



Queridos hermanos en Cristo:

Contrariamente a lo que dice la propaganda de los que promueven la “cultura” de la muerte y el control demográfico, la manera más eficaz de administrar la fertilidad humana—ya sea para lograr los embarazos, ya sea para espaciarlos—se encuentra en los medios que son moralmente aceptables y auténticamente responsables. Desafortunadamente, no se conoce bien, aún entre católicos y particularmente entre sacerdotes, la verdad acerca de la planificación natural de la familia (PNF), incluyendo su historia, su belleza y sus métodos.

Los métodos de la PNF, con sus muchos aspectos, todos ellos hermosos, eficaces y saludables, han sido perfeccionados con los crecientes estudios de la medicina moderna. Lo mejor de todo es que la PNF es un sano componente adicional de cualquier matrimonio, ya que ayuda a promover el amor auténtico y la responsabilidad en todas las dimensiones de la vida familiar.



John Fusto, Director SFLI

Índice

Página 2: *La PNF, ¿acaso no se trata del ritmo?*

Página 5: *Juan Pablo II y la PNF*

Página 6: *Habla Roma: La PNF respeta el don de Dios*

Página 8: *Recursos que recomendamos*

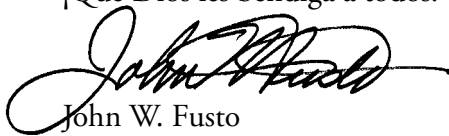
Es imperativo que los sacerdotes del mundo actual se familiaricen bien con los muchos aspectos de la PNF, incluyendo sus métodos y su historia. Los párrocos, los confesores y los sacerdotes que se dedican a la docencia, tienen un importante cometido que desempeñar en la formación de las conciencias y en la educación de las futuras generaciones, acerca de los aspectos fundamentales de la vida humana, el amor



y la sexualidad. Es precisamente en este nivel tan fundamental que estamos luchando contra la “cultura” de la muerte.

Por consiguiente, hemos decidido dedicar nuestras dos próximas ediciones del boletín de la *Internacional de Seminaristas Provida* a dar una “introducción” al tema de la PNF. Les animamos encarecidamente a que les den seguimiento al mismo por medio de los recursos educativos que recomendamos, para que así obtengan el conocimiento adicional tan necesario para toda persona que vive en el mundo actual.

¡Que Dios les bendiga a todos!

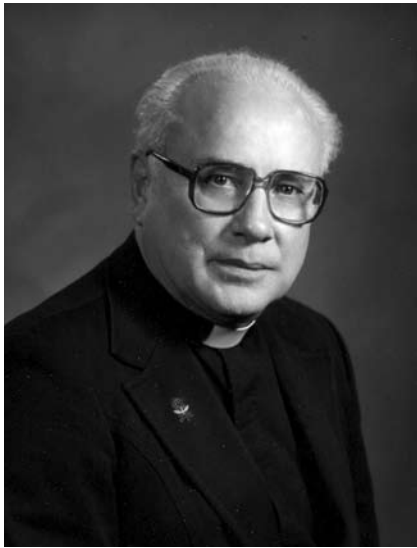


John W. Fusto
Human Life International
Coordinador de la Red Internacional

La PNF, ¿acaso no se trata del ritmo?

Por el Padre Paul Marx, O.S.B.

Los métodos de la administración natural de la fertilidad (ANF) me han interesado durante toda mi vida. Aún cuando estaba en el seminario (1942-47), me preguntaba por qué la Iglesia no llevaba a cabo una intensa



El Padre Paul Marx es el fundador de Human Life International.

investigación acerca de la planificación natural de la familia (PNF), y por qué no enseñaba una teología y una metodología al respecto. Tanto entonces como ahora, el control de la natalidad ha sido un enorme problema.

El enseñar cursos de preparación al matrimonio durante varios años en dos universidades

católicas acrecentó mi interés en la PNF, así como también los muchos retiros que dí a matrimonios jóvenes después de la guerra. En la Universidad St. John, en Minnesota, EEUU, solían llamarme “Padre Ritmo” y “Padre Temperatura”. A través de los años, patrociné ocho simposios sobre la PNF, la cual aún hoy en día es confundida con el antiguo método “del ritmo”.

