

EL MÉTODO DE OVULACIÓN BILLINGS Y SU APORTE ESPECÍFICO A LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

BILLINGS OVULATION METHOD AND ITS CONTRIBUTION TO FAMILIAR PLANIFICATION

Pía Bustamante Barahona¹

Universidad Católica de la Santísima Concepción
<https://orcid.org/0000-0002-4035-8803>

Recibido: 18.04.2021

Aceptado: 20.08.2021

<http://dx.doi.org/10.21703/2735-6345.2021.23.02.006>

Resumen

La planificación familiar es un tema de gran relevancia social y religiosa. Las políticas sociales, por su parte, consideran la fecundidad por su directa relación con la cultura, la economía, la planificación y el desarrollo de un país. También, la Iglesia Católica considera este aspecto para el acompañamiento y asesoramiento integral a las familias católicas. Este artículo busca presentar un método de planificación familiar natural, llamado Método de Ovulación Billings (MOB), y su relación con la doctrina católica sobre la familia. El tema se presenta en tres secciones, la primera presenta el Método de Ovulación Billings, su origen, estudios que lo avalan y cómo se constituyen sus organizaciones a nivel internacional. Luego se presenta el abordaje de la procreación y la planificación familiar, según los documentos del Magisterio de la Iglesia. Para terminar, se analiza el Método de Ovulación Billings y su aporte práctico a la doctrina católica.

Palabras clave: Planificación Familiar, Familia, Método de Ovulación Billings, Amor conyugal, Magisterio de la Iglesia.

Abstract

Familiar planning is a topic of great social and religious relevance. Social policies consider fecundity because of its direct relationship with cultural, economic, planning, and social developmental aspects. Also, Catholic Church takes an active role in this

¹ Licenciada en Enfermería, Magíster en Dirección de Recursos Humanos y Habilidades Directivas, Académica de la Facultad de Estudios Teológicos y Filosofía, Universidad Católica de la Santísima Concepción. Correo electrónico: piabustamante@ucsc.cl

subject by accompanying Catholic families. The following article aims to present the Billings Ovulation Method (MOB) and its connection with Catholic doctrine about family. The topic is presented in three sections. The first section presents the Billings Ovulation Method, its origins, studies that support it and how it is organized internationally. Following the latter, an approach of procreation and family planning according to the documents of the Church's magisterium is developed. Finally, this paper presents an analysis of the Billings Ovulation Method and its practical contribution to Catholic doctrine.

Keywords: Familiar Planning, Family, Billings Ovulation Method, Conjugal Love, Church Magisterium.

1. Introducción

La familia es la base de la sociedad, en ella se da origen a nuevas vidas como consecuencia de la prolongación del amor verdadero, un amor basado en la entrega en totalidad, y por consiguiente marcado por la unión fiel y fecunda. La familia a su vez tiene una importancia insustituible, pues es el lugar en donde cada persona tiene sus primeras experiencias, incluso dentro del vientre materno, teniendo estas un impacto positivo o negativo en el desarrollo social posterior de cada individuo.

A medida que la persona va creciendo y desarrollándose, tanto biológica como psicológica, espiritual y socialmente, la familia juega un rol fundamental en el desarrollo psicosexual, así como también en el desarrollo de la conciencia moral, aportando de manera distintiva en las diversas etapas del ciclo vital. Es de esta manera como muchos hábitos y costumbres son traspasados a través de la familia. En ella se cultivan valores tan trascendentales como la fidelidad, la indisolubilidad, la paternidad, la reciprocidad, la responsabilidad, el amor incondicional, entre otros.

La sociedad también reconoce el valor de la familia, no sólo como una unidad estructural y jurídica, sino como una institución central en el desarrollo de la sociedad, siendo las familias destinatarias de diversas políticas y estrategias a favor del bien común. Es importante destacar que la familia no nace a partir de aspectos legales, sino que se origina desde la misma naturaleza humana, siendo una vocación para cada persona. La Iglesia, por su parte, teniendo en consideración este aspecto fundamental, siempre ha promovido la familia, señalándola como una comunidad íntima de vida y amor. Dentro de este marco, la Exhortación Apostólica *Familiaris Consortio* se refiere a la familia destacando lo siguiente:

“El matrimonio y la familia cristiana edifican la Iglesia; en efecto, dentro de la familia la persona humana no sólo es engendrada y progresivamente introducida, mediante la educación, en la comunidad humana, sino que mediante la regeneración por el bautismo y la educación en la fe, es introducida también en la familia de Dios, que es la Iglesia”.²

La mayoría de los problemas que enfrenta la familia en la actualidad se encuentran, principalmente, dentro del ámbito sociocultural. Entre estos se destacan, la promoción de una cultura de lo desechable, el individualismo, la fragilidad de los vínculos familiares, exclusión del significado procreativo en el acto conyugal y la sustitución del rol de la familia como principal educador en sexualidad.

A los cambios socioculturales mencionados anteriormente, se suman políticas públicas y aspectos legales que han desplazado a la familia como pilar fundamental y la disminución sostenida en la tasa de natalidad a nivel global en Chile, siendo esta en el año 2018 de 1,6 hijos por mujer³, fenómeno que se ha visto altamente potenciado por el aumento en el uso de los métodos de regulación de la fertilidad. Actualmente, existe una amplia gama de opciones asociadas con la regulación de la fertilidad, teniendo estas diversas valoraciones éticas, lo cual ha significado un gran desafío para la Iglesia Católica y que ha sido abordado a través de la búsqueda de una alternativa que no separe el fin unitivo y procreativo del acto conyugal. Bajo estas consideraciones se encuentra el Método de Ovulación Billings, el cual, además de poseer variados beneficios para la salud, fomenta la paternidad responsable, favorece el conocimiento del cuerpo y el reconocer al otro como persona, contemplando todos sus niveles de acción, biológico, psicológico, espiritual y social. Este método es el que se desarrollará en este artículo.

