

EL METODO BILLINGS

- 1) Introducción
- 2) ¿Es confiable este método?
- 3) ¿Es práctico y cómodo este método?
- 4) ¿Es tolerable el método?
- 5) ¿Cómo lo consigo?



EL METODO BILLINGS

1) Introducción

Consiste en evaluar diariamente los cambios que se producen en el moco cervical. En el período fértil, el moco del cuello uterino es más líquido y escurre por la vagina humedeciendo la vulva. Durante estos días húmedos debe abstenerse de tener relaciones.

Ninguno de estos métodos protege del sida o de enfermedades de transmisión sexual.

2) ¿Es confiable este método?

Su efectividad es baja, ya que cualquier trastorno del moco cervical (una infección, un cambio en la flora vaginal normal, etc.) impide una correcta apreciación y disminuye su eficacia.

3) ¿Es práctico y cómodo este método?

Al igual que los otros métodos naturales, requiere de mucha disciplina y de un correcto conocimiento del cuerpo. La pareja debe estar muy motivada para guardar rigurosa abstinencia en los días fértiles.

4) ¿Es tolerable el método?

Este método no tiene resultados negativos sobre el cuerpo

5) ¿Cómo lo consigo?

Antes de elegir este método debes consultar a tu ginecóloga / ginecólogo. Es el médico quien te puede dar el mejor consejo sobre cómo realizarlo para maximizar su eficacia.