De hecho, la mujer *sí* posee un patrón rítmico de fertilidad e infertilidad que le es único. El antiguo Calendario del Ritmo fue un método para espaciar los nacimientos tan eficaz como los pecaminosos preservativos y diafragmas de aquel tiempo, siempre y cuando los esposos entendieran el sistema reproductor y los medios para calcular las fases, y no hicieran trampa. En 42 años de ministerio sacerdotal, cada vez que los matrimonios me decían que la PNF les había fracasado, si eran francos y honestos, les podía demostrar en el 99% de los casos que nunca habían entendido o no habían seguido de verdad este método o estilo de vida.

Permítame darle una breve historia de la PNF y una breve descripción de sus cuatro métodos principales. En 1923, un famoso ginecólogo y cirujano japonés, el Dr. H. Ogino—luego de operar a miles de mujeres, de estudiar sus ovarios y de llegar a conocer en qué día del ciclo menstrual se encontraban—escribió sus hallazgos en un clásico informe de carácter científico, que fue publicado en una revista japonesa de medicina. Las conclusiones de este consumado científico nunca han sido refutadas.

Ogino encontró que las mujeres ovulan entre el día 12 y el día 16 *antes* del comienzo del *próximo* período menstrual. Si una mujer mantenía un registro de sus ciclos durante uno o dos años, podría, por medio de la aplicación de una cierta fórmula a los ciclos más largos y más cortos, calcular la fase fértil de su próximo ciclo.

Ése era el antiguo método del ritmo, que también se llegó a llamar el Calendario del Ritmo, a menudo tan injustamente vilipendiado. Hoy en día es el Modelo T de PNF, objeto de burla por medio del calificativo de “ruleta del Vaticano”, por parte de cínicos e ignorantes. A propósito, el Dr. Herman Knaus, un ginecólogo austríaco inclinado a la investigación que trabajaba en Praga, descubrió en 1929 más o menos la misma fórmula que Ogino, sin que hubiera ninguna confabulación entre los dos.

La gran desventaja del método Ogino-Knaus era la cantidad de abstinencia sexual que se requería en los casos de ciclos menstruales severamente irregulares de muchas mujeres, especialmente durante el tiempo de la premenopausia. La autoridad de mayor prestigio en cuanto al ciclo menstrual, el Profesor A. E. Treloar, ha demostrado que lo único regular del ciclo femenino es su irregularidad. La idea de un ciclo de 28 días es sólo un promedio estadístico.

Durante bastante tiempo, se ha sabido que cuando una mujer ovula, la hormona progesterona se activa en su sistema. Ello causa un aumento de la temperatura de su cuerpo de cuatro a seis décimas de un grado. Debido a que usualmente sólo hay un óvulo por ciclo, que puede vivir no más de 24 horas y a menudo mucho menos que eso, un aumento de la temperatura durante tres días indica que el óvulo ya ha muerto. Desde ese momento en adelante la mujer es infértil hasta la menstruación. Este fenómeno se ha llegado a conocer como el ritmo de la temperatura.

Debido a las diferencias de longitud de los distintos ciclos y a la incapacidad para predecir el día de la

ovulación, las relaciones conyugales tenían lugar demasiado tarde en la primera mitad del ciclo, el óvulo y el espermatozoide podían encontrarse, y podía surgir un embarazo. Pero ello podía ser remediado por medio de la aplicación del antiguo cálculo de Ogino-Knaus a la primera parte del ciclo.

El gran genio de la ginecología, el Dr. Rudi Vollman, de origen judío y ya difunto, de quien aprendí mucho, demostró que este cálculo, aunado a la observación de la temperatura basal del cuerpo, logró que hubiera muy pocos embarazos entre 600 mujeres que había estudiado durante la II Guerra Mundial en Suiza (a donde escapó de Hitler). Los resultados de este clásico estudio nunca han sido refutados.

El gran físico inglés, Sir Isaac Newton, dijo una vez que todo científico se yergue sobre los hombros de los que le precedieron. Ello también es cierto en el caso de la PNF. Durante mucho tiempo se sabía muy bien que la mucosidad cervical desempeñaba una función esencial en cuanto a lograr un embarazo. La gran contribución de los Drs. John y Lyn Billings, de Australia, fue precisamente desentrañar los misterios de esa mucosidad.