² JUAN PABLO II, *Exhortación apostólica Familiaris Consortio; sobre la misión de la familia cristiana en el mundo actual*, Editorial Vaticana, Roma 1981, nro. 15. En adelante, FC.

³ INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA, *Anuario EEVV 2018*, 3, en: https://www.ine.gob.cl/docs/default-source/nacimientos-matrimonios-y-defunciones/publicaciones-y-anuarios/s%C3%ADntesis-anuarios-de-estad%C3%ADsticas-vitales/anuario-de-estad%C3%ADsticas-vitales-2018-s%C3%ADntesis.pdf?sfvrsn=2d82ca14_6, citado 20 abril 2021.

2. El Método de Ovulación Billings (MOB)

El Método de Ovulación Billings es un método de planificación familiar natural que capacita a las mujeres, a través del conocimiento de sus patrones de fertilidad e infertilidad y el momento de la ovulación, para lograr o posponer el embarazo y controlar su salud reproductiva⁴.

Para comprenderlo en detalle, primero es necesario contemplar algunos aspectos de tipo biológico. Para que una mujer sea fértil, deben existir ciertas condiciones, entre las cuales se encuentran:

“Una ovulación satisfactoria con hormonas ováricas adecuadas, estrógenos y progesterona, espermatozoides sanos, una función cervical adecuada para producir moco que capacitará a las células espermáticas saludables para que alcancen y fertilicen al óvulo, trompas de Falopio saludables para permitir que los espermatozoides alcancen al óvulo y permitirle al embrión (bebé) alcanzar el útero, endometrio saludable para la implantación del embrión y la armonía emocional entre los esposos es también esencial para el funcionamiento normal del sistema reproductivo de la mujer”.⁵

Desde el punto de vista práctico, la mujer siente a nivel vulvar una sensación de humedad, esta sensación va variando de intensidad a lo largo de todo el ciclo menstrual. La mujer, debe anotar todas las noches, en una planilla de registro, la sensación de mayor intensidad del día, pudiendo ser seca, húmeda, mojada o resbalosa (también puede incluir otra sensación). Sumado a ello, debe tomar atención al aspecto del moco cervical visto en el papel higiénico, sin hacer exámenes internos. Esta interpretación de las sensaciones vulvares entregará información del estado de infertilidad o fertilidad en el cual se encuentra día tras día, siguiendo reglas específicas de acuerdo a si busca el embarazo o desea posponerlo.

Las 4 reglas del método para posponer el embarazo son las siguientes:

“Reglas de los primeros días (antes de la cúspide):

- Evite relaciones sexuales en los días de fuerte sangrado durante la menstruación.

⁴ Cf. WOOMB INTERNATIONAL, *World Organisation of Ovulation Method Billings* (1999), disponible en: <https://www.woomb.org>, citado 04 de abril de 2020.

⁵ E. BILLINGS- J. BILLINGS, *Enseñanza del Método de la Ovulación Billings*, Parte 2, Woomb International, Melbourne 2012, 46.

- Se pueden mantener relaciones sexuales en noches alternas durante el PBI (seco o de flujo continuo sin cambios).
- Ante cualquier interrupción del PBI por la sensación o apariencia, incluyendo el sangrado, “Esperar y ver”. Si no hay cúspide y regresa el PBI, esperar 3 días más. Las relaciones sexuales son posibles de nuevo en noches alternas hasta que ocurra otro cambio.

Regla de la Cúspide.

- Desde el comienzo del cuarto día después de la cúspide hasta el final del ciclo, se pueden tener relaciones sexuales en cualquier momento. El óvulo ha muerto”.⁶

El PBI (Período Básico Infértil) señalado en las reglas, consiste en un patrón sin cambios, por lo cual lo fundamental del método es el reconocimiento de la sensación vulvar. Estos cambios de sensación son gracias al cérvix, el cual produce moco cervical, el que va variando de estructura según el momento del ciclo en el cual se encuentra la mujer, este cae por gravedad y la mujer lo percibe a nivel vulvar.

“El moco ejerce una serie de funciones biológicas sobre el gameto masculino, tales como: 1) la selección de espermatozoides morfológicamente anormales; 2) la conservación del acrosoma para mantener su capacidad de fecundar; 3) la acción antimicrobiana de algunos metabolitos presentes en el moco cervical; y 4) brindar un medio nutricional adecuado”⁷.

A primera vista, el hecho de estar pendiente, tanto de las sensaciones vulvares como de la apariencia del moco cervical pareciera ser una tarea compleja, pero no es así, ya que todo este proceso se realiza bajo el acompañamiento personalizado y la asesoría de instructores certificados en el método, quienes entregan las indicaciones y realizan el seguimiento a cada pareja durante un tiempo determinado.

Históricamente, los pioneros en el desarrollo de este método fueron los doctores John y Evelyn Billings. Con relación a los orígenes del método, la doctora Billings señala:

⁶ E. Billings, J. Billings, *Enseñanza...*, 4.

⁷ P. VIGIL, I. VALDÉS-ÚNDURRAGA- J. DEL RÍO- M. Cortés, “El espermatozoide en su recorrido a través del tracto reproductor femenino”, *International Journal of Medical and Surgical Sciences* 2/4 (2015), 643- 662; aquí, 645.

“Mi marido el doctor John Billings, un neurólogo que trabajaba en Melbourne, en respuesta a la invitación del padre Maurice Catarinich, empezó a buscar un método fiable y natural de reconocimiento de la fertilidad en 1953, investigando los fallos del Método del Ritmo. Descubrió que el moco cervical, que venía siendo mencionado en la literatura médica desde hacía 100 años, era un indicador significativo de la fertilidad”⁸.

Esto significó el inicio de un arduo trabajo que tardó años en desarrollarse para llegar a lo que hoy se conoce como Método de Ovulación Billings. En ese camino, destacan las investigaciones del profesor James Brown con el desarrollo del Monitor Ovárico y el trabajo del profesor Erik Odeblad, quien sobresale por sus estudios sobre el cérvix y sus aportes en la verificación de las reglas del método⁹.

