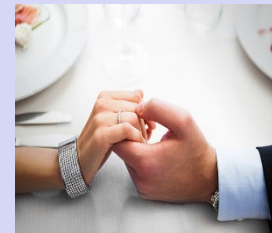


Sexualidad, maternidad y paternidad responsable



Revolución sexual: Ruptura o separación entre:

- **Sexualidad genitalidad y matrimonio**
- **Sexualidad y procreación**
- **Sexualidad y amor**
- **Procreación y matrimonio**
- **Procreación y paternidad**
- **Procreación y maternidad**
- **Sexualidad y matrimonio**





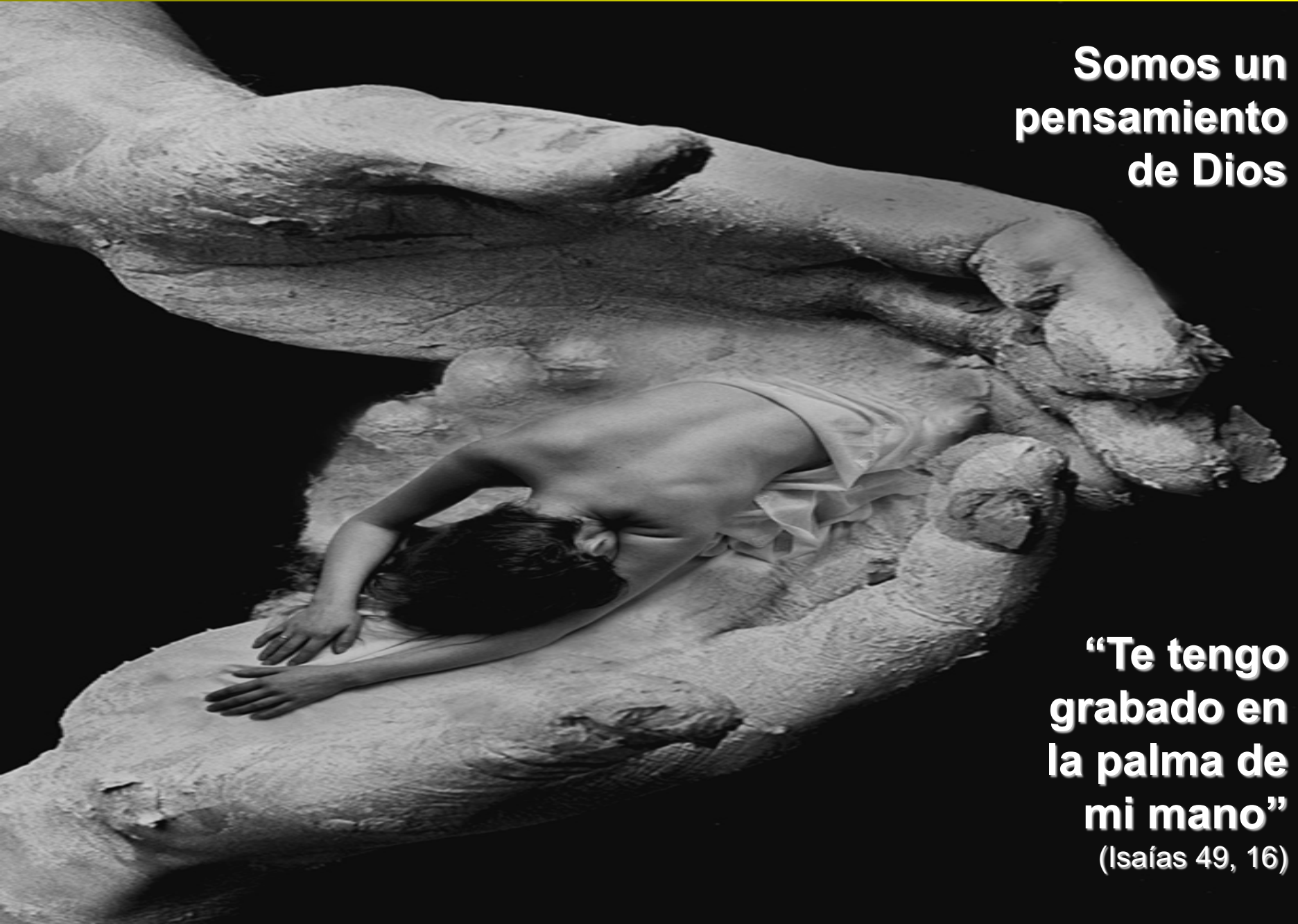
¿Quién soy yo?

**¿Qué quiero
en la vida?**

Un proyecto de Dios

**Somos un
pensamiento
de Dios**

**“Te tengo
grabado en
la palma de
mi mano”
(Isaías 49, 16)**



El Misterio se comunica a través de la realidad

- 
- **Dios** no nos deja solos. Él se hace **presente** de muchas formas, a través de circunstancias y acontecimientos. Pero, a menudo, nos falta una mirada adecuada sobre la realidad para descubrir a Cristo en nuestras vidas.
 - **El cuerpo** es como es, con **sus ritmos**, su funcionamiento, su debilidad; la realidad impone también la diferencia **hombre-mujer**, evidenciando su complementariedad. Ante esta realidad caben dos opciones:
 - ✓ **rendirse a cualquier ideología que manipula el cuerpo.**
 - ✓ **preguntarse qué hay de bueno en esta realidad, buscando las fuentes del amor verdadero que responden al porqué estamos hechos así.**

Varón y mujer

*Y creó Dios al hombre a su
imagen, a imagen de Dios
lo creó, varón y mujer los creó”*

Gn 1,27



¿Qué es la sexualidad?



La sexualidad es:

Ser y estar en el mundo como hombre y como mujer, capaz de amar con el corazón y con el cuerpo

Distinguir entre sexualidad y genitalidad



✓ La sexualidad abarca a toda la persona y debe estar al servicio del amor.

✓ La genitalidad es sólo una pequeña parte de la sexualidad referida a los órganos genitales.

