Guía de proyecto bopki

Lactacyd Íntimo

Probamos Lactacyd Íntimo

Cuidamos nuestra higiene a diario, especialmente en la zona íntima, pero... ¿lo hacemos con productos específicos? ¿Sabemos la importancia que tiene mantener el pH de la zona?

En esta prueba de producto bopki con Lactacyd Íntimo conoceremos mucho más acerca de los **cuidados que debemos dedicar a la zona íntima**, por qué son adecuados los geles específicos, qué tiene de diferente el pH de esta zona o qué factores del día a día pueden alterarlo...

¡Esperamos que disfrutes mucho de esta prueba de producto en el que 1.000 bopkis aprenderemos aún más sobre la higiene y salud de la zona íntima!

Nueva prueba de producto bopki Lactacyd Íntimo.

En esta prueba de producto de bopki queremos...

... **probar** juntas y en exclusiva, con 1.000 bopkis, Lactacyd Íntimo, el gel que ha sido especialmente desarrollado para respetar el frágil equilibrio natural de tu zona íntima y protegerla cada día.

Primero, probar ...

... **dar a conocer** juntas Lactacyd Íntimo y la importancia de la higiene íntima con productos adecuados al pH de la piel de la zona. Es tan sencillo como probarlo y contarle nuestras impresiones y toda la información exclusiva a quien tú quieras: amigas, compañeras de trabajo, conocidas, familiares...

... contarlo a tus amigas y conocidas ...

... **conocer tu opinión** sobre Lactacyd Íntimo a través de dos encuestas online. Además, sería genial que redactaras una pequeña reseña de tu prueba (por ejemplo, en tu blog, en un foro o directamente en el blog del proyecto).

.... contarle a la central de bopki tus opiniones en el blog y en las encuestas.

¿Cuánto sabemos sobre la higiene íntima?

Quizás nuestra primera respuesta a la pregunta sea: "Lo sé todo". En cualquier caso, empezaremos por una pregunta sencilla. ¿Sabrías definir qué es la vulva y qué es la vagina? Te animamos a reflexionar durante un par de minutos antes de seguir leyendo ;).

Aunque tendemos a utilizar las palabras vulva y vagina como sinónimos, cada una responde a una parte del aparato reproductor femenino.

Lo primero, y más importante, es saber que vulva y vagina son dos partes diferentes de la zona íntima. La vulva es el conjunto de órganos genitales externos: clítoris, labios (mayores y menores) y uretra.

La **vagina**, en cambio, es la conexión de los órganos genitales externos con el útero y la vía por donde el flujo menstrual sale del cuerpo (y también por donde entra el pene en las relaciones sexuales o por donde el bebé es conducido fuera del cuerpo de la madre en el parto).

Una de las principales características de la vagina es que está recubierta de mucosa y tiene una **función autodepuradora**. Es decir, se limpia por sí misma gracias al flujo que libera (que puede ser de color blanco, amarillento o transparente).

Este fluido **mantiene el equilibrio de la flora vaginal** y combate las bacterias dañinas, lo que ayuda a prevenir infecciones.

Precisamente, las bacterias que componen la flora vaginal (llamadas lactobacilos) producen ácido láctico que mantiene el pH en su frágil equilibrio y potencia las defensas naturales.

Info del producto

La zona íntima femenina tiene un pH diferente (más ácido, en torno al 3,5-4,5) al del resto del cuerpo (pH de 5,5). Por eso es tan importante utilizar productos de higiene específicos.

Y es que el uso de jabones, geles de ducha o incluso el agua pueden alterar los niveles de pH de la flora vaginal, produciendo malestar, irritación e incluso llegar a causar infecciones.

Además de los jabones y geles no específicos para la zona, existen otros factores que pueden alterar el equilibrio natural:

- **Periodos concretos:** menstruación, embarazo y menopausia.
- Algunos **medicamentos**: anticonceptivos orales, antibióticos...
- Contacto con **fibras**: tampones, compresas, ropa interior sintética, ropa ajustada...
- **Relaciones sexuales**: el esperma tiene un pH alcalino (lo opuesto al ácido) que puede alterar el pH de la zona íntima.

Para cuidar bien la higiene íntima hay que prestar especial atención a la cantidad, olor y aspecto del flujo vaginal. Pero también a posibles excesos de sudor, falta de ventilación y secreciones vaginales, uretrales y menstruales.

bopki

¿Qué es Lactacyd Íntimo?