El Método de Ovulación Billings fue sometido a diversas pruebas, una de ellas fue en China entre 1996-1997:

“Allí se hicieron estudios en varios centros durante 12 meses; como resultado se obtuvo que la tasa de embarazo fue nula. La tasa de embarazos en relación al uso fue del 0.5%, incluyendo aquellas parejas que malentendieron o no cumplieron todas las instrucciones. La tasa relacionada al método mide la eficacia de este cuando las parejas siguen correctamente todas las instrucciones del método, con métodos de enseñanza que habían sido actualizados y perfeccionados”.¹⁰

Considerando este estudio y los grandes avances hasta ese entonces realizados, el Método Billings se potenciaba como una alternativa viable frente a los métodos de planificación familiar hasta la fecha.

En torno al método, surgieron también organizaciones internacionales, las cuales tenían por objetivo mantener una enseñanza fiel a los linea-

⁸ E. BILLINGS- A. WESTMORE, *El Método Billings*, Palabra, Madrid 2016, 11.

⁹ Cf. E. ODEBLAD, “Micro-NMR in high permanent magnetic fields”, *Acta Obstet Gynecol Scand* 45/2 (1966) 1- 188; E. ODEBLAD, “The discovery of different types of cervical mucus and the Billings Ovulation Method”, *Bulletin of the Ovulation Method Research and Reference Centre of Australia* 21/3 (1994) 3- 35; E. ODEBLAD, ET AL, “Cervical mucus type P6, structure, variability and posible functions”, VII Symp, Internac. Regul. Nat. Fert., Universitat Internacional de Catalunya (2004) 18-20.

¹⁰ Cf. WOOMB, *Efectividad en la prevención del embarazo*, en: <https://billings.life/es/effectiveness-in-preventing-pregnancy.html>, citado el 04 de agosto de 2021.

mientos de sus creadores. El 23 de enero de 1978 en California, E.E.U.U. se fundó Woomb International Inc. (Organización Mundial del MOB), esta se disolvió en 2005. Luego se fundó en 2006 Woomb International Ltd., con sede en Victoria, Australia.¹¹ Este organismo, en la actualidad, se dedica a la enseñanza, difusión e investigación del Método de Ovulación Billings vinculando a organizaciones regionales de diversos continentes certificando instructores en M.O. Billings en todo el mundo.

Es importante considerar que el MOB es universal, es decir lo puede aprender cualquier persona no importando su nivel escolaridad ni profesión al estar basado en el conocimiento de la propia fertilidad y el cumplimiento de reglas de uso, según el objetivo buscado, no utilizando la administración de fármacos ni uso de dispositivos, lo que lo hace un método económico y respetuoso con el medio ambiente.

Antes estas consideraciones el papa Juan XXIII impulsó una instancia de reflexión y de consejo sobre los temas de la población familia y natalidad, es así que en marzo de 1963 creó la Comisión Pontificia para el Estudio de los Problemas de la Población, la Familia y la Natalidad (CP), por ser extenso el nombre luego se la llamó “Comisión Pontificia sobre la Anticoncepción”, “el cometido de esta comisión era aconsejar al Papa, que tenía conciencia de que la Iglesia debía tomar una posición clara en la cuestión de la anticoncepción, sobre todo en virtud de la difusión de la píldora anovulatoria”¹².

En los inicios de la reflexión la Comisión estaba dividida en dos posturas, una a favor y otra en contra de los anticonceptivos. Enviaron un memorándum a Pablo VI presentando la posición de la mayoría que estaba a favor de los anticonceptivos. Luego de dos años de deliberación, y en respuesta a lo señalado por la comisión, no ratificó el pensamiento de la mayoría perteneciente a la comisión y reafirmó la no disociación de los actos procreativo y unitivo del acto conyugal¹³.

La Iglesia, por tanto, estaba en deuda, no pudiendo entregar una respuesta a la necesidad de los fieles, es así como surgió la buscar un método

¹¹ Cf. WOOMB, en: <https://www.woomb.org>, citado el 20 de mayo de 2020.

¹² Y. SEMEN, *La sexualidad según Juan Pablo II*. Desclée de Brouwer, Bilbao 2005, 47-48.

¹³ Cf. Y. SEMEN, *La sexualidad...*, 48-49.

que pudiese tener las características adecuadas y que, además de ello, tuviese una alta eficacia. Así se responde a la inquietud planteada en un inicio por el P. Maurice Catarinich, quien había invitado al Dr. John Billings, para dar respuesta a esta problemática.

3. La planificación familiar según los documentos del Magisterio de la Iglesia

La Iglesia Católica se ha pronunciado constantemente sobre la planificación familiar en diversos documentos, con la finalidad de orientar a los fieles en cuanto a procreación y familia. Para exponer y comprender los criterios del magisterio, se exponen a continuación los aspectos generales: persona y sexualidad, significados del acto conyugal, aspectos pedagógicos y paternidad responsable, áreas fundamentales para analizar la planificación familiar en su integralidad.

3.1. Persona y Sexualidad

La concepción de persona ha variado en la historia de la humanidad, adquiriendo diferentes énfasis. El cristianismo aportó de manera importante a la mejor comprensión del término y su dimensión ontológica. La teología cristiana utiliza la palabra persona y refiere a la hipóstasis de la Santísima Trinidad para significar la substancia individual diferenciándose así de los conceptos de naturaleza y substancia. Dentro del pensamiento filosófico destaca Severino Boecio, para quien persona es una substancia individual de naturaleza racional. Luego Santo Tomás de Aquino afirmará “*persona est rationalis naturae individua substantia*”¹⁴ (la substancia individual de naturaleza racional). Esto hace énfasis en la individualidad, sustancialidad y la naturaleza racional del ser humano, como características fundamentales. A su vez, la misma racionalidad nos adentra a las innumerables capacidades superiores de la persona como relacionabilidad, libertad, voluntad, conciencia moral, sociabilidad, entre otras.

