





# IL CICLO MESTRUALE

## la relazione tra la Donna e Madre Natura

*“Al menarca la donna entra nel proprio potere,  
con le mestruazioni pratica il proprio potere,  
“in menopausa diventa il proprio potere”.*

Detto dei Nativi Americani

# Il ciclo mestruale una volta e oggi

- Nei tempi antichi la donna usava creare in molteplici forme
- Il ciclo è un'inesauribile fonte di creatività
- Questo potere è stato profanato dalla società patriarcale.
- Le mestruazioni sono così passate dall'essere sacre all'essere sporche e impure.

Fonte: "Sangue Magico" di Elena Priarollo

# Il ciclo mestruale e il potere femminile

- Ce ne dimentichiamo spesso, ma la nostra vita “da donna” è scandita da eventi che ci riportano ai ritmi della natura. Il nostro ciclo biologico e psicologico va di pari passo con le fasi della luna e gli altri cicli macrocosmici come le maree e il susseguirsi delle stagioni.
- La donna ha una capacità di connessione degli emisferi cerebrali, da cui deriva un grande potenziale di **intelligenza intuitiva e creatività**.
- Le forze creative e di trasformazione sono legate al ciclo mestruale. Se l'ovulo rilasciato durante l'ovulazione viene concepito, queste energie si esprimono creando una nuova vita; altrimenti l'energia prende forma nella vita della donna in altri modi, contribuendo al suo potere.
- Se il ciclo viene interrotto con i contraccettivi ormonali il ciclo, la donna si stacca dalla sua ciclicità, dalla sua creatività, dalla sua saggezza, dal suo equilibrio emotivo, psichico e fisico, da una visione olistica di comunione ed armonia con il tutto.

# Cosa si intende per potere femminile?

Esistono tre tipi di potere che possono essere coltivati con il ciclo:

1. **Potere su qc.**, è la capacità di manipolare e dar forma al mondo e all'ambiente, imporre la propria volontà; è maestria .
2. **Potere con**, è la capacità di unirsi a ciò che è: collaborare, co-creare, toccare ed essere toccati, restare aperti all'ignoto e stare in ascolto; è mistero.
3. **Potere da dentro**, parla dell'autorità interiore la saggezza e l'intelligenza e tutta la vitalità generate (è il potere del seme). Sgorga dal vivere un senso di unione e totalità col tutto; è potenziamento.


Fonte: "Mestruazioni" di Alexandra Pope

## Il potere del ciclo è:

- la forza estatica che viene sprigionata con le mestruazioni
- la saggezza che matura in noi tramite il ciclo mensile
- l'esperienza di profonda unione che si vive con le mestruazioni
- imparare a conoscersi e ad amarsi
- incarnare il Femminile profondo
- Intimità
- restare consapevoli e prestare attenzione
- lasciarsi andare.
- essere in grado di affermarsi.
- la capacità di essere responsabili della propria vita e puntare alle mete

Fonte: "Mestruazioni" di Alexandra Pope

## L'essenza femminile si esprime in:

- Intelligenza intuitiva
  - Pensiero olistico
  - Attenzione per l'universale
  - Sentimenti
  - Cura
  - Empatia
  - Ascolto
  - Potenzialità di essere donna e madre
  - Amore consapevole
- 
- A silhouette of a woman sitting on a rock, looking up at a large full moon in a starry night sky. The woman is positioned in the lower half of the frame, with her back to the viewer and her head tilted upwards. The moon is a large, bright, textured sphere that dominates the upper half of the image. The background is a dark, starry sky with a gradient from light blue at the top to a darker blue at the bottom. The overall mood is contemplative and serene.

## Il ciclo mestruale:

- Una fonte di forza. Così Christiane Northrup (ginecologa americana) definisce le mestruazioni, aggiungendo che “ La saggezza del ciclo mestruale può essere recuperata entrando nuovamente in contatto con la ciclicità”.
- Mese dopo mese nel periodo mestruale il corpo ci accompagna in qualcosa di sempre più grande e potente, finché, nella menopausa, avremo un’idea della natura di questa trasformazione e saremo in grado di raccogliere i frutti delle sue sfide e della ricchezza che ci dona.
- Il ciclo è un percorso profondo di consapevolezza; dobbiamo imparare a conoscerlo. E’ già un potenziamento sapere in che momento del ciclo vi trovate.

