

50 años de la encíclica “*Humanae vitae*”

SESIÓN DE HOT TOPICS

ENSEÑANZA ON-LINE A USUARIOS Y FORMACIÓN ON-LINE DE EXPERTOS

1.- ENSEÑANZA DE PFN EN RENAFER

Desde su inicio en 1990, la enseñanza de la PFN a usuarios y la preparación de expertos ha sido una de las actividades primordiales de RENAFER.

Los primeros cursos a usuarios se impartieron en la consulta de una médico (la Dra. M. Rutllant) que había sido acreditada personalmente por los Dres. Billings, a ese efecto. Posteriormente se constituyó el Grupo de Estudio de Métodos Naturales formado por un pequeño grupo de profesores, formados por la Dra. Rutllant, que establecieron el primer protocolo de enseñanza a usuarios.

El seguimiento de las gráficas, que las mujeres aprendían a llevar, ha sido siempre la parte fundamental y práctica del curso, aunque para llegar a ellas se dotaba de un contenido teórico que incluía las bases antropológicas y biológicas que sustentan la PFN y que permiten a las usuarias conocer su fertilidad cíclica.

En 1990 se constituyó RENAFER como asociación de ámbito estatal a la que entraron a formar parte fundamentalmente profesionales sanitarios de las diferentes comunidades autónomas.

Percibiendo la necesidad de tener una pequeña guía en la que se recojan las nociones básicas que debe conocer cada usuario, en 2000 se publicó el *Manual Básico de Planificación Familiar Natural*, con la colaboración de diferentes miembros del equipo de profesores de RENAFER.

El equipo de expertos en PFN de cada ciudad española en la que RENAFER está presente, estructura la enseñanza a usuarios según las características y necesidades de la misma. En Barcelona, dónde se encuentra la Sede social, los cursos presenciales se vienen realizando 3 veces al año, en el 1er., 2ª y 4ª trimestre del año.

Los cursos de formación de monitores y expertos se organizaron, hasta 2015, en la sede de RENAFER, con una frecuencia de 1 curso/año, siempre que hubiese demanda para su realización. El curso era intensivo y acudían desde todas las comunidades españolas. En alguna ocasión también se organizaron cursos para profesionales portugueses. El examen se efectuaba en otra jornada, después de haber estudiado y puesto en práctica, bajo la vigilancia de otro profesor, los conocimientos impartidos en el mismo, por lo que los alumnos debían volver a la sede de RENAFER en Barcelona para realizarlo, En el último año se ha elaborado un *Texto de Consulta para expertos de Planificación Familiar Natural. Manual del Profesor*, que se utiliza como guía educativa de los mismos y que contiene la necesaria información básica que deben conocer.

2.-NECESIDADES QUE PROVOCARON LA ENSEÑANZA ON LINE

Después de una experiencia de más de 30 años realizando cursos presenciales de Planificación Familiar Natural para usuarios y de formación para expertos, se contempló la posibilidad de iniciar una formación on-line, ante las distintas necesidades y solicitudes por parte tanto de parejas como de personal sanitario de poblaciones distantes de Barcelona, e incluso de diferentes países. Este tipo de

enseñanza evitaría los desplazamientos que aumentaban el coste y la dificultad de nuevas incorporaciones al ámbito de la PFN y también facilitaría las consultas personalizadas y repetidas de los que ya pertenecen al mismo. Por otra parte solucionaría la urgencia de los que no pueden esperar a un nuevo curso debido a un matrimonio muy próximo o una situación urgente dentro del mismo.

Teniendo estos objetivos en mente, en 2013 pusimos en marcha un curso piloto para usuarios que en 2015 se amplió con otro dirigido a la formación de expertos.

La enseñanza on-line se inició con la experiencia adquirida en el asesoramiento a las parejas de usuarios que en su día habían realizado el curso presencial y que al cabo de un tiempo, por haber cambiado la situación de su vida fértil (post parto, pre-menopausia...) se ponían de nuevo en contacto con nosotros para hacer consultas o realizar un reciclaje. Esto no siempre ocurría desde lugares cercanos y nos obligó a incorporar en la enseñanza el uso de las TIC. Los buenos resultados que se obtuvieron con este nuevo método de enseñanza nos animaron a iniciar los protocolos de enseñanza on-line para usuarios y posteriormente para expertos.

