

# L'INSEGNAMENTO DEL METODO BILLINGS NELL'INFERTILITÀ DI COPPIA

di Paola Pellicanò

## L'INSEGNAMENTO DEL METODO BILLINGS NELL'INFERTILITÀ DI COPPIA

di Paola Pellicanò\*

Il fine della fertilità umana è la vita e la vita di una persona inizia con l'incontro di due piccolissime cellule, l'ovulo e lo spermatozoo. Affinché questo avvenga, è necessario che gli spermatozoi abbiano la possibilità di entrare nelle vie genitali femminili, risalire fino alle tube di Falloppio ed incontrare una cellula uovo pronta ad essere fecondata. La fertilità maschile è continua, la fertilità femminile periodica e il periodo fertile della coppia è determinato dal momento dell'ovulazione nel ciclo femminile: se la donna riconosce il verificarsi dell'ovulazione, pertanto, è in grado di comprendere, all'interno di ogni ciclo, il suo periodo di potenziale fertilità.

Il Metodo Billings è uno dei più moderni e scientifici Metodi Naturali, altrimenti detti metodi diagnostici della fertilità: attraverso la rilevazione di segni e sintomi naturali, che si evidenziano nel corso del ciclo mestruale, essi offrono alla donna la possibilità di riconoscere, giorno per giorno, la presenza o assenza di fertilità nel suo organismo. I Metodi Naturali costituiscono uno strumento privilegiato di conoscenza che aiuta la coppia ad acquisire la consapevolezza del valore della propria fertilità e a maturare scelte che hanno alla base la condivisione, il rispetto reciproco tra i coniugi e l'amore nei confronti della vita: è prezioso, dunque, l'aiuto che essi possono dare quando la coppia stia ricercando la gravidanza. Nella nostra esperienza di insegnamento del Metodo Billings vengono privilegiati quattro aspetti, la cui importanza appare anche nella gestione di un problema quale l'infertilità di coppia: accoglienza, insegnamento dei sintomi di fertilità, monitoraggio diagnostico e terapeutico, valore educativo.

### L'accoglienza

Quando la coppia ricerca la gravidanza, e in particolare qualora si tratti di una coppia infertile (ossia che ricerca la gravidanza da almeno 12 mesi), la sua situazione psicologica può essere molto complessa: entrano in gioco investimenti affettivi e psicologici sul figlio, frustrazioni e conflitti, pressioni familiari e del contesto sociale. Talora, le coppie hanno già fatto innumerevoli indagini diagnostiche e trattamenti più o meno invasivi, spesso anche tecniche di fecondazione artificiale. L'insegnamento del Metodo Naturale si fonda su un corretto atteggiamento di accoglienza e sull'importanza dell'ascolto, quali che siano l'esperienza prece-

\* Medico, Centro Studi per la Regolazione Naturale della Fertilità, Università Cattolica S. Cuore, Roma.

dente della coppia, le loro condizioni, le loro aspettative. Di questa fase, ovviamente, fa parte anche una corretta anamnesi. L'ascolto è una necessità umana, perché crea un clima di fiducia tra l'insegnante e la coppia e diminuisce le tensioni. L'ascolto, d'altra parte, è una necessità scientifica per chi insegna i Metodi Naturali, i quali si basano sulle rilevazioni fatte dalla donna, che vanno poi interpretate e spiegate alla coppia dall'insegnante.

### L'insegnamento dei sintomi di fertilità

È molto importante che la donna sia aiutata a rilevare e ad interpretare i propri sintomi di fertilità. In un ciclo ovulatorio l'andamento del sintomo del muco secondo il Metodo Billings è caratteristico per ogni donna ed è di grande aiuto per cogliere non solo il periodo fertile ma anche la massima fertilità. Il giorno che il Metodo identifica come "Picco" della fertilità è, infatti, vicinissimo all'ovulazione e, inoltre, è il momento in cui il muco cervicale, secreto dal collo dell'utero, crea nell'organismo femminile le condizioni più favorevoli alla sopravvivenza, motilità e selezione degli spermatozoi. Attraverso le rilevazioni del sintomo, dunque, la coppia può identificare i giorni di più alta fertilità del ciclo, quando rapporti sessuali mirati hanno maggiori probabilità di dar luogo al concepimento: questo è di aiuto anche in casi di ridotta fertilità maschile.