14 Cf. E. SGRECCIA, “Persona Humana y Personalismo”, *Cuadernos de Bioética* 24/80 (2013) 116.

Por otra parte, la Constitución Pastoral *Gaudium et Spes* del Concilio Vaticano II se refirió a la unidad del ser humano señalando los siguientes aspectos fundamentales:

“Siendo uno por el cuerpo y por el alma, el hombre, aún por su misma condición corporal es una síntesis de todos los elementos del mundo material, de tal modo que los elementos todos de éste por medio de aquel alcanzan su voz para alabar libremente al Creador”¹⁵.

Es por tanto la persona, cuerpo–alma, distinguiendo en ella su carácter de unitotalidad¹⁶.

“En efecto, sólo en la línea de su verdadera naturaleza la persona humana puede realizarse como “totalidad unificada”. Ahora bien, esa naturaleza es al mismo tiempo corporal y espiritual. En virtud de su unión sustancial con un alma espiritual, el cuerpo humano no puede ser reducido a un complejo de tejidos, órganos y funciones, ni puede ser valorado con la misma medida que el cuerpo de los animales, ya que es parte constitutiva de una persona, que a través de él se expresa y se manifiesta”¹⁷.

Adicionalmente, gracias a la corporalidad la persona ocupa un lugar en el tiempo y espacio que le permite tener una experiencia única. Por otra parte, el hombre es reconocido como imagen de Dios, lo cual se traduce en una «imagen» que no se limita a ser una simple copia; es además una especie de reproducción que irradia esplendor, que no puede no ser perceptible para quien la contempla. Cristo resucitado lleva impresa la huella de la majestad y santidad divinas, es decir, de "la gloria de Dios que está en la faz de Cristo" (2 Co 4,6)¹⁸.

¹⁵ CONCILIO VATICANO II, *Constitución Pastoral Gaudium et Spes* 14, Paulinas, Lima 2008.

¹⁶ Específicamente, esto significa “la persona es una unidad, no un compuesto externo de cuerpo y alma; cfr. U. FERRER, “Sentido de algunos principios bioéticos personalistas”, *Cuadernos de Bioética* 24/80 (2013) 31.

¹⁷ CONGREGACIÓN PARA LA DOCTRINA DE LA FE. *Instrucción Donum Vitae. Sobre el respeto de la vida humana naciente y la dignidad de la procreación*, n. 3, en: <http://w2.vatican.va/content/vatican/es.html>, citado 13 de enero de 2021.

¹⁸ Cf. J. L. RUIZ DE LA PEÑA, *Imagen de Dios. Antropología Teológica Fundamental*, Sal Terrae, Santander 1996, 78.

Estas citas son trascendentales en la concepción de la persona, pues han existido a lo largo de la historia diversas corrientes de pensamiento que han exaltado al cuerpo o al espíritu, provocando una disociación de la vida humana, cosificándola y reduciéndola a lo material, o bien alejando lo corpóreo como valor fundamental.

Al analizar la planificación familiar y la incidencia que tiene la correcta comprensión de la persona, no es sólo necesaria para el respeto mutuo entre los esposos, sino que también porque, como consecuencia de un acto conyugal, se puede dar generación a una nueva vida, y, como reafirma la instrucción *Dignitas Personae*, “A cada ser humano, desde la concepción hasta la muerte natural, se le debe reconocer la dignidad de persona”¹⁹.

Comprender el concepto de persona, es un gran desafío para los tiempos actuales, en donde hay grandes relativismos en torno a temas fundamentales de la existencia y sobre todo, un individualismo colectivo que transgrede los pilares fundamentales de la familia y la vida humana. Uno de los esfuerzos que buscan muchas corrientes ideológicas es quitarle valor a lo corpóreo, incluso se estipula que la cultura trata de aislar la fertilidad fuera de los cuerpos de los participantes del acto conyugal (o extra matrimonial), tratándola como si fuera una enfermedad a ser aislada o eliminada química o mecánicamente del cuerpo; aquellos que buscan métodos naturales de regulación de la fertilidad, obviamente están abiertos a aprender y entender la fertilidad cíclica de su pareja de modo de tomar decisiones informadas sobre cuando intentar la concepción.²⁰

La fertilidad es parte de la persona humana y, por tanto, se entrega también en su totalidad en el amor conyugal. “La sexualidad es un elemento básico de la personalidad; un modo propio de ser, de manifestarse, de comunicarse con los otros, de sentir, expresar y vivir el amor humano”²¹. Esto evidencia que la sexualidad abarca todos los niveles de acción de la persona, siendo estos aspectos biológicos, psicológicos, espirituales y sociales:

19 CONGREGACIÓN PARA LA DOCTRINA DE LA FE. INSTRUCCIÓN DIGNITAS PERSONAE. SOBRE ALGUNAS CUESTIONES DE BIOÉTICA no. 1, en: <http://w2.vatican.va/content/vatican/es.html>, citado 08 de diciembre de 2020.

²⁰ Cf. H. KLAUSS, “El cuerpo no es una mera herramienta para expresar sentimientos: como contrarrestar el dualismo”, *Boletín electrónico de Woomb Latinoamérica*, Argentina 2012, 13.

²¹ Cf. SAGRADA CONGREGACIÓN PARA LA EDUCACIÓN CATÓLICA, *Orientaciones educativas sobre el amor humano* 4; disponible en: https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc_con_ccatheduc_doc_19831101_sexual-education_sp.html, citado el 25 de mayo de 2021.

“La sexualidad no es algo puramente biológico, sino que mira a la vez al núcleo íntimo de la persona. El uso de la sexualidad como donación física tiene su verdad y alcanza su pleno significado cuando es expresión de la donación personal del hombre y de la mujer hasta la muerte”²².

