

Cómo usar FemmyCycle®

Por favor, lee estas instrucciones y visita www.femmycycle.eu o www.femmycycle.com antes de usar FemmyCycle®. El dispositivo FemmyCycle® es seguro, amigable con el medioambiente, rentable, y reutilizable por más de un año. FemmyCycle® minimiza la suciedad y las pérdidas asociadas a tu período. Hecho de Silicona de calidad médica, la copa FemmyCycle® es suave, más limpia y una alternativa más conveniente a las toallas higiénicas y los tampones.

Indicaciones de uso: FemmyCycle® es un recipiente que se coloca en la vagina para recoger la sangre y los restos celulares descargados del útero a través del cuello del útero durante la menstruación.

Información de Seguridad

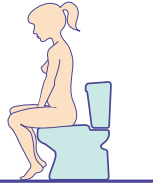
Si tienes alguna duda médica o ginecológica, consulta a tu médico antes de usar FemmyCycle®. La información proporcionada aquí no reemplaza el consejo de tu médico. Sugerimos que laves tus manos y el área genital con jabón y agua tibia o con toallitas para bebés sin perfume antes de usar FemmyCycle®. Ten cuidado de no arañarte con las uñas. El FemmyCycle® no contiene productos de látex o de origen animal.



Diseño anti-derrame



Cómo colocar FemmyCycle®



1 Siéntate sobre el inodoro con tus rodillas separadas, o ponte en cuclillas o de pie con una pierna levantada sobre el asiento del inodoro.

2 Cierra la tapa de FemmyCycle® y comprime firmemente el borde del aro, como se muestra en la imagen.



3 Pliega el borde de la muesca en una "U" mientras la sostienes **firmemente**, atrapando el aire dentro del receptáculo. (El aire atrapado ayuda a que se abra repentinamente cuando se inserta dentro de la vagina.)



4 Sostén el borde del aro FemmyCycle® plegado firmemente con el dedo índice y el pulgar, separa tus labios vaginales con la otra mano e inserta el FemmyCycle® lentamente. Esto ayudará a que se abra repentinamente en tu vagina.



5 Una vez que el FemmyCycle® es insertado en tu vagina, el borde se abrirá para recoger tu fluido menstrual. **NOTA:** FemmyCycle® está diseñado para no abrirse completamente. Esto creará un efecto de succión que atraerá tu flujo menstrual hacia dentro del dispositivo.



6 Empuja el FemmyCycle® hacia atrás. Deja de empujar una vez que el anillo de extracción entra en tu vagina. **NOTA:** FemmyCycle® debe asentarse en la parte inferior de la vagina como un receptáculo para la sangre menstrual.



Cómo quitar y limpiar el FemmyCycle®

Retira el FemmyCycle® luego de 12 hours, o antes, si tienes un flujo abundante.

NOTA: algunas mujeres prefieren retirar y cambiar el FemmyCycle® en la ducha.

Lava tus manos y tus genitales como se recomendó previamente.

1 Inserta un dedo en tu vagina, y enlázalo en el anillo de extracción... (Presiona hacia abajo como si estuvieras moviendo el intestino. Esto hará que sea más fácil de quitar.)



2 ..y jala suavemente.



3 Inclina el FemmyCycle® hacia abajo durante la remoción y sostenlo hacia arriba como se muestra en la Figura.



(Si es necesario, inserta un segundo FemmyCycle® siguiendo los pasos 2-5 en la sección **Cómo colocar.**)

Abre la tapa del FemmyCycle® y vacía el contenido dentro del inodoro. Lava el FemmyCycle® con jabón líquido y agua tibia, enjuágalo, y escúrrelo. Déjalo que se seque al aire. Guarda el FemmyCycle® en su saco para su uso posterior. **No uses microondas, detergente, alcohol, u objetos afilados para limpiar el FemmyCycle®.**

Precaución: Si el FemmyCycle® se inserta adecuadamente, no se debe sentir. Recomendamos sustituir el kit de FemmyCycle® una vez al año y desechar el dispositivo usado en la basura (no en el inodoro). Con la práctica, la inserción y la remoción de FemmyCycle® sólo llevará unos pocos segundos. FemmyCycle® sólo debe usarse durante la menstruación. No protege contra el embarazo ni contra enfermedades de transmisión sexual.

