

BIOÉTICA



---

# REGULACIÓN NATURAL DE LA NATALIDAD

ALTERNATIVA MORAL Y SALUDABLE  
MERCEDÉS ARZÚ DE WILSON

---

DIGITAL  
REASONS



# Regulación Natural de la Natalidad

Alternativa moral y saludable

Mercedes Arzú de Wilson

## Índice

Advertencia

Breve cv de la autora

- 1 El Principio de la Vida
  - 1.1 Nuestra vida antes del nacimiento
  - 1.2 Embarazo y protección al cáncer del seno
- 2 Visión Histórica sobre los Métodos Naturales de Regulación de la Natalidad
  - 2.1 Regulación Natural de la Natalidad
  - 2.2 Avances Modernos de la Regulación Natural de la Natalidad
3. El Método de la Ovulación para la Regulación Natural de la Natalidad
  - 3.1 Introducción
  - 3.2 Las Propiedades Biofísicas de la Secreción Cervical
  - 3.3 Cómo Aprenderlo
  - 3.4 Ciclo Ovulatorio de la Mujer
  - 3.5 Reglas para obtener éxito practicando el Método de la Ovulación
  - 3.6 La irregularidad de ciclos no interfiere con la práctica del Método de la Ovulación
  - 3.7 Para posponer un embarazo
  - 3.8 Para ayudar a los Esposos a Concebir un Bebé
  - 3.9 ¿Quién determina el Sexo Masculino o Femenino?
  - 3.10 Factores que afectan la fertilidad:
  - 3.11 Para Posponer el Embarazo Durante la Lactancia
  - 3.12 Patrón básico de infertilidad (P.B.I.)
  - 3.13 Para posponer el embarazo en circunstancias especiales
  - 3.14 Para Posponer el Embarazo Durante la Pre-menopausia

- 3.15 Verificación Científica del Método de la Ovulación
- 3.16 Variantes del Ciclo Menstrual
- 3.17 Conclusión
- 4 Como lograr un embarazo con el Método de la Ovulación
  - 4.1 Si es exitoso con los pobres, se puede aplicar a cualquiera y en cualquier parte del mundo
  - 4.2 Reciente estudio estadístico que logró el más alto porcentaje de éxito ayudando parejas que sufren de infertilidad.
- 5 Métodos de Control Natal Artificial
  - 5.1 Visión Histórica
  - 5.2 Métodos Hormonales (Píldora, Implante, Inyección, Mini Pill, Anillo Vaginal, Parche)
  - 5.3 Dispositivo Intrauterino (DIU)
  - 5.4 Profilácticos (Condomes)
  - 5.5 Coito Interrumpido
  - 5.6 Esterilización Femenina
  - 5.7 Esterilización masculina (vasectomía)
  - 5.8 Aborto provocado
  - 5.9 Los Métodos abortivos y sus complicaciones
  - 5.10 Enfermedades Venéreas
  - 5.11 “Contracepción de Emergencia”
- 6 Comparación entre Métodos Naturales y Artificiales
  - 6.1 El Método de la Ovulación de Regulación Natural de la Natalidad
  - 6.2 Métodos artificiales de control natal
  - 6.3 Como los métodos artificiales afectan su fertilidad
- 7 Descubriendo la Auto-sanación Física, Emocional y Espiritual, Usando la Ciencia y la Razón

- 7.1 Auto Sanación Física – Alimentación, Ejercicio y Suplementos, Multivitamínicos y Minerales
- 7.2 Como Reparar Problemas Emocionales
- 7.3 Auto sanación Espiritual
- 7.4 Somos los Custodios de Nuestro Cuerpo y Nuestra Alma
- 7.5 La tradición inquebrantable del Pasado
- 7.6 Defendiendo a la Mujer
- 7.7 Consejos de San Juan Pablo II
- 7.8 El Mundo de Occidente Sufre por Falta de Sentido Común
- 7.9 El Mundo en Peligro
- 7.10 Persiste la Guerra Entre el Bien y el Mal
- 7.11 La Importancia de Divulgar la Verdad
- 7.12 Educación Sexual sin Principios ni Moral
- 7.13 Abortos Inducidos y Abortos Químicos y Mecánicos
- 7.14 Se han Eliminado las Barreras de Protección a la Familia
- 7.15 Cómo Contrarrestar los Ataques a la Familia
- 7.16 La Sabiduría del Pobre
- 7.17 Es Necesario Desafiar a La Juventud a Vivir Una Vida Moral y Honesta, y Permanecer Vírgenes Hasta el Matrimonio.

## 8 Referencias

## Advertencia

Este libro forma parte de la colección **Argumentos para el s. XXI**

Director de la colección: Emilio Chuvieco

Copyright: Mercedes Arzú de Wilson y Digital Reasons  
(<http://www.digitalreasons.es/>)

ISBN 978-84-942196-2-7

Ficha bibliográfica: Arzú de Wilson, M. (2014): Regulación Natural de la Natalidad. Alternativa moral y saludable, Madrid, Digital Reasons.