Somos cuerpo y alma



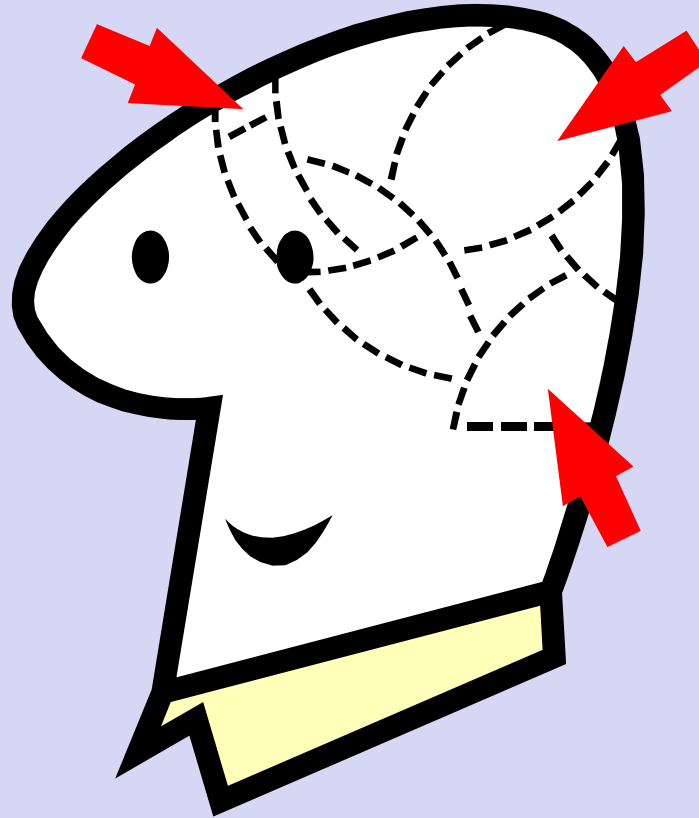
El varón



La mujer

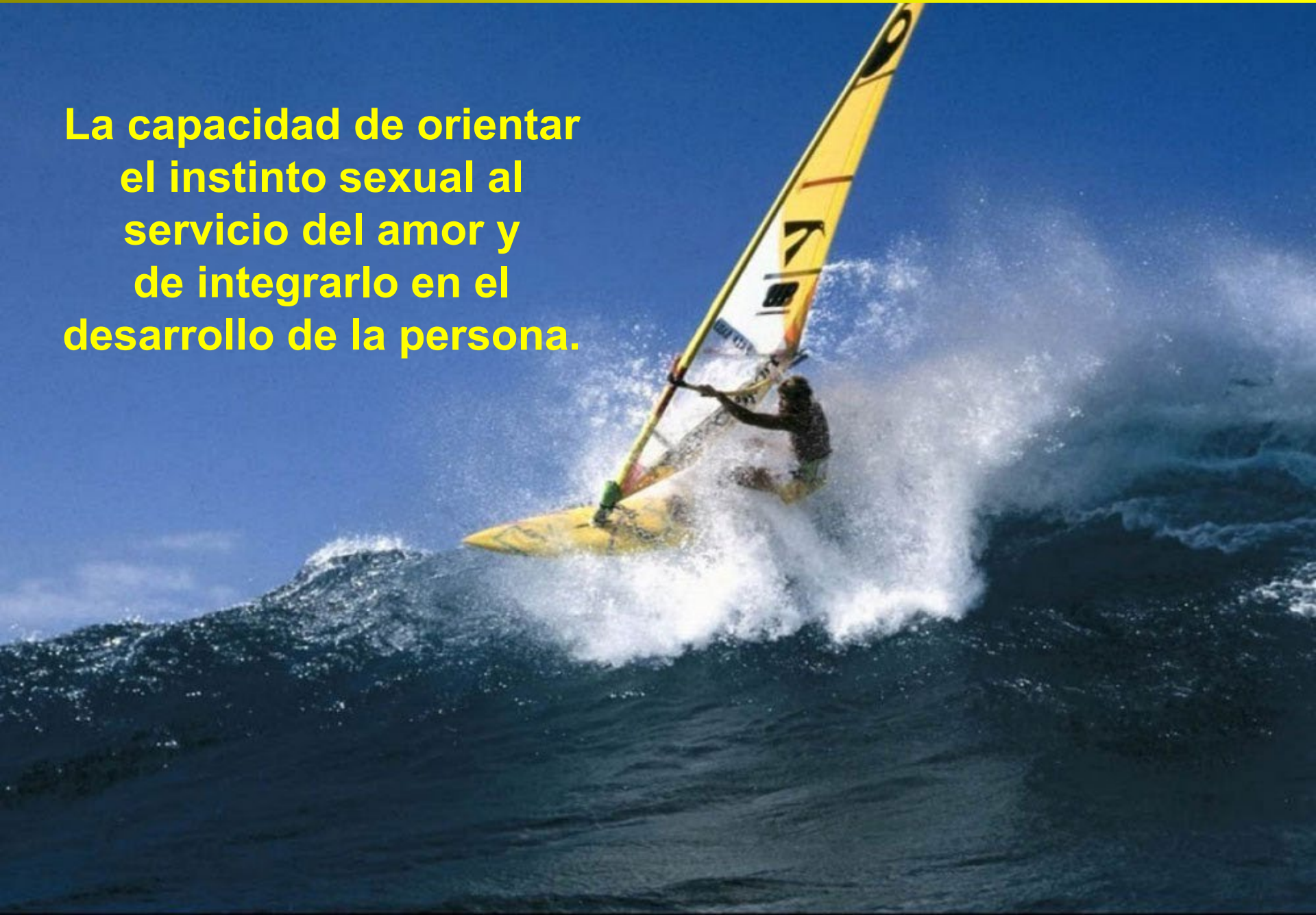


El cerebro: principal órgano sexual



Es necesaria para amar

La capacidad de orientar
el instinto sexual al
servicio del amor y
de integrarlo en el
desarrollo de la persona.



Dimensiones de la entrega del ser humano

- ✓ **Llamado a ser amado y dar amor.**



- ✓ **Llamado a procrear, a dar vida.**



Etapa del amor maduro



Matrimonio

*Yo.... me entrego a ti y te recibo y prometo serte fiel,
en las alegrías y en las penas, en la salud y en la enfermedad,
y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.*

Dimensiones de la relación sexual

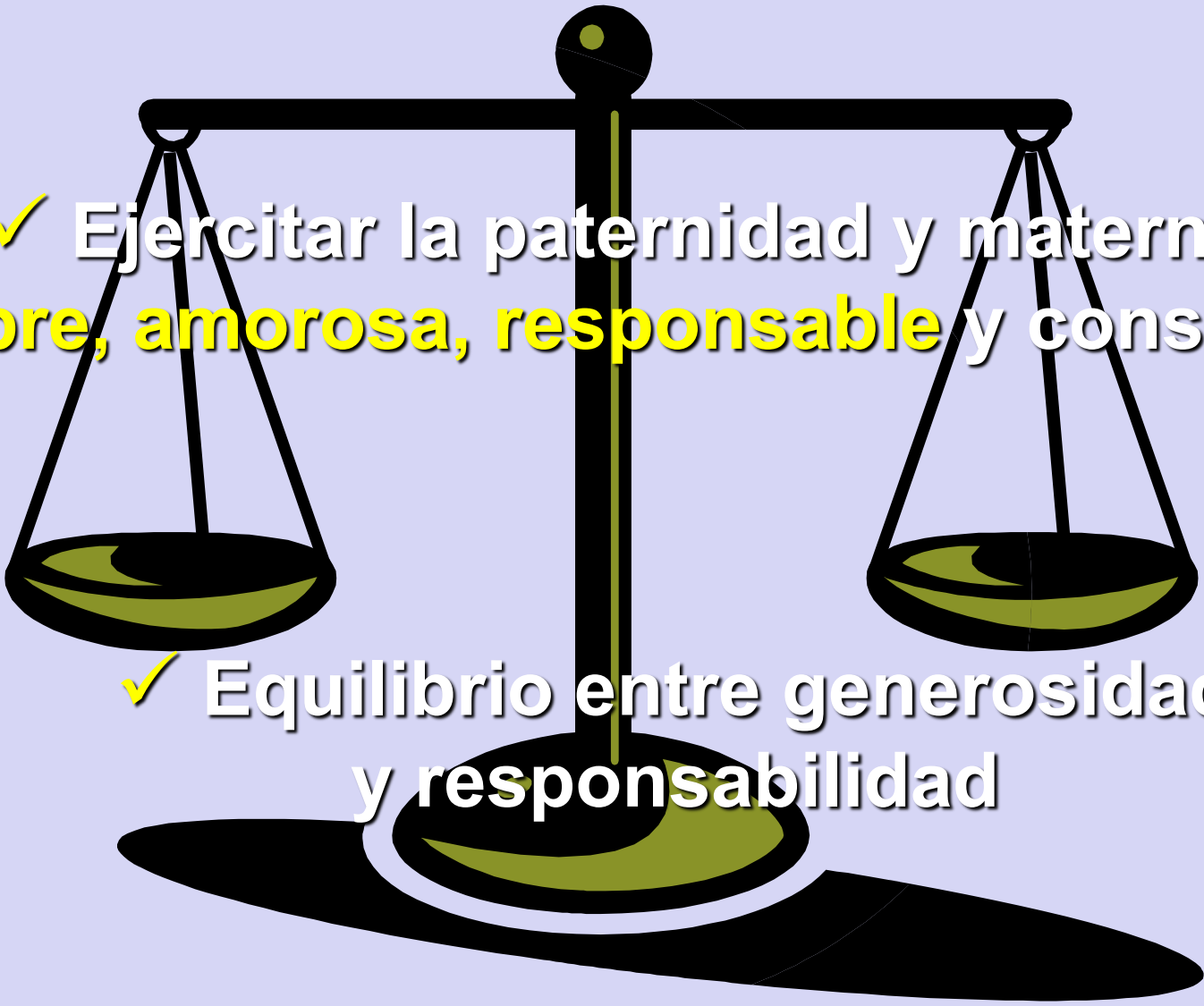
❖ Unión

❖ Yo soy tuyo irrevocablemente y para siempre

❖ Procreación

❖ Estamos dispuestos a recibir el fruto de nuestra unión

Paternidad responsable



✓ Ejercitar la paternidad y maternidad
Libre, amorosa, responsable y consciente.