Es una línea de productos para la higiene íntima diaria especialmente desarrollada a base de componentes naturales que nos ayudan a equilibrar el pH de la zona.

Los geles y toallitas Lactacyd Íntimo contienen **ácido láctico** idéntico al que producen los lactobacilos de la vagina, que **mantiene el pH óptimo** potenciando las defensas naturales.

La línea de productos Lactacyd Íntimo:

- Es exclusiva para uso externo.
- No contiene jabón ni sustancias alcalinas irritantes.
- No causa irritación ni sequedad.
- Tiene un suave perfume que proporciona sensación de frescor y limpieza durante todo el día.

Se recomienda un uso diario de Lactacyd Íntimo para:

- Asegurar una limpieza efectiva.
- Proteger de las irritaciones, sensación de quemazón y el mal olor.
- Conseguir una sensación de limpieza y frescor de larga duración.

LACTACYD®

Info del producto

¿Para quién está recomendado?

Desde nuestra primera menstruación, el sistema de protección natural de la vagina se pone en marcha. Para ayudarle a mantener el equilibrio del pH y evitar infecciones y otros problemas, es recomendable usar geles específicos.

Por eso, Lactacyd Íntimo está recomendado para **todas las mujeres** a partir de su primer periodo. Y especialmente durante **cambios hormonales, menstruación, embarazo, menopausia** y después de mantener **relaciones sexuales**.

La higiene íntima femenina debe efectuarse diariamente. De todos modos, existen algunas situaciones en las que ésta debe ser más frecuente:

- Menstruación
- Postparto (6-8 semanas después de dar a luz)
- Menopausia
- Durante tratamientos médicos y/o ginecológicos
- Incontinencia urinaria
- Depilación de la zona íntima
- Después de practicar deporte
- Ante excesos de sudoración
- Antes y después de mantener relaciones sexuales

La gama Lactacyd

De venta en farmacias y parafarmacias.

Se compone de dos tipos de geles y toallitas individuales, todo ello formulado específicamente para mantener el equilibrio del pH de la zona íntima cada día.

Lactacyd Íntimo Deo Protect

Su fórmula, enriquecida con Ácido Láctico y un antibacteriano natural, ayuda a nuestro cuerpo en la protección del equilibrio natural de la zona genital femenina. Además, protege contra las irritaciones, elimina el mal olor ocasionado por las bacterias y proporciona una sensación de frescor efectiva y duradera para sentirse segura durante todo el día.

- Sensación de frescor de larga duración, para sentirte limpia y cómoda todo el día
- Protege contra el mal olor gracias a un efectivo desodorante antibacteriano
- Ayuda a mantener un nivel de pH equilibrado
- Previene y protege contra las irritaciones íntimas
- Ideal para mujeres jóvenes y deportistas

Lactacyd Íntimo gel

Gel suave enriquecido con ácido láctico, el mismo componente natural que regula el equilibrio del pH entre 3,5 y 4,5. Por este motivo, Lactacyd ayuda a prevenir pequeños problemas a la vez que proporciona una higiene íntima para aportar protección y seguridad durante todo el día.

- Mantiene el equilibrio del pH natural
- Refuerza las defensas naturales de la zona íntima
- Aporta frescor y protección durante todo el día
- Hipoalergénico y clínicamente probado
- Disponible en formato 200 y 400 ml

Producto en prueba en bopki

Lactacyd Íntimo toallitas individuales

Un complemento de la higiene íntima diaria para cuando no estamos en casa.

- No necesita aclarado
- Prácticas para llevar en el bolso y sentirse limpia en todo momento
- Para mujeres de todas las edades

Producto en prueba en bopki

Tu pack de inicio de bopki

Al comienzo de la prueba de producto todas las bopkis participantes reciben un pack de inicio gratis con el siguiente contenido:

Para ti:

- 1 Lactacyd Íntimo (200 ml).

Para pasar a amigas, conocidas, compañeras de trabajo y familiares:

- 15 sachets Lactacyd Íntimo (7 ml).
- 5 toallitas Lactacyd Íntimo.
- 10 trípticos informativos.
- 1 Manual de investigación de marketing.

Proceso de la prueba de producto de bopki

1 Abrir el pack y tomar fotos

Abrir el pack
Primero de todo, tómate tu tiempo para abrir tu pack de inicio y descubrir su contenido: **Lactacyd Íntimo** y toda la información exclusiva sobre el gel de higiene íntima diaria.