### Il monitoraggio diagnostico e terapeutico

La rilevazione del sintomo del muco secondo il Metodo Billings si rivela di grande aiuto anche nell'inquadramento diagnostico della coppia infertile. La secrezione cervicale può, infatti, essere anormale, ad esempio può non essere evidenziato il "Picco", e questo può aiutare a diagnosticare ad esempio disturbi dell'ovulazione o patologia cervico-vaginale; si può inoltre monitorizzare la durata della fase luteinica, rilevando altre anomalie endocrine.

La conoscenza delle diverse fasi del ciclo consente poi un corretto *timing* per l'esecuzione di alcune indagini diagnostiche (dosaggi ormonali, monitoraggio ecografico, *Post Coital Test*, ecc.). Una volta fatta la diagnosi, il Metodo Billings si rivela altresì utile per la verifica dell'efficacia delle terapie: se il sintomo del muco, che manifestava delle anomalie, si normalizza e la donna può riconoscere un chiaro "Picco", questo conferma la buona riuscita del trattamento.

### Alcuni dati

Attingendo ai dati provenienti da diversi Centri di Insegnamento del Metodo Billings in Italia e raccolti dal Centro Studi per la Regolazione Naturale della Fertilità dell'Università Cattolica del S. Cuore di Roma nel periodo 2001 - 2007, è stato selezionato un campione di 422 donne che hanno appreso e utilizzato il Me-



tod  
ann  
di t  
del  
148  
ha  
obi  
il c  
di u  
(fig

rice  
da  
l'84  
si a  
6 m

percentuale di gravidanza

Figur

Bompian  
ternazio  
bile, Uni

todo Billings per ottenere il concepimento<sup>1</sup>: la loro età era compresa tra i 20 e i 46 anni; il tempo precedente di ricerca della gravidanza era molto variabile, da meno di un mese a oltre 10 anni. Nel periodo di osservazione identificato dallo studio, della durata di 12 mesi, 274 donne (65%) hanno ottenuto il concepimento, mentre 148 coppie (35%) non hanno ottenuto la gravidanza. Studiando la popolazione che ha ottenuto il concepimento, si osserva che circa il 79% delle coppie raggiunge tale obiettivo entro i primi 6 mesi. Analizzando più in dettaglio il tempo impiegato per il concepimento si rileva che il 17% delle donne ottiene la gravidanza al primo mese di uso; il 38% impiega 2-3 mesi; il 24% 4-6 mesi; il 12% 7-9 mesi; il 9% 10-12 mesi (figura 1).

Valutando poi i concepimenti ottenuti in relazione al tempo precedente di ricerca della gravidanza, si osserva che, tra le coppie che ricercano il concepimento da un tempo inferiore o uguale ad 1 anno, il 57% concepisce entro i primi 3 mesi e l'84% entro 6 mesi; qualora il tempo precedente di ricerca sia maggiore di 1 anno, si arriva ad un tasso di concepimento del 39% entro i primi 3 mesi e del 64% entro 6 mesi (figura 2).

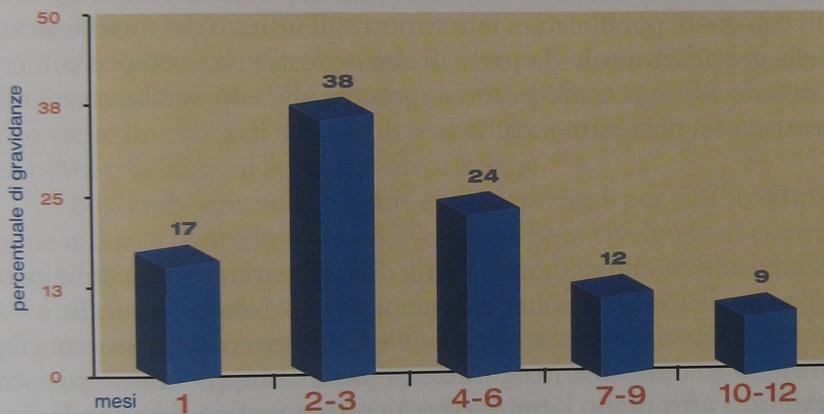


Figura 1. Mesi impiegati per ottenere la gravidanza.