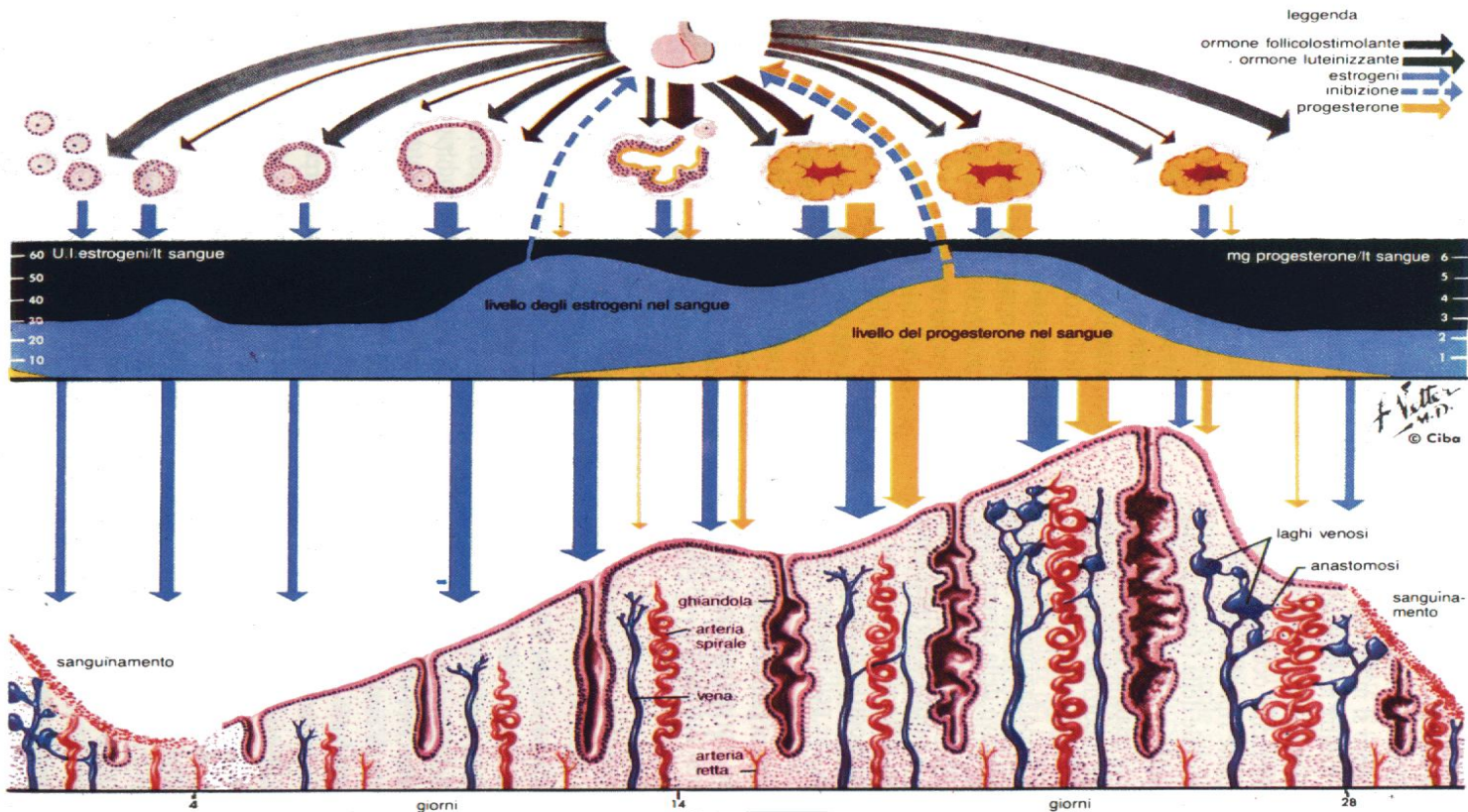
Fonti:

“Guida Medica da Donna a Donna” Christiane Northrup  
“Mestruazioni” di Alexandra Pope





**Il ciclo mestruale si compone di una fase proliferativa o follicolare, una fase di ovulazione, una fase luteinica e una fase di disgregazione.**



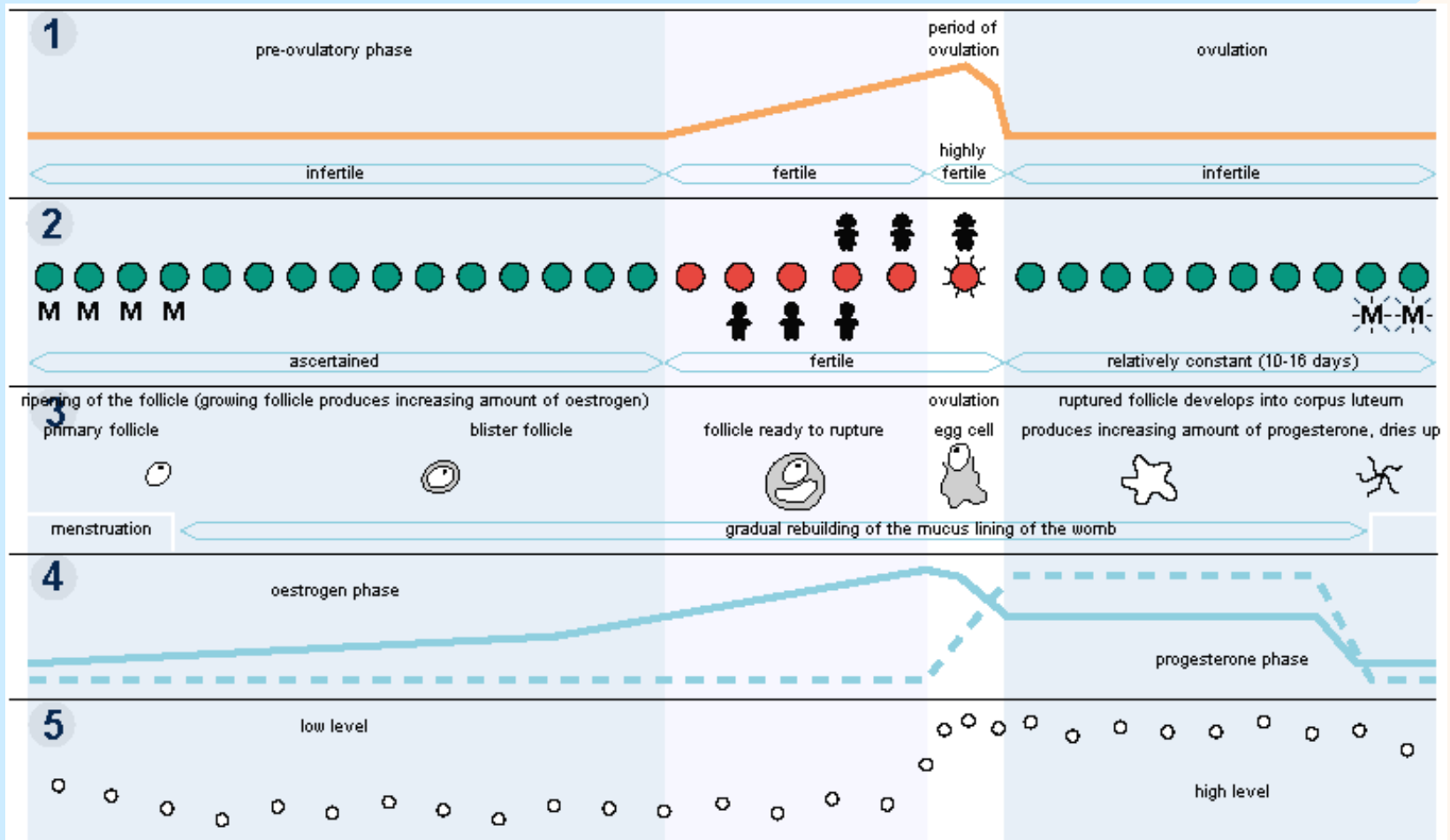
# Le fasi FOLLICOLARE e OVULATORIA

- La prima parte del ciclo è detta "fase follicolare" e va dalla mestruazione fino all'ovulazione. E' caratterizzata da un aumento progressivo di estrogeni, il cui compito, attraverso la stimolazione dell'ormone FSH, è far maturare l'ovulo all'interno del follicolo ovarico e anche di far crescere la parete uterina, detto endometrio, che servirà per sostenere un'eventuale gravidanza.
- Gli estrogeni sono anche responsabili della produzione del muco cervicale, che diventa di qualità sempre più fertile all'approssimarsi dell'ovulazione. Questa fase è delicata e può venire alterata da più fattori: malattie, stress, alimentazione ecc.. Può infatti anticipare o ritardare, anche di molto, e da essa dipenderà la durata complessiva del ciclo.
- Quando gli estrogeni raggiungono un picco, questo scatena la produzione dell'ormone LH, che provoca la liberazione dell'ocita maturo nell'apparato riproduttivo, dando luogo all'ovulazione

# La fase LUTEALE o LUTEINICA

- In fase ovulatoria vi è un aumento dell'ormone progesterone, prodotto dal corpo luteo, ovvero ciò che resta del follicolo che prima conteneva l'ovulo. Qui comincia la cosiddetta "fase luteale", di durata in natura di 10-16 giorni e relativamente stabile per ogni donna. Il progesterone ha il ruolo di impedire lo sfaldamento dell'endometrio per poter consentire l'impianto di un eventuale ovulo fecondato.
- Nel caso in cui la fecondazione non sia avvenuta i livelli di progesterone ed estrogeno diminuiscono provocando la degenerazione del tessuto uterino con conseguente **emorragia** mestruale.