A Cursos para usuarios

3.A -OBJETIVOS

El objetivo de estos cursos es la preparación de usuarios para el uso de Métodos Naturales de Regulación de la Fertilidad Humana y la adquisición del estilo de vida que representa la Planificación Familiar Natural: autoconocimiento, comunicación, respeto, ayuda mutua, fidelidad e ilusión por la paternidad consciente. Para ello se requiere:

- Una visión integradora de la sexualidad humana
- Un conocimiento básico sobre las diferencias biológicas, psicológicas y emocionales del hombre y la mujer
- Un conocimiento sobre la fertilidad combinada
- Que el aprendizaje de los Métodos Naturales utilizados en la Planificación Familiar Natural permita a los usuarios elegir el método más conveniente a su situación personal y de pareja, para tomar las decisiones procreativas.
- Que dicho conocimiento les permita, al final del curso, interpretar las gráficas autónomamente, sin necesidad de ayuda por parte de la experta.
- Que el aprendizaje revierta en una mejor vivencia de la sexualidad en el matrimonio, dentro del estilo de vida que propone la PFN.

Este curso va dirigido a matrimonios y personas que quieran profundizar en el conocimiento de la fertilidad humana.

4.A -CONTENIDOS

Es condición en los cursos presenciales de usuarios, que impartimos en RENAFER que participen ambos miembros de la pareja, para que puedan aprender a conjugar las diferentes expresiones de su sexualidad e iniciarse conjuntamente en el estilo de vida que propone la PFN. Cuando se planteó la metodología del programa on-line, se temió el peligro de que el varón no participase activamente de dicha enseñanza por lo cual se diseñaron unos apartados específicos para involucrarlo.

Antes de empezar el curso, se realiza un primer contacto, vía telefónica u online, a fin que la pareja explique su situación: si están en la etapa prematrimonial, si están casados, si quieren espaciar los

embarazos o si quieren buscar un embarazo, o si no teniendo pareja, únicamente quieren ampliar el conocimiento sobre su fertilidad.

Una vez conocida la necesidad de los alumnos, se les envía el protocolo de enseñanza y se empieza con la misma. Dicho aprendizaje es personalizado, según las necesidades y circunstancias de cada uno.

5.A-METODOLOGÍA

La enseñanza on-line, como la presencial, se inicia con un contenido antropológico que corresponde a la Antropología Personalista, fundamento de la PFN. La correcta integración de todos los aspectos de la sexualidad humana, ocupan buena parte de dicha enseñanza. Esta parte de la materia se encuentra en la primera entrega de documentación del curso. Al cabo de 15 días, tras los capítulos de base antropológica, se envía el bloque de bases biológicas y fisiológicas.

Una vez asumidos dichos conocimientos, se incorpora la presentación y enseñanza de los diferentes métodos utilizados en la actualidad, quedando para la pareja la decisión de adoptar aquél que sea más adecuado a sus circunstancias personales y de pareja.

Para poder registrar las observaciones de los distintos indicadores de la ovulación, se envía a los alumnos el modelo de las gráficas correspondientes a cada método. Al iniciar el primer ciclo de observación, se informa a los usuarios que en este primer ciclo es conveniente la abstención de relaciones hasta observar el cambio de moco cervical y el ascenso térmico mantenido, en el caso del Método Sintotérmico, y durante todo el ciclo en el caso del Método de la Ovulación Billings.

En lo que al Método Sintotérmico se refiere, una vez observados el cambio de moco cervical y el ascenso térmico, los alumnos envían la gráfica al profesor para confirmar la ovulación, comprobar que las observaciones y los registros en la gráfica sean correctos, y darles las pautas para las relaciones durante el resto del ciclo. Se les indica que si durante las observaciones tienen dudas, las comenten con la experta en el momento que les surjan, a fin de ir aclarando conceptos. Una vez visualizado e interpretado el primer ciclo, se les da las indicaciones para los siguientes.

Los usuarios deben enviar la gráfica comentada para que la experta pueda confirmar que la han interpretado correctamente. De esta manera, van cogiendo la confianza necesaria para ser autónomos en pocos ciclos.

Se debe efectuar un control exhaustivo del envío de gráficas por parte de los usuarios, a fin de que el curso pueda transcurrir correctamente y se adquieran todos los conocimientos necesarios para un buen uso de la Planificación Familiar Natural.

Cada gráfica debe ser revisada; se debe especificar por mail los posibles errores que hayan realizado los usuarios en su interpretación. Cerciorándose de que han entendido perfectamente las explicaciones que la experta les ha transmitido.

Las observaciones en la gráfica, por parte de los usuarios, deben de ser debidamente registradas a fin de poder hacer una interpretación correcta. No se aceptan gráficas incompletas, mal registradas, con días sin haber efectuado ninguna observación. Dichas gráficas se devuelven a los usuarios indicándoles que no se puede hacer una interpretación según los datos indicados.