<sup>1</sup>E. Giacchi, A. Saporosi, P. Pellicanò, *La finestra fertile: evidenze statistiche e cliniche*, in A. Bompiani (a cura di), *Atti del Seminario sulla Fertilità ed Infertilità Umana*, Istituto Scientifico Internazionale Paolo VI di Ricerca sulla Fertilità ed Infertilità Umana per una Procreazione Responsabile, Università Cattolica del Sacro Cuore, Roma, 6 dicembre 2006, p. 85-103.

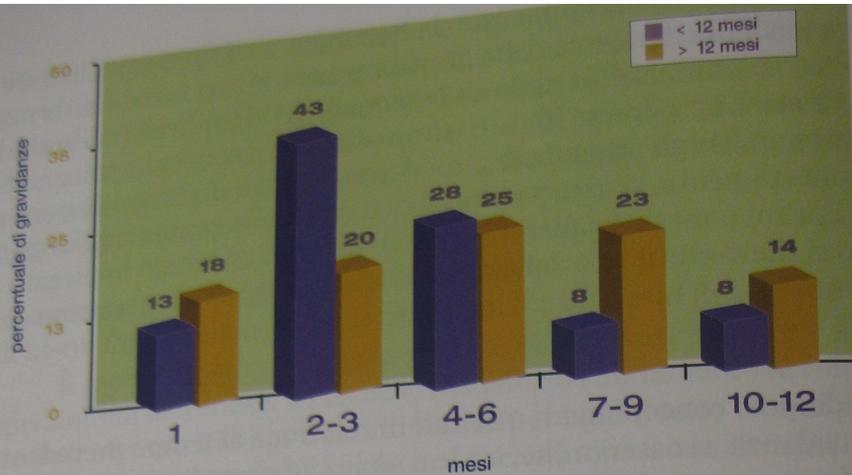


Figura 2. Tempo impiegato per ottenere il concepimento in relazione al periodo precedente di ricerca della gravidanza.

Il campione in esame è certamente eterogeneo, comprendendo presumibilmente sia donne fertili, sia donne subfertili e meriterebbe un inquadramento clinico più approfondito che i dati a disposizione non consentono di estrapolare. La presenza nel campione studiato di coppie presumibilmente subfertili acquista comunque un particolare interesse, se i risultati in termini di gravidanze (65%) vengono confrontati con quelli pubblicati in letteratura sull'utilizzo dei metodi naturali per la ricerca della gravidanza solo da parte di donne fertili (92-98%)<sup>2</sup> e conferma la validità del Metodo Billings come primo approccio alle coppie che ricercano la gravidanza, anche in casi di ridotta fertilità.

### Il valore educativo

Ma, assieme ai dati clinici, non bisogna dimenticare che una delle potenzialità più preziose per il Metodo Billings, come per ogni Metodo Naturale, è il suo valore educativo che mira a privilegiare l'unione e l'armonia coniugale come il più importante patrimonio da tutelare, in ogni circostanza. Le coppie che acquisiscono questa consapevolezza affrontano l'iter diagnostico-terapeutico rimanendo, in un certo senso, protagoniste ed accettano con maggiore serenità anche un'eventuale infertilità fisica, talora maturando una disponibilità ad aprirsi, ad esempio con l'adozione, all'accoglienza di un bambino da loro non generato biologicamente. Questa apertura alla vita e questa riscoperta del rapporto coniugale costituiscono un successo altrettanto importante quanto il concepimento e dimostrano come, anche in coppie usualmente definite "sterili", sia sempre possibile vivere una peculiare e reale fecondità: la fecondità dell'amore.

<sup>2</sup>T. W. Hilgers, K.D. Daly, A.M. Prebil, S.K. Hilgers, *Cumulative Pregnancy Rates in Patients with Apparently Normal Fertility and Fertility Focused Intercourse*, J. Repr. Med. 1992; 37:864-866; C. Gnoth, D. Godehardt, E. Godehardt, P. Frank-Herrmann, G. Freundl, *Time to pregnancy: results of the German prospective study and impact on the management of fertility*, Hum. Repr. 2003; 18(9):1959-66.