Los Billings demostraron que al observar los cambios cualitativos de la mucosidad cervical, los matrimonios podían predecir el comienzo del tiempo fértil. Por medio de la combinación de esta mucosidad y de las indicaciones del aumento de la temperatura, los matrimonios tenían un medio lo más eficaz posible para espaciar las concepciones de sus hijos, muy poco inferior a la pecaminosa esterilización. Ello ha sido demostrado científicamente.

Hay algunos que están persuadidos de que todo lo que se necesita para practicar la PNF es observar la mucosidad cervical. Ello se conoce como el Método de la Ovulación, el Método Billings o el Método de la Mucosidad. Otros dicen que algunas mujeres no se pueden confiar solamente a la observación de la mucosidad. En todo caso, el añadir la indicación de la temperatura y otros síntomas, para cuya explicación no tenemos el espacio aquí, constituye lo que se llama el “Método Sinto-Térmico”.

La autoridad viviente más prestigiosa sobre la PNF, el Dr. Joseph Roetzer de Austria, ha tenido un índice fantástico de éxito a través de los años con muchos clientes en los países de lengua alemana. El Dr. Thomas Hilgers, del Instituto Pablo VI, dice que la PNF, si se conoce bien y

se practica adecuadamente, tiene una efectividad de más del 95%, mayor aún que la de la pecaminosa píldora anticonceptiva. La organización de PNF más grande y más eficaz del mundo es la Liga de Pareja a Pareja (P.O. Box 111184, Cincinnati, Ohio 45211 USA), y fue fundada por el persistente John Kippley en 1971. Kippley dice que su grupo ha capacitado a tantos maestros que si los obispos de EEUU exigieran el aprendizaje de la PNF antes del matrimonio, se les podría enseñar a prácticamente todas las parejas de novios que están comprometidos para casarse.

A través de la historia, la Iglesia Católica ha sido plenamente coherente en cuanto a la PNF. Por ejemplo, San Agustín (354-430) mostró en sus escritos que estaba consciente de alguna manera de la existencia de períodos rítmicos de fertilidad e infertilidad en el ciclo menstrual, a pesar de que el óvulo no fue descubierto hasta 1829. En su monumental encíclica *Casti connubii* (1930), el Papa Pío XI reafirmó contundentemente 20 siglos de doctrina cristiana sobre el control de la natalidad, contra la Conferencia Anglicana de Lambeth de ese mismo año, que había aceptado la anticoncepción artificial. El Pontífice recomendó la PNF a los matrimonios que tenían dificultades. En 1951, el Papa Pío XII impartió dos poderosas conferencias a los médicos católicos, en las cuales les suplicó que investigaran y enseñaran acerca de la PNF.

El Papa Juan Pablo II ha escrito y predicado sobre la

Presidente de HLI

Padre Thomas J. Euteneuer

Director de SFLI

John Fusto

Asesores

Joseph Meaney
Brian Clowes, Ph.D.

Revisor de redacción

Anthony Mioni (inglés)
Adolfo J. Castañeda (español)

Seminarians for Life International es una publicación trimestral. Para suscribirse o para pedir más ejemplares, póngase en contacto con:

Human Life International
Attn: *Seminarians for Life International*
4 Family Life Lane
Front Royal, Virginia 22630
USA

Email: semsforlife@hli.org
Tel.: 540-635-7884

La información acerca de SFLI también está disponible en nuestro portal: www.hli.org/seminariansforlifeinternational.

Seminarians for Life es una marca registrada de Human Life International, Inc.®. Por favor, póngase en contacto con HLI para obtener la autorización de re-imprimir cualquiera de nuestros materiales educativos o de usar el nombre de *Seminarians for Life*. Para adquirir más información acerca de HLI, por favor, visite nuestro portal www.hli.org.

PNF y también la ha promovido más que todos sus predecesores juntos—y ha hablado y escrito desde la perspectiva de una experiencia y práctica docentes mucho más amplias. Como Cardenal y Arzobispo de Cracovia, les pidió a sus sacerdotes que nunca fueran testigos de un matrimonio de una pareja de novios jóvenes, que no hubieran aprendido la manera de administrar su fertilidad que Dios mismo ha inscrito en la naturaleza humana, para los casos en que la necesitaran utilizar por graves motivos. (HLI le suministró información acerca de la PNF.)