En el curso, se trata la circunstancia particular de cada usuaria, según sus necesidades, ya que nos llegan parejas en situación de stress, lactancia o postparto, pre-menopausia, búsqueda de embarazo, post-pildora, post-diu.

Dependiendo de la situación de cada pareja que inicia el curso, se simultanea la entrega de la documentación sobre antropología y sexualidad con una primera información de cómo hacer las observaciones de los indicadores de la fertilidad y su registro en la gráfica. En la situación de lactancia, se envía también documentación sobre la lactancia materna: Generalidades, MELA y reglas de la lactancia según Rötzer. A este efecto, se derivan todas las parejas que se encuentran en dicha situación a la experta en lactancia materna de nuestro equipo.

Cada una de estas parejas necesita una tutoría distinta y personalizada por parte de la experta a la que han sido derivadas.

En el momento de plantearse la enseñanza on-line, previendo que no es lo mismo una entrevista presencial -en la que pueden ir surgiendo preguntas según se va explicando- que una respuesta o explicación vía mail- se hizo hincapié en que los comentarios y resolución de dudas, debían de quedar bien clarificados en las respuestas por parte de la experta, con aclaraciones adicionales siempre que fuera necesario. El contacto entre usuarios y expertos debe de ser fluido y constante.

6.A- MATERIAL

Manual Básico de Planificación Familiar Natural. Ed. Esin, S.A.
Artículos de divulgación

7.A- DURACIÓN DEL CURSO

El curso se mantiene hasta la decisión conjunta del profesor y de la propia pareja, que valoran conjuntamente el nivel de conocimiento alcanzado. La duración del curso tiene una media de 6 meses.

8.A- RESULTADOS

8.A.I El programa de enseñanza on-line para usuarios se puso en marcha en el año 2013

En 2016-2017 se realizó la enseñanza on-line a 7 parejas de usuarios. En 2018 se está realizando la enseñanza a 2 parejas de usuarios.

La respuesta de las parejas que han recibido la formación on-line está siendo muy positiva. Se valora el ágil acceso a la experta, pudiéndose resolver dudas y recibir un trato muy personalizado. A la vez se agradece poder seguir con el ritmo y el tempo de aprendizaje que cada circunstancia y persona exige. Por último se considera un valor positivo el ahorro, no solo en tiempo sino también económicamente.

El equipo de profesores también valora positivamente el alto grado de conocimiento alcanzado por las parejas y la respuesta e implicación de los varones.

8.A-II satisfacción de los usuarios

Los resultados obtenidos hasta la fecha son muy favorables, ya que la respuesta por parte de los usuarios es muy buena, llegando a establecerse una comunicación idónea entre usuarios y profesores.

Narramos brevemente un par de ejemplos vividos, de entre muchos:

a) Una pareja de Méjico que más tarde se trasladó a Australia se puso en contacto con nosotros para hacer el curso online. La mujer tenía problemas de salud importantes y no podía quedarse embarazada hasta que el médico no le diera el alta. Hicieron el curso y cuando mejoró su salud decidieron buscar el embarazo. Luego pudo ir espaciando los embarazos según su salud. Actualmente tienen tres hijos y

están muy agradecidos por haber hecho el curso. Después de unos años de ser usuarios todavía mantienen contacto personal con la experta.

Su testimonio: “Para nuestra familia ha sido un gran don tener la tranquilidad y la paz de saber que tenemos los hijos que con nuestra salud podemos sostener y cuidar. Los métodos naturales forman parte de nuestro proyecto común de vida, de nuestra amistad profunda, de cómo nos abrimos a la vida, de cómo decidimos que para nosotros ya no es tiempo de llamar a la paternidad, de cómo nos relacionamos como esposos y como padres y de cómo queremos educar a nuestros hijos”

b) Otro testimonio de una pareja que empezó con el curso presencial pero que tuvo que trasladarse a vivir a otra región y continuó con el mismo, online: *“No conocíamos absolutamente nada sobre este tema, era desconocido para nosotros. Sí habíamos oído comentarios al respecto en varios entornos, pero nada favorables. Al hacer el curso y ahondar más en el conocimiento del funcionamiento de mi cuerpo ha hecho que mi marido se convierta casi en un experto en el análisis de todas y cada una de las curvas de las gráficas: por qué se produce esa subida, cuántos días quedan para la ovulación, este es el momento pico, etc.*

“No puedo dejar de agradecer, a nuestra profesora y amiga. Persona que siempre ha estado ahí cuando la hemos necesitado, que nos ha aclarado cualquier duda que hemos tenido y que nos ha estado pendiente de nosotros desde que la conocimos hasta el día de hoy. Le damos gracias por ese esfuerzo que hacen ella y los que están detrás de organizaciones que realizan trabajos tan humanos como este: transmitir el valor de la vida desde la etapa primera y más temprana, en los actos unitivo-procreativos del matrimonio.

