

La meva experiència amb les copes

INTIMINA

Us vull explicar la meva experiència amb les copes menstruals.

Les teníem a la farmàcia des de feia temps i em vaig decidir a provar-les. Us he de reconèixer que són fantàstiques!!

He descobert molts avantatges respecte als tampons tradicionals, a part de l'estalvi que generen.

Són molt fàcils de col·locar, molt més fàcils dels que us podeu imaginar. Es tracta d'estar una mica relaxades i es poden introduir sense esforç. Els fabricants recomanen col·locar-les estant assegudes, però el meu consell és que us estireu al llit, em sembla molt més fàcil.

L'avantatge més gran que jo he trobat és que realment la copa s'adapta al teu cos de manera perfecta i no tens aquella sensació de portar un pes, com succeeix sobre tot quan portes hores amb el tampó posat. És tan còmode que t'oblides per complet de la regla.

A més, amb els tampons hi ha risc de fuga i d'olor, però amb la copa menstrual tot això desapareix.

També us he de confessar que heu d'estar relaxades per treure-us-la. Potser això passa només les primeres vegades, però s'ha de treure de forma relaxada i sense pressa. No fa mal en cap cas, però s'ha d'eliminar el buit i tenir la musculatura relaxada perquè vagi lliscant poc a poc.

Si teniu qualsevol dubte o consulta, passeu per la farmàcia i us ajudaré en el que necessiteu.

Macarena Alsina