- Nel caso in cui invece i rapporti non protetti durante la fase fertile abbiano condotto all'instaurarsi di una gravidanza vi sarà l'annidamento avviene tra il 7-10 giorno della fase luteale.

# I mutamenti ormonali del ciclo e la temperatura basale





# Come e' un metodo contraccettivo ideale?

I requisiti del metodo ideale sono i seguenti:

- **Efficace**
- **affidabile**
- **Innocuo** – senza effetti collaterali
- **Reversibile**
- **Facile**
- **Indolore**
- **Accettabile**: deve essere di facile impiego e non interferire con la spontaneità dell'atto sessuale. L'accettabilità si riferisce al gradimento di chi utilizza una metodica ed è influenzata dall'ambiente, dal livello culturale, dalle convinzioni morali e religiose ed infine dai pregiudizi e dalle inibizioni della coppia

# Il controllo della FERTILITA'

## i vari metodi contraccettivi

- Contraccettivi ormonali
- Metodi di barriera
- Impianto progestinico
- Sterilizzazione
- Metodi chimici
- Metodi naturali e apparecchi Baby Comp

La Tabella dei diversi metodi a confronto con pro, contro e indici di sicurezza contraccettiva al punto di menù: Metodi Contraccettivi all'indirizzo:

<http://www.babycomp-it.org/contraccezione>



# La Storia di Baby Comp

- “E’ necessario che una donna sia costretta ad adottare un metodo anticoncezionale che grava sulla sua salute, il suo benessere e la sua vita sessuale, solo perché durante il suo ciclo per ca. 7 giorni, 6 prima dell’ovulazione e uno dopo, potrebbe rimanere incinta?”
- Questa è la domanda che molte donne ma anche il Dr. Hubertus Rechberg (Germania) si è posto. La risposta è stata „NO“ ed è stato allora - nel 1987 - che il metodo contraccettivo da lui ideato e sviluppato, assieme a ginecologi, programmatori e biomatematici, ha preso forma.