Estos testimonios, entre muchos, nos animan a seguir en esta dirección, sabiendo que se puede ayudar a muchas parejas, que en su lugar de residencia no tienen ningún centro de Planificación Familiar Natural al que puedan acudir, y en cambio a través de los cursos online, pueden beneficiarse de la bondad de la Planificación Familiar Natural.

B Formación para expertos

Como es evidente, el programa se basa igualmente en la antropología personalista y en las bases filosóficas que son el sustrato científico de la PFN. La parte más fisiológica se trabaja a distintos niveles, según se trate de personal sanitario o de personas ajenas a este ámbito.

3.B OBJETIVOS

El objetivo de este curso es la formación de expertos/profesores de Planificación Familiar Natural:

- Una visión integradora de las diferentes dimensiones de la sexualidad humana (conocimiento básico de la Antropología Personalista)
- Una profundización en el conocimiento de las diferencias, biológicas, psicológicas y emocionales del hombre y la mujer y en la Fertilidad Humana Combinada.
- Un conocimiento exhaustivo sobre los diferentes Métodos Naturales utilizados actualmente en la Planificación Familiar Natural
- Una capacidad pedagógica y psicológica para enseñar y tratar a las distintas parejas de usuarios.
- Una preparación básica para saber discernir sobre las diferentes situaciones de cada pareja y poder así derivarlos al especialista correspondiente, si fuera necesario.

- Una adhesión personal al estilo de vida que propone la PFN, que favorezca su transmisión a los usuarios tratados.
- Un interés por continuar y ampliar la formación/investigación en temas relacionados con la PFN.

Este curso va dirigido tanto a personal sanitario: médicos, enfermeras, comadronas, como a otros usuarios que desean formarse para poder transmitir el estilo de vida de la Planificación Familiar Natural, así como los Métodos Naturales en los que se sustentan.

4.B CONTENIDOS

El curso está dividido en 5 Módulos:

1º-

- Antropología Personalista
- Sexualidad
- Características y roles de las personas implicadas en la PFN.
- Hombre-mujer: iguales pero diferentes

2º-

- Anatomía y fisiología de la fertilidad humana.
- Fisiología de la secreción cervical.
- Parámetros biofísicos de la secreción cervical
- Indicadores de la fertilidad.
- Fertilidad combinada.

3º -

- Método Billings situaciones normales
- Método Billings situaciones especiales
- Métodos Sintotérmicos situaciones normales
- Métodos Sintotérmicos situaciones especiales.
- Situaciones patológicas.

4º-

- Método MELA
- Método de RÖTZER
- Naprotecnología
- Nuevas tecnologías del reconocimiento de la fertilidad.

5º-

- Conocimientos básicos sobre la contracepción
- PFN y Promoción de la salud
- Pedagogía de la enseñanza

5.B METODOLOGÍA

La documentación de dichos módulos se realiza en dos entregas con un intervalo de 15 días entre una y otra. Al cabo de 15 días de la segunda entrega, se realiza un examen parcial, que se devuelve corregido a cada alumno. Esta metodología se repite en cada módulo.

Referente al módulo correspondiente a los Métodos propiamente dichos, además de la documentación para estudio, se envían una serie de packs de gráficas, que el alumno tiene que trabajar y enviar al profesor para su corrección. En dichas gráficas se expone todo tipo de situaciones que se puede encontrar una usuaria para que la experta sepa cómo afrontar cada situación. Des de gráficas para interpretar correctamente hasta otras con errores de interpretación que la alumna debe de corregir. Además de devolver la gráfica corregida, la experta detalla la corrección vía correo electrónico a fin de hacer más visible aquellos errores que el alumno haya realizado.

También se les entrega gráficas con patologías: ovarios poliquístico, tiroiditis, etc. a fin de que vean cómo estas situaciones se ven reflejadas en la gráfica y así poder orientar a las usuarias, dirigiéndolas al especialista correspondiente.

Al final del curso, los alumnos han trabajado e interpretado un total de 194 gráficas. El objetivo de los profesores/expertos que imparten la formación, es que el alumno -antes de obtener el título- haya visto, estudiado e interpretado el mayor número de situaciones posibles.

