nel prendere la decisione di **generare o di non generare** gli sposi devono lasciarsi ispirare non dall’egoismo né dalla leggerezza ma da una generosità prudente e consapevole, che valuta le possibilità e le circostanze, e soprattutto che sa porre al centro il bene stesso del nascituro.

Quando dunque si ha motivo per non procreare **questa scelta è lecita**, e potrebbe persino essere doverosa.

Resta però anche il dovere di realizzarla con criteri e metodi che

rispettino la verità totale dell'incontro coniugale nella sua dimensione unitiva e procreativa, quale è sapientemente regolata dalla natura stessa nei suoi ritmi biologici ^❶».

Quindi, in questa logica di responsabilità, alla quale, in generale, va educata la sessualità della persona, si comprende l'urgenza che l'efficacia del metodo *sinto-termico*, molto più alta di qualsiasi altro metodo contraccettivo, faccia sì che questo venga spiegato e conosciuto il più possibile, dalle donne e dalla coppia tutta.

Di cosa si tratta? "Sinto" si riferisce al muco cervicale, che cambia per l'influenza dell'estrogeno, uno degli ormoni riproduttivi della donna. "Termico" si riferisce invece alla temperatura basale, che aumenta quando avviene l'ovulazione.

Identificare questi due segnali basilici, è fondamentale per conoscere la fase fertile della donna.

L'efficacia del metodo sinto-termico è del 98-99%. Il che vuol dire che in un anno, su 100 donne che lo utilizzano, si registrano da 1 a 2 gravidanze.

Tutti i metodi anticoncettivi, generalmente utilizzati, hanno un'efficacia di gran lunga inferiore. Per non parlare della dannosità di alcuni metodi per il corpo femminile, e del fatto che molti cosiddetti "anticoncettivi" sono invece medicinali e metodi propriamente abortivi.

Simone

❶ Angelus del 17/luglio/1994:
http://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/it/angelus/1994/documents/hf_jp-ii_ang_19940717.html