

DOMINICAL

El Billing, un eficaz método de control de natalidad

El método Billings de regulación de la natalidad ofrece un 98 por cien de eficacia, según estudios llevados a cabo por la Organización Mundial de la Salud. El método se basa en el reconocimiento del flujo mucoso cervical de la mujer, cuyas características serán diferentes según se produzca en el periodo fértil o infértil. Actualmente un equipo recorre diversos países para promover la utilización de este método natural de control de la natalidad que toma el nombre de su descubridor, el doctor australiano Billings.

La doctora Mercedes Arzú de Wilson, guatemalteca residente en Estados Unidos se encuentra al frente del equipo que difunde por el mundo este método. Conoció a los doctores Billings y estudió el método de la ovulación con ellos. Como vicepresidente de la WOOMB (Organización Mundial del Método de la Ovulación) y presidenta de la Fundación para la Familia de las Américas, ha impartido cursos en más de 30 países, principalmente en Centroamérica y África.

Mercedes Wilson ha explicado que el método consiste en enseñar a la mujer que así como reconoce su menstruación, puede reconocer el flujo mucoso cervical, una secreción blanca que surge hacia la mitad de su ciclo. Cuando tiene esta secreción es fértil, ya que sin ella los

espermatozoides no pueden sobrevivir.

El método no tiene nada que ver con el ritmo, ya que éste sólo sirve para quien tiene un ciclo regular y no para quien lo tiene más corto o más largo. El método Billings no depende de ningún mes ni ninguna fecha.

Sobre la eficacia del método, se han hecho estudios —afirma la doctora Wilson— y, si se siguen las reglas se obtiene de un 98 a un 99 por 100 de efectividad. Un estudio realizado por la Organización Mundial de la Salud en cinco países: El Salvador, Filipinas, India, Nueva Zelanda e Irlanda revela que el método tiene una efectividad del 98,5 por 100. La mitad de las personas que aprendieron el método en El Salvador no sabía leer ni escribir, pero lo



La doctora Mercedes Arzú de Wilson.

aprendieron con la misma facilidad que las personas de Nueva Zelanda, con una media de doce años de estudio. El 93 por 100 de estas personas reconocieron los periodos de fertilidad e infertilidad en el primer mes.

La doctora Wilson se muestra contraria al aborto y considera que este método puede ser una alternativa válida. Afirma también que «los métodos artificiales de control de la natalidad, como la píldora y el dispositivo intrauterino son potencialmente abortivos». «Hay tres formas de actuar de la píldora —añade—. Puede anular la ovulación, pero a veces esto no ocurre y cuando el óvulo fecundado llega al

útero se encuentra en un ambiente que le impide la implantación por lo que se trataría, en este caso, de un aborto.»

«El método —añade la doctora Wilson— pretende dar una solución a las parejas que quieren planificar de una manera natural su familia y espaciar los embarazos de manera que puedan decidir con amor.»

El método Billings está actualmente implantado en casi todo el mundo, incluyendo países comunistas como Polonia, Yugoslavia y Checoslovaquia.

En España hay actualmente unos 350 monitores del método.

CAPSULAS

Graves inconvenientes de las dietas vegetarianas

Denver (Colorado, EE. UU)

La dieta vegetariana no es tan sana como la pintan. En efecto, un equipo médico de la Universidad de Colorado en los Estados Unidos, ha comprobado que el mantenimiento de una dieta estrictamente vegetariana puede provocar serias afecciones en el organismo. En el estudio llevado a cabo se ha demostrado que mujeres deportistas dedicadas al atletismo, y más concretamente corredoras, que seguían esta dieta, padecían amenorrea, es decir, alteraciones en el período menstrual. Al parecer esta dieta produce un déficit de hierro en el organismo y una disfunción en el sistema de regulación hormonal. Para combatir estas dolencias, la solución es sencilla: comer equilibradamente, no omitir carnes, lácteos y huevos, pero en sus cantidades adecuadas.

Acupuntura para los animales

Southampton (Inglaterra)

John Nicol, de Southampton, en Gran Bretaña, es seguramente el primer veterinario acupunturista de Europa. El éxito de esta milenaria terapia aplicada por el doctor Nicol a los animales, es absoluto y repetido. Los pacientes —sus propietarios, queremos decir, claro— han de solicitar visita en la consulta del veterinario con dos meses de antelación.

