



## Coppetta mestruale riutilizzabile una valida alternativa ai tamponi

### Cos'è

La Mooncup è una morbida coppetta mestruale in silicone che raccoglie il flusso invece che assorbirlo. Può essere riutilizzata ciclo dopo ciclo. Si inserisce in vagina, più in basso rispetto ai tamponi.

### E' facile da usare?

Se inserita correttamente la Mooncup è così confortevole da non sentirla. All'inizio può essere necessario fare un po' di pratica per trovare l'angolo e la posizione adatta a sé. Una volta imparato sarà sorprendente scoprire come sia facile da usare.

La Mooncup viene ripiegata e si riapre da sola una volta inserita in vagina. Va svuotata ogni 4-8 ore a seconda del flusso. Poi basta sciacquarla o asciugarla e reinserirla. Può essere sterilizzata tra un ciclo e l'altro per tenerla pulita.

### Perché sceglierla

La Mooncup è stata progettata dalle donne per le donne. Niente più macchie, niente più secchezza vaginale. Per le mestruazioni basta una sola Mooncup: ti farà risparmiare denaro e ti aiuta a rispettare l'ambiente.

La Mooncup è realizzata in silicone ipoallergenico. Non modifica l'equilibrio della tua salute intima né deposita fibre in vagina. Con la Mooncup non assorbirai pesticidi né candeggianti. La Mooncup è ideale per viaggiare, nuotare, fare sport e per la notte.

### Non sei convinta?

Inizialmente l'idea della Mooncup potrebbe non attrarti. Forse è complicata, scomoda o poco igienica? Vale la pena di riconsiderare queste prime forti reazioni alla Mooncup.

Molte di noi sono cresciute in un'era che non offriva alternative ai tradizionali assorbenti e questo influisce molto sulle nostre idee riguardo le mestruazioni. E' sempre difficile confrontarsi con nuove idee, specie se riguardano una sfera tanto intima. I vantaggi della Mooncup tuttavia sono troppi per essere ignorati.



### Che taglia usare?

Ci sono due taglie in base alla tonicità muscolare.

Hai avuto figli?	Meno di 30 anni	Più di 30 anni
No	Taglia B	Taglia A
Sì, con parto vaginale	Taglia A	Taglia A
Sì, con parto cesareo	Taglia B	Taglia A

È adatta alle donne allergiche o con pelle sensibile.

All'interno della coppetta sono marcati i ml, per aiutare le donne a monitorare il flusso mestruale.

È molto utile per le donne che devono riportare al proprio medico informazioni riguardo alla quantità del flusso mestruale.

Le donne che ritengono di avere problemi ginecologici si devono consultare con il proprio medico.

## COME SI USA



# Misurare il flusso mestruale

(I dati sono relativi al Regno Unito)

Le malattie e i disturbi legati al ciclo mestruale sono al secondo posto tra i disturbi riportati dalle donne al proprio medico<sup>1</sup>.

Mentre gli esami del sangue, delle urine, delle feci e della saliva sono strumenti diagnostici fondamentali, la misurazione del flusso mestruale è stata finora un vero ostacolo per la professione medica.

Negli anni i medici hanno cercato di misurare le perdite di sangue mestruale usando varie tecniche, da complicate stime del peso ai radio-isotopi.

La percezione che ogni donna ha del proprio flusso è molto soggettiva e spesso imprecisa. Uno studio dimostra che il 50% delle donne che lamenta menorragia in realtà ha un flusso normale<sup>2</sup>.

“Forse è per questo che le cure per la menorragia sono spesso insoddisfacenti e circa 25.000 uteri apparentemente normali vengono asportati ogni anno”<sup>4</sup>.

L’FDA ha riconosciuto che la Mooncup, con i segni per misurare i ml, permette alle donne di monitorare il proprio flusso mestruale e di riferire al medico dati accurati riguardo alle perdite. Come afferma Sandy Marchand, infermiera consulente Mooncup:

“La Mooncup contiene molto più fluido dei prodotti convenzionali, quindi molte donne con flussi abbondanti la utilizzano e sono soddisfatte di come abbiano preso coscienza per la prima volta di quanto effettivamente perdano. I segni dei ml sono stati la naturale evoluzione di questa esperienza”.

1. E. Gangar, V. Allanach, “Gynaecological Nursing-a paractical guide”, 2001
2. E. Malcom Symonds, I. Symons, “Essential obstetrics and Gynaecology”, quarta edizione, 2004
3. 1. E. Gangar, V. Allanach, “Gynaecological Nursing-a paractical guide”, 2001

# Breve storia della Mooncup

## Sue Hardy scopre una coppetta mestruale durante uno dei suoi viaggi

Sulla via del ritorno da un viaggio in Australia con la sua bambina di un anno, Sue Hardy compra una coppetta mestruale in lattice e si rende conto che le donne inglesi sono pronte per un prodotto mestruale amico dell’ambiente e del portafoglio. Tuttavia, presto si registrano casi di allergia al lattice. Dopo alcune ricerche, nasce la Mooncup, alternativa ipoallergenica in silicone di tipo chirurgico. L’avventura di una sola donna diventa presto una piccola azienda etica.

## Sempre nuovi riconoscimenti

Miglior nuovo prodotto al Natural Trade Show, marzo 2003; approvata dalla Vegetarian Society, maggio 2004; Miglior prodotto amico dell’ambiente, Vegan Society, novembre 2004; certificata come società etica, Ethical Company Organization, dicembre 2004; Green Apple Awards per prodotto ecologico, The Green Organization, novembre 2005; nella rosa delle candidate per il premio Woman in Ethical Business Awards, Triodos Bank e Eve Magazine, marzo 2006; Business etico dell’anno 2007 Triodos Bank.

## La Mooncup in Italia

In Italia le coppette mestruali arrivano grazie a tre donne che le hanno conosciute attraverso amiche straniere e, sorprese di doverle comprare dall’estero, decidono di importarle. Fondano La Bottega della Luna e, attraverso il sito internet [www.labottegadellaluna.it](http://www.labottegadellaluna.it) vendono prodotti per le mestruazioni riutilizzabili. Per anni presenziano alle più importanti fiere per lo sviluppo sostenibile dove incontrano un grande successo.

Nel 2007, grazie a una cliente-pioniera, la notizia dell’esistenza di un prodotto così straordinario arriva alle orecchie di Beppe Grillo che sta preparando il suo nuovo tour “Reset” legato fortemente alle tematiche ambientali.

Questo grande impulso e l’incredibile passaparola tra donne fanno conoscere in tutta Italia la Mooncup.



Per informazioni contattare  
La Bottega della Luna srl  
infolabottegadellaluna.it  
Info line: tel. e fax 055/8494491  
**[www.labottegadellaluna.it](http://www.labottegadellaluna.it)**

Prodotta da Mooncup Ltd, United Kingdom  
Distribuita da:  
La Bottega della Luna srl, Milano.