



El Modelo Creighton

¿Qué es el Sistema de Apreciación de la Fertilidad Modelo Creighton?

El Modelo Creighton (CrM) es un método natural de planificación familiar moderno y efectivo. Es un Método Basado en el Conocimiento de la Fertilidad (MBCF) que hace uso de las observaciones del flujo cervical de la mujer. Al observar el flujo cervical que se origina en el cuello del útero (la matriz), cada mujer puede identificar los días fértiles e infértiles de su ciclo. La pareja observa estos cambios y decide cuándo tener relaciones sexuales de acuerdo a sus planes de lograr o evitar un embarazo.

¿Cómo funciona el Modelo Creighton?

Durante el ciclo reproductivo de la mujer, su cuerpo experimenta muchos cambios hormonales que producen signos visibles de la fertilidad. Los especialistas del Modelo Creighton enseñan a las parejas a observar y registrar la calidad del flujo cervical de la mujer de manera estandarizada y sistemática. Usando estos datos, la pareja aprende a identificar sus días fértiles y decide si desea tener relaciones sexuales o no durante esos días de acuerdo con sus metas de planificación familiar.

Durante los días fértiles, el flujo cervical se torna transparente, elástico y lubricante. Cuando este flujo cervical *fétil* está presente, los espermatozoides pueden sobrevivir en el tracto reproductivo de la mujer y ella puede concebir durante un máximo de 6 días.¹ Si un espermatozoide se une al óvulo durante la ovulación (cuando el ovario libera un óvulo), esto resulta en un embarazo. Luego de la ovulación, el flujo cervical fértil deja de fluir y la mujer suele sentirse seca. Si no quedó embarazada, usualmente la menstruación comienza dos semanas más tarde y su ciclo empieza otra vez.

Con este método, la mujer aprende a registrar sus observaciones del flujo cervical a diario en una cartilla con estampas de colores. Dado que el CrM ha estandarizado las observaciones del flujo cervical, un médico especialista en CrM puede analizar la información en cada cartilla para evaluar y potencialmente corregir muchos problemas de la salud reproductiva como el síndrome premenstrual, la enfermedad de ovario poliquístico y la infertilidad. Los médicos especialistas en CrM están entrenados en la Tecnología Procreativa Natural o NaPro (NaproTECNOLOGÍA). Esta ciencia evalúa y aborda los problemas ginecológicos y reproductivos de una manera ética y moralmente aceptable que colabora con los procesos biológicos naturales de la mujer. Sin suprimir ni perjudicar la fertilidad o tapar los síntomas de un ciclo anormal con hormonas artificiales, la mujer recopila información acerca de su ciclo en las cartillas y colabora con el médico especialista en CrM para abordar estos problemas.

¿Cuán efectivo es el Modelo Creighton para asistir a las parejas a posponer o a lograr el embarazo?

Si una pareja recibe instrucción de un instructor certificado y sigue cuidadosamente sus instrucciones, el CrM puede ayudarles a evitar o a posponer el embarazo. Este método de planificación familiar es natural, seguro y eficaz. Su eficacia teórica es de 98.7-99.5% y su tasa de uso típico es 83-97%. El método es tan eficaz como los anticonceptivos hormonales (DIU, la píldora, etc.) y mejor que los métodos anticonceptivos de barrera (como los profilácticos).^{2, 3, 4}

El Modelo Creighton enseña a las parejas a reconocer sus días fértiles (los días con mayor probabilidad de concebir). En un estudio prospectivo de 50 embarazos de parejas que usaron el CrM, el 76% de las parejas logró concebir en el primer mes luego de cambiar su uso del CrM para concebir en lugar de usarlo para evitar el embarazo. El 90% de las parejas logró concebir al cabo de 3 meses y el 100% logró el embarazo luego de 7 meses.⁵

En otro estudio de cerca de 1,000 parejas infértiles con dificultad para concebir, la tecnología NaPro logró identificar la raíz del problema de infertilidad y alcanzó una tasa de natalidad de 52.8 por cada 100 parejas.⁶

¿Cuáles son algunos de los beneficios del Modelo Creighton?

El Modelo Creighton es un método efectivo de planificación familiar para las parejas que desean evitar o lograr el embarazo. No utiliza dispositivos ni medicamentos que dañen el cuerpo o afecten la fertilidad de la pareja. El CrM es seguro, saludable (“orgánico”) y de bajo costo. El método enseña a las parejas a conocer sus cuerpos y su fertilidad combinada. Es “reversible”, ya que la pareja puede cambiar sus metas de planificación familiar en cualquier momento. Los estudios demuestran que las parejas que deciden usar un



método natural de planificación familiar reportan que su relación mejora y se sienten más respetados por su pareja y más en control de su fertilidad.⁷

¿Pueden usar el Modelo Creighton las mujeres que lactan o cuyos ciclos son irregulares?

Como el CrM no requiere medir la temperatura basal del cuerpo, la mujer cuyo horario de sueño es irregular puede usar este método. Las mujeres que lactan y las que acaban de discontinuar el uso de los anticonceptivos hormonales pueden usar este método con éxito. Todas las mujeres pueden monitorear su salud reproductiva con el Modelo Creighton y usar esta información para aplicar la NaProTECNOLOGÍA.

¿Dónde puedo encontrar más información sobre el Modelo Creighton?

Para encontrar un centro que enseñe el método: <http://www.fertilitycare.org>

Para más información sobre el método: www.CreightonModel.com

Fuentes

1. Wilcox A. J., Weinberg C. R., Baird D. B. "Timing of Sexual Intercourse in relation to ovulation." *New England Journal of Medicine* 333 (1995): 1517-1521.
2. Hilgers T. W., Stanford J. B. "Creighton Model NaProEducation Technology for avoiding pregnancy. Use effectiveness." *Journal of Reproductive Medicine* 43 (1998): 495-502.
3. Howard M. P., Stanford J. B. "Pregnancy probabilities during use of the Creighton Model of FertilityCare™ System." *Archives of Family Medicine* 8 (1999): 391-402.
4. Trussell, J., "Contraceptive failure in the United States." *Contraception* 83 (2011): 397-404.
5. Hilgers T. W., Daly K. D., Prebil A. M., Hilgers S.K. "Cumulative pregnancy rates in patients with apparently normal fertility and fertility-focused intercourse." *Journal of Reproductive Medicine* 37 (1992): 864-866.
6. Stanford J. B., Parnell T. A., Boyle P. C. "Outcomes from treatment of infertility with natural procreative technology in an Irish general practice." *Journal of the American Board of Family Medicine* 21 (2008): 375-384.
7. VandeVusse L., Hanson L., Fehring R. J., Newman A., Fox J. "Couples' views of the effects of natural family planning on marital dynamics." *Journal of Nursing Scholarship* 35 (2003): 171-176.