



Menstruació i estiu: l'alternativa per anar còmode a la platja o la piscina

Segons una enquesta realitzada per Platanomelon, un **43% de dones cis ha deixat d'anar a la platja o la piscina algun cop per tenir la regla**. El 57% de les persones enquestades afirma sentir-se incòmoda amb la regla i el principal motiu és la "por a tenir pèrdues de sang".

Anar a la platja o a la piscina amb la menstruació no sempre és agradable. Els productes més coneguts recentment, com la copa menstrual, poden facilitar aquesta activitat, però, tot i això, hi ha una alternativa que també s'ha posat de moda.

Parlem dels **biquinis i banyadors menstruals**, uns productes que proporcionen més tranquil·litat i que també són reutilitzables.

Té un disseny similar al de la roba interior menstrual, és a dir, la part baixa del biquini o banyador inclou un folre fer amb material absorbent que evita taques o pèrdues de sang. Acostumen a disposar de **tres capes**: la primera que deixa passar el líquid, la del mig que reté el flux i la tercera que és impermeable. La gràcia d'aquests productes és que tot i aquest disseny concret per a la menstruació, per fora llueix com la roba de bany tradicional.

L'únic inconvenient d'aquesta roba és que s'ha de tenir en compte **el sagnat i el moment del període**, ja que, depenent de la marca, pot no ser apta per a menstruacions abundants i es recomana que s'utilitzi al principi o final del període. Tot i això, els dies amb abundant menstruació es pot combinar amb algun altre producte menstrual, com la copa o el tampó, per tenir més tranquil·litat.

Com qualsevol biquini o banyador, es poden trobar a molts llocs, tant botigues físiques com per internet. Hi ha models per a tots els gustos i també preus per a totes les butxaques.