



Natù es una copa menstrual reutilizable. Es cómoda y fácil de utilizar y está fabricada con silicona médica 100% hipoalérgica. Este material se adapta perfectamente a la pared vaginal cuando se introduce y se encarga de recoger el flujo menstrual en lugar de absorberlo. De este modo no vas a tener pérdidas, el medio ambiente se respeta y la flora vaginal mantiene su estado natural. **Natù** es seguro, práctico y cómodo. Puedes utilizarla tanto durante el día como durante la noche y por supuesto puedes practicar deporte mientras la utilizas, incluidos los deportes acuáticos. Olvida los residuos procedentes de compresas y tampones. **Natù** es una solución innovadora y ecológica para el bienestar de la mujer y del medio ambiente. **Natù** te quiere a tí y al medio ambiente.

ANTES DE UTILIZAR NATÙ LEE BIEN LAS INSTRUCCIONES DE USO.

¿Qué tamaño es el adecuado para mí?

Natù se presenta en dos tamaños distintos, para ofrecer a la mujer la mayor comodidad posible:

Tamaño 1: Para mujeres menores de 30 años que aún no han tenido un parto vaginal.

Tamaño 2: Para mujeres mayores de 30 años o mujeres que han tenido un parto vaginal.

UTILIZACIÓN

El uso de **Natù** requiere un poco de práctica hasta encontrar la técnica y la posición de la copa que mejor se adapte a tu cuerpo. ¡Va a sorprenderte lo fácil y efectiva que es! Practica la primera vez en los últimos días de tu menstruación, cuando el flujo no sea muy abundante. Tómate tu tiempo y relájate para cogerle confianza a este producto innovador.

ANTES DE USARLO

Asegúrate de que los cuatro agujeritos de la copa menstrual están abiertos. Esteriliza la copa antes de introducirla en tu vagina. Para ello ponla a hervir durante 3-5 minutos en agua. Para que el material no se estropee, asegúrate de que está completamente cubierta de agua. Vuelve a esterilizarla siempre antes de cada menstruación.

INSERTAR NATÙ

Lávate las manos bien. No debes de introducir la copa menstrual tan profundamente como un tampón. Dobra en forma de U y sujétala entre el pulgar y el dedo índice para que aguante en esta forma (Figura 1) Separa con la otra mano tus labios vaginales e introduce cuidadosamente la copa doblada, hasta que se encuentre aproximadamente 2-3 cm tras la abertura vaginal (Figura 2) Para asegurarte de que la copa menstrual se abra dentro de tu cuerpo, debes girarla suavemente.

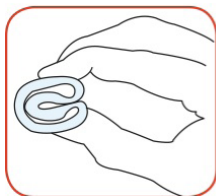


Fig. 1



Fig. 2

RETIRAR NATÙ

Debes vaciarla cada 4-8 horas, limpiarla y volver a introducirla. Depende de tu cantidad de flujo la regularidad con la que vayas a vaciarla. Es importante que estés relajada en el momento de retirarla para que puedas hacerlo con facilidad. Si no es suficiente con tus dedos, deberás ayudarte con la musculatura del suelo pélvico.

Lava tus manos meticulosamente antes de retirar la copa menstrual. Siéntate en el baño o agáchate en la ducha, ya que esta posición te ayudará a retirar la copa menstrual. Introduce tus dedos pulgar e índice hasta que agarres el fondo de la copa menstrual. En este momento puedes retirar **Natù** (Figura 3)

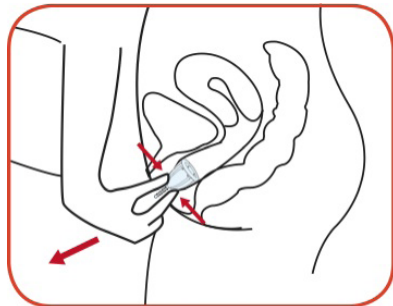


Fig. 3

Sujeta la copa de modo vertical, para que no se derrame el contenido. Vacía la copa en el sanitario (Figura 4) y aclárala con agua (Figura 5) Ahora ya puedes volver a introducirla.



