

## Identificando la Ovulación con el Método Sintotérmico \*BONUS\*

Tempdrop®



Como hablamos en el **masterclass**, no recomiendo ningún tipo de monitor de fertilidad ni aplicaciones que predican la ovulación. El único **termómetro inteligente** que recomiendo, si quieres uno, es **Tempdrop**.

**Tempdrop** es un aparato con el que duermes en la parte superior del brazo y que toma la temperatura de tu axila toda la noche y aprende tus patrones personales de temperatura, sin predecir absolutamente nada. **No tiene radiación de ningún tipo, solo usa Bluetooth cuando manualmente sincronizas tus datos.**

La ventaja es que no te vas a tener que despertar todos los días a la misma hora a tomar tu temperatura y que entre más lo usas más conoce tu patrón y más inteligente se vuelve, lo cual quita de la ecuación las temperaturas no válidas. Además, puedes usar cualquier app, no solo la de ellos y protegen tus datos.

**Tempdrop** es ideal para mamás lactantes o con niños chiquitos, si no duermes bien, si tienes horarios nocturnos o rotativos, si tienes ciclos irregulares o si simplemente estas 100% segura de que quieres usar o aprender a usar el método sintotérmico y quieres invertir en hacer que la parte de la temperatura sea más conveniente.

Si decides que es una inversión que quieres hacer, usa este código para tener 10% de descuento en los planes “confidence” o “freedom”

INGRESA AQUÍ: <http://tempdrop.refr.cc/sontusreglas>