



# TIPOS DE ABSORVENTES



**A menstruação traz consigo a  
necessidade de escolher um tipo  
de absorvente que atenda às  
necessidades de cada mulher  
Hoje podemos contar com  
diversas tecnologias que  
pretendem aliar liberdade ,  
conforto e cuidado com o meio  
ambiente.**



# **Absorvente externo**

**Ainda é o mais utilizado pelas mulheres. Possuem vários modelos e tamanhos. A escolha deve ser baseada no seu fluxo e conforto. Além disso, podem irritar a pele por conta do plástico.**



# Absorvente interno



É mais discreto, apresenta tamanhos variados para se adaptar ao fluxo e evita o odor característico por não ter contato com o ar. É mito dizer que ele provoca ruptura do hímen.





# Coletor menstrual



É uma opção reutilizável e que não absorve o fluxo menstrual, mas armazena. Tem capacidade para maiores volumes que os absorventes convencionais e reduzem a produção de lixo. É verdade que deve ser evitado por mulheres virgens e é mito que duram a vida toda (devem ser trocados em 3 anos ou quando danificados).

# **Esponja absorvente**



**Feita de material maleável, não possui um cordão para auxiliar a retirada, o que dificulta o uso.**

**É verdade que ele pode absorver a secreção natural e favorecer infecções.**



# Calcinha absorvente



É outra opção ecológica e ainda pouco utilizada. Seu custo ainda é elevado. O material de produção é uma fibra natural e ela pode favorecer vazamentos se seu fluxo for muito intenso.

Lembrando que deve ser trocada com frequência do mesmo modo que um absorvente convencional.