Un punto y aparte merece la formación de los expertos sobre aspectos pedagógicos en el momento de tutelar a los usuarios. Hay que tener en cuenta que tan importante es obtener los conocimientos técnicos necesarios, como saber enseñar y tratar a la pareja. La experta desempeña un papel relevante y se puede decir que esencial en esta enseñanza. Esto exige por su parte una dedicación especial para poder transmitir a los usuarios la bondad y la perseverancia en el método elegido.

Cuando se alcanza que la pareja utilice satisfactoriamente los Métodos Naturales, asimilándolos a su vida, como una más de las dimensiones que comporta una vida en común -que incluye las decisiones procreativas adecuadas a cada circunstancia- se ha conseguido el objetivo de la enseñanza, que incorpora la práctica de la PFN como una más de las dimensiones de su vida en común. Por este motivo la experta debe de tener unas características específicas para conseguir este fin. Precisamente esto es lo que se pretende transmitir, también, en el curso.

6.B- MATERIAL

Texto de consulta para expertos de PFN. Ed. RENA FER
Actas de Symposiums/Congresos
Tesis doctorales

7.B- DURACIÓN DEL CURSO

La duración del curso es la de un curso lectivo. Se hacen exámenes parciales, online, de cada módulo. Al finalizar el curso, se realiza el examen presencial, muy exhaustivo, tanto oral como escrito. El examen final escrito incluye todos los temas que aparecen en el programa del curso. La parte oral se basa en interpretación de gráficas de situaciones, tanto normales como especiales.

Cada profesor invierte una media de 40h por alumno.

Los títulos que se otorgan son provisionales y quedan supeditados a dos reciclajes.

8.B- RESULTADOS

8.B.I El programa de enseñanza on-line para expertos se puso en marcha en 2015.

En el curso 2016-2017 se formaron 7 expertos de diversos ámbitos profesionales (psicología, enfermería, pedagogía, farmacia, matrona). Actualmente, en el curso 2017-2018 se están formando 6 expertos de diferentes perfiles profesionales (medicina de familia, ginecología, enfermería).

Desde su inicio en el año 2015, se han preparado un total de 13 expertos.

8.B.II- Satisfacción de los expertos formados

Los alumnos que han obtenido el título de expertos -13 desde que se inició la enseñanza on-line hasta la fecha- han manifestado su agradecimiento por la tutoría tan personalizada (atención, dedicación y paciencia) que han recibido durante su formación.

La calificación de sus exámenes fue excelente, lo cual es prueba de que la vía on-line fue muy eficaz en la transmisión de los conocimientos y en la interpretación de gráficas.

9.-CONCLUSIONES:

La prueba piloto puesta en marcha para la enseñanza on-line de la PFN ha resultado ser muy positiva. La extensión de dicha enseñanza a nivel geográfico es mucho mayor y permite, no sólo enseñar, sino también hacer un seguimiento cercano y personalizado de futuros usuarios y expertos. Las consultas han recibido respuestas ágiles y efectivas.

En la medida en que haya una mayor capacidad de asumir más personas en formación, RENAFER prevé un aumento de alumnos que elijan esta forma de enseñanza.

10.- PROYECTOS Y NECESIDADES PARA EL FUTURO

Durante el tiempo de puesta en práctica de estos cursos piloto, se ha utilizado un sistema básico, informáticamente hablando, que ha consistido en el envío, por correo electrónico, del material de estudio y de las gráficas a resolver. Una vez resueltas las mismas, se ha devuelto al profesor que las ha corregido, escaneado y devuelto.

Los exámenes parciales para obtener el título de expertos se realizan igualmente via correo electrónico, así como las preguntas y respuestas que alumnos y profesores intercambian.

Dada la buena aceptación del proyecto y la dificultad de asistir presencialmente a los cursos, se prevé una mayor demanda de enseñanza on-line. Sin embargo, se deberán adaptar los programas informáticos a las necesidades de los cursos.

Un programa que permita realizar las gráficas a la usuaria y una aplicación especialmente diseñada para que el profesor corrija automáticamente las mismas, facilitará la tarea del enseñante.

Los exámenes programados para ser realizados en tiempo determinado y su corrección posterior, permitirían evaluar más ajustadamente el conocimiento adquirido por los alumnos.

Estas medidas permitirían al profesor aumentar el número de alumnos enseñados simultáneamente y podría dedicar más tiempo a la enseñanza específica que requiere cada alumno, a la resolución de dudas, a la explicación de las correcciones efectuadas y a la presentación y resolución correspondiente de casos más complejos.

Esperanza Coll
Guadalupe Alsina
Núria Recto

RENAFER, España

30 de mayo de 2018