



Confederação Nacional de Planejamento Natural da Família

Paternidade Responsável e Métodos Naturais de Reconhecimento da Fertilidade

Introdução

Observa-se, nos dias atuais, que muitas pessoas encontram dificuldade em compreender os termos relativos à orientação dos casais acompanhados em nossas paróquias. Até que ponto cabe ao agente de pastoral indicar um método de planejamento familiar ou orientar sobre a vida reprodutiva do casal? Trata-se de questão de grande relevância, pois nem sempre o próprio agente de pastoral possui, nesse campo, uma experiência verdadeiramente saudável.

Foi com o desejo de auxiliar que nos dispusemos a oferecer algumas informações capazes de esclarecer conceitos e, assim, orientar a respeito da Paternidade Responsável e dos Métodos Naturais de Reconhecimento da Fertilidade. Buscamos indicar onde tais conceitos se fundamentam nos documentos da Igreja, qual deve ser a postura do agente de pastoral diante desses temas no acompanhamento aos casais, antes e depois do matrimônio, e quais as competências próprias a cada uma dessas ações.

Esperamos, deste modo, colaborar para que um número cada vez maior de casais possa viver, com fidelidade, o plano de Deus no matrimônio.

Definições de Conceitos

Fertilidade:

A fertilidade humana é a capacidade biológica do indivíduo (homem ou mulher) de gerar filhos, e está diretamente ligada ao funcionamento adequado do sistema reprodutor.

Do ponto de vista espiritual, porém, a fertilidade assume um sentido mais amplo: é a capacidade de gerar vida ao redor de si. Aqueles que não podem gerar fisicamente, seja por uma escolha de consagração, no caso dos religiosos, seja por circunstâncias que escapam à própria vontade, no caso dos casais sem condições para a concepção também são chamados a experimentar a sua fertilidade, fazendo nascer vida nos outros.

Fecundidade:

A fecundidade refere-se à capacidade de gerar descendentes, especialmente no contexto reprodutivo, sendo medida pela taxa média de filhos por mulher ao longo de sua vida reprodutiva.

É importante compreender, contudo, que o aspecto biológico constitui apenas uma das faces da fecundidade. Os casais que não podem viver a experiência da gestação, ou que por ela não foram chamados, podem ser profundamente fecundos em outras dimensões da vida. A capacidade de criar, de amar, de sustentar e de transformar permanece íntegra neles e, não raras vezes, manifesta-se de modo ainda mais amplo.

Nada diminui a fecundidade quando se vive na generosidade.

Planejamento Familiar:

O planejamento familiar é o conjunto de ações e decisões que possibilita às pessoas ou aos casais escolherem se desejam ter filhos, quando tê-los e em que número. Trata-se do direito de decidir a respeito da própria vida reprodutiva.

Av. Bernardino de Campos, 110 apto 12 04004-040 – São Paulo SP e-mail:

cenplafamwoombbrasil@gmail.com www.cenplafam.com.br

Tal planejamento pode envolver o recurso a métodos contraceptivos, com o propósito de evitar a gravidez.

Para os católicos, o Matrimônio deve permanecer sempre aberto à geração e à educação da prole. Por essa razão, o termo "*planejamento familiar*", tomado em seu sentido corrente, pode não se mostrar plenamente adequado em nossos textos e em nossas palestras.

Planejamento Natural da Família:

Costuma-se associar esse termo aos métodos que permitem ao casal espaçar ou buscar a gravidez sem recorrer a meios artificiais, valendo-se unicamente do conhecimento sobre o funcionamento do próprio corpo.

Fundados no conhecimento e na disciplina, tais métodos não envolvem o uso de hormônios nem de dispositivos artificiais, sendo considerados lícitos pela Moral Católica.

Métodos Naturais ou Métodos Naturais de Regulação da Fertilidade:

Trata-se de métodos que se valem unicamente dos processos naturais do organismo para identificar os períodos férteis e inférteis, orientando, a partir dessa observação, o comportamento do casal.