✓ Equilibrio entre generosidad
y responsabilidad

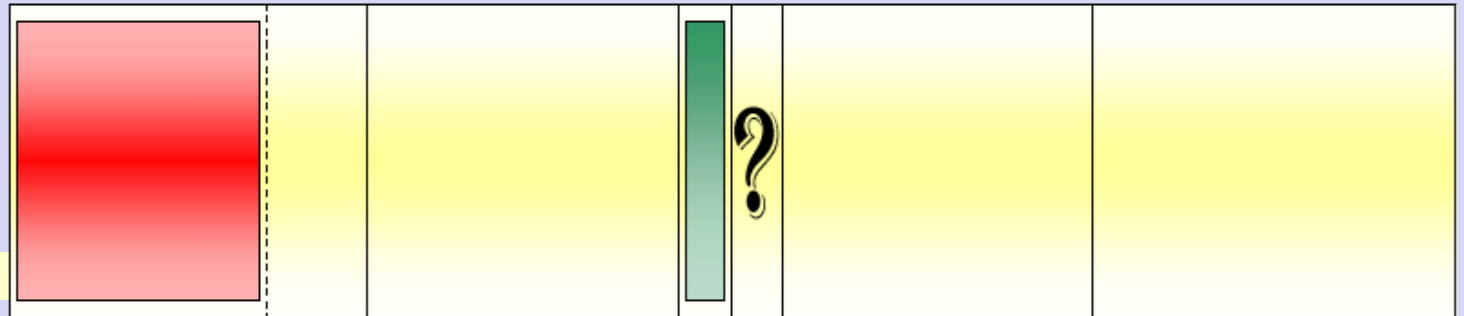
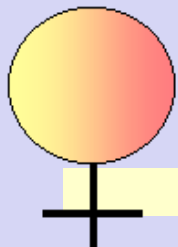
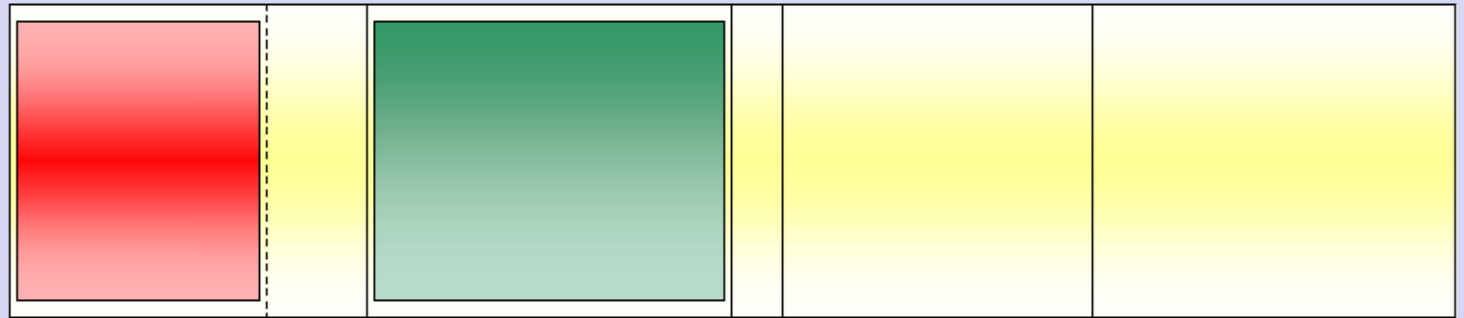
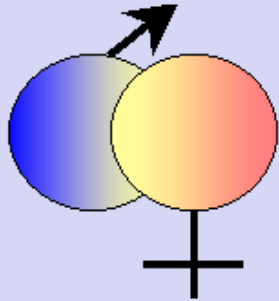
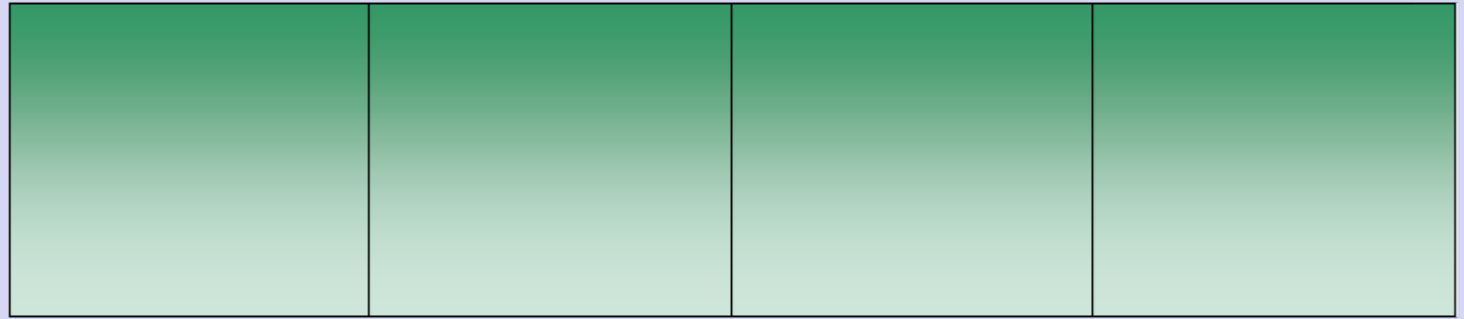
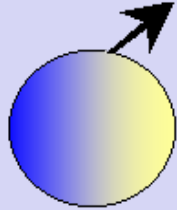
Paternidad responsable

**La decisión de tener un hijo
ha de valorar el bien de:**

- ✓ ... el matrimonio
- ✓ ... los hijos ya nacidos
- ✓ ... los hijos por nacer
- ✓ ... la sociedad



La fertilidad de la pareja humana



... ¡de los dos!

SEXUALIDAD

FERTILIDAD

... ¡es cosa
de los dos!

