



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei* CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE *della* FERTILITÀ

GLOSSARIO dei termini inerenti la fertilità

versione 9 - febbraio 2014



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei* CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE *della* FERTILITÀ

GLOSSARIO DEI TERMINI INERENTI LA FERTILITÀ

anticoncezionale – contraccettivo [*anti-* e *concezione*]

che tende a impedire, il concepimento; detto di un **mezzo che si oppone al concepimento, annullando o interferendo con uno o più fattori ordinati ad esso**; termine usato (come i sinonimi *antifecondativo* e *contraccettivo*) per indicare ogni mezzo, meccanico o chimico, o pratica sessuale (coito interrotto), volto a impedire in modo volontario il concepimento.

aconcezionale – agenesiaco

Termine riferito ad un rapporto sessuale non generativo, in giorni non fertili, nei quali mancando la fertilità femminile, il concepimento non è possibile. Un rapporto può risultare aconcezionale o agenesiaco anche in presenza di sterilità femminile o maschile.

ciclo mestruale

periodo che si intende dal primo giorno di mestruazione al giorno precedente l'inizio della mestruazione successiva, durante il quale avviene l'ovulazione. Alcuni segni e sintomi di fertilità manifestano la presenza dell'ovulazione e consentono di identificare le varie fasi del ciclo: il periodo fertile, il periodo non fertile post-ovulatorio (dopo l'ovulazione) e, qualora sia presente, il periodo non fertile pre-ovulatorio (prima dell'ovulazione).

concepimento

penetrazione di uno spermatozoo in un ovulo, che resta così fecondato e dà origine a uno zigote, (= embrione allo stadio di una sola cellula). E' detto anche fecondazione. Il concepimento avviene nella parte della tuba più vicina all'ovaia entro il breve periodo (poche ore) di vitalità dell'ovulo dopo la sua espulsione dal follicolo con l'ovulazione. Segna l'inizio di una nuova vita e della gravidanza.

continenza periodica [dal lat. *continentia*, der. di *containeri*, *continere*]

moderazione, dominio nel soddisfacimento di bisogni di diversa natura; mantenimento, nella giusta misura, di alcune tendenze impulsive dell'uomo. Astinenza dal rapporto sessuale nei periodi di fertilità, al fine di rinviare o evitare un concepimento. La continenza può essere periodica perché, qualora una coppia ritenga opportuno rinviare o evitare il concepimento, la continenza si ripete ciclicamente ad ogni periodo fertile della donna ovvero ogni ciclo mestruale. *Continenza periodica della coppia nei rapporti sessuali* regolata sui ritmi naturali di fertilità. E' detta anche astinenza periodica o capacità di attesa.

controllo delle nascite

L' espressione generalmente è riferita a mezzi o modalità di limitazione delle nascite, ma anche (nell'espressione inglese *birth controll*) ad interventi abortivi.



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei CENTRI*
per la REGOLAZIONE NATURALE della FERTILITÀ

conoscenza della fertilità [dal lat. tardo *cognoscentia*, der. di *cognoscere* conoscere]

Il processo del conoscere e del riconoscere i segni e i ritmi della fertilità femminile, attraverso le diverse modalità di auto-osservazione.

efficacia-affidabilità

termini attribuiti a qualsiasi mezzo di regolazione delle nascite. In riferimento ai metodi naturali il termine "efficacia" si può riferire ai risultati che si ottengono nell'evitare o nell'ottenere un concepimento con riferimento alla loro precisione diagnostica nell'identificare il periodo fertile ed i periodi non fertili del ciclo mestruale.

Con riferimento ai mezzi di regolazione delle nascite non naturali, i termini efficacia-affidabilità si riferiscono alla capacità del mezzo di perseguire l'obiettivo anticoncezionale .

fecondità [dal lat. *fecundi-tas -atis*]

condizione biologica atta alla fecondazione, valida sia per l'uomo che per la donna, ma anche propensione, tendenza, condizione spirituale di ricchezza intellettuale, affettiva, creativa in grado di generare vita in senso lato e non solamente biologico.

fecondabilità

possibilità, per la donna, di fecondazione, per la presenza dei fattori di fertilità. Fecondo è detto il periodo, del ciclo mestruale, di fecondabilità, nel quale c'è probabilità che si verifichi il concepimento; esso è generalmente preceduto e sempre seguito da periodi infertili.

fertilità (maschile, femminile, di coppia) [dal lat. *fertilitas - atis*]

in biologia, con significato più ampio, il termine si riferisce alla potenzialità riproduttiva di un organismo, sia vegetale, sia animale.

