



Istituto per l'Educazione
alla Sessualità e alla
Fertilità
INER-Brescia

È federato alla CICRNF
(Confederazione italiana dei
centri per la Regolazione
Naturale della Fertilità)
www.confederazionemetodinaturali.it
www.fecunditas.it
www.iner.org

Il servizio di RNF
è possibile grazie
alla formazione degli
operatori sanitari
alla scuola
"INER-Italia"



INFORMAZIONI E APPUNTAMENTI

Ostetrica Foglio Laura
Tel.3289026246
e-mail: laurafost@alice.it

oppure

Ostetriche Sala Parto
Tel.0302971348
e-mail:
ostetriche.hso@poliambulanza.it

Prenota una consulenza!
Il servizio è gratuito

SEDE E ORARIO

Ospedale S.Orsola
Fondazione Poliambulanza
Via Vittorio Emanuele II n.27
Brescia
Ambulatorio Ostetrico
Venerdì mattina
su appuntamento

Ospedale S.Orsola
Fondazione
Poliambulanza

**CONOSCERE
LA REGOLAZIONE
NATURALE
DELLA FERTILITA'
RNF**
(Metodi Naturali)
secondo Rötzer



*I metodi naturali: un'opportunità
per riscoprire e vivere
pienamente la bellezza
della sessualità nella coppia*

Che cosa sono i Metodi Naturali

«I metodi di Regolazione Naturale della Fertilità (RNF) si basano sull'osservazione dei segni e dei sintomi che si manifestano naturalmente nelle fasi di fertilità e sterilità del ciclo mestruale. Utilizzando questi metodi una coppia può decidere quando evitare o conseguire una gravidanza»
(Organizzazione Mondiale della Sanità, 1988)

Il Metodo Sintotermico del Dr. Rötzer

Si fonda sull'osservazione non di uno solo, ma di un insieme di effetti fisiologici prodotti dagli ormoni ovarici (estrogeni e progesterone) durante il ciclo mestruale.

Essi sono principalmente tre: il muco cervicale, la temperatura basale e le modificazioni della cervice uterina.

Con la registrazione di tali segni e sintomi di fertilità, seguendo precise regole, la donna è in grado di riconoscere con precisione i periodi di fertilità e di sterilità di ogni ciclo.

METODO SINTOTERMICO di RÖTZER

*Come conoscere la Regolazione
Naturale della Fertilità*

- Partecipare ad un corso di base
- Contattare una insegnante INER per una consulenza individuale o di coppia
- Consultare il testo



**“IMPARO
A CONOSCERE
IL MIO CORPO
ED I SUOI SEGNI
DI FERTILITÀ”**

**PER CERCARE
UN FIGLIO
O
SCEGLIERE DI
RIMANDARE...**

