



Quines diferències hi ha entre tampó i copa menstrual?

[inicicentrareport]

1. El tampó és d'un sol ús, mentre que la copa dura anys

Això és així, el tampó l'utilitzem un sol cop i l'hem de llençar al cap de 4 hores com a molt. La copa, en canvi, no només la pots dur posada durant 10 hores, sinó que la pots reutilitzar moltíssimes vegades! Una copa menstrual ben cuidada pot durar perfectament 30 anys.

2. La copa surt molt més econòmica

És també per això que la copa ens acaba sortint molt més econòmica. Sí, primer cal gastar entre 20 i 30€ de cop, però et dura anys i panys!

3. La copa és més ecològica

Les copes menstruals estan fetes de silicona i com que són reutilitzables estalviem molts residus. De fet, els tampons i compreses són de les coses més contaminants que es llencen diàriament.

4. Els tampons, inicialment, són més fàcils de posar

Si un però li veiem als tampons és que al principi són molt més senzills de ficar. Són més estrets i n'hi ha molts amb aplicadors suaus i lliscants perquè sigui molt fàcil posar-los. Ara bé, tot és qüestió de pràctica i la copa també és fàcil d'utilitzar un cop li hem trobat el truc.

5. La copa és més segura que els tampons

Potser no ho sabies, però la copa és molt més segura a nivell sanitari que els tampons. Està feta de silicona respectuosa amb el nostre PH. Això sí, cal desinfectar-la bullint-la abans i després de cada regla.

Els tampons, en canvi, estan fets de cotó i viscosa i el "problema" és que es queden humits i empapats de sang al nostre interior. A més els tampons deixen anar fibres que es queden dins nostre, ho pots veure molt clarament en aquest vídeo i fins i tot comprovar-ho tu mateixa a casa teva!



[View this post on Instagram](#)

A post shared by CYCLO Menstruaci3n Sostenible (@ilovecyclo)

[ficentrareport]