São, portanto, ferramentas práticas voltadas ao acompanhamento da fertilidade. Convém esclarecer, no entanto, que a fertilidade em si não se *regula*. O que de fato se torna possível é o casal conhecer, dia após dia, a fertilidade que partilham e, a partir desse conhecimento, decidir se haverá ou não a relação conjugal, conforme o discernimento que tenham feito quanto a acolher um filho naquele momento.

Paternidade Responsável:

A Paternidade Responsável é um conceito de natureza ética e social, que compreende o planejamento consciente da gravidez à luz da responsabilidade dos pais em tomar decisões amadurecidas a respeito de quando acolher os filhos e em que número.

Tal decisão envolve o respeito mútuo entre os cônjuges, a consideração do estado emocional, das condições sociais e econômicas, bem como o cuidado com a saúde da mulher, do bebê e de toda a família, sem perder de vista a educação e a formação dos filhos.

A Paternidade Responsável, contudo, abraça dimensões ainda mais amplas:

- **Responsabilidade moral** - consiste em discernir, diante de Deus e da própria consciência, o uso ético e esclarecido dos meios voltados à organização da vida familiar.
- **Responsabilidade conjugal** - manifesta-se nas decisões amadurecidas, tomadas em comum acordo entre o marido e a esposa, quanto ao acolhimento consciente da gravidez, ao tempo de gerar os filhos e ao número deles.
- **Responsabilidade social** - leva em conta as condições econômicas, psicológicas, emocionais e sociais em que se desenrola a vida da família.
- **Abertura à vida** - traduz-se em uma atitude interior de constante acolhimento ao dom dos filhos.
- **Amor generoso e fiel** - exprime-se no viver da sexualidade como sinal e expressão da entrega total entre os cônjuges.

- **Cuidado com a saúde** - manifesta-se na atenção dedicada à mulher, ao bebê e a todos os membros da família.
- **Educação dos filhos** - realiza-se no compromisso permanente com a formação humana, moral e cristã da prole.

Conexão entre Métodos Naturais de Regulação da Fertilidade (MNRF) e Paternidade Responsável:

- **MNRF** - constituem um instrumento de natureza técnica, que permite ao casal exercer a paternidade responsável sem ferir a lei moral.
- **Paternidade responsável** - é, antes de tudo, uma atitude do casal, que compreende o amor, a prudência, a liberdade, o respeito mútuo e a abertura à vida, indo muito além de qualquer método natural que se venha a adotar.

Os Métodos Naturais podem ser empregados com responsabilidade; a Paternidade Responsável, porém, é a virtude que orienta toda a vida conjugal.

Métodos Contraceptivos:

São técnicas, medicamentos ou dispositivos destinados a impedir a fecundação. Os contraceptivos apresentam-se sob formas diversas, não apenas a pílula, mas também os hormônios injetáveis, adesivos e subcutâneos, os preservativos e os dispositivos intrauterinos (DIU), entre outros. Em todos esses casos, o emprego tem em vista a *contracepção*, isto é, faz-se uso deles com a intenção de prevenir a gravidez.

O uso dos contraceptivos artificiais é moralmente inaceitável, pois fecha o ato conjugal à vida e separa a sexualidade da procriação.

Métodos “Contra gestativos”:

São técnicas, medicamentos ou dispositivos que impedem a implantação no útero e o desenvolvimento do embrião já formado.

Um exemplo clássico de “contra gestativo” é a chamada *pílula do dia seguinte*, conhecida também como contracepção de emergência. Dependendo do momento em que é administrada, ela pode atuar de dois modos distintos: ora impedindo a ovulação, caso em que funciona como contraceptivo, ora dificultando a implantação do embrião no útero materno, configurando-se, então, como “contra gestativo”.

A intenção, é certo, não se confunde com o próprio ato; constitui, todavia, um elemento de grande relevância, que o antecede e o influencia. Por essa razão, deve igualmente ser considerada sob o ponto de vista moral.

