



# 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 Menstruaci?n Sostenible (@ilovecyclo)

[facentrareport]