LOTERIA

0		1		2		3		4		5		6		7		8		9	
Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas	Números	Pesetas
02900	100.000	02901	100.000	02902	100.000	02903	100.000	02904	110.000	02905	100.000	02906	100.000	02907	110.000	02908	100.000	02909	110.000
02910	100.000	02911	100.000	02912	100.000	02913	100.000	02914	110.000	02915	100.000	02916	100.000	02917	110.000	02918	100.000	02919	110.000
02920	100.000	02921	100.000	02922	100.000	02923	100.000	02924	110.000	02925	100.000	02926	100.000	02927	110.000	02928	100.000	02929	110.000
02930	100.000	02931	100.000	02932	100.000	02933	100.000	02934	110.000	02935	100.000	02936	100.000	02937	110.000	02938	100.000	02939	110.000
02940	100.000	02941	100.000	02942	100.000	02943	100.000	02944	160.000	02945	100.000	02946	2.280.000	02947	40.010.000	02948	2.280.000	02949	110.000
02950	100.000	02951	100.000	02952	100.000	02953	100.000	02954	110.000	02955	100.000	02956	100.000	02957	110.000	02958	100.000	02959	110.000
02960	100.000	02961	100.000	02962	100.000	02963	100.000	02964	110.000	02965	100.000	02966	100.000	02967	110.000	02968	100.000	02969	110.000
02970	100.000	02971	100.000	02972	100.000	02973	100.000	02974	210.000	02975	100.000	02976	100.000	02977	110.000	02978	100.000	02979	110.000
02980	100.000	02981	100.000	02982	100.000	02983	100.000	02984	110.000	02985	100.000	02986	100.000	02987	110.000	02988	100.000	02989	110.000
02990	100.000	02991	100.000	02992	100.000	02993	100.000	02994	110.000	02995	100.000	02996	100.000	02997	110.000	02998	100.000	02999	110.000
19100	100.000	19101	100.000	19102	100.000	19103	100.000	19104	110.000	19105	100.000	19106	100.000	19107	110.000	19108	100.000	19109	110.000
19110	100.000	19111	100.000	19112	200.000	19113	100.000	19114	110.000	19115	100.000	19116	100.000	19117	110.000	19118	100.000	19119	110.000
19120	100.000	19121	100.000	19122	100.000	19123	100.000	19124	110.000	19125	100.000	19126	100.000	19127	110.000	19128	100.000	19129	110.000
19130	100.000	19131	100.000	19132	100.000	19133	100.000	19134	110.000	19135	100.000	19136	100.000	19137	110.000	19138	100.000	19139	110.000
19140	100.000	19141	100.000	19142	100.000	19143	5.100.000	19144	80.000.000	19145	5.100.000	19146	100.000	19147	110.000	19148	100.000	19149	110.000
19150	100.000	19151	100.000	19152	100.000	19153	100.000	19154	110.000	19155	100.000	19156	100.000	19157	110.000	19158	100.000	19159	110.000
19160	100.000	19161	100.000	19162	100.000	19163	100.000	19164	110.000	19165	100.000	19166	100.000	19167	110.000	19168	100.000	19169	110.000
19170	100.000	19171	100.000	19172	100.000	19173	100.000	19174	110.000	19175	100.000	19176	100.000	19177	110.000	19178	100.000	19179	110.000
19180	100.000	19181	100.000	19182	100.000	19183	100.000	19184	110.000	19185	100.000	19186	100.000	19187	110.000	19188	100.000	19189	110.000
19190	100.000	19191	100.000	19192	100.000	19193	100.000	19194	110.000	19195	100.000	19196	100.000	19197	110.000	19198	100.000	19199	110.000
Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones		Terminaciones	
030	100.000	431	100.000	002	100.000	093	100.000	144	160.000	075	100.000	416	100.000	217	110.000	788	100.000	9	10.000
				112	100.000			974	110.000			536	100.000	7	10.000				
				222	100.000			44	60.000			706	100.000						
				642	100.000			4	10.000										

PREMIOS ESPECIALES	FRACCION	SERIE	PREMIO ACUMULADO	POBLACION
92.000.000 Ptas.	6.ª	1.ª	100.000.000	SEVILLA
Núm. 19144	9.ª	6.ª	100.000.000	ALCAÑIZ
PRIMER PREMIO	6.ª	7.ª	100.000.000	ALCAÑIZ
	2.ª	8.ª	100.000.000	ALCAÑIZ