Fig. 4



Fig. 5

CONSERVACIÓN Y LIMPIEZA

Es muy importante que mantengas tu copa menstrual limpia. Para ello debes esterilizarla siempre antes y después de la menstruación en agua hirviendo o en un esterilizador de vapor. Durante la menstruación es suficiente que la aclares con agua al vaciarla o con jabón. Si utilizas jabón asegúrate de que no queden restos para no irritar la flora vaginal. Los agujeritos del borde de la copa menstrual deben estar siempre limpios, ya que son los que aseguran que la copa menstrual se ajuste adecuadamente.

El color de **Natù** puede cambiar ligeramente, lo que no influye en la funcionalidad de la copa menstrual. En caso de que se modifique la superficie o aparezcan grietas en el material debes reemplazar tu copa menstrual.

Natù viene en una caja y una bolsa de algodón. Se recomienda que la mantengas ahí y no la metas en una bolsa de plástico.

POSIBLES PROBLEMAS Y SUS SOLUCIONES

NATÙ SE TE SALE MIENTRAS LA ESTÁS UTILIZANDO

Esto sólo puede ocurrir cuando **Natù** no se ha colocado bien. Para asegurarte de que está bien colocada y va a mantenerse en su sitio, es recomendable que la gires suavemente después de insertarla. No hace falta introducirla tan profundamente como un tampón. (Figura 6) Si has colocado bien la copa y estás utilizando el „Tamaño 1” se recomienda que pruebes con el „Tamaño 2”.

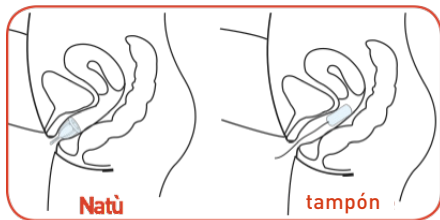


Fig. 6

EL APÉNDICE DE LA COPA TE MOLESTA

La función de este apéndice es facilitarte la extracción de la copa menstrual. No debe sobresalir de la vagina y está hecho de modo que puedas acortarlo usando unas tijeras. (Figura 7)

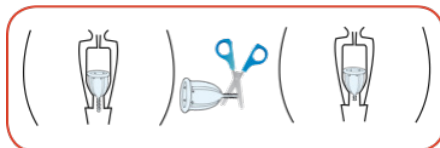


Fig. 7

CONSEJOS

El uso de **Natù** no influye en las secreciones vaginales, de modo que puedes usarlo incluso el día de antes de que tengas tu menstruación. Si quieres sentirte más segura puedes utilizar un salva slip la primeras veces que utilices la copa menstrual. No es necesario usarlo, pero hay mujeres que se sienten mejor si lo hacen.

Natù puede usarse sin problemas a la vez que la espiral o el anillo anticonceptivo. En estos casos se recomienda consultar con el médico especialista. Puedes encontrar más información en www.Natùlovesyou.com

CONSEJOS DE SEGURIDAD

Natù no es un anticonceptivo ni te protege de enfermedades de transmisión sexual. Si sufres dolores, picores, irritaciones o infecciones en la zona vaginal después de usarlo, deja de utilizarlo y consulta a un doctor. No debes retirar **Natù** cuando hagas tus necesidades. Debes retirar **Natù** cuando vayas a tener relaciones sexuales. Tu copa menstrual debes usarla únicamente tú y tampoco debes usar la de otra persona. Debes guardarla alejada del alcance de niños o mascotas.

Natù está fabricada con silicona médica, un material de alta conservación, calidad y biocompatibilidad. Este material se ajusta a las normas internacionales USP Classe VI - US Pharmacopoeia XXII - BfR - FDA 21 CFR 177.2600 y es 100% hipoalergénico.