Vivir la fertilidad

**CONOCER LA
FERTILIDAD**

ACOGERLA

CUIDARLA

ADMIRARLA

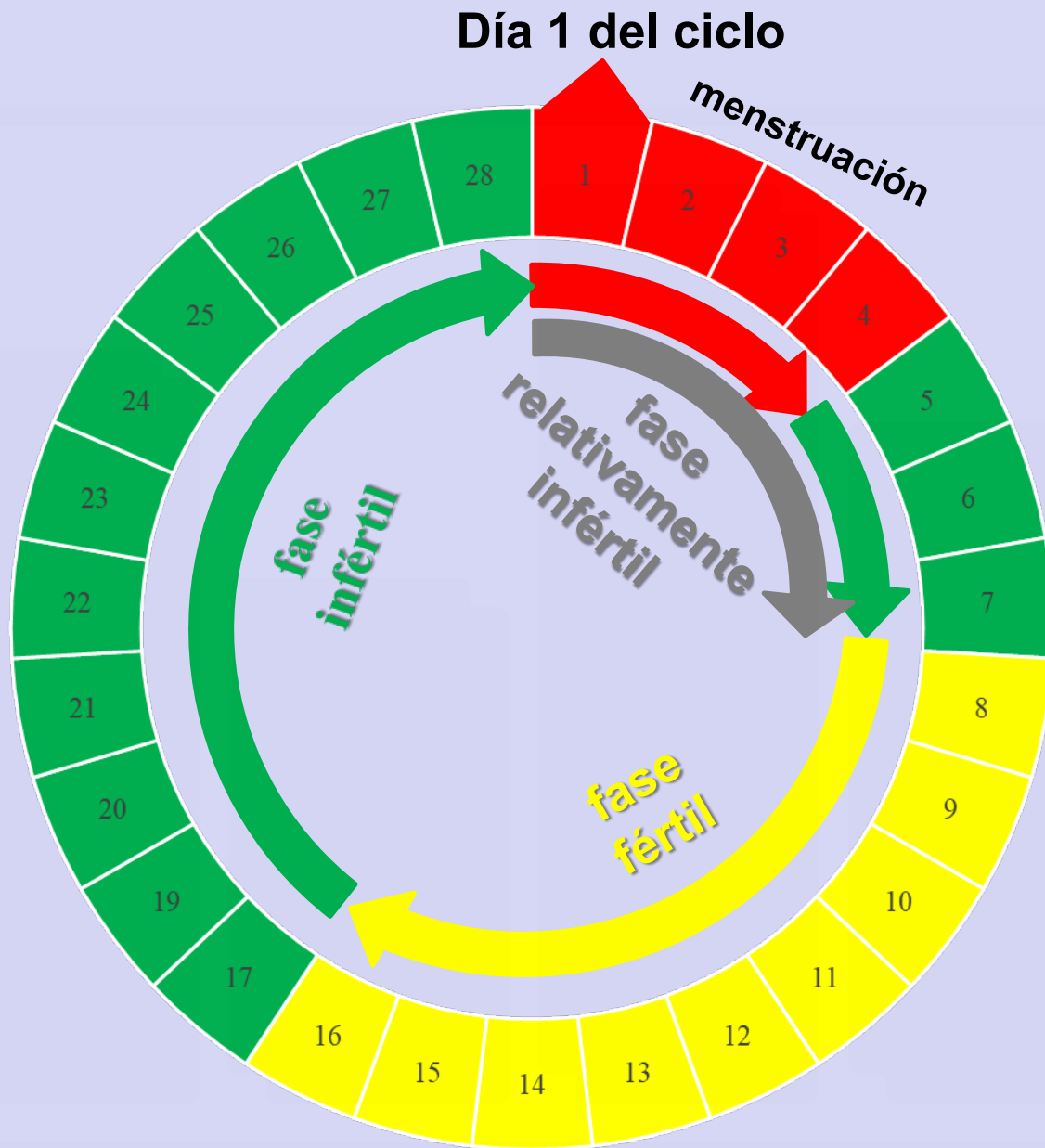
VALORARLA

INTEGRARLA

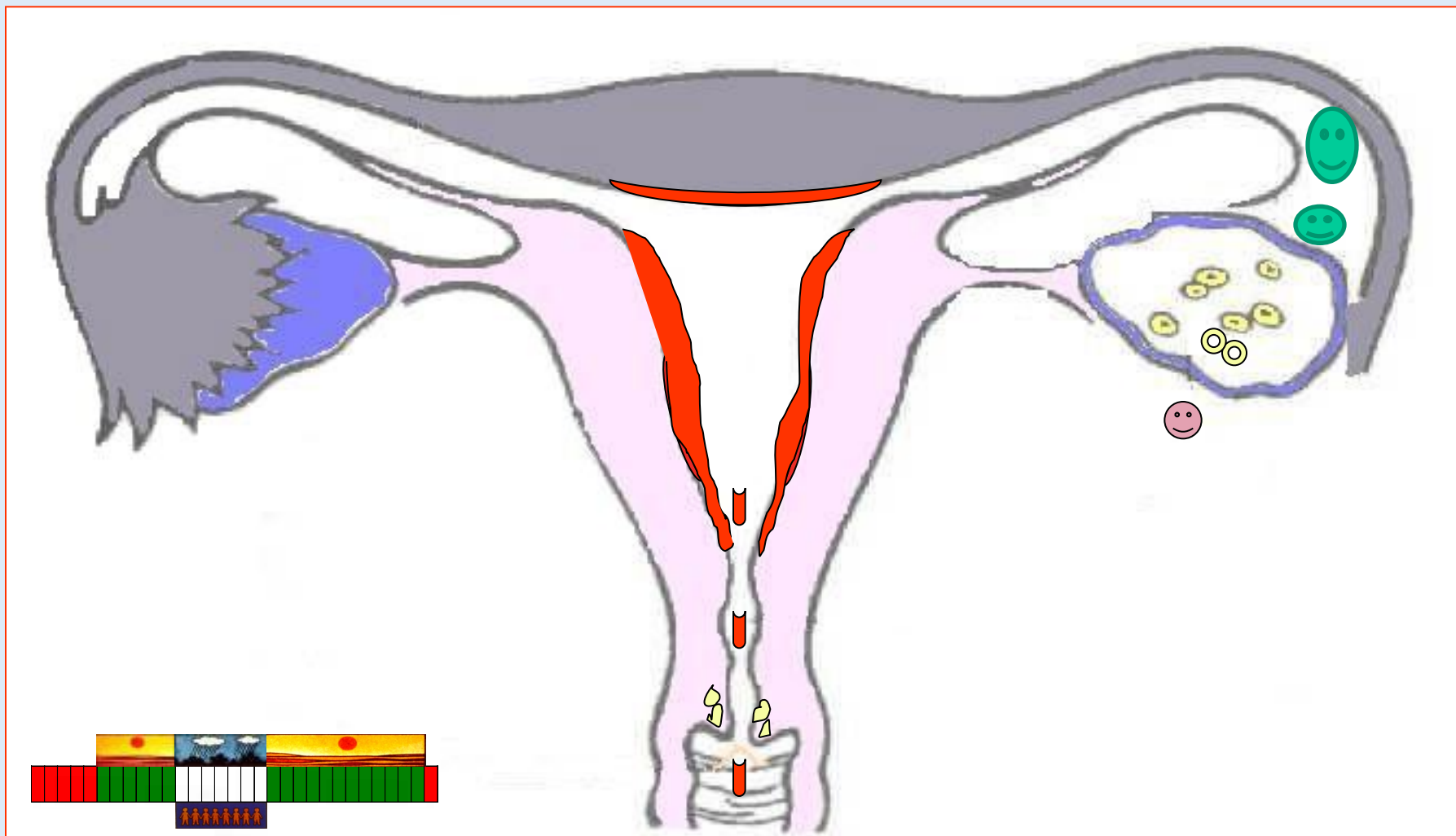
A central blue oval with a black outline contains the text "VIVIR LA FERTILIDAD" in bold black and white. Six blue arrows with black outlines point outwards from this central oval to six red text labels: "CONOCER LA FERTILIDAD" (top-left), "ACOGERLA" (top-right), "CUIDARLA" (middle-right), "INTEGRARLA" (bottom-right), "VALORARLA" (bottom), and "ADMIRARLA" (bottom-left).