Trata-se, em síntese, de meios abortivos, absolutamente contrários à moral católica.

Fundamentos nos documentos da Igreja:

A orientação fundamental sobre o tema encontra-se nos seguintes textos magisteriais, que podem ser consultados nos links oficiais do Vaticano:

1. **Constituição Pastoral *Gaudium et Spes*** (7 de dezembro de 1965) – Do Concílio Vaticano II.

Estabelece os princípios teológicos do matrimônio e da família, introduzindo o conceito de *paternidade responsável* e reconhecendo que os cônjuges podem, por motivos justos, regular o

número dos filhos, desde que o façam segundo critérios objetivos de moralidade e jamais por razões de egoísmo.

2. **Encíclica *Humanae Vitae*** (25 de julho de 1968) – Do Papa Paulo VI.

Trata-se do documento central a respeito da matéria. Condena a contracepção artificial e, em contrapartida, oferece orientação positiva sobre os métodos naturais. Afirma que os cônjuges podem legitimamente recorrer aos períodos infecundos para espaçar os nascimentos, sempre que houver motivos justos de ordem física, econômica, psicológica ou social, sem que se rompa, no ato conjugal, a unidade entre os significados unitivo e procriativo.

3. **Exortação Apostólica *Familiaris Consortio*** (22 de novembro de 1981) – Do Papa João Paulo II.

Reafirma o ensinamento da *Humanae Vitae* e aborda a chamada *linguagem do corpo*. Orienta que o recurso aos métodos naturais constitui uma escolha que honra a dignidade da pessoa e a totalidade da doação conjugal, favorecendo, entre os cônjuges, um diálogo e um respeito mútuo cada vez mais profundos.

4. **Catecismo da Igreja Católica** (Nº2337 a 2370)

Sintetiza a doutrina contida nesses documentos, orientando que a regulação da natalidade é parte integrante da paternidade responsável e que os métodos naturais se mostram conformes à dignidade da pessoa, sem contradizerem o bem próprio do matrimônio.

A Igreja recomenda que a aprendizagem desses métodos se faça por meio de pessoas devidamente qualificadas e em centros de formação capazes de transmitir a moralidade integral que os acompanha, e não apenas a sua técnica biológica.

5. ***Caritas in Veritate*** - (2009) – Do Papa Bento XVI

A *Caritas in Veritate* sustenta o princípio segundo o qual a responsabilidade na transmissão da vida, isto é, a Paternidade Responsável, constitui fundamento essencial para uma vida conjugal verdadeiramente ética e para o bem comum da sociedade.

6. ***Amoris Laetitia*** - (2016) do Papa Francisco

Reafirma a ideia de paternidade e maternidade responsáveis, em consonância com os documentos que a precederam em especial a *Humanae Vitae* e a *Familiaris Consortio*, sempre, porém, com acento pastoral e atenção à realidade concreta dos casais.

7. **Teologia do Corpo** - catequeses de São João Paulo II - 1979 e 1984.

São João Paulo II aprofundou, de modo singular, essa dimensão da liberdade e do dom. Para ele, a questão da paternidade responsável somente se compreende no interior de uma visão mais ampla da pessoa humana, da qual destacam-se os seguintes traços:

- A fertilidade não é um problema a eliminar, mas um dom a integrar.
- A liberdade humana é ordenada ao amor verdadeiro.
- O corpo possui, em si mesmo, um significado moral.
- Nessa perspectiva, a paternidade responsável manifesta-se como expressão do dom de si, vivido sob a luz da prudência

Por isso mesmo, a paternidade responsável é muito maior do que qualquer método: constitui, em verdade, uma espiritualidade do amor conjugal.

Distingue, com clareza, a paternidade responsável da mentalidade anticoncepcional. À primeira vista, ambas podem parecer semelhantes pois uma e outra envolvem, por vezes, o desejo de evitar uma gravidez; interiormente, porém, constituem atitudes profundamente diversas.