# La Storia



Dal 1987 al 1992

# La Storia



Dal 1992 al 2003



# La Storia



dal 2004

Dal 2009  
Dispositivo Medico per la  
contraccezione:  
CE 0124 C.N.D.U0899



# La Stampa dati per il controllo del ciclo

Gli apparecchi Babycomp, oltre a venir utilizzati per la **contraccezione naturale** – con una sicurezza contraccettiva testa del 99,3% (indice pearl 0,7) e per **la pianificazione mirata della gravidanza** sono dei dispositivi diagnostici per il controllo indiretto dell' equilibrio ormonale estro-progestinico tra la fase preovulatoria e quella postovulatoria e quindi della fertilità della donna.

La stampa dei dati memorizzati nell'apparecchio, è utile anche al ginecologo per il monitoraggio del ciclo della donna, nel lungo periodo.

Alcuni esempi di stampe dati all'indirizzo:

[http://www.babycomp-it.org/dati\\_scientifici/stampa\\_dati.html](http://www.babycomp-it.org/dati_scientifici/stampa_dati.html)



# LadyComp **BabyComp** e Pearly

- **EFFICACE**
  - SICUREZZA CONTRACCETTIVA: 99,3% testata clinicamente: indice pearl 0,7
  - anche con cicli irregolari
- **AFFIDABILE e CERTIFICATO**
  - EN ISO 13485:2003 + AC:2007 + CE 0124
- **INNOCUO**
  - naturale e senza effetti collaterali o rischi per la salute
- **REVERSIBILE**
  - utilizzabile in qualsiasi momento come aiuto per la procreazione
- **ACCETTABILE**
  - di facile impiego e non interferisce con la spontaneità dei rapporti
- **CONVENIENTE**
  - senza costi aggiuntivi mensili per il suo utilizzo
  - Prodotti longevi (10 anni+)
- **DINAMICO**
  - anche per donne, come infermiere e ostetriche, che fanno i turni di notte
- **UTILITA' DIAGNOSTICA**
  - per il Controllo del ciclo e della Fertilità
  - complemento per il ginecologo e per analisi e monitoraggi clinici
- - Test di gravidanza integrato



# Baby Comp srl

## La nostra Mission:

Ridare alle donne la conoscenza del proprio corpo e liberarle dalle false illusioni, affinché possano accedere al proprio potere personale, attraverso l'uso di strumenti affidabili e testati per il controllo della fertilità giornaliera, da utilizzarsi per la contraccezione naturale sicura, la pianificazione mirata di una gravidanza e il monitoraggio del ciclo.

Per informazioni su Pearly, LadyComp e BabyComp

[www.babycomp.it](http://www.babycomp.it)

**Baby Comp srl**

Via Vittorio Veneto 79 – 39042 BRESSANONE BZ Tel.0472 831010 [info@babycomp.it](mailto:info@babycomp.it)

## Ringraziamenti e siti

- Lisa Giacomel del sito per averci ospitato alla teleconferenza su “Ciclo Mestruale, Contraccezione Naturale, Gravidanza Consapevole”  
[www.poterefemminile.com](http://www.poterefemminile.com)
- Prof.Hernan Huarache Mamani  
Autore del libro “La profezia della curandera”  
per il grande contributo che sta dando al risveglio del femminile con i suoi libri e seminari. Per il calendario completo dei corsi:  
[www.hmmamani.com](http://www.hmmamani.com)
- Jessica Borgogni – Amministratrice del Forum sui Metodi Naturali  
[www.ladyfertility.forumattivo.com](http://www.ladyfertility.forumattivo.com)

[www.babycomp.it](http://www.babycomp.it)

**Baby Comp srl**

Via Vittorio Veneto 79 – 39042 BRESSANONE BZ Tel.0472 831010 info@babycomp.it

## **Il potere del ciclo**

Dobbiamo riscoprire e utilizzare i poteri che la natura ha donato alle donne, solo così si potrà creare una società in perfetto equilibrio di amore, fratellanza e armonia con la Madre Terra.

H.H.Mamani