De acuerdo a esta definición, la sexualidad es la misma persona en su cuerpo - alma, pero entender esta definición no es fácil en un mundo en donde la sexualidad se ha reducido en muchos casos a aspectos sólo biológicos, que incluso la reducen sólo a la genitalidad o bien, por otra parte, relacionado con aspectos ocultos o exclusivamente íntimos de la persona. La idea que cada persona tenga de la sexualidad estará, por tanto, directamente relacionada con el concepto de persona. Cuando dos personas se muestran afecto, no es cariño entre cuerpos, es cariño entre personas.

Un gran desafío en este sentido es poder vencer las barreras culturales que nos llevaron a esa visión reductiva de la sexualidad e incluso que desplazó a la familia como principal educador en sexualidad. Esta educación no se debe reducir a la entrega de información, sino que debe incluir acompañamiento constante, desarrollo de valores, escucha activa y apertura al diálogo. Adicionalmente, este proceso educativo se debe centrar en la comprensión sobre el concepto de persona, el reconocimiento de la dignidad y de las capacidades superiores de la persona, paralelamente acompañar a los padres y familias como principales educadores.

3.2. El significado del Acto Conyugal

El acto conyugal ha sido abordado por el magisterio eclesial. Uno de los principales documentos es sobre que a borda la procreación humana, es la encíclica *Humanae Vitae* de Pablo VI, de 1968. En ella él menciona los aspectos fundamentales referentes al acto conyugal, refiriéndose al significado unitivo y al significado procreador, indica:

“Efectivamente, el acto conyugal, por su íntima estructura, mientras uno profundamente a los esposos, los hace aptos para la generación de

²² Cf. PONTIFICIO CONSEJO PARA LA FAMILIA, *Sexualidad Humana: Verdad y significado* 3, en: https://www.vatican.va/roman_curia/pontifical_councils/family/documents/rc_pc_family_doc_08121995_human-sexuality_sp.html, citado 24 de mayo de 2021.

nuevas vidas, según las leyes inscritas en el ser mismo del hombre y de la mujer. Salvaguardando ambos aspectos esenciales, unitivo y procreador, el acto conyugal conserva íntegro el sentido de amor mutuo y verdadero y su ordenación a la altísima vocación del hombre a la paternidad. Nos pensamos que los hombres, en particular los de nuestro tiempo, se encuentran en grado de comprender el carácter profundamente razonable y humano de este principio fundamental”²³.

Estas dos uniones son inseparables, pues:

“El fundamento de la moral es no usar nunca al otro, no instrumentalizarlo nunca, pues al instrumentalizarlo, lo cosifico, atento contra su estatuto de persona para rebajarle al nivel de un medio, de una cosa. Amar se opone a utilizar: si amo, no puedo utilizar al otro, pues amar a una persona significa primero entregarse a ella”²⁴.

Para comprender estos significados del acto conyugal, es necesaria una comprensión del concepto de persona mencionado en el punto anterior, puesto que de esta manera no se ocupa a la persona como un medio para algo, sino que por su fin en sí mismo.

La encíclica *Humanae Vitae* señala, además, las características del amor conyugal, entendido como un amor total:

“Es un amor total, esto es, una forma singular de amistad personal, con la cual los esposos comparten generosamente todo, sin reservas indebidas o cálculos egoístas. Quien ama de verdad a su propio consorte, no lo ama sólo por lo que de él recibe sino por sí mismo, gozoso de poderlo enriquecer con el don de sí”²⁵.

Esta totalidad implica, sin lugar a duda, incluir la donación de la fertilidad, respetando las leyes biológicas y agradeciendo en el otro esa cualidad y complementariedad mutua. Es importante destacar que no tan sólo se trata de respetar la fertilidad, sino que también de conocerla y promoverla, vinculándose en este punto con la elección del método de regulación de la fertilidad.

²³ PABLO VI, *Carta Encíclica Humanae Vitae* 12, en: <http://w2.vatican.va/content/vatican/es.html>, citado el 20 de octubre de 2020. (En adelante, HV.)

²⁴ Y. SEMEN, *La sexualidad...*, 46.

²⁵ HV 9.

Considerando lo anterior, es importante tener en cuenta lo siguiente: “El cuerpo humano, con su sexo y por su sexo, está hecho para la comunión de las personas. El fruto de esta comunión, así como su irradiación, es la fecundidad en otra persona”²⁶.

Debido a lo revisado sobre los conceptos de persona y sexualidad, comprendiendo ambos, entendemos que en el acto sexual existe una donación de las personas, por ende, una donación de la propia sexualidad. Lo anterior, comporta un gran desafío en una realidad, en la cual el placer ha ocupado prioridades y se ha vuelto un obstáculo en una concepción de amor total. El placer no es malo, pero cuando para su obtención se ocupa el cuerpo de una persona, incurrimos en instrumentalizarlo y cosificarlo.

3.3. Aspectos Pedagógicos

El acompañamiento durante la etapa prematrimonial y matrimonial ha sido relevante para la Iglesia Católica, pues considera que el matrimonio y la familia constituyen uno de los bienes más preciosos de la humanidad.²⁷ Este proyecto familiar no siempre será perfecto, pues se encuentra expuesto a diversas crisis vivenciales de la vida de la persona, en donde incluso cambios esperados en la vida de la persona impactan en los niveles de acción de ella, tanto físicos, psicológicos, espirituales y sociales; dentro de estos factores se encuentran, cambios de trabajos y/o de domicilio, término de etapas de estudios, embarazos, envejecimiento, afrontamiento de patologías, entre muchas más.