A diferença está na intenção profunda:

A. A paternidade responsável

Trata-se de uma atitude que:

- reconhece a fertilidade como dom positivo;
- permanece interiormente aberta à vida;
- discerne, com prudência, os motivos sérios que se apresentam;
- respeita os significados unitivo e procriativo do ato conjugal;
- acolhe a possibilidade de um filho, ainda quando este não tenha sido planejado

Nessa disposição, o casal pode decidir espaçar o nascimento dos filhos, sem que isso implique recusa ao valor da fecundidade. As perguntas que se formulam interiormente são estas: *"Diante das nossas circunstâncias, é prudente esperar neste momento?"* e *"Se nos decidirmos a espaçar a gravidez, essa decisão procederá de egoísmo, ou repousa sobre motivos justos e sérios, sopesados à luz de critérios objetivos de moralidade?"*

B. Mentalidade contraceptiva

Não consiste apenas no recurso a um método artificial. É, antes de tudo, uma atitude interior que:

- enxerga a fertilidade como um problema;
- considera o filho, sobretudo, como risco ou ameaça;
- separa, de modo voluntário, a sexualidade da procriação;
- pretende assegurar controle absoluto sobre a vida

A pergunta que se formula interiormente, neste caso, é de outra natureza: *"De que modo posso ter a relação conjugal sem que exista qualquer possibilidade de gerar um filho?"*

Para São João Paulo II, tal mentalidade transforma o próprio modo como a pessoa contempla:

- o corpo;
- o amor;
- a liberdade;
- a própria vida.

A distinção é sutil, pois, vista de fora, pode parecer tratar-se da mesma coisa: *"evitar a gravidez"*. Interiormente, porém, as duas atitudes se mostram radicalmente diversas:

- uma nasce do amor prudente, aberto à vida;
- a outra brota da recusa à dimensão procriativa do amor.

Como essa distinção se relaciona com a virtude da castidade conjugal?

- É justamente na **castidade conjugal** que a distinção entre paternidade responsável e mentalidade contraceptiva se torna mais clara e profunda.
- Segundo São João Paulo II, a castidade não é repressão, mas **integração do amor**.

Não raras vezes, a palavra *castidade* é mal compreendida. A castidade, na verdade, é aquilo que permite ao corpo exprimir um dom verdadeiro e não apenas um impulso.

São João Paulo II insiste em que o amor autêntico exige o autodomínio. Aqui se torna manifesto o vínculo com os métodos naturais: estes requerem do casal períodos de abstinência, de diálogo e de disciplina o que muito pode contribuir para fortalecer essa maturidade interior.

A abstinência periódica converte-se, assim, em expressão de amor: *"Espero porque te respeito. Amo-te também quando me contenho."* Eis a castidade conjugal em ato.

Portanto, podemos concluir que a Igreja faz uma distinção entre Paternidade Responsável e Métodos de Regulação Natural da Fertilidade, ainda que estejam relacionados entre si.

A distinção é de **nível conceitual**:

- **Paternidade Responsável** é o conceito *ético e moral* mais amplo, é o **objetivo** ou a virtude que os pais devem buscar;
- **Métodos de Regulação Natural da Fertilidade (MRNF)** constituem o instrumento prático, ou seja, o meio lícito de que os cônjuges católicos podem servir-se para exercer essa paternidade responsável, sempre que existam razões justas para espaçar os nascimentos.

Qual a função de um agente de Pastoral no tema Paternidade Responsável?

Compete ao agente de pastoral educar e acompanhar as famílias, para que vivam conscientemente a sua missão de gerar e de educar os filhos, segundo os valores cristãos.

Para que verdadeiramente o seja, contudo, deve em primeiro lugar viver ele próprio em conformidade com a orientação da Igreja. Pois nenhum educador ensina apenas pela palavra, mas sobretudo pelo exemplo por aquela vivência que demonstra acreditar naquilo que anuncia.

