

CONTROLE SOBRE A MENSTRUACÃO

x A verdade sobre 6 mitos comuns da menstruação ✓

MITO

Você não pode engravidar menstruada

.....



FATO

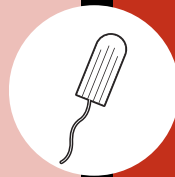
Você PODE engravidar durante a menstruação

.....

MITO

Os tampões são sempre dolorosos

.....



FATO

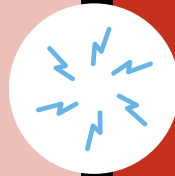
A dor com a inserção do tampão pode ser melhorada e pode ser um sinal de alerta se persistir

.....

MITO

A menstruação foi feita para doer

.....



FATO

Desconforto leve pode ser esperado, mas dor intensa precisa de avaliação

.....

MITO

Você NÃO deve se exercitar durante o período

.....



FATO

Na verdade o exercício pode ajudar nas dores menstruais e te dar mais energia

.....

MITO

Para o sangue menstrual você deve usar um produto específico

.....



FATO

Tampões, absorventes, coletores menstruais - misture e combine até encontrar o que é certo para você

.....

MITO

A menstruação deve durar exatamente 5 dias por mês



FATO

Seu corpo é único e seu ciclo mensal também