Diseño de cubierta: Enrique Chuvieco. Foto: Sashkin/Shutterstock

Los compradores de este libro tienen acceso a un espacio privado en la web de la editorial: <http://www.digitalreasons.es/index.php?do=tuEspacio>, donde podrán descargar la última versión del libro, participar en el blog que realiza el autor y leer el texto en línea. Es un espacio para interactuar con el autor y con otros lectores, y permite generar una comunidad cultural en torno al libro.

Este archivo digital no está protegido de copia, pero se ruega no distribuir su contenido a terceros. Copiar este archivo supone atentar contra los derechos del autor, que recibe el 35% del coste de su obra (frente al 10% que habitualmente se recibe en otras editoriales). Para mantener vivo este proyecto cultural necesitamos tu colaboración.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra ([www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com); 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

Para más información: [info@digitalreasons.es](mailto:info@digitalreasons.es)

Las afirmaciones incluidas en el libro son responsabilidad exclusiva del autor.

## **Breve cv de la autora**

Nacida en Guatemala, el 28 de julio de 1939. Casada y madre de 3 hijos, abuela de 8 nietos. Asistió a *Sacred Heart Junior College and Academy en Belmont, North Carolina* de 1952 a 1956. Doctora Honoris Causa en Humanidades, por Universidad Católica de Puerto Rico, 1977; Doctora Honoris Causa en Leyes, por Chesnut Hill College, 1997; Doctora Honoris Causa en Humanidades por la Universidad Franciscana de Steubenville, Ohio, Estados Unidos, Mayo 2006.

Fundadora y Presidenta de la Fundación Familia de las Américas y de la Organización Mundial de la Familia. Nombrada por Su Santidad Juan Pablo II Miembro de la Academia Pontificia por la Vida el 25 de abril de 1994. Organizó y asistió en la organización de 22 congresos para la familia y la juventud en diferentes partes del mundo. Representante de Guatemala ante las Naciones Unidas en los Congresos de Cairo, Copenhague, Pekín, Estambul y Roma.

Ha dirigido numerosos estudios estadísticos del Método de la Ovulación para posponer el embarazo y recientemente concluyó un estudio para ayudar a parejas con problemas de infertilidad obteniendo los resultados más altos que cualquier otro sistema existente actualmente.

Autora de tres libros: “El Método de la Ovulación para el Control de la Natalidad” 1981, “Amor y Fertilidad” (actualmente en 23 idiomas), 1986 y “Amor y Familia, Formación de Nuestros Hijos en Adultos Responsables.” 1998.

# 1 El Principio de la Vida

## 1.1 Nuestra vida antes del nacimiento

Cuando analizamos detalladamente los maravillosos dones de la fertilidad del hombre y la mujer, es fascinante reconocer la verdadera historia de cómo cada uno de nosotros llega a ser creado en el vientre de nuestra madre. La vida empieza desde el principio. Esto parece una declaración bastante obvia hasta que recordamos que hay entidades que lo niegan, como si la ciencia no lo hubiese demostrado ya. Cuando lo invisible se vuelve visible es el momento de la concepción, somos seres humanos genéticamente completos, individuos únicos que sólo necesitan tiempo y alimento de nuestras madres para crecer y nacer. Podemos maravillarnos a nuestros hijos e instar en ellos el respeto por el milagro de la vida y de la paternidad cuando les expliquemos cómo todo ser humano, en algún tiempo, ha vivido y crecido en el lugar sagrado de nuestro cuerpo, el vientre de la madre.

La concepción ocurre cuando el espermatozoide, la célula más pequeña del cuerpo humano y el óvulo, la célula más grande, se unen y comienza una nueva vida si Dios le transmite el alma (Fig. 1).



*Fig. 1: Momento de la concepción*

En cuanto los 23 cromosomas del espermatozoide se encuentran con los 23 cromosomas del óvulo, se reúne toda la información necesaria y suficiente para completar todas las características del nuevo ser (Fig. 2).





Fig. 2: Cuando lo invisible se vuelve visible

Inmediatamente después del momento de la concepción, cuando el óvulo y el esperma se han unido, las células del nuevo ser humano comienzan a dividirse y multiplicarse a una velocidad increíble (Fig. 3 y 4).