A proposta é clara: ninguém pode decidir pelo outro. A cada um, porém, cabe ter a consciência de que um dia haverá de prestar contas ao Criador a respeito do uso que fez do dom da fertilidade a maior riqueza que Ele concedeu ao ser humano, a saber, a capacidade de ser colaborador no plano da criação.

Como Orientar os Casais?

- O primeiro compromisso é o do testemunho: falar daquilo em que se acredita e que se procura viver. É importante lembrar que muitos agentes de pastoral, no passado, viveram sob uma mentalidade contraceptiva, simplesmente porque não houve, em seu tempo, quem os pudesse orientar e acompanhar. Nem por isso devem sentir-se excluídos desta missão; ao contrário, o seu próprio testemunho pode ajudar outros casais a não atravessar aquilo por que eles atravessaram. Eis aí um gesto de verdadeira caridade, basta que tenhamos em mente a cena de Jesus junto ao Poço de Jacó, em diálogo com a mulher samaritana.
- Resgatar, nos casais, o sentido da fertilidade como dom de Deus, bem como as belezas do amor conjugal, considerado em seus dois significados indissociáveis: o unitivo e o procriativo.
- Anunciar os meios concretos para viver esse amor conjugal, em particular os Métodos Naturais de Reconhecimento da Fertilidade.
- Cuidar para que o acompanhamento desses casais, no ensino dos Métodos Naturais, esteja confiado a pessoas devidamente preparadas.

Benefícios do Método de Ovulação Billings® como MNRF segundo Dr. John Billings:

“O Método de Ovulação Billings® é um Método cooperativo que envolve o compartilhamento da responsabilidade entre marido e mulher. O Método de Ovulação Billings® exerce uma melhora no relacionamento que os casais logo reconhecem e por isso é particularmente aplicável mesmo que o relacionamento seja conturbado. O casal reconhece que o conhecimento que agora tem à sua disposição permite que, independentemente de drogas e dispositivos, determinem em conjunto as decisões necessárias para atingir o tamanho da família que julgam adequado a todas as suas responsabilidades, não apenas entre si, mas para com os filhos já nascidos e para a sociedade. Esta é uma das razões pelas quais pode realmente ser descrito como um método universal aceitável para todos quando o entendem e começam a viver sua vida de casados dessa maneira.

A maioria dos métodos tecnológicos modernos impõe a responsabilidade quase totalmente ao marido ou à esposa, geralmente a esposa. Tanto o marido quanto a esposa reconhecem que isso é injusto, e as mulheres podem se sentir particularmente ressentidas.

A ideia geral do Método de Ovulação Billings® deve sempre ser explicada ao marido para que ele entenda que sua esposa poderá informá-lo sobre o ciclo, se ela está atualmente em estado de infertilidade ou possível fertilidade. Há imediatamente um crescimento no casamento promovido pela comunicação e compreensão mais profunda envolvida, o marido rapidamente entendendo que a estrutura fisiológica do sistema reprodutivo de sua esposa é notável e bela. Deve ficar claro para eles que as Regras do Método significam o que elas dizem e eles devem seguir essas Regras corretamente se quiserem alcançar o resultado que realmente desejam. Isso significa que ambos aceitarão a disciplina gentil do Método que, para evitar a gravidez, exige que haja um descanso das relações sexuais durante os dias de possível fertilidade. Cada um aceitará generosamente este tempo de espera pelo amor do outro e pelo bem-estar de toda a família, demonstrando assim o seu amor pelo outro e pelos filhos e como resultado, fazendo com que esse amor se fortaleça dia a dia.”

