

# Mooncup: una alternativa para esos días

## Descripción

**¡Ideal para cuando andas con tu periodo! Es higiénica, fácil de usar y es ecológica**

**Nicol Wiehoff**

[nwiehoff@todomujeres.cl](mailto:nwiehoff@todomujeres.cl)

[Follow @nicolwiehoff](#)

**SANTIAGO.- ¿ Qué es mooncup?** Es una copa de silicona hipoalergénica que puede ser reutilizada para cada periodo menstrual, es similar a un tampón, pero en vez de absorber el flujo mooncup lo recoge.

[Una alternativa ecológica que dura años](#)  
Una alternativa  
ecológica que dura  
años

Si quieres ahorrar dinero la mooncup es para ti, ya que dura 10 años aproximadamente, es decir es reutilizable y ¡lo mejor! es que ayudas al medio ambiente, porque es ecológica, lo cual es muy importante porque hoy lo que más contamina son las toallas higiénicas junto con los tampax. La Mooncup es ideal para todas las mujeres, pues está diseñada para que andes cómoda. Con ella puedes hacer todas las actividades que quieras hasta el punto de olvidar que andas en tus días. También es hipoalergénica, por lo que no tiene contraindicaciones con pieles sensibles. **¿Cómo se usa?**

Mooncup se usa internamente. Al principio puede parecer difícil, pero no se preocupen porque es muy fácil de usar, sólo requiere un poco de práctica. Si deseas ensayar es recomendable hacerlo en los últimos días del sangrado.

### **¿Cómo sacarla?**

Se debe hacer con una frecuencia de entre 4 a 8 horas, dependiendo del flujo de cada mujer. Lo primero que debes hacer es tirar de la parte que sobresale, al igual que un tampón, luego la vacías y limpias. Recuerda que para extraerla debes tener las manos limpias.

Mooncup empezó a comercializarse en Inglaterra alrededor del año 2000, a pesar de que lleva mucho tiempo en el mercado, en Chile no se venden "nunca se van a masificar porque a las farmacias o negocios no les conviene, ya que con la mooncup no tienes la necesidad de ir todos los meses a comprar productos para el periodo menstrual", señala Morella Contreras Ruvinskis, distribuidora de la mooncup en Chile.

Morella, se enteró de esta alternativa porque vivió en California. " Las empecé a ocupar y me di cuenta que son realmente buenas. Una vez que volví a Chile, me contacté con mooncup porque me interesaba ser la representante en nuestro país, por lo que postulé y me hice cargo de este producto".

En Chile aún no se conocen, "pero la mayoría que la ha probado se ha dado cuenta que son efectivas, cómodas y que generan ahorro", agrega.

Como todavía no hay conocimiento en el tema, los ginecólogos no pueden opinar al respecto, pero si hacen las comparación con el tampón, el cual es muy dañino, ya que estos pueden generar enfermedades, en casos más extremos pueden ocasionar el Síndrome del Shock Tóxico, el que se provoca cuando las toxinas producidas por cualquier bacteria entran al torrente sanguíneo y se esparcen por todo el cuerpo."Además las mujeres no tienen conciencia del tiempo que deben usarlos. Me ha pasado varias veces que han llegado a mi consultas varias jóvenes o señoras con tampones incrustados por días, lo que ocasiona hongos e infecciones". Aclara el Dr. ginecólogo Integramédica Carlos Ibieta Sotomayor.

En otros países sí han comprobado que mooncup es efectivo, porque se evitan infecciones urinarias, hongos, es higiénico y no deja residuos dentro del cuerpo como lo hacen los tampones.

### **Si aún no te convences, lee los testimonios de estas mujeres:**

**Belén Cárcamo(23)**, se enteró de mooncup por un amiga. " Al principio no me convencía de usarla, lo encontraba extraño y difícil de poner, pero una vez que supe cómo utilizarla, me cambió la vida. Es súper higiénico y dura años. Ya no tengo que ir todos los meses a la farmacia y gastar plata, con mooncup gastas una vez y después te olvidas".

**Vanessa Muñoz (24)**, la utiliza hace 2 años. " Me encanta mooncup, ya que me permite hacer deporte, lo que más me apasiona en esta vida. Me siento libre y más fresca".

**Constanza Mardones(23)**. " Es fantástica, el mejor invento que se podía hacer para resolver estos problemas. Es higiénico, cómodo y lo mejor que estamos contribuyendo al medio ambiente".

**Morella Contreras Ruvinskis(39)**, aparte de venderlas también la utiliza. "Desde que conocí mooncup la encontré súper buena. En general las que ocupan este producto son aquellas mujeres que conocen su cuerpo y que no tienen asco con su periodo, a las que más les cuesta son las que están alejadas con su naturaleza".

Si deseas empezar a utilizar mooncup debes tener en cuenta que existen dos tamaños. La talla depende de la edad y de los antecedentes de maternidad.

Sin título

Image not found or type unknown

¡Ideal para todas las mujeres!

**Fecha de creación**  
octubre 2013