

## Objetivos

1. Enseñar a las parejas a conocer su fisiología reproductiva para comprender la base de los métodos naturales.
2. Aprender a reconocer los indicadores de fertilidad, ya sea para evitar como para la consecución del embarazo, y que las parejas adquieran autonomía para su eficaz aplicación.
3. Reconocer las alteraciones indicativas de disfunciones que requerirían atención facultativa, para una mejor salud reproductiva.
4. Mostrar el espíritu cristiano que anima la vivencia de la sexualidad como fuente de felicidad y vida, así como de complementación y crecimiento personal, matrimonial y familiar.

## Información e inscripciones

Para más información contacta con:

Blanca y Guillermo

Teléfono: +34 654 730 576

Correo electrónico: [bellosanz@gmail.com](mailto:bellosanz@gmail.com)



*Inscripciones curso métodos naturales*

## ¿Qué es EDUVIDA?

Asociación sin ánimo de lucro, constituida por personas que de forma voluntaria quieren prestar su apoyo a la Iglesia Católica, movimientos apostólicos, centros de enseñanza y asociaciones familiares.



## Nuestros proyectos

- Cursos prematrimoniales
- Curso de métodos naturales
- Talleres de educación afectivo-sexual
- Proceso de adopción

## Información general

Email: [asociacioneduvida@gmail.com](mailto:asociacioneduvida@gmail.com)

Teléfono de contacto: +34 635 883 353

Santuario Ntra. Sra. de Schönstatt  
Calle Serrano, 97  
E-28006 Madrid

# Curso de métodos naturales y paternidad responsable



"No hay nada mejor que el amor, nada más grande que el amor, nada más hermoso que el amor".

P. José Kentenich



<https://www.eduvida.net/cursos-metodos-naturales>

## **Los métodos naturales**

Mediante la observación y evaluación de indicadores de fertilidad, los métodos naturales permiten a la pareja reconocer los momentos del ciclo en los que un embarazo es posible y cuando no lo es.

Aplicando los métodos naturales, se puede vivir una sexualidad plena y satisfactoria, cultivando las distintas facetas de su amor conyugal y ejercitar eficazmente una paternidad responsable. Para ello no es necesario manipular mediante hormonales la fisiología reproductiva ni utilizar dispositivos anticonceptivos o potencialmente abortivos.

El autoconocimiento permite a la mujer identificar anomalías en su fisiología reproductiva, facilitando su tratamiento temprano y aumentando las probabilidades de embarazo deseado. En un número elevado de parejas infértiles los métodos naturales se han mostrado eficaces para conseguir un embarazo sin tener que recurrir al empleo de técnicas de reproducción asistida.

## **El curso de métodos naturales**

Este curso de EDUVIDA va dirigido tanto a parejas que se encuentran en la preparación inmediata antes del matrimonio, como a matrimonios que quieran vivir su sexualidad de acuerdo con la propuesta del Magisterio de la Iglesia sobre el amor humano y la paternidad responsable.

## **Metodología**

El curso se imparte en grupos reducidos con un seguimiento individualizado. Su duración puede variar en función de las necesidades y suele durar en torno a tres meses, con reuniones quincenales o mensuales.

Las reuniones incluyen una parte teórica y talleres de gráficas, incluyendo la interpretación de las propias gráficas de la pareja, así como un intercambio vital sobre el tema.

Para garantizar una adecuada aplicabilidad de los métodos naturales en circunstancias especiales (periodo postpíldora, postparto, premenopausia), en el curso se abordan estas situaciones y no sólo en las habituales de la vida reproductiva de la mujer.

Finalmente se transmite información sobre las eficacias de los métodos naturales, comparándolas tanto con las de los métodos artificiales de anticoncepción como con las técnicas de reproducción asistida.

Durante el curso se dará importancia al intercambio sobre cómo los ritmos propios de los métodos naturales ayudan al cultivo de las distintas formas de amor dentro del matrimonio.

Los cursos los imparten monitores cualificados.

## **Los cursos de EDUVIDA son gratuitos**

Se aceptan donaciones voluntarias que se destinan a los gastos de la casa en las que se hacen las formaciones.

## **Programa**

1. Presentación general del curso. La paternidad responsable según el magisterio de la Iglesia.
2. Fundamentos fisiológicos de los métodos naturales y su aplicación. La temperatura basal.
3. Reglas de cálculo para la infertilidad preovulatoria. Moco cervical. Reglas de aplicación en método sintotérmico, método Billings, entre otros. Las eficacias de los métodos anticonceptivos.
4. Taller de gráficas. Discusión de las gráficas propias.
5. Métodos naturales e infertilidad: una alternativa a las técnicas de reproducción asistida.
6. Métodos naturales aplicados al periodo después del parto y en premenopausia.