O ensino do Método de Ovulação Billings® - segundo a Dra. Evelyn Billings é mais do que ensinar uma técnica e por isso os instrutores precisam ser muito bem-preparados:

“A atitude da instrutora em relação ao casal ou à mulher que ensina tem um impacto claro na aceitabilidade do Método. Não há espaço para críticas, censuras ou repreensões, mesmo quando a instrutora se sente interiormente repelida ou horrorizada pelas histórias que ouve. Sua maior defesa é traduzir tudo isso em sua própria mente em compaixão pelas vítimas. Essa compaixão não é de forma alguma uma abdicação moral, convivência ou condescendência com os eventos envolvidos, mas sim baseada na compreensão de que se trata de alguém que não foi ensinado, ajudado ou talvez amado o suficiente. **A parte ativa da compaixão é restaurar, retificar, ensinar e amar esse indivíduo – com o amor de Cristo.**

Não selecionamos aqueles a quem ensinaremos. O Método de Ovulação Billings® atende a todos. A disciplina natural que faz parte do Método pode ser aplicada a todas as circunstâncias e a todas as pessoas devido à sua natureza. Sua mensagem e essência é o bom senso. Suas Regras são baseadas em observações simples e executadas propositalmente por meio do altruísmo, que é amor. Como o Método contém todos esses ingredientes para a saúde e a felicidade entre dois indivíduos, um homem e uma mulher, não podemos negá-lo a quem o desejar.

Não podemos reter o ensinamento até que:

- (a) eles melhorem o relacionamento,
- (b) aprendam a respeitar e amar um ao outro e

(c) se casem.

Ensinar o Método é dar a primeira lição de amor. Pedir a disciplina que o Método exige é dar a primeira lição de entrega que o relacionamento precisa e tem que ter para sobreviver. É mais satisfatório ensinar o homem e a mulher juntos, porque isso ajuda na comunicação, primeiro na compreensão e depois na implementação das informações.

Ao ensinar casais em relacionamentos instáveis, às vezes sem amor e superficiais, os instrutores se surpreendem ao descobrir que os indivíduos encontram uns nos outros profundidades e tesouros até então ignorados. Ao trabalhar o bem, muitos desses casais passam a buscar, de forma bastante voluntária, a felicidade que é possível na confiança que aprenderam com o instrutor, confiança em si mesmos e um no outro, que leva ao compromisso do matrimônio.

O objetivo do ensino é conduzir a mulher em uma jornada de autodescoberta, começando com observações simples e óbvias, que eliminarão qualquer ansiedade inicial ou dúvidas sobre sua capacidade de seguir o Método. Incentivar o marido e a esposa a discutir o gráfico e tomar decisões juntos também é uma parte importante do bom ensino, mas em muitos casos isso acontece naturalmente, à medida que ambos se fascinam por sua fertilidade e fisiologia reprodutiva combinadas. É uma alegria ver como a personalidade de uma mulher se expande e sua autoestima cresce à medida que ela aprende sobre si mesma. Também é uma alegria ver a admiração que o marido tem por seu crescimento.

...O sucesso pode ser julgado quando os casais perdem o medo de ter filhos e optam por outra concepção, ensinam aos próprios filhos a mesma disciplina e respeito e percebem que aprenderam não apenas o controle natural da fertilidade, mas uma forma de amar em suas vidas a dois...”

Segundo bioeticista Dr. Nicholas Tonti Filipini: “Os instrutores do Método de Ovulação Billings® não apenas transmitem informações sobre fertilidade e infertilidade e biologia reprodutiva, eles dão um testemunho prático de respeito pela vida e dignidade humanas, particularmente a dignidade de homens e mulheres na expressão sexual do amor mútuo dentro do relacionamento matrimonial. Uma filosofia de valorização e aceitação da fertilidade é parte integrante do ensino do planejamento familiar natural.”

Fundamentada nos documentos da Igreja e nos conceitos dos Drs. Billings e do Dr. Filipini, a CENPLAFAM WOOMB Brasil coloca-se à disposição para a formação de agentes que tenham interesse em adotar e, futuramente, ensinar o Método de Ovulação Billings®.

Diretoria da CENPLAFAM WOOMB Brasil
Abril/2026