**VIVIR LA
FERTILIDAD**

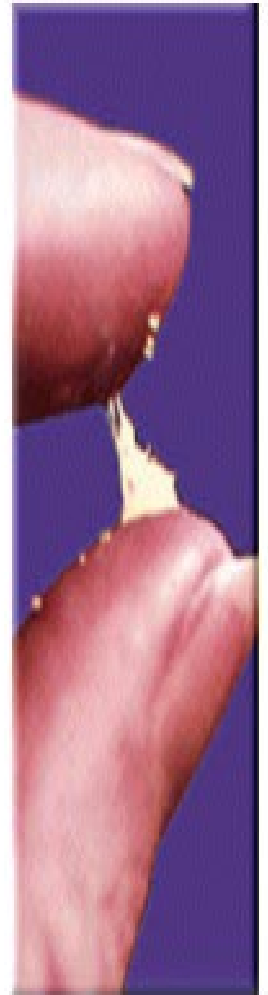
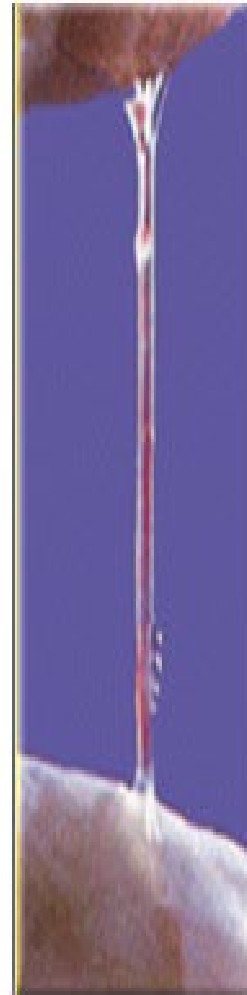
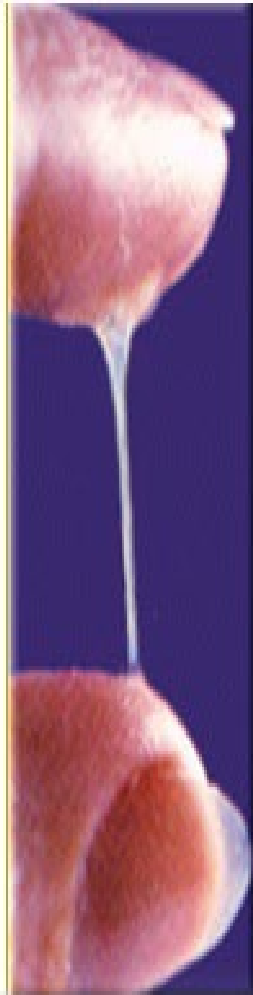
El ciclo menstrual