Per l'essere umano in particolare, riguarda allapotenzialità di generare, procreare, la capacità di svolgere le funzioni procreative, in riferimento alla fisiologia degli apparati generativi e a tutte le condizioni che determinano la produzione dei gameti e che possono permettere il concepimento e lo svolgersi della gravidanza fino alla nascita. Condizione atta alla procreazione. Capacità di procreazione. La fertilità presenta caratteristiche diverse nell'uomo e nella donna. Fertile è l'individuo, maschio o femmina che sia, o la coppia. Periodo fertile è il periodo del ciclo mestruale entro il quale è possibile il concepimento.

indicatori di fertilità, segni di fertilità

indicatori, parametri, segni che si manifestano nel corpo femminile la cui osservazione ed interpretazione, secondo i metodi naturali, consente di identificare le diverse fasi del ciclo mestruale e l'alternarsi dei ritmi di fertilità e infertilità.



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei CENTRI*
per la REGOLAZIONE NATURALE *della* FERTILITÀ

metodo

ricerca, indagine, investigazione; ma anche il modo della ricerca, che include l'idea del perseguire, del tener dietro la via, quindi, letteralmente, l'andar dietro; modalità di azione che consente di seguire la via per raggiungere una meta e/o per conseguire un obiettivo, con la possibilità di andare oltre e di superare, in senso positivo, la meta raggiunta.

naturale [dal lat. *naturalis*]

della natura, che riguarda la natura o si riferisce alla natura, nel suo significato più ampio e comprensivo. Si dice di cosa che esiste in natura, che avviene secondo natura, che è conforme all'ordine della natura.

Nell'ambito della regolazione della fertilità, l'aggettivo naturale si riferisce all'osservazione che la donna può fare dei segni naturali di fertilità presenti nel proprio corpo (anche attraverso l'uso di strumenti, ad es. il termometro), oppure può riferirsi, con significato più profondo, al rispetto della natura della persona umana, e di fertilità e della sua intima unità di corpo, affettività e spirito.

metodo naturale

metodo che non prevede l'alterazione di situazioni, realtà, equilibri naturali o biologici. Nel campo della regolazione delle nascite l'espressione si riferisce sia alla conoscenza dei ritmi naturali di fertilità (senza alterarne lo svolgimento), sia al rispetto della natura e del significato del rapporto sessuale.

metodi sintotermici (o combinati)

metodi naturali di conoscenza della fertilità che utilizzano (secondo diverse modalità o regole) l'osservazione, la registrazione, l'interpretazione di alcuni indicatori di fertilità (temperatura corporea basale, muco cervicale, posizione apertura e consistenza della cervice uterina, ecc.). In particolare, l'aggettivo sintotermico si riferisce alla rilevazione di sintomi (ad es. la rilevazione del sintomo del muco cervicale e delle modificazioni delle caratteristiche della cervice) in associazione alla registrazione della temperatura basale (cfr. metodo della temperatura basale).

metodo della cervice uterina (Keefe)

metodo naturale di conoscenza della fertilità che utilizza l'osservazione, la registrazione, l'interpretazione (secondo ben definite regole) delle modificazioni di apertura, consistenza e posizione della cervice uterina nelle differenti fasi del ciclo mestruale, in risposta alla stimolazione degli ormoni ovarici.

metodo del calendario o del ritmo – metodo ciclotermico

metodo statistico di conoscenza della fertilità basato sulla registrazione (secondo diverse modalità o regole) della variabilità di lunghezza dei cicli mestruali dell'anno precedente al fine di prevedere, attraverso calcoli, la collocazione temporale del periodo fertile nei cicli mestruali a venire. Nel metodo ciclotermico questi calcoli statistici sono associati alla misurazione della temperatura basale.



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei CENTRI*
per la REGOLAZIONE NATURALE *della* FERTILITÀ

metodo Billings - metodo dell'ovulazione Billings

metodo naturale di conoscenza della fertilità basato esclusivamente sulla rilevazione, registrazione, l'interpretazione del sintomo del muco cervicale, secondo specifiche modalità.

Differiscono rispetto al Metodo Billings altri metodi naturali basati sull'osservazione del muco cervicale secondo differenti modalità di rilevazione, registrazione e regole applicative, ad es il Creighton model di Hilgers, il Modified Mucus Method di Dorairaj (Prajanan Jagriti)

metodo della temperatura basale

metodo naturale di diagnosi dell'ovulazione che si basa sulla misurazione della temperatura corporea basale, ovvero rilevata in condizioni ideali (al mattino, al risveglio, dopo alcune ore di sonno continuato, sempre alla stessa ora, prima di iniziare qualsiasi attività), sulla sua registrazione quotidiana e sull'interpretazione (secondo diverse modalità o regole) della curva termica così ottenuta.

