

QUANDO LA GRAVIDANZA ATTESA E RICERCATA NON ARRIVA: Metodo Billings, una possibile risposta (1° PARTE)

I metodi di regolazione naturale della fertilità si basano sulla conoscenza dei processi biologici e fisiologici del ciclo femminile, consentendo di individuare i ritmi di fertilità della donna attraverso l'osservazione di alcuni segni e sintomi indicatori del periodo fertile. Questi segni di fertilità riflettono la normale sequenza dei cambiamenti ormonali che caratterizzano il ciclo mestruale.

I Metodi Naturali sono quindi metodi di pianificazione familiare basati sulla conoscenza della fertilità. Tale conoscenza consente alla coppia di sapere quando astenersi dai rapporti sessuali, qualora responsabilmente desidera evitare una gravidanza, o di scegliere di avere rapporti sessuali nei giorni fertili se desidera, invece, ricercare una gravidanza

Negli ultimi decenni si sono affermati metodi naturali, quali i metodi sintotermico ed il metodo Billings, che presentano una efficacia paragonabile e sovrapponibile ai migliori metodi contraccettivi, pur permettendo ai coniugi di restare protagonisti e responsabili nei confronti della trasmissione della vita.

Spesso sono considerati esclusivamente dei sistemi per evitare il concepimento, non dannosi per la salute. Questa è una visione molto riduttiva che non coglie la loro peculiarità, le potenzialità applicative anche per la ricerca della gravidanza. I metodi naturali costituiscono, in realtà, uno strumento privilegiato di conoscenza che aiuta i coniugi, che sono chiamati ad apprendersi insieme, ad acquisire innanzitutto la consapevolezza del valore della propria fertilità e a maturare, di conseguenza, scelte che hanno alla base la condivisione, il rispetto reciproco e l'amore nei confronti della vita. Essi sono dunque dei metodi diagnostici della fertilità che, attraverso la rilevazione di segni e sintomi naturali che si evidenziano nel corso del ciclo mestruale, offrono alla donna la possibilità di riconoscere, giorno per giorno, la presenza o assenza di fertilità nel suo organismo.

Il metodo Billings utilizza come indicatore di fertilità il muco cervicale e le sensazioni corporee che questo determina. Il muco è una secrezione prodotta dal collo dell'utero sotto lo stimolo degli ormoni ovarici che cambia il suo aspetto e consistenza durante il ciclo mestruale ed è normalmente osservabile dalla donna durante i vari momenti della giornata, senza procedure di tipo invasivo. Le sue modificazioni rispecchiano in modo preciso l'incremento della produzione degli estrogeni da parte dei follicoli in maturazione

Il muco cervicale è anche un importante fattore di fertilità di coppia, in quanto gioca un ruolo determinante per:

- la sopravvivenza degli spermatozoi nell'organismo femminile. Nell'ambiente vaginale acido gli spermatozoi non sarebbero in grado di sopravvivere più di una - due ore e, comunque, perderebbero la loro capacità fecondante, anche in meno di un'ora; viceversa, grazie alla presenza di muco favorevole, gli spermatozoi possono rimanere vitali nel collo dell'utero fino a 2-3 giorni;
- il passaggio degli spermatozoi attraverso il collo dell'utero;
- la selezione degli spermatozoi, ovvero l'eliminazione degli spermatozoi meno vitali;
- la capacitazione degli spermatozoi, ossia le modificazioni necessarie per la penetrazione nella cellula uovo.

L'ultimo giorno in cui il sintomo del muco presenta le caratteristiche di più alta fertilità - il 'Picco', costituisce il giorno più fertile del ciclo. Se si considera la stima della probabilità di concepimento in un singolo ciclo, che varia dal 22% al 30% , rapporti mirati nel giorno del Picco comportano un significativo aumento della probabilità di concepimento, fino al 66,7%, come ha dimostrato l'Organizzazione mondiale della Sanità.

Dott.ssa Anna Maria Bugli 335/7344096
Dott.ssa Carolina Giorgetti 338/5000123
Centro per le Famiglie