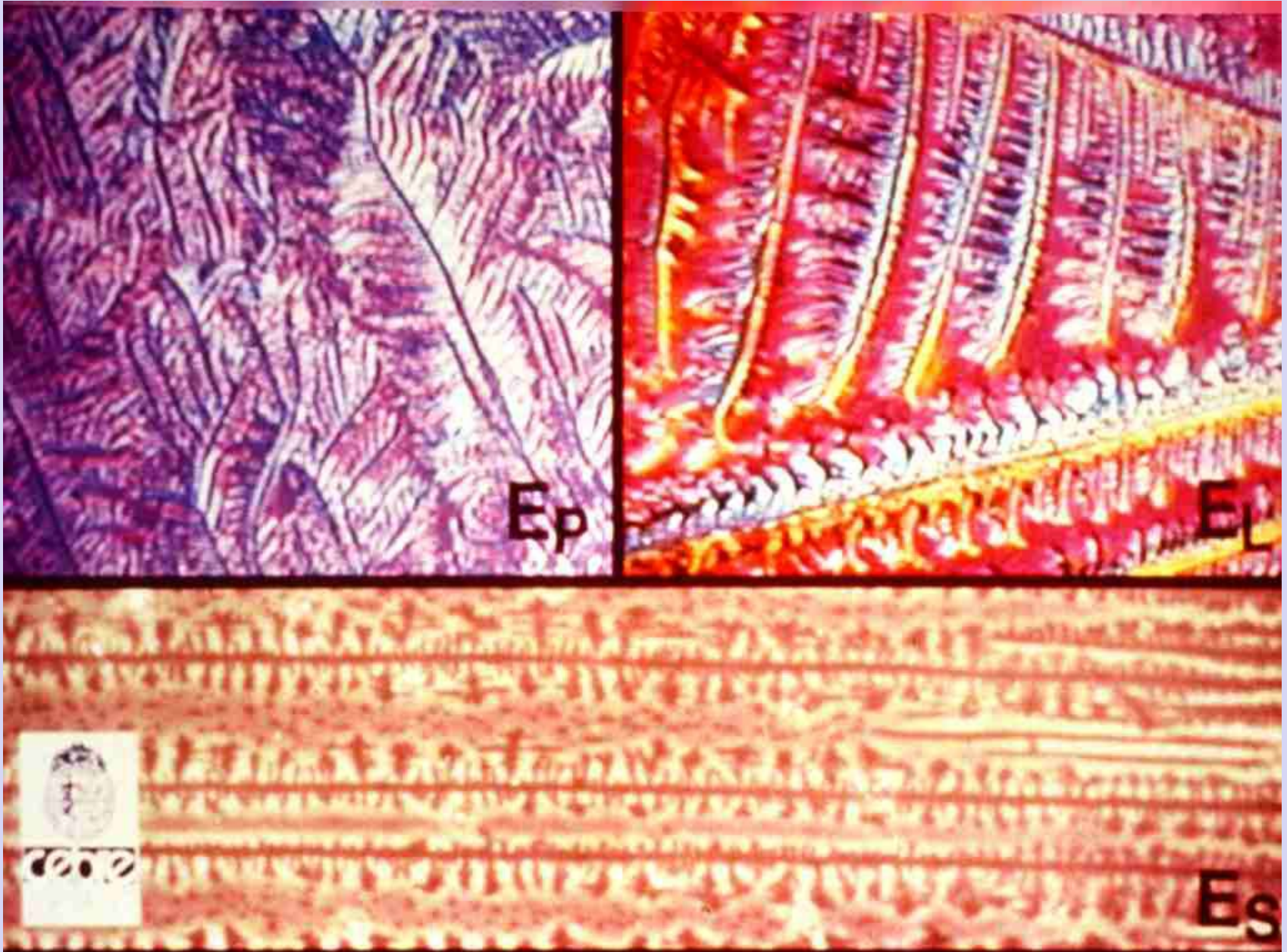
El ciclo menstrual



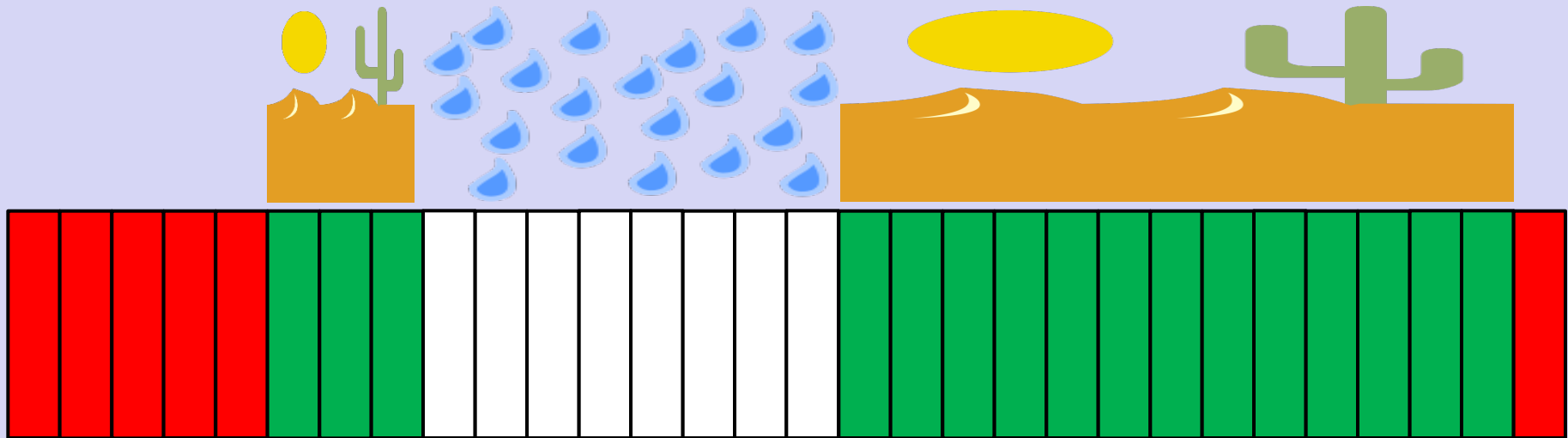
Moco o flujo cervical



Moco o flujo cervical



El ciclo menstrual



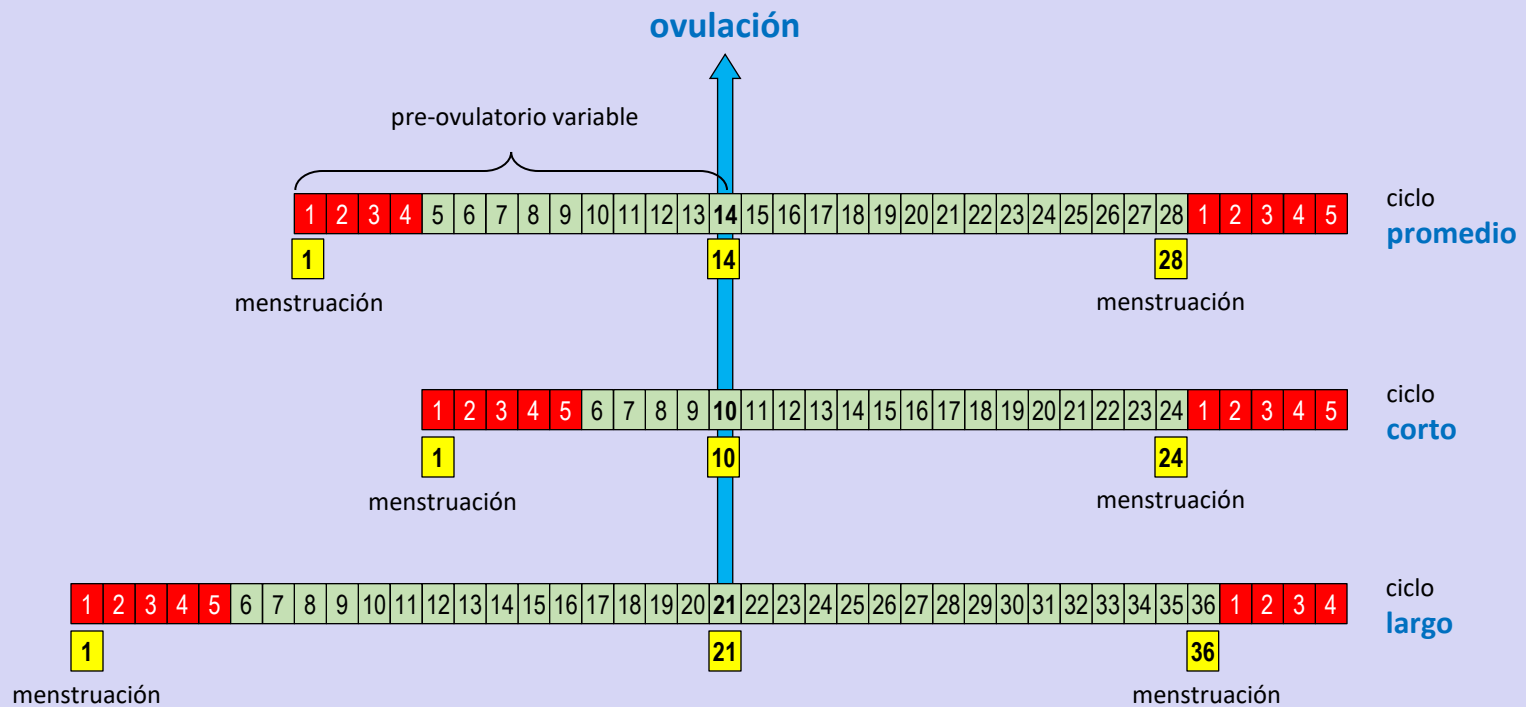
Probabilidad de concepción y ciclos vitales

La probabilidad de concepción (en un año), si no se utiliza un método anticonceptivo es:

- ✓ **Mujeres jóvenes: 80%**
- ✓ **Mujeres 40 años: 40-50%**
- ✓ **Mujeres 45 años: 10-20%**
- ✓ **Mujeres 50 años: 0-5%**

Fuente: A. Flynn, *El climaterio*

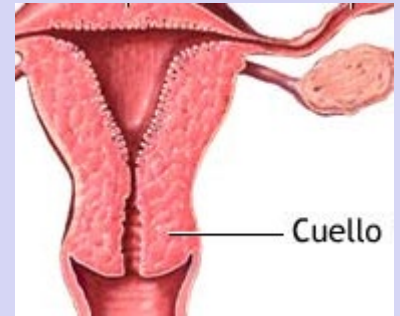
Duración del ciclo menstrual



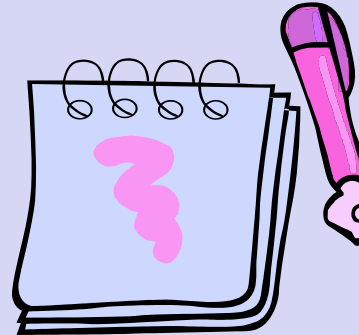
Los signos de la fertilidad



**Moco
Cervical**



**Palpación
del Cuello**



**Cálculo
Modificado**



**Temperatura
Basal**



Otros Síntomas

¿Qué necesito?

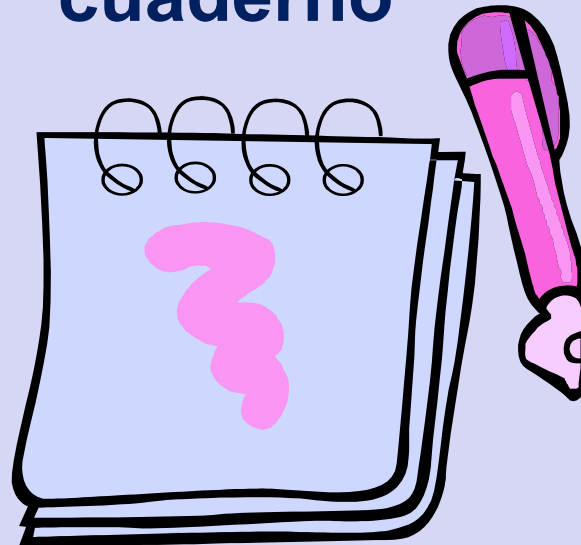
Un
termómetro



Tiempo



Un
cuaderno



Gráfica del método sintotérmico

GRÁFICO SINTOTÉRMICO

acodiplan - 2005 forme

OBJETIVO:

- ☐ Autoconocimiento del ciclo
- ☐ Evitar el embarazo
- ☐ Quedar embarazada

CLAVE

- MENSTRUACIÓN
- DÍA SECO, SIN MOCO
- COMIENZO DE LOS DÍAS PROBABLEMENTE FÉRTILES
- f MOCO DE TIPO f
- F MOCO DE TIPO F
- X DÍA PICO
- 1 2 3 DÍAS DESPUÉS DEL DÍA PICO

DÍAS DEL CICLO MENSTRUAL . . .