Fig. 3: Momento de la concepción

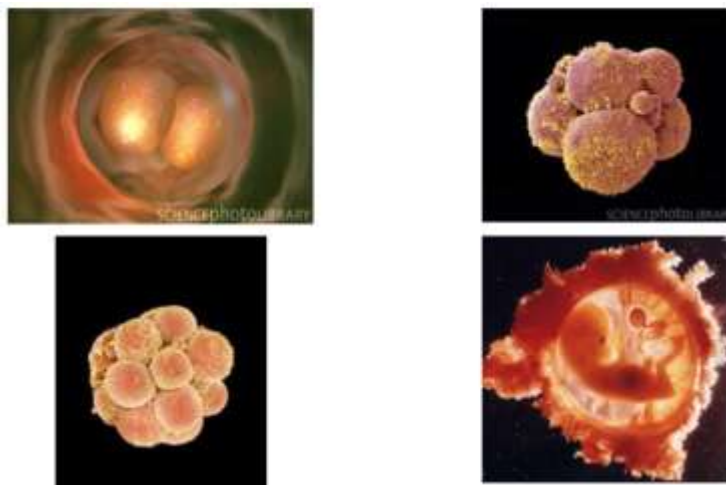


Fig. 4: Inicio de la división de células

Ahora la nueva y exclusiva vida se desplaza por la trompa de Falopio para implantarse en el revestimiento del útero, donde está rodeado de las células del endometrio (el cual proporciona protección y alimentación).



Fig. 5: Función de las ciliias en las Trompas de Falopio



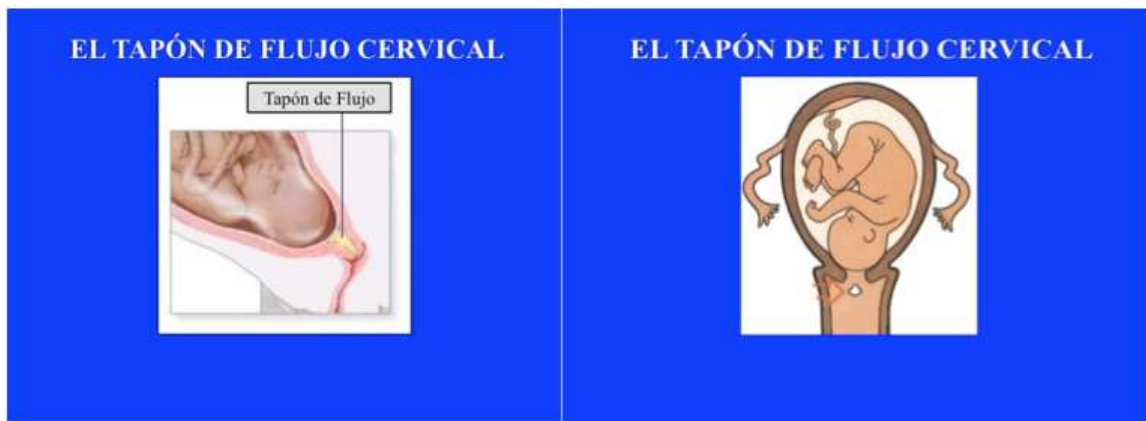
Fig. 6: Un bebé puede sobrevivir en un revestimiento endometrial normal

Después de la fecundación, en el cérvix, se forma un tapón de flujo mucoso cervical para ayudar a proteger al bebé en desarrollo hasta su nacimiento. El bebé crecerá en el útero durante los próximos 9 meses.

Hacia el final de la tercera semana de vida del bebé, su espina dorsal, su columna vertebral y su sistema nervioso se están formando y el corazón empieza a latir. Hacia el final de la octava semana el bebé es capaz de sentir dolor. En el tercer mes, ya puede girar la cabeza, abrir y cerrar la boca, mover las manos, despertar y dormir.

En ese momento la madre ya sabe que un nuevo ser está viviendo en su interior. Este descubrimiento naturalmente trae alegría a la mayor parte de las madres y padres. A las 12 semanas de haber sido concebido el bebé ya está completamente formado, tiene incluso manitas y huellas digitales. Hacia el final de las 16 semanas el bebé tiene ya la mitad de la estatura que tendrá al nacer y su madre empieza a sentir sus movimientos en el interior de su vientre. A las 20 o 24 semanas el bebé puede oír y reconocer la voz de su madre. Para entonces sus pulmones ya están desarrollados.

Muchos bebés que nacen prematuramente durante las 20 a 24 semanas logran sobrevivir, y la ciencia y la medicina siguen disminuyendo la edad en que el bebé puede vivir fuera del útero. Durante las últimas semanas antes del nacimiento (séptimo, octavo y noveno mes del embarazo), el peso del bebé se triplica. El bebé usa todos sus sentidos e incluso algunas veces percibe las emociones de su madre y su estado de ánimo. Está próximo a nacer (Fig. 7).



*Fig. 7: Cuando el tapón del flujo cervical se expulsa, el bebé está listo para nacer.*

...

Si le interesa el libro, puede adquirirlo en la página web de nuestra editorial:

[www.digitalreasons.es](http://www.digitalreasons.es)