

Riflessioni sulla terminologia riguardo alla Pianificazione Familiare naturale

Frequentemente viene frainteso il concetto di “conoscenza della fertilità umana” e - in modo particolare - della sua applicazione nella “regolazione naturale della fertilità” detta anche “pianificazione familiare naturale” (PFN). Per questa ragione è necessario sviluppare le seguenti riflessioni.

Molte persone, tra cui noi, e associazioni che lavorano in questo campo ci siamo preoccupati di distaccarci dalla mentalità contraccettiva inerente ai metodi artificiali di pianificazione familiare. Abbiamo così utilizzato, per anni, termini come “regolazione naturale della fertilità” o “metodi di autodiagnostico della fertilità” o ancora “metodi di auto-osservazione” riferendoci a metodi come il Billings o il Sintotermico. Questi metodi -attraverso la conoscenza o il riconoscimento della fertilità umana e del rispetto per i suoi limiti naturali- permettono ai coniugi di favorire o distanziare nascite tra loro. Con questi ultimi, si è voluto uscire dal marchio delle attitudini “contraccettive” che cercano unicamente la limitazione delle nascite.

Tuttavia si deve tenere in considerazione che la maggior parte delle suddette persone e associazioni utilizza ora anche il termine di “pianificazione familiare naturale” (PFN; NFP in inglese) per le seguenti ragioni:

- Il termine “regolazione” - sebbene sia stato utilizzato per significare che si possono aumentare come diminuire le nascite - è troppo biologico, meccanico, e può far pensare che stiamo parlando di un processo, quello della fertilità, “sregolato”, quando di fatto si tratta di un processo fisiologico normale.
- È preferibile, inoltre, evitare termini come “diagnosticare” l’ovulazione o “metodi di autodiagnosi della fertilità” poichè in genere si diagnostica una malattia mentre la fertilità è prova del fatto che la persona è sana.
- La parola “pianificare” non significa necessariamente evitare gravidanze ma anche favorirle. Quando i coniugi “pianificano” una famiglia possono pensare di distanziare le nascite fra loro o favorire una gravidanza in un momento determinato tenendo però in conto il valore trascendente della paternità e delle circostanze personali e familiari. Tutto questo è, di fatto, compatibile con il concetto di “paternità responsabile” insegnato anche dalla Chiesa Cattolica che include la possibilità di aumentare o limitare la dimensione di una famiglia. Karol Wojtyła nel suo libro “Amore e responsabilità”, parlava effettivamente di *“scegliere per la procreazione i momenti più favorevoli”* e, riferendosi all’uomo e alla donna che hanno relazioni sessuali, affermava che *“devono conoscere ogni momento e sapere come possono avere un figlio perchè sono responsabili di ogni concepimento”*

davanti a sè stessi e davanti alla famiglia che stanno formando e che va in questo modo aumentando”.

Papa Giovanni Paolo II affermava inoltre, in un suo discorso ad un gruppo di studio organizzato dall'accademia pontificia di scienze che (18-11-1994): *“questa conoscenza aiuta la coppia ad ottenere la gravidanza o a evitarla. Sarebbe di generale interesse se gli scientifici fossero capaci di dimostrare, mediante studi approfonditi e con l'aiuto di molti coniugi, che i metodi naturali di regolazione della fertilità o pianificazione familiare sono affidabili ed efficaci, anche nei casi di ovulazione irregolare. I risultati di questa ricerca -che è necessario far conoscere alle coppie- possono aumentare le opzioni che hanno a disposizione e, per tanto, offrire ai due coniugi l'opportunità di prendere decisioni importanti in maniera libera e responsabile, attraverso un dialogo interpersonale rispettoso dell'integrità di entrambi i coniugi e fedeli alle loro convinzioni religiose e alla loro sensibilità culturale. Questo dialogo non può che arricchire e approfondire la comunione tra loro”.*

- Il termine PFN ha il grande vantaggio di includere la parola FAMIGLIA e, in ultima analisi, ci ricorda che si incide in qualcosa di molto importante come è la famiglia, in contrapposizione con i termini “regolare”, “essere coscienti” o “riconoscere” la nostra fertilità.
- Infine il termine PFN corrisponde al termine utilizzato nel resto del mondo. Tanto in francese (PFN) come in inglese (NFP) infatti è un termine che il professionista sanitario e la popolazione in generale (abbastanza disinformata in questo campo) capiscono più direttamente.

Rispetto alle parole “segni e sintomi” della fertilità, presenti nella definizione di PFN della Organizzazione Mondiale della Salute (OMS), è importante segnalare sempre al pubblico che questi termini sono assolutamente inadeguati, in quanto normalmente in medicina un segno o un sintomo, come la febbre o un dolore, significano malattia soggiacente e la fertilità NON è una malattia. Per questo ci pare più consigliabile parlare di “indicatori” della fertilità, dal momento che la temperatura o la secrezione cervicale ci “indicano” che la donna è o non è fertile in un momento determinato del suo ciclo.