Tal como lo indica el Papa Francisco en su encíclica *Amoris laetitia*, “El acompañamiento debe alentar a los esposos a ser generosos en la comunicación de la vida”.²⁸ Esta comunicación es transversal para todos los aspectos de la vida matrimonial, inclusive la planificación familiar. También se recomiendan los métodos naturales, pues estos métodos respetan el cuerpo de los esposos, fomentan el afecto entre ellos y favorecen la educación de una libertad auténtica²⁹. *Amoris laetitia* señala también que se vuelve imprescindible acompañar en los primeros años de la vida matrimonial

²⁶ Cf. Y. SEMEN, *La sexualidad...*, 93.

²⁷ Cf. FC 1.

²⁸ Cf. FRANCISCO, *Amoris Laetitia*, Ediciones UC, Santiago 2016, 173. (En adelante AL)

²⁹ Cf. AL 175.

para enriquecer y profundizar la decisión consiente y libre de pertenecerse y amarse hasta el fin.³⁰ Este acompañamiento que se realiza debe ser consciente de los desafíos que enfrenta la familia hoy en día, en donde se le quiere alejar de sus tareas fundamentales como por ejemplo la educación en sexualidad de los hijos y se promueven valores que están basados en lo superficial y desechable, entendiéndolo incluso como prioridad lo individual frente a lo colectivo.

Finalmente, los esposos no deben ser dejados solos frente a decisiones que involucren dilemas, y se requiere favorecer el acceso y oportunidad a métodos de planificación familiar que benefician el amor conyugal. En este sentido, no se trata de suplantar la autonomía de los esposos sino que permitir que la decisión que tomen sea libre, lo cual implicaría la búsqueda del bien y la verdad. Los profesionales sanitarios tienen una gran significancia en este punto, pues en muchos casos al consultar los esposos por los métodos existentes, no se menciona la gama de alternativas, sino sólo aquellos más utilizados, omitiendo la existencia de los métodos naturales, por ejemplo, lo cual impide una elección libre y responsable.

3.4. Paternidad responsable

La Paternidad responsable implica la “conciencia de su misión” y la exigencia de conocer “los deberes para con Dios, para consigo mismos, para con la familia y la sociedad, en una justa jerarquía de valores”³¹.

Juan Pablo II definió la paternidad responsable como “la facultad que los esposos tienen de usar su libertad inviolable de modo sabio y responsable, teniendo en cuenta tanto las realidades sociales y demográficas, como su propia situación y sus deseos legítimos”³². Es importante reconocer que:

“En relación con los procesos biológicos, paternidad responsable significa conocimiento y respeto de sus funciones; la inteligencia descubre, en el poder de dar la vida, leyes biológicas que forman parte de la persona humana.

³⁰ Cf. AL 169.

³¹ HV 10.

³² JUAN PABLO II, “Carta a la Secretaria General de la Conferencia internacional de la Organización de Naciones Unidas sobre la población y el desarrollo (18.03.1994)”, *L'Osservatore Romano*, Ed. semanal en lengua española, 1994, 11.

En relación con las tendencias del instinto y de las pasiones, la paternidad responsable comporta el dominio necesario que sobre aquellas han de ejercer la razón y la voluntad.

En relación con las condiciones físicas, económicas, psicológicas y sociales, la paternidad responsable se pone en práctica ya sea con la deliberación ponderada y generosa de tener una familia numerosa ya sea con la decisión, tomada por graves motivos y en el respeto de la ley moral, de evitar un nuevo nacimiento durante algún tiempo o por tiempo indefinido.

El ejercicio responsable de la paternidad exige, por tanto, que los cónyuges reconozcan plenamente sus propios deberes para con Dios, para consigo mismo, para con la familia y la sociedad, en una justa jerarquía de valores³³.

Actualmente, se promueven en gran medida los métodos anticonceptivos los cuales alejan de cierta manera a la persona de la responsabilidad procreativa, viendo el acto sexual como una mera forma de satisfacerse biológica y/o afectivamente.

La diferencia entre contracepción y continencia periódica no está dada pues, por el hecho de que la primera va contra la vida, la búsqueda de la vida podría faltar también con la continencia periódica, sino el hecho de que la decisión anticonceptiva lleva un comportamiento sexual sin responsabilidad procreadora.³⁴

El conocimiento del cuerpo también es de importancia en el ámbito sanitario, pues la detección de la ovulación es reconocida como signo de salud. Esto es relevante incluso desde la menarquía (primera menstruación), donde cada adolescente, a temprana edad puede conocer sus ciclos menstruales, siendo necesario que cada mujer deba saber que su ciclo es único y en ninguna medida puede ser generalizado.

³³ Cf. HV 10.

³⁴ Cf. M. DI PIETRO, *Sexualidad y procreación humana*, Educa, Bs. As. 2005, 83.

4. Método de Ovulación Billings (MOB) y el Magisterio Católico

4.1. MOB y Persona y Sexualidad.

El Método de Ovulación Billings, en cuanto a la comprensión del concepto de persona y sexualidad, cumple con los criterios solicitados por la Iglesia Católica de la siguiente manera:

En su abordaje, el MOB considera aspectos biológicos, psicológicos y espirituales, pues se basa científicamente en aspectos del cuerpo, que la mujer junto con su esposo debe lograr identificar. Para cumplir con este objetivo de conocimiento, se requiere una comprensión y aprendizaje de parte de ambos. Al conocer el cuerpo y sus funciones, además existe una valoración particular de lo corporal, descubriendo que cada parte del cuerpo tiene una función que existe para el todo y se valora la complementariedad no sólo biológica también psicológica. Sumado a lo anterior, es un método que respeta la vida humana, considerando que no es un método anticonceptivo, sino que es de planificación familiar, esto significa que sirve para posponer o buscar los embarazos. La persona que conociendo su ciclo tiene relaciones sexuales en sus fases fértiles sabe, que este acto puede dar origen a una nueva vida. Desde el ámbito de la salud, no hay que dejar de lado que este método no interfiere en el ciclo fisiológico de la mujer, respetando los procesos naturales y cuidando la fertilidad de ambos.³⁵

Se podría incluso señalar que el MOB es un método personalista al fomentar el reconocimiento del otro como persona, valorando en el otro su dignidad y valor en sí mismo. Esto contemplaría en todo momento considerar todos los niveles de acción de la persona, impidiendo cosificar a la persona.