metodi naturali di regolazione delle nascite - metodi di regolazione naturale delle nascite o dei concepimenti

metodi differenti di conoscenza dei ritmi di fertilità al fine di regolare le nascite, ovvero per ricercare con consapevolezza un concepimento oppure per rinviarlo nel tempo o evitarlo a tempo indefinito. Pianificazione responsabile dei concepimenti, realizzata da parte della coppia mediante una libera e volontaria disciplina dei rapporti sessuali, regolata sulla ritmicità del periodo fertile e dei tempi infertili del ciclo mestruale.

obiettivo primario dei metodi naturali è quello di contribuire a sviluppare nelle coppie un'apertura consapevole al dono della vita al figlio. cfr. procreazione responsabile.

metodi naturali di regolazione della fertilità o metodi di regolazione naturale della fertilità

Applicazione pratica della (diverse modalità naturali di) conoscenza dei ritmi di fertilità al fine di regolare la fertilità umana in modo naturale, rispondente alla natura e dignità della persona umana .

metodi naturali di conoscenza della fertilità

metodi di conoscenza dei ritmi di fertilità, ovvero della collocazione temporale del periodo fertile e dei tempi infertili nel ciclo mestruale, basati sull'auto-osservazione di uno o più segni/sintomi di fertilità. L'espressione non fa riferimento alle intenzioni procreative della coppia (ricercare o rinviare/evitare un concepimento), ma solo al riconoscimento del periodo fertile del ciclo mestruale femminile.

metodo dell'amenorrea da lattazione

metodo naturale di regolazione della natalità che valorizza e sfrutta la temporanea infertilità indotta dall'allattamento materno, senza richiedere l'osservazione dei segni di fertilità.



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei* CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE *della* FERTILITÀ

pianificazione [der. di *pianificare*, ricalcato sull'ingl. *planning*].
in senso generico, formulazione di un piano o programma.

pianificazione delle nascite

pianificazione, da parte della coppia o imposta alla coppia dall'esterno (ad esempio dallo stato), della numerosità della propria famiglia ovvero del numero dei figli da avere. Il termine è usato spesso, nell'opinione comune, come sinonimo di controllo delle nascite con riferimento a metodi anticoncezionali o abortivi.

pianificazione naturale della famiglia

pianificazione della famiglia con metodi naturali, regolazione della natalità in modo naturale, attraverso l'osservazione di segni e sintomi che consentono di identificare la fase fertile e quelle non fertili del ciclo mestruale.

procreazione responsabile -maternità e paternità responsabile

Significa consapevolezza dei valori in gioco e assunzione di responsabilità nell'apertura al dono della vita al figlio.

Il concetto di procreazione responsabile implica l'esecuzione, da parte della coppia, della decisione procreativa o non procreativa. Nel caso la coppia la decisione sia di rinviare o evitare un concepimento, richiede l'assunzione di un comportamento responsabile mediante la scelta di non avere rapporti durante il periodo fertile della donna, limitandoli ai periodi non fertili. Questo richiede:

- capacità di autodominio della propria tendenza sessuale al fine di renderla veramente e solamente espressiva dell'amore e dell'autodonzione delle persone all'interno della coppia.
- rispetto del significato del rapporto sessuale quale dono / accoglienza totale reciproca delle persone ed esclusione della contraccezione in quanto priva il rapporto sessuale della possibilità di esprimere il dono delle persone nella loro interezza
- valorizzazione della conoscenza e consapevolezza della fertilità della donna, che i metodi naturali offrono alla coppia.

ricerca della gravidanza

utilizzo del periodo fertile del ciclo mestruale al fine di perseguire un concepimento

regolazione

intervento su fatti, fenomeni, processi naturali (anche fisici o fisiologici o meccanici), per modificarne o disciplinarne le condizioni o lo svolgimento, in base a determinate esigenze (Treccani.it)



CONFEDERAZIONE ITALIANA *dei* CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE *della* FERTILITÀ

regolazione della fertilità

regolazione delle funzioni della fertilità, delle capacità riproduttive.

sul vocabolario Zanichelli dei sinonimi e contrari, i significati di “regolazione”, sono “coordinamento, riorganizzazione”, “sincronizzazione”, ma è indispensabile che si specifichi “regolazione naturale” della fertilità, per poter riferire senza equivoci tale regolazione non alla fertilità in sé, ma al comportamento sessuale coniugale, in relazione ai ritmi di fertilità.

sterilità

in ambito medico per sterilità si intende l’incapacità di ottenere il concepimento dopo almeno un anno di rapporti liberi

infertilità

in ambito medico e il termine è riferito alla donna significa incapacità di portare avanti una gravidanza fino all’epoca di vitalità fetale; se riferito all’uomo o alla coppia, significa difficoltà ad ottenere un concepimento.

periodi sterili – infertili

giorni del ciclo mestruale in cui non è possibile la fecondazione.