In inglese si utilizza con certa frequenza il termine di “fertility awareness” che significa “essere coscienti della fertilità”. Questo concetto è interessante e adeguato perchè la persona che è responsabile è prima di tutto cosciente, ed è quindi capace di riconoscere “qualcosa” che forma parte della sua persona sessuata, cioè la sua fertilità, per poterlo rispettare e “amministrare” o “gestire” in maniera più autonoma e adeguata.

Purtroppo, il termine “fertility awareness” è stato mal utilizzato da parte di certe istituzioni pubbliche e organismi internazionali come la OMS. Contrariamente alla filosofia di chi conosce da più tempo la Pianificazione Familiare e che lo fa accompagnando i coniugi affinché apprendano

meglio a vivere la continenza periodica, diffondono l'utilizzo della PFN consigliando l'uso del preservativo durante il periodo fertile. Per di più il concetto di "fertility awareness" presenta l'inconveniente di essere incompleto per descrivere tutto ciò che c'è dietro alla conoscenza della fertilità e delle sue diverse applicazioni.

Per finire bisogna segnalare che, sfortunatamente, sia quale sia il termine che uno decida di impiegare per riferirsi alla PFN, questo può essere mal utilizzato.

Per concludere, ci basiamo sulle seguenti riflessioni per fare successivamente alcune raccomandazioni:

- 1) È importante utilizzare termini che facilitino la diffusione della PFN tanto nell'ambito sanitario come in quello educativo ed in quello pubblico in generale. In questo senso risulta vantaggioso utilizzare termini già conosciuti e usati anche in altri Paesi.
- 2) È fondamentale che la nomenclatura rispetti al massimo la natura di quello che vogliamo di fatto insegnare (in questo caso della paternità responsabile) e che abbia per questo un carattere educativo. In questo senso si dovrebbero evitare termini equivoci come "anticoncezione naturale" o "metodo diagnostico della fertilità".
- 3) Bisogna tenere in conto che a volte un determinato termine può risultare più o meno fortunato nella traduzione in una lingua diversa, c'è quindi da aspettarsi che non sempre sia possibile un'uniformità totale nelle diverse traduzioni.
- 4) Siamo coscienti che qualsiasi termine possa essere utilizzato da alcune persone partendo da presupposti antropologici differenti o prescindendo da qualsiasi base antropologica nell'applicazione della Pianificazione Familiare Naturale. In questo senso, è responsabilità nostra trasmettere sempre, il meglio possibile, lo stile di vita vissuto nel valore della continenza periodica e della paternità responsabile - basato sull'antropologia della persona - nel momento in cui si parli di fertilità e/o di applicazione di queste conoscenze per favorire, distanziare fra loro nascite o evitare gravidanze.

Le raccomandazioni che facciamo sono le seguenti:

- 1) Quando si tratta di parlare della fertilità in generale senza pretendere di insegnare l'utilizzazione concreta delle conoscenze sulla fertilità per favorire, distanziare, o evitare nascite, raccomandiamo l'utilizzo dei termini "**Riconoscimento della fertilità**" o "**Conoscenza della fertilità**". Si tratta effettivamente di parlare della fertilità in generale e più in concreto degli "indicatori della fertilità". Eviteremo termini come "segni" e "sintomi della fertilità". Il termine "Riconoscimento della fertilità" è in particolar modo interessante perché presuppone che una persona debba rendersi conto di qualcosa che è parte del suo essere persona però che magari prima non conosceva. Inoltre è specialmente appropriato nel caso

in cui si voglia dare un'educazione sanitaria alla popolazione generale o lezioni di educazione dell'affettività e della sessualità ai giovani. In questo caso, l'obiettivo non è la pianificazione familiare (per questo non ha senso insegnare regole di applicazione di nessun "metodo") ma il conoscersi meglio per avvalorare, e in una certa maniera "ammirare", il dono della fertilità. Questa capacità di "ammirazione" prepara meglio i giovani a rispettare la propria fertilità e ad averne cura responsabilmente.

- 2) Quando le conoscenze sopradescritte si vogliono applicare per favorire, distanziare o evitare nascite, si raccomanda il termine "Pianificazione Familiare Naturale" perchè è più conosciuto, più internazionale, perchè contiene la parola Famiglia e perchè la "pianificazione" non è incompatibile con una libera, generosa e responsabile paternità. Ci sembra quindi importante distinguere la conoscenza o il "riconoscimento" della fertilità dall'applicazione di questa conoscenza al fine di favorire, distanziare, o evitare gravidanze liberamente e coscientemente.

Esperanza Coll

Jokin de Irala

Mikaela Menárguez

Montserrat Rutllant

Inmaculada Serrano

Fernando Trullols

Tradotto da Maria Grazia Gualandi