Tomar fotos
Sería genial ver cómo descubres el contenido de tu pack, ¡así que anímate a tomarte unas fotos de ese momento y también durante el resto del proyecto en tus acciones de boca a boca! Las puedes subir a la galería de fotos de Lactacyd Íntimo en la web del proyecto.

Blog de la prueba de producto
www.bopki.es/lactacyd-intimo

2 Probar y formarte una opinión

Por supuesto, ahora se trata de formarte una opinión sobre **Lactacyd Íntimo** y la importancia de saber más sobre la higiene diaria. ¿Conocías todas las recomendaciones y consejos? ¿Qué te parece el producto?

Nos puedes comunicar tu opinión en las **dos encuestas del proyecto:**
Comienzo del proyecto: **encuesta de inicio**.
Fin del proyecto: **encuesta final**.

Te informaremos vía e-mail cuando estén activas.

Dejar probar a tus amigos y dar a conocer el producto.

3 Dar a conocer Lactacyd Íntimo

Si te convence **Lactacyd Íntimo**, nos alegramos de que nos ayudes, junto a otras participantes, a darlo a conocer.

Ideas para difundir **Lactacyd Íntimo:**

- Compartir tus conocimientos sobre la higiene diaria, con la ayuda de los trípticos informativos, entre las mujeres de tu círculo.
- Repartir las muestras de Lactacyd y las toallitas entre amigas, conocidas y familiares.
- Comentar que estás participando en el proyecto publicando un post en tu blog.

4 Ayúdanos con la investigación de marketing

¡Te convertimos en una auténtica investigadora de marketing para Lactacyd! Con el **Manual de investigación de marketing** adjunto puedes preguntar hasta a 16 personas sobre los geles de higiene íntima. De todos modos, puedes enviarnos tantos cuestionarios como personas hayas preguntado, incluso más de los 16 que incluye el manual.

Encontrarás información más específica en tu Manual de investigación de marketing.

5 Publicar tu opinión

Además de las dos encuestas en las que podrás comunicar tu opinión, también puedes escribir una pequeña **reseña de tu prueba en tu blog**, en un **foro de productos** (Ciao!, Dooyoo…), en tu red social (Facebook, Twitter, Instagram…) o en forma de vídeo (YouTube, Vimeo…). Es la mejor manera de dar a conocer tu impresión sobre el producto, ya que ahora tú eres la experta.

Puedes compartir los links de tus reseñas directamente en el blog del proyecto Lactacyd Íntimo. Por supuesto, también puedes dejar comentarios sobre el gel de higiene íntima diaria siempre que quieras.

En el blog de la prueba del producto agruparemos las consultas y las trataremos juntas:
http://www.bopki.es/lactacyd-intimo

Puedes preguntarnos y sugerirnos cualquier tema sobre el producto en la siguiente dirección:
lactacyd@bopki.es

Reglas de juego

Hemos definido algunas reglas de juego para las integrantes de bopki y para la participación en los proyectos:

Franqueza
Ser sincera es uno de los requisitos más importantes. Por eso, animamos a todas las integrantes de nuestra comunidad a mencionar en sus conversaciones o en sus reseñas que han **descubierto los productos a través de bopki**, y que están participando en un **proyecto de boca a boca**. Sé abierta y sincera cuando hables con amigas y conocidas: da únicamente tu opinión personal. Se trata de ser clara: si no te gusta el producto en prueba, comunícanos tu crítica sincera y todas las propuestas de mejora en tu evaluación.

¡Sé auténtica!
Sólo deberías recomendar el producto a tus amigas y conocidas, si estás convencida con él. Habla con tus propias palabras, sin exagerar ni inventar nada sobre el producto, tanto si tu opinión es positiva como negativa. Escucha y respeta la opinión de tus amigas y conocidas, sin intentar imponer la tuya. Lo importante es que, con la ayuda de tus recomendaciones, puedas **dar consejos y tus amigas se formen su propia opinión** sobre los productos en prueba. Nunca deberías imponer tu criterio, sino aceptar sus opiniones, recopilarlas y comunicárnoslas.

Y lo más importante: tu participación en los proyectos de bopki tiene que ser, sobre todo, **divertida**. En bopki descubres productos novedosos, puedes dar consejos (y en muchos casos muestras de productos) a tus amigas y conocidas y vivir un montón de experiencias nuevas.

La idea a comunicar

Lactacyd Íntimo

El gel específico de uso diario que respeta y protege el equilibrio natural de la zona íntima

Ideas para generar boca a boca

¿Tus amigas conocen la importancia de usar un producto adaptado al pH de la zona íntima?