4.2. MOB y acto conyugal

En cuanto a la relación del Método de Ovulación Billings con el significado unitivo y procreativo del acto conyugal, es preciso destacar que en su uso no se utilizan métodos de barrera ni métodos químicos, existiendo una entrega total en cuerpo- alma. El método hace hincapié a los esposos,

³⁵ Cf. E. BILLINGS – J. BILLINGS, *Enseñanza...* 24-36.

quienes, al tener relaciones en la etapa fértil, pueden dar origen a una nueva vida³⁶.

Al enseñar el MOB se imparte un conocimiento sencillo pero vital, y con su práctica se asegura un nuevo sentido de la dignidad personal de ambos esposos. Ahora ella cree en sí misma, ganando autoestima y así puede exigir respeto de su esposo, quien también ahora está más informado. Ambos gozan de certeza en el tema del control de fertilidad, este auto conocimiento permite ganar confianza mutua entre los esposos³⁷.

En lo práctico, el MOB es un método que no impide la fecundación, sino que es una guía mediante la cual se pueden posponer los embarazos gracias a un conocimiento de los periodos fértiles de la persona, siendo un método abierto a la vida y la fecundidad.

Además, al incluir la valoración del respeto a las funciones fisiológicas, favorece y promueve la entrega en totalidad, puesto que durante el acto conyugal la entrega no ocurre entre dos cuerpos, sino entre dos personas que se reconocen como tales y se donan en su misma sexualidad³⁸.

4.3. MOB y aspectos pedagógicos

Con relación a los aspectos pedagógicos, el Método de Ovulación Billings fomenta en gran medida la comunicación de los esposos, pues invita a descubrir día a día la fertilidad, invitando al diálogo constante para conocer ambos cuerpos y la propia fertilidad, tendiendo en consideración que este último aspecto es único para cada mujer. Este método, por tanto, no es símil a tomarse una píldora anticonceptiva, pues requiere de un diálogo diario. Sumado a lo anterior, es un método que no se aprende en una sesión y requiere de una serie de encuentros, ya que se analiza el patrón de cada mujer, enfatizándose idealmente la presencia de ambos esposos en ellos, los cuales deben recibir la misma información y recibir ambos las instrucciones, entendiéndose esta responsabilidad siempre de manera compartida.

“En este amor imbatible, el que será una defensa resistente contra todos

³⁶ Cf. E. BILLINGS – J. BILLINGS, *Enseñanza...* 39.

³⁷ Cf. E. BILLINGS – J. BILLINGS, *Enseñanza...* 40.

³⁸ Cf. E. BILLINGS – J. BILLINGS, *Enseñanza...*, 40.

los infortunios que ellos tengan que enfrentar. Ellos pueden recurrir el uno al otro con gozo y pararse juntos frente a la adversidad con increíble fuerza. Es esta solidaridad del amor, la que da a los hijos una seguridad que no tiene precio y un patrimonio y una visión de su futuro y el de sus propios hijos”³⁹.

El método de Ovulación Billings incluye la participación de instructores certificados, estos tienen el gran desafío de acompañar a las parejas que deseen utilizar el método, desde los aspectos técnicos, pero también desde lo humano y experiencial, lo cual permitirá la adherencia a las reglas del método y una manera cercana de poder vivir esta experiencia, que se va conformando en un estilo de vida.

4.4. MOB y Paternidad Responsable.

El método de ovulación Billings, es un método que promueve la paternidad responsable, pues permite en primer lugar con respecto a los procesos biológicos favorece el conocimiento del cuerpo, lo que a su vez conlleva al respeto por las funciones del cuerpo. Y por otra, promueve el dominio del instinto y las pasiones, ya que considera tener relaciones sexuales en determinados periodos, de acuerdo a la finalidad que se pretenda, en caso sea buscar o posponer los embarazos.

Por otra parte, el acto conyugal es una de las expresiones más grandes de amor entre la pareja, al incluir la donación total de una persona hacia otra, lo cual incluye la fertilidad. Este método fomenta la conciencia de la integración de la fertilidad como parte de la persona, contrario a muchas corrientes existentes que buscan excluir ella de la vida de la persona.

La paternidad ayuda a crecer en muchos valores, ya que las personas desarrollan la entrega, generosidad, fortaleza, constancia, entre otras y, adicionalmente, se promueve la paternidad responsable mediante la inclusión de un método de planificación familiar que cuida la fertilidad y fomenta la buena comunicación entre los cónyuges.

Todo ello entrena un estilo de vida; más que usarse finalmente se viven, ya que la pareja logra poco a poco conocerse más, fomentando la comuni-

³⁹ E. Billings – J. Billings, *Enseñanza...*, 42.

cación y la confianza. La pareja finalmente considera las consecuencias de los actos que va a realizar, entendiendo que, si existe un acto sexual, existe probabilidad de tener embarazo.

5. Conclusión

La planificación familiar es un tema de interés común, existiendo variadas opciones para poder posponer los embarazos. La Iglesia Católica también se ha preocupado de esta área y ha promovido en su doctrina métodos que cumplen con determinadas características, entre ellos se encuentra en Método de Ovulación Billings.

El MOB es un método de planificación familiar con una fundamentación científica comprobable y muchas organizaciones a nivel internacional se han preocupado de su desarrollo y de la enseñanza fiel a los criterios científicos del método.

Además, es compatible con las características señaladas por el Magisterio de la Iglesia Católica, respetando a la persona y reconociendo en ella un fin en sí misma, y entendiendo la sexualidad como parte constitutiva de ella. Por otra parte, valora en el acto conyugal su fin unitivo y procreativo, la importancia del acompañamiento durante el matrimonio y fomenta la paternidad responsable.