Como era un hombre práctico, estableció un curso de preparación al matrimonio de varias sesiones, los temas del cual eran el verdadero amor conyugal; la maldad de la anticoncepción, la esterilización y el aborto; la teología del cuerpo; el don de los hijos; y la bondad de la PNF. Este curso pre-matrimonial era un requisito. Varias versiones del mismo se difundieron pronto por toda Polonia. De hecho, mucho antes del Concilio Vaticano II, los obispos de Polonia habían aprendido por amarga experiencia que la anticoncepción sólo conduce al aborto.

El hecho de que muchos no les hayan prestado atención a las súplicas y recomendaciones acerca de la PNF de los Papas Pío XI, Pío XII, Pablo VI y Juan Pablo II, constituye una gran tragedia, sobre todo si se considera el desorden que han causado en todo el mundo la anticoncepción, la esterilización, el aborto, la fornicación, las enfermedades de transmisión sexual y el SIDA, así como el aparente estado terminal en que se encuentran el Occidente y la Iglesia en esa región de la tierra.

La PNF moderna es un medio razonable y eficaz de administrar la natalidad. Es muy beneficiosa para la salud física, psicológica, moral y espiritual. No tiene ninguna de las desventajas de la anticoncepción. Cualquier sacerdote que haya trabajado en serio con la PNF, sabe que su uso ayuda al desarrollo de matrimonios sólidos. Más aún, estos matrimonios se vuelven provida de forma connatural, porque valoran su fertilidad y le cobran reverencia al plan de Dios.

Estoy seguro de que una de las principales razones por la cual no se enseña y promueve la PNF es simple y llanamente la ignorancia. Pasaron muchos años en mi ministerio sacerdotal, hasta que me topé con otro sacerdote que sabía lo suficiente acerca del ciclo reproductor como para entender la PNF. Hay tanta gente que no entiende bien el sistema reproductor,

que ello causa que muchos se traguen el mito de que el “ritmo” no funciona.

Ello, estoy convencido, también explica por qué muchos no aceptan la *Humanae vitae*. Simplemente piensan que no hay manera de administrar la fertilidad, excepto controlándola por medio de la anticoncepción. No tienen la más mínima idea de que la mujer es infértil la mayor parte del tiempo, ni de que la mujer es una de los mamíferos femeninos más infértiles que existen. Los animales copulan; pero las personas humanas deben relacionarse y tener relaciones sexuales de manera amorosa y ordenada (en el contexto de un matrimonio cristiano).

Es evidente que Dios creó el acto conyugal con el doble propósito de promover la unidad (el amor) y la procreación, es decir, el estar siempre abiertos a la vida. Cuando la procreación de una nueva vida no es aconsejable, la limitada abstinencia (de ocho a nueve días) *se convierte* en la expresión de amor del matrimonio. ¿O es que usted prefiere la idea que tenía Martín Lutero: “El propósito del matrimonio no es tener placer y ser indolente, sino procrear y criar hijos, para sostener un hogar ...”?

Ni una sola de las siete facultades católicas de medicina en EEUU y Canadá enseña la PNF, permitiendo así que los médicos que se gradúan de ellas sean ignorantes y antagónicos. Y es raro encontrar a un teólogo católico que la conozca y esté interesado. Los profesores de seminario que he conocido tampoco sabían acerca de la PNF.

No hay muchos seminarios en EEUU hoy en día que traten de forma aceptable el tema de la PNF, a pesar de que el Papa Juan Pablo II, en el número 33 de *Familiaris consortio*, dijo que “todos los jóvenes adultos antes del matrimonio” deben conocer el singular sistema reproductor del ser humano. Hoy en día, todavía se están ordenando sacerdotes sin esta indispensable información pastoral. De hecho, la mayoría deja el seminario pensando que los disidentes, como el Padre Charles Curran, tienen razón y que la Iglesia está equivocada, a pesar de la monumental evidencia que apunta en sentido contrario.

Ahora se ha vuelto algo evidente para cualquier observador agudo, como también el Papa Pablo VI de forma tan elocuente lo expresó en la *Humanae vitae*, que la anticoncepción produce toda clase de males, incluyendo el aborto. Ello lo saben mejor que nadie los mismos que promueven este crimen.