SENSACIÓN Y APARIENCIA DEL MOCO

Ciclo más corto conocido
Longitud del ciclo

27
30

Vía de toma de la temperatura
Hora de toma de la temperatura

O V R
VAG 9h

Historia n°:
KH



Métodos y eficacias

MÉTODOS DE CONOCIMIENTO DE LA FERTILIDAD	SIGNO OBSERVADO	EFICACIA TEÓRICA	EFICACIA PRÁCTICA	CRITERIOS DE SELECCIÓN
Billings	Moco cervical	97,2 %	85%	Eficacia. Efectos secundarios. Reversibilidad. Aceptabilidad por ambos miembros de la pareja. Aspecto ético-moral.
Sintotérmico	Tª, moco cervical, cuello, cálculo modificado	99,6%	97%	
MELA	Lactancia completa, bebé, sangrados	98%	92,8%	
MÉTODOS CONTRACEPTIVOS	MECANISMO DE ACTUACIÓN			
Preservativo masculino	Barrera: impide entrada de espermatozoides al útero	98%	85%	
Preservativo femenino		95%	79%	
Diafragma		94%	84%	
Esponja vaginal		91-80%	84-68%	
Anticoncepción oral	Suele inhibir la ovulación. Modifica la secreción cervical (barrera para espermatozoides). Modifica el endometrio.	99,7%	92%	
Anticoncepción inyectable		99,95%	97%	
DIU	Modifica endometrio y secreción cervical. Efecto espermicida y embriotóxico.	99,4%	99,2%	
Espermicidas	Alteran motilidad de trompas. Tóxico para espermatozoides.	82%	71%	
Ligadura de trompas	Impide unión de gametos.	99,5%	99,5%	
Vasectomía	Impide salida de espermatozoides.	99,9%	99,85%	
Coito interrumpido	Eyacuación fuera de la vagina.	96%	73%	

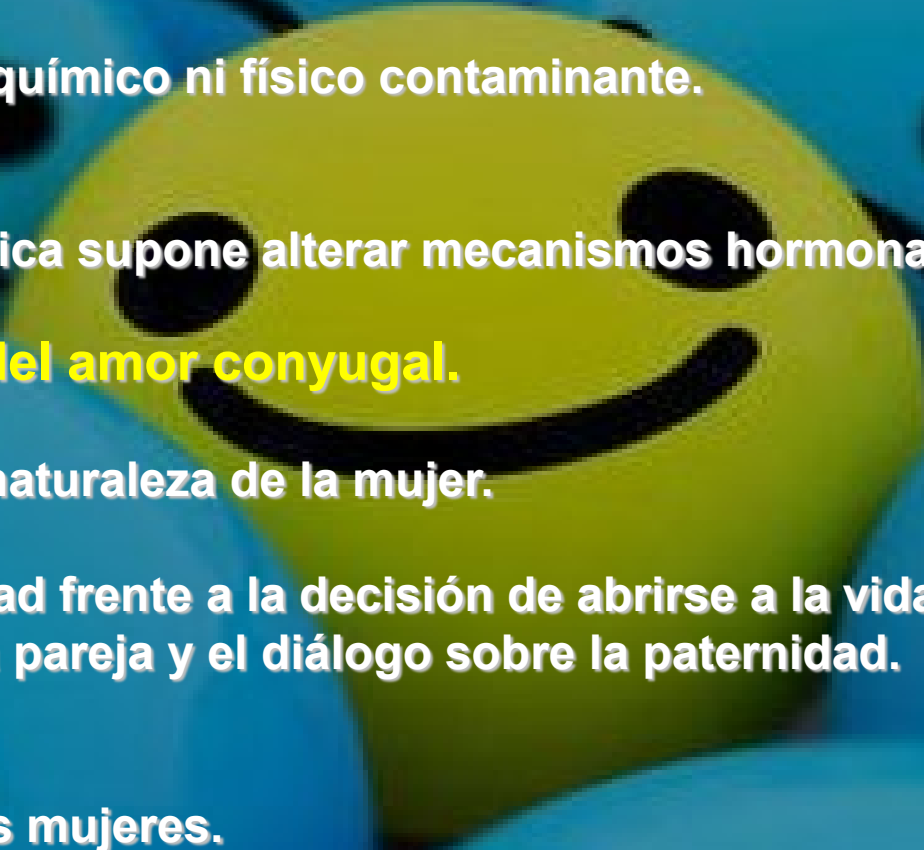
Fuente: Sexualidad, Vida y Salud. Jokin de Irala, Ignacio Gómara e Inmaculada Serrano. // Fuente de eficacias: OMS, 2005

Una forma de vida

- ✓ Los MPFN son más que un método, son una forma de vida, que sin querer redunda también en los hijos.
- ✓ No olvidemos que también son la propuesta de la Iglesia para vivir plenamente la sexualidad en el matrimonio cristiano, y es una propuesta para todos.



Ventajas de vivir los MPFN

- **Son eficaces.**
Bien aprendidos y bien aplicados son muy eficaces (OMS).
También la concepción en caso de búsqueda de embarazo
 - **Son baratos.**
 - **Son ecológicos.**
No implican ningún elemento químico ni físico contaminante.
 - **Son saludables.**
La anticoncepción farmacológica supone alterar mecanismos hormonales.
 - **Promueven el crecimiento del amor conyugal.**
 - Purifican el amor.
 - Aumenta el respeto hacia la naturaleza de la mujer.
 - Se madura el autocontrol.
 - Aumenta la corresponsabilidad frente a la decisión de abrirse a la vida.
 - Mejora la comunicación en la pareja y el diálogo sobre la paternidad.
 - **Son fáciles de aprender.**
Los pueden aprender todas las mujeres.
- 

Un don

**Un hijo siempre es un don,
un regalo infinito para la eternidad.**

NUNCA es un fallo.

Fecundidad del amor



**El amor
siempre es
fecundo.**

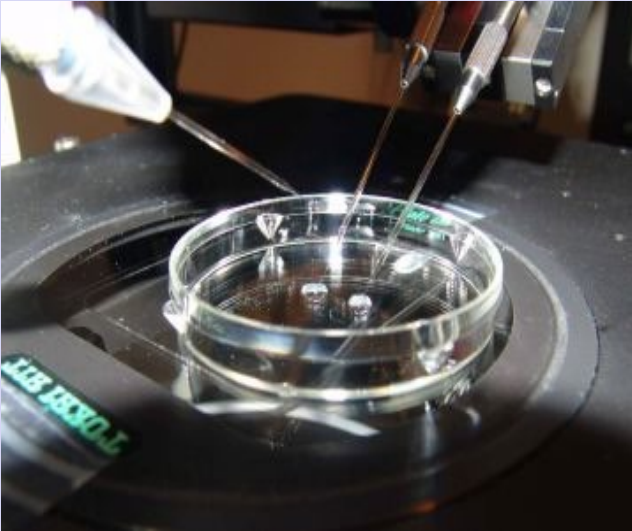
Down



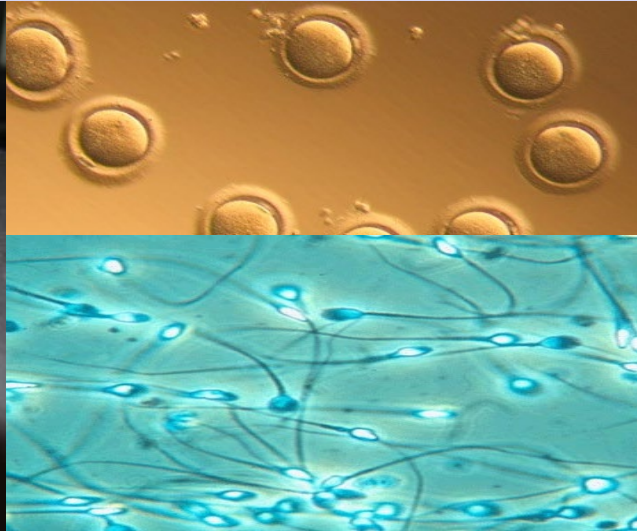
***Quien
defiende
la vida
genera vida
y alegría***

