# O PLÁSTICO

A presenza do plástico na nosa vida é constante e moi elevada.
Dende que no século desenvolvéronse os primeiros plásticos comerciables modificados quimicamente, estes novos materiais proporcionan a humanidade moitos beneficios en diversos ámbitos.

**Problemática:**

Isto converteuse nun grandísimo problema para a natureza, pois seus refugallos non son biodegradables e perduran centos de anos unha vez chegan ao medio ambiente.

**É preocupante ver como están presentes en moitos produtos de primeira necesidade**

## O maior problema é a ausencia dunha educación libre de tabús que poña o foco tamén nos residuos.

Women's Enviromental Network

#ECOHI XIENE

# O QUE NON CHE CONTARON DOS TEUS PRODUTOS MÁIS ÍNTIMOS

**Contra o cambio climático!**

# PRODUTOS DE HIXIENE FEMININA

**As