Por ejemplo, el Dr. Malcom Potts, famoso por su promoción de la anticoncepción en todo EEUU, dijo: “En la medida en que la gente use anticonceptivos, habrá, no una disminución, sino un aumento del índice de abortos”. Y la abortista inglesa, la Dra. Judith Bury ha observado: “La evidencia es contundente de que, contrariamente a lo que uno esperaría, la disponibilidad de la anticoncepción produce un aumento del índice de abortos”. Podría repetirse cien declaraciones similares de los que promueven la anticoncepción.

Los que han estudiado la historia del negocio del control demográfico saben que hace décadas, esta gente malvada sabía que la anticoncepción nunca sería suficiente, y que la esterilización y el aborto eran absolutamente “necesarios”. (¿Dónde estábamos nosotros los cristianos?) Hoy, la prueba está en Brasil, donde aproximadamente el 30% de todas las mujeres en edad fértil han sido esterilizadas y donde se aborta ilegalmente a por lo menos 1,5 millones de bebés cada año. La combinación mortal de la esterilización y el aborto está siendo difundida por todo el mundo hoy en día, por medio de un inmenso financiamiento.

Estas son las razones por las cuales, luego de 70 años de vida y 42 de ministerio sacerdotal, estoy completamente convencido de que no hay mucho que vaya a cambiar que sea favorable a la familia. Ni tampoco vamos a rescatar a la familia del actual desorden sexual, hasta que enseñemos otra vez la virtud tan esencial que es la castidad, y elaboremos cursos de preparación al matrimonio que sean eficaces y mandatorios, que enseñen la *Humanae vitae* y también la *Familiaris consortio*, documentos que constituyen el plan de promoción y educación para la vida familiar.

Pero no se puede enseñar una castidad amorosa en el aislamiento. Por ello es que necesitamos una renovación completa de la instrucción catequética, para que incluya las virtudes—especialmente la virtud de la castidad, que controla el poderoso impulso sexual, el cual, si no se controla, nos produce la clase de mundo en el cual nos ha tocado vivir. Desde luego, sin una formación espiritual, la virtud es imposible.

Yo por lo menos no puedo excusar a los padres que no les dan a sus hijos un buen ejemplo de lo que es la PNF. El mejor curso de castidad y de preparación al matrimonio es el ejemplo inteligente y amoroso de unos padres que viven un hermoso amor conyugal casto y amorosamente fecundo.

El Papa Juan Pablo II habla sobre la planificación natural de la familia

El Papa Juan Pablo II enfatizó la crucial importancia de este tema a los participantes de los congresos de vida familiar, que estaban estudiando la planificación natural de la familia:

La promoción y enseñanza de los métodos naturales es, por lo tanto, una verdadera preocupación pastoral, que implica la cooperación por parte de sacerdotes y religiosos, especialistas y matrimonios, todos trabajando en colaboración con el obispo de la iglesia local y recibiendo su apoyo y ayuda ... De esta manera, la Iglesia está más capacitada para presentar al mundo los valores de los métodos naturales, y reducir el fuerte énfasis que se les da a la anticoncepción, la esterilización y el aborto que a menudo encontramos en el mundo. En el corazón de esta labor de la planificación natural de la familia debe estar una visión cristiana de la persona humana y la convicción de que los esposos sí pueden lograr, por medio de la gracia de Dios y el compromiso con los métodos naturales, una unidad conyugal más fuerte y profunda ... El bienestar de la familia y de la sociedad está íntimamente vinculado a vuestros esfuerzos y a vuestro éxito (Alocución a los Congresos de la Familia, 8 de junio, 1984).

Y en una audiencia en Bamenda, Camerún, insistió en un esfuerzo más sistemático en la promoción de la PNF:

Quiero animar de manera particular a vosotros los Obispos, sacerdotes, religiosas y líderes laicos, que habéis respondido a la recomendación de *Familiaris consortio* “de hacer un esfuerzo más decisivo y sistemático, para que los métodos naturales de regulación de la fertilidad sean conocidos, respetados y aplicados” (12 de agosto, 1985).