Negocios que comercian y manipulan la vida humana

Fecundación in vitro



Donación de óvulos y espermia



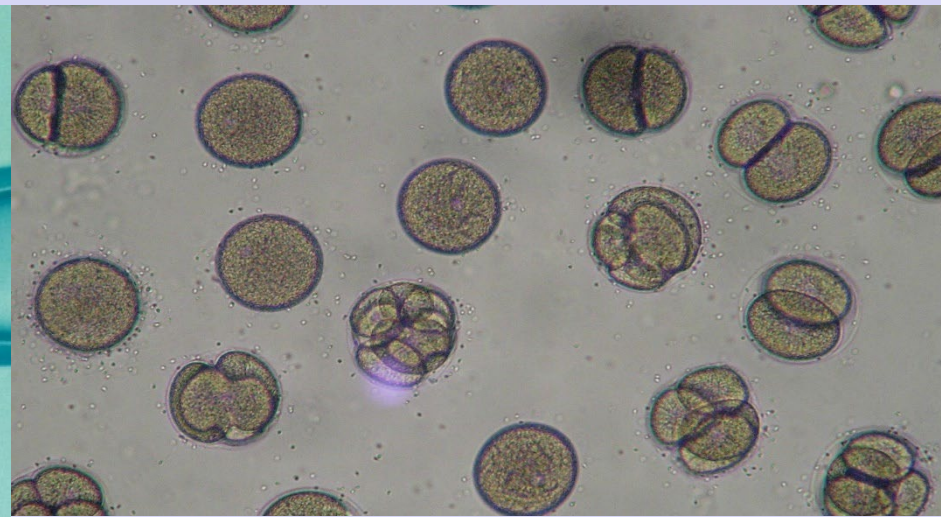
Ventre de alquiler



Experimentación con embriones

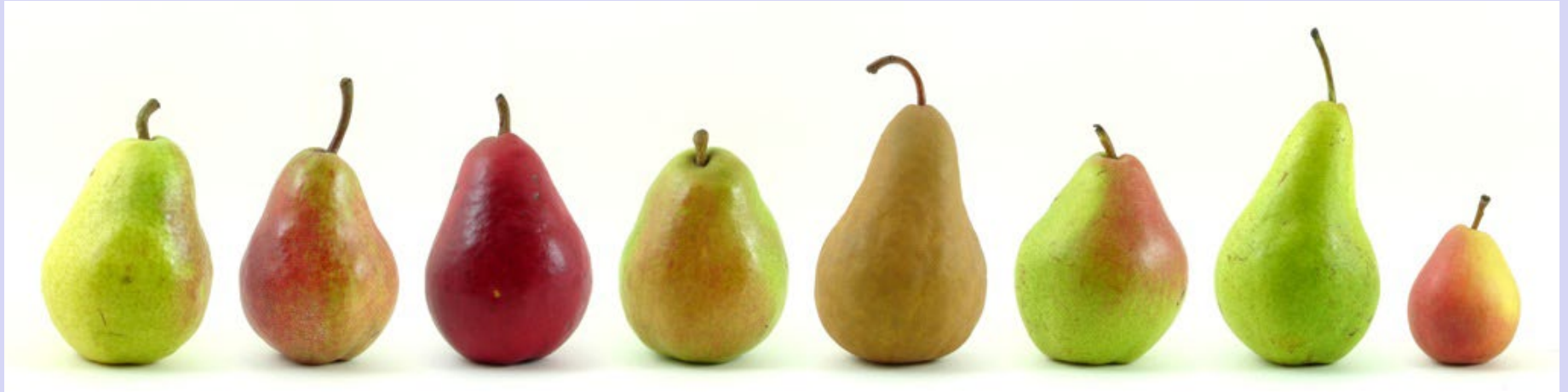


Bebés medicamento



Vocación del matrimonio

Cada matrimonio tiene una
vocación o **misión** concreta



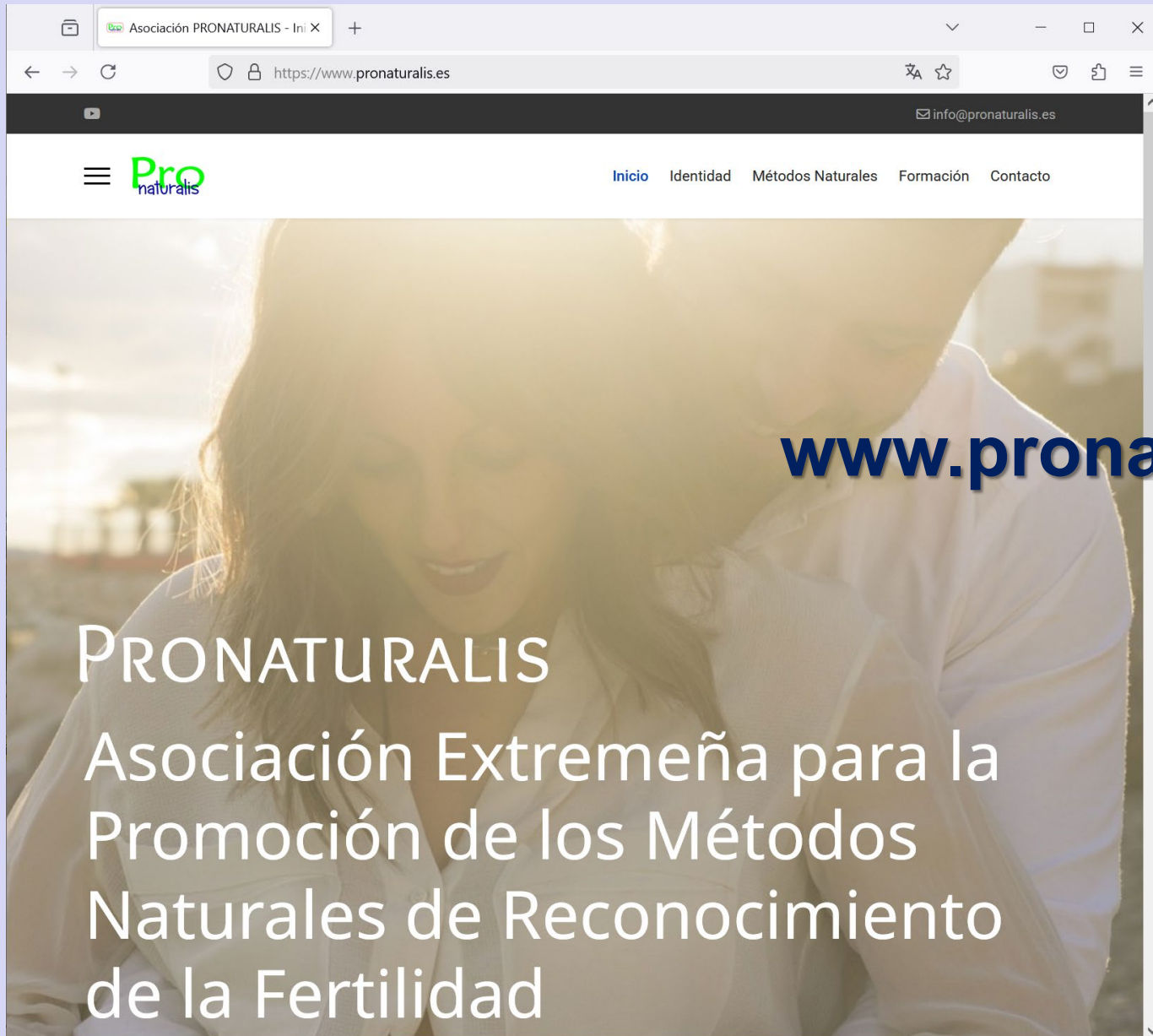
Aprendizaje de los MPFN



“Estamos enseñando a nuestros mendigos, a nuestros enfermos de lepra, a nuestros habitantes de los bajos fondos, a la gente de la calle, la planificación natural familiar. Nuestra pobre gente entiende. Pienso que, si nuestra pobre gente lo puede hacer, mucho más lo podréis hacer vosotros y todos los otros”

Madre Teresa de Calcuta
Discurso de recepción del
Premio Nobel de la Paz
Oslo, 1979

Aprendizaje de los MPFN: PRONATURALIS



www.pronaturalis.es

Centro de Orientación Familiar de la Diócesis



www.centrofamiliarcc.es