

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA SOBRE EL EFECTO DEL USO DE LA COPA MENSTRUAL PARA LA HIGIENE MENSTRUAL FEMENINA

**Cristina González Zarza¹, María Bascones Zamora¹, Pilar Sánchez Boza¹, Patricia García Crespo²,
Nuria Molia Coll³, Almudena Soriano Izquierdo⁴**

Residentes de Matrona de los Hospitales Universitarios 12 de Octubre¹, La Paz², Fuenlabrada³ y Fundación Alcorcón⁴.
Unidad Docente de Matronas de la Comunidad de Madrid.

INTRODUCCIÓN

Las copas menstruales son dispositivos que se introducen en la vagina adaptándose a los músculos de esta y permitiendo así la recogida del flujo menstrual. Este producto higiénico, al contrario de muchos otros artículos menstruales, es reutilizable, ya que con un simple lavado estará preparado para su uso posterior, otorgando una vida media al producto de 5-10 años.



OBJETIVO

Conocer las características del efecto del uso de la copa menstrual para la higiene femenina.

METODOLOGÍA

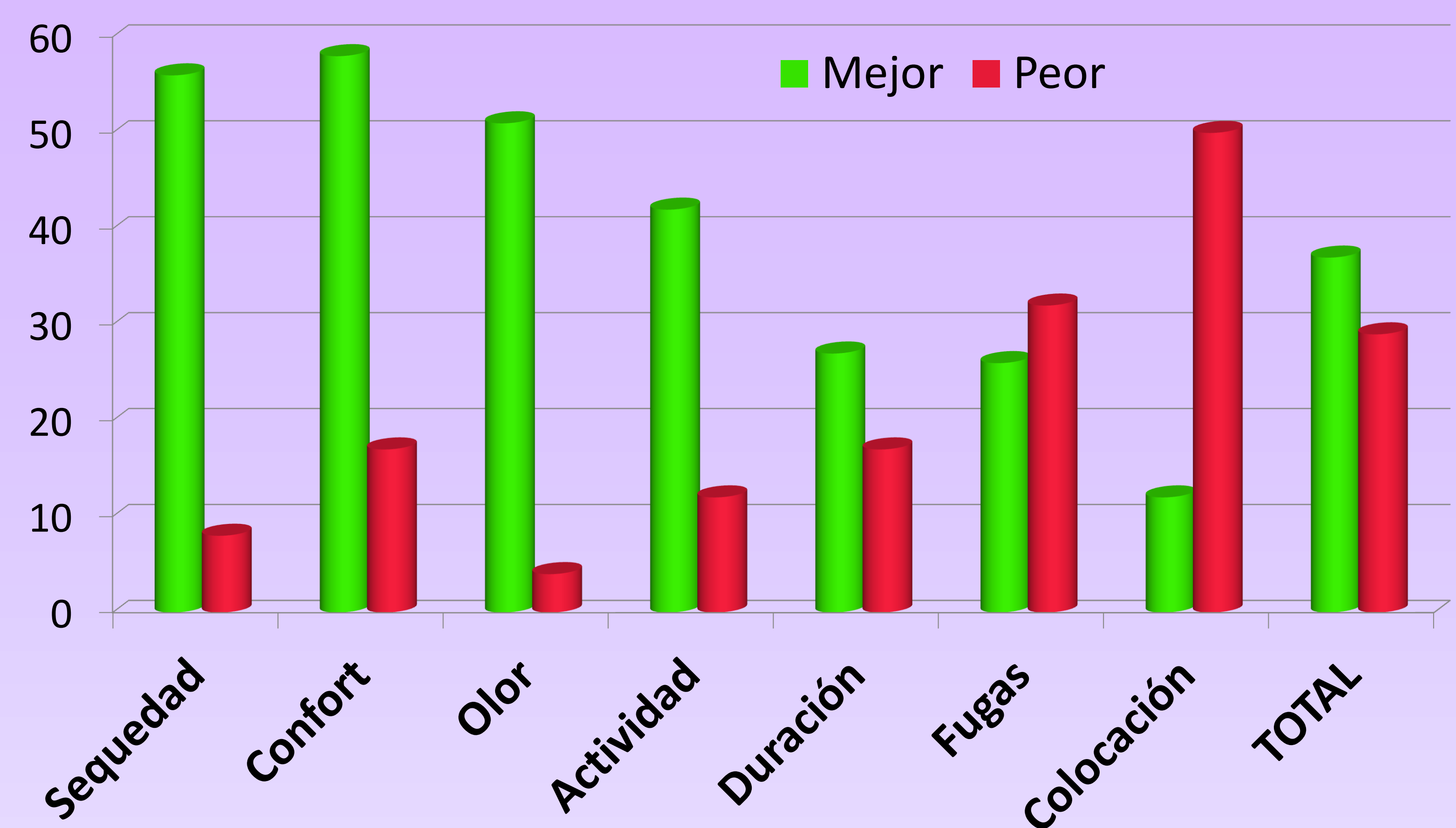
Revisión bibliográfica en las bases de datos PUBMED, Cochrane y CUIDEN de artículos publicados a partir del año 2010 y en los idiomas inglés, español, francés y portugués.