Al poseer todos estos aspectos, es un método que no se reduce a su técnica ni a sus reglas de uso, sino que sobre todo es un estilo de vida que los esposos deciden vivir, entendiendo el acto conyugal como una entrega total en cuerpo – alma, incluyendo la donación de la fertilidad. Sumado a lo mencionado, favorece la comunicación de los esposos al requerir un diálogo constante y conocimiento de los períodos fértiles e infértiles. Adicionalmente, es un método que cuida la salud reproductiva, permitiendo identificar algún signo anómalo con anticipación.

Es importante recordar que el MOB no sólo es un método que permite posponer los embarazos, sino que buscar los embarazos y conocer fertilidad, reconociendo que el acto conyugal está abierto a la vida. Esto lo hace diferente a los métodos de anticoncepción.

Por lo anteriormente descrito, es que el acceso al MOB debe ofrecerse como una opción. Actualmente, se difunde mayormente en ámbitos religiosos o en organizaciones que promueven el cuidado del medio ambiente,

pero es un método para toda persona que lo requiera, enfrentando el gran desafío de aumentar instructores certificados que realicen este acompañamiento y seguimiento.

Bibliografía

- BILLINGS, E.- BILLINGS, J., *Enseñanza del Método de la Ovulación Billings*, Parte 2, Woomb Intenational, Melbourne 2012.
- BILLINGS, E.- WESTMORE, A., *El Método Billings*, Palabra, Madrid 2016.
- CONCILIO VATICANO II, *Constitución Pastoral Gaudium et Spes*, Paulinas, Lima 2008.
- CONGREGACIÓN PARA LA DOCTRINA DE FE. INSTRUCCIÓN DONUM VITAE, Sobre el respeto de la vida humana naciente y la dignidad de la procreación, en: <http://w2.vatican.va/content/vatican/es.html> citado 13 de enero de 2021.
- CONGREGACIÓN PARA LA DOCTRINA DE LA FE. *Instrucción Dignitas Personae. Sobre algunas cuestiones de bioética*, en: <http://w2.vatican.va/content/vatican/es.html>, citado el 08 de diciembre de 2020.
- DI PIETRO, M., *Sexualidad y procreación humana*, Educa, Buenos Aires 2005.
- FERRER, U., “Sentido de algunos principios bioéticos personalistas”, *Cuadernos de Bioética* 24/80 (2013) 31- 38.
- FRANCISCO, *Amoris Laetitia*. Ediciones UC, Santiago 2016.
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA, *Anuario EEVV* 2018, en: https://www.ine.gob.cl/docs/default-source/nacimientos-matrimonios-y-defunciones/publicaciones-y-anuarios/s%C3%ADntesis-anuarios-de-estad%C3%ADsticas-vitales/anuario-de-estad%C3%ADsticas-vitales-2018-s%C3%ADntesis.pdf?sfvrsn=2d82ca14_6
- JUAN PABLO II, “Carta a la Secretaria General de la Conferencia internacional de la Organización de Naciones Unidas sobre la población y el desarrollo (18.03.1994)”, *L'Osservatore Romano*, ed. semanal en lengua española, (1994),
 _____, *Familiaris Consortio*; sobre la misión de la familia cristiana en el mundo actual. Editorial Vaticana, Roma 1981.
- KLAUSS, H., “El cuerpo no es una mera herramienta para expresar sentimientos: como contrarrestar el dualismo”, *Boletín electrónico de Woomb Latinoamérica*, Bs. As. 2012.

- ODEBLAD, E., "Micro-NMR in high permanent magnetic fields", *Acta Obstet Gynecol Scand* 45/2 (1966) 1- 188.
- _____, "The discovery of different types of cervical mucus and the Billings Ovulation Method", *Bulletin of the Ovulation Method Research and Reference Centre of Australia* 21/3 (1994) 3- 35.
- ODEBLAD, E. ET AL., "Cervical mucus type P6, structure, variability and posible functions", VII Symp, Internac. Regul. Nat. Fert., Universitat Internacional de Catalunya (2004) 18-20.
- PABLO VI, *Carta Encíclica Humanae Vitae*, en: <http://w2.vatican.va/content/vatican/es.html>, citado 20 diciembre 2020.
- PONTIFICIO CONSEJO PARA LA FAMILIA, *Sexualidad Humana: Verdad y significado*, en: https://www.vatican.va/roman_curia/pontifical_councils/family/documents/rc_pc_family_doc_08121995_human-sexuality_sp.html, citado 24 de mayo de 2021.
- RUIZ DE LA PEÑA, J. L., *Imagen de Dios. Antropología Teológica Fundamental*, 3º edición, Sal Terrae, Santander 1996.
- SAGRADA CONGREGACIÓN PARA LA EDUCACIÓN CATÓLICA. Orientaciones educativas sobre el amor humano, disponible en: https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc_con_ccatheduc_doc_19831101_sexual-education_sp.html , citado 25 de mayo de 2021.
- SEMEN, Y., *La sexualidad según Juan Pablo II*, Desclée de Brouwer, Bilbao 2005.
- SGRECCIA, E., "Persona Humana y Personalismo", *Cuadernos de Bioética* 24/80 (2013) 115- 126.
- VIGIL, P.- VALDÉS-UNDURRAGA, I.- DEL RÍO, J.- CORTÉS, M., "El espermatozoide en su recorrido a través del tracto reproductor femenino", *International Journal of Medical and Surgical Sciences* 2/4 (2015) 643- 662.
- WOOMB INTERNATIONAL, World Organisation of Ovulation Method Billings, Woomb (1999) <https://www.woomb.org>, citado el 04 de abril de 2020.
- WOOMB, *Efectividad en la prevención del embarazo*, en: <http://www.thebillingsovulationmethod.org/es/how-effective-is-the-billings-ovulation-method%E2%84%A2/effectiveness-in-preventing-pregnancy.html>, citado 5 de mayo de 2020.