Habla Roma:

La PNF respeta el don de Dios

A continuación reproducimos la Declaración Final de una reunión cumbre sobre los métodos naturales para la administración de la fertilidad, que tuvo lugar en Roma bajo el patrocinio del Pontificio Consejo para la Familia, en diciembre de 1992.

Reunidos para estudiar los avances más recientes en los métodos naturales de regulación de la fertilidad, 45 expertos, trabajadores sociales y moralistas, queremos hablarles a las mujeres y a los hombres del mundo.

La regulación de la fertilidad humana es un asunto delicado que implica graves decisiones. Han surgido muchos problemas en este importante campo de la experiencia humana. Llenos de confianza proponemos la manera **auténtica** para la verdadera humanización del maravilloso don de Dios de la procreación, que permite lograr la “planificación natural de la familia”.

Queremos enfatizar que los métodos naturales implican un estilo de vida y un comportamiento ético específicos, que apelan a la responsabilidad de los esposos y que se fundan en el respeto incondicional de la dignidad de la persona, de la verdadera naturaleza del matrimonio y del valor primario y fundamental de la vida, así como del reconocimiento de la sexualidad como don de Dios.

Durante los últimos 60 años, el estudio de los síntomas que acompañan el ciclo de fertilidad femenino ha revolucionado su conocimiento y ha hecho posible que los matrimonios decidan responsablemente el espaciamiento natural de los nacimientos de sus hijos. Los métodos modernos son formas confiables y precisas de intentar el logro o el espaciamiento de los embarazos. *Estos métodos naturales se apoyan en un sólido fundamento científico.* Hoy en día, los rápidos avances de la investigación científica y de la tecnología están ampliando el uso de estos métodos. Sin embargo, la opinión pública acerca de los mismos a menudo es deficiente y a veces errónea.

Por consiguiente, afirmamos el valor de la regulación natural de la fertilidad.

— Los métodos naturales son fáciles de enseñar y entender. Pueden ser usados en cualquier contexto social y no requieren el estar alfabetizado.

— La *salud de las madres y los recién nacidos* se beneficia por medio del espaciamiento de los nacimientos de una manera natural que no daña ni a la madre ni a su bebé. Los métodos naturales tampoco dañan la *salud de los matrimonios*.

— La libertad y los derechos de la esposa y del esposo son respetados a través de estos métodos, los cuales se centran en la mujer y se fundan en la integridad de su cuerpo.

— Debido a que indican el tiempo de la fertilidad, los métodos naturales pueden ayudar a los esposos a *lograr el embarazo*. Estos métodos han proporcionado alegría a los matrimonios que enfrentan las dificultades de una aparente infertilidad.

— Los métodos naturales pueden fomentar *una relación interpersonal más profunda* entre los esposos, que se basa en la comunicación, el compartir las decisiones y el respeto mutuo. El uso de estos métodos fortalece el matrimonio y, por lo tanto, también la familia.

— Los métodos naturales son compatibles con todas las culturas y religiones.

— El desarrollo de la *responsabilidad sexual*, entendida como castidad, es decir, la continencia antes del matrimonio y la fidelidad en él, se fomenta por medio del conocimiento de la fertilidad. La enseñanza de la planificación natural de la familia es, por consiguiente, de primordial importancia en la preservación de la salud de la reproducción, incluyendo la prevención del SIDA y de otras enfermedades de transmisión sexual.

— Estos métodos no constituyen una carga económica para las familias. Por ello, muchas mujeres y muchos hombres del mundo en desarrollo los han acogido con beneplácito.

Recomendaciones:

A la luz de los beneficios de los métodos naturales que hemos mencionado arriba y con la convicción de que toda mujer tiene el derecho a conocer su fertilidad:

1. Recomendamos que la Iglesia aumente significativamente sus esfuerzos en enseñar los valores religiosos y humanos que su tradición contiene, específicamente en *Humanae vitae*, *Familiaris consortio*, la cataquisis de Juan Pablo II sobre el amor humano y el plan divino, y otros documentos magisteriales.
 2. Recomendamos que los métodos naturales estén disponibles a todos los matrimonios en todas partes. Hacemos un llamado a los gobiernos y a las organizaciones privadas a que asistan y apoyen positivamente a los esposos en esta tarea.
 3. Recomendamos que los métodos naturales sean enseñados en todas las instalaciones de la salud. Hacemos un llamado a los profesionales de la salud a que estudien y promuevan los métodos científicos de la planificación natural de la familia, como parte de la paternidad responsable, y a hacerlos asequibles a los esposos.
 4. Recomendamos que los métodos naturales sea enseñados gradualmente a las jóvenes y a los jóvenes antes de que se casen.
 5. Apoyamos la lactancia por el bien de la familia, el niño y la madre, y como método para espaciar los nacimientos, y animamos a los legisladores a que aprueben leyes que hagan posible que las madres puedan amamantar a sus hijos.
 6. Recomendamos que se aumente la investigación multi-disciplinaria, para ayudar a los matrimonios a lograr una paternidad responsable a través de los métodos naturales.
 7. Recomendamos que la investigación y promoción de los métodos naturales reciban el financiamiento adecuado.
 8. Recomendamos el establecimiento de asociaciones nacionales en todos los países, para que los que promueven los métodos naturales puedan colaborar, apoyarse mutuamente e intercambiar información.
- Pedimos a los párrocos que verdaderamente les presten atención a las directrices formuladas en *Humanae vitae* y *Familiaris consortio*, en cuanto a apoyar de forma concreta las iniciativas de investigación y enseñanza de los métodos naturales.

Tomado y traducido de L'Osservatore Romano, edición de habla inglesa, 13 de enero, 1993.

Recursos que recomendamos

El portal de Vida Humana Internacional (VHI), sección hispana de Human Life International, <http://www.vidahumana.org>, tiene una sección sobre la planificación natural de la familia: http://www.vidahumana.org/vidafam/nfp/nfp_index.html.

El portal de VHI también tiene una sección sobre la anticoncepción, la cual a su vez tiene una subsección que contiene la enseñanza de la Iglesia Católica sobre estos temas, como la encíclica *Humanae vitae* y otros documentos. Esa subsección se encuentra en: http://www.vidahumana.org/vidafam/iglesia/ensen_anticon.html.

Materiales educativos:

Los siguientes materiales educativos se encuentran disponibles a la venta en las oficinas de VHI y se pueden pedir por teléfono o en línea por medio de Paypal de nuestra sección “Catálogo”. Los datos de VHI se encuentran debajo de los recursos que presentamos a continuación:

— Usuarios del Método Billings en VHS.

Testimonios de matrimonios que usan el método Billings o de ovulación para espaciar los nacimientos. Buen video para motivar (30 min.). Código: MNV101. Precio: \$12.

— Usuarios del Método Billings en DVD. Código: MNV101A. Precio: \$12.

— Amor y fertilidad. Presentación animada del Método de Ovulación. (30 min.). Código: MNV103. Precio: \$20

— Métodos naturales de planificación de la familia. Folleto sobre los diferentes métodos, cómo funcionan, y dónde obtener los materiales educativos. Código: MN104. Precio: 15¢ (hay descuentos para pedidos al por mayor).

Vida Humana Internacional
45 SW 71 Avenue
Miami, FL 33144 USA

(305) 2360-0525

Catálogo: http://www.vidahumana.org/catalogo/nfp_catalogo.html.

Organizaciones que enseñan la PNF

1. Método Billings:

Centro de promoción familiar y regulación natural de la natalidad (CEPROFARENA)

Organización afiliada a VHI en el Perú

Lic. Lola Sheen Vergara, Presidenta

Dr. Martín Tantalean

Especialista en Medicina Integral y Gestión en Salud

ceprofarena@gmail.com

Gral. Suárez 259 - 287

Tercer Piso

Miraflores, LIMA 18

(51-1) 242-6130

Para visitar la página de España, visite: <http://www.maptel.es/pagpersonal/loiola/pfn.htm>.

Organización en EEUU que tiene materiales en español:

Family of the Americas

Mercedes Arzu Wilson, Presidente

P.O. Box 1170

Dunkirk, MD 20754-1170

USA

Tel.: (301) 627-3346 Fax: (301) 627-0847

2. Los demás métodos de PNF:

Información en general en EEUU:

Diocesan Development Program for Natural Family Planning

3211 4th St. N.E.

Washington, D.C. 20017-1194 U.S.A.

Tel.: (202) 541-3240 Fax: (202) 541-3054

(Dirija la correspondencia en inglés)