En esta página intentaremos compartir contigo algunas sugerencias para hablar de Lactacyd Íntimo con tus amigas y conocidas, pero las mejores ideas las tienes tú.

Y es que, precisamente, tú eres quien mejor conoce a tus amigas, familiares, conocidas y compañeras de trabajo. Así que sabrás **encontrar el momento y las palabras adecuadas** para hablarles de tu experiencia con el gel de higiene íntima.

En tu pack de inicio encontrarás **muestras del gel, así como toallitas y trípticos informativos para repartir entre tu círculo**. Puede que tras una dura clase en el gimnasio les pases una muestra del gel para el momento de la ducha, que les entregues una toallita a tus compañeras de trabajo durante el periodo o incluso que prepares una noche de chicas en casa en la que todas juntas aprendáis más sobre la higiene y salud de la zona íntima femenina.

Estamos ansiosas por saber cómo damos a conocer Lactacyd Íntimo entre más mujeres :).

Guía rápida sobre la higiene íntima

- Los ginecólogos recomiendan usar un **gel específico** para proteger y fortalecer las defensas naturales de la zona íntima.
- Hay que **limpiar de forma suave, sin fricción**.
- Es recomendable que nos lavemos **con las manos** (que deberán estar limpias) en lugar de con esponjas.
- La dirección del lavado tiene que ser **de adelante para atrás, para evitar traer bacterias hacia la vulva**. De la misma forma, la región anal hay que limpiarla de adelante hacia atrás.
- El **aclarado** debe ser **cuidadoso**, preferiblemente con **agua templada o fría**, a una temperatura que sea agradable.
- El **secado es muy importante:** en la misma dirección que el lavado y asegurándonos de que la zona queda seca. Las bacterias y gérmenes que causan las infecciones vaginales se desarrollan mejor en condiciones de calor y humedad.
- **Lávate las manos antes y después de ir al baño.**
- Presta **especial atención a tu higiene íntima** cuando tengas la regla, durante el embarazo, después de mantener relaciones sexuales o durante tratamientos ginecológicos que pueden modificar tu flora vaginal.

Consejos Lactacyd

Para que sigamos conociendo mejor aún nuestro cuerpo y cómo cuidarlo, Lactacyd nos propone unos útiles consejos:

Durante la menstruación
La sangre en la compresa o el tampón puede debilitar la capa protectora de ácido de la vagina, especialmente si se deja durante largos periodos de tiempo. Se recomienda cambiar compresas y tampones frecuentemente durante la menstruación para asegurarnos de que nuestra zona íntima está limpia.

En las relaciones sexuales
Durante el acto, el sistema de protección puede perder su equilibrio, ya que el esperma es ligeramente alcalino y puede cambiar el pH de la vagina. Después del coito es recomendable utilizar un gel de higiene íntima como Lactacyd para restaurar el equilibrio natural de nuestro pH.

Después de hacer deporte
Tras la práctica deportiva es importante ducharse y cambiarse de ropa, especialmente la interior. Las prendas húmedas son un excelente caldo de cultivo para las bacterias, que pueden alterar el equilibrio de nuestra zona íntima y causar infecciones.

En épocas o situaciones de calor
Durante el verano o en días cálidos hay que cambiarse la ropa interior con mayor frecuencia. En estas situaciones se produce una mayor transpiración de la zona que puede influir en el pH de la vagina y provocar infecciones.

Datos del producto

Lactacyd Íntimo: el gel específico de uso diario que respeta y protege el equilibrio natural de la zona íntima.

- Contiene ácido láctico, el mismo componente natural que genera el organismo y que regula el equilibrio del pH entre 3,5 y 4,5, reforzando las defensas de la zona íntima.
- Aporta una limpieza efectiva, proporcionando frescor y protección durante todo el día.
- Protege de las irritaciones, sensación de quemazón y mal olor.
- De uso diario.
- Hipoalergénico y clínicamente probado.
- De venta en farmacias y parafarmacias.
- Formatos y precios de venta al público*:
  Lactacyd Íntimo gel 200 ml: 7,10 €.
  Lactacyd Íntimo gel 400 ml: 12,05 €.
  Lactacyd Íntimo toallitas (10 unidades): 4,20 €.
  Lactacyd Íntimo Deo Protect gel 200 ml: 7,15 €.

** Susceptible de modificación según el libre criterio del distribuidor.*

Esta guía ha sido impresa en papel ecológico

www.bopki.es/lactacyd-intimo
Contacto: mdemarta@bopki.es