RESULTADOS

- ✓ ↓ Alteraciones de la Flora y pH Vaginal
- ✓ ↓ Infecciones Vulvo-vaginales
- ✓ ↓ Alergias
- ✓ ↓ Alteraciones Dérmicas
- ✓ ↓ Coste Económico
- ✓ ↓ Impacto Medioambiental
- ✓ No casos descritos de Síndrome de Shock Tóxico
- ✓ Favorece el conocimiento del cuerpo
- ✓ Compatible con cualquier método anticonceptivo y práctica de relaciones sexuales

Los mayores temores vienen dados por las fugas y la dificultad para saber cuándo tienes que cambiar la copa menstrual, inconvenientes que desaparecen con el manejo habitual del producto.



Resultados del uso de la copa menstrual vs. otros métodos en el 3º ciclo menstrual.
Farage MA, Miller KW, Ledger WJ. Assessing menstrual tampon irritation using the "Behind-The-Knee" test. Arch Gynecol Obstet. 2013; 287(3):435-9.



DISCUSIÓN

La mujer tiene una vida media fértil de 30-40 años, durante los cuales se hace indispensable el empleo de productos de higiene menstrual, siendo los más empleados los de tipo desechable (tampones, compresas, salvasilip...).

El conocimiento de este producto para la higiene menstrual, se hace necesario debido a las numerosas ventajas que presenta. Así, las matronas, como profesionales que atienden y cuidan a las mujeres en todas las etapas de su vida, podrán asesorar sobre las distintas alternativas existentes para mejorar el nivel de salud y vivencia de su menstruación.

BIBLIOGRAFÍA

- Vieira de Barros A. Dispositivos médicos higiénicos de proteção menstrual: conhecimento, expetativas e receios em relação ao copo menstrual [tesis]. Covilhã: Universidade da Beira Interior, Ciências da Saúde; 2012.
- Stewart K, Greer R, Powell M. Women's experience of using the Mooncup. J Obstet Gynaecol. 2010; 30(3):285-7.
- Howard C, Rose CL, Trouton K, Stamm H, Marentette D, Kirkpatrick N, et al. FLOW (Finding Lasting Options for Women). Can Fam Physician. 2011; 57(6): 208-15.
- Bjerringgaard Carlsson MD, Aschemann Witzel J. Focus on the menstrual cup: a qualitative research of consumer behavior [tesis doctoral]. Aarhus: Aarhus University, School of Business and Social Science; 2013.
- Hoffman V, Adelman S, Sebastian A. Learning by doing something else: experience with alternatives and adoption of a high-barrier menstrual hygiene technology [tesis doctoral]. Washington D.C.: American University Washington D.C; 2014.
- Hill DR, Davis CC, Osborn TW. Intravaginal and in vitro temperature changes with tamponsof differing composition and absorbency. Journal of Biomedical Materials Research Part B: Applied Biomaterials. 2010; 92(2):535-41.
- Schlievert PM, Nemeth KA, Davis CC, Peterson ML, Jones BE. Staphylococcus aureus exotoxins are present in vivo in tampons. Clin Vaccine Immunol. 2010; 17(5):722-27.
- Farage MA, Miller KW, Ledger WJ. Assessing menstrual tampon irritation using the "Behind-The-Knee" test. Arch Gynecol Obstet. 2013; 287(3):435-9.
- North BB, Oldham MJ. Preclinical, clinical, and over-the-counter postmarketing experience with a new vaginal cup: menstrual collection. J Womens Weath. 2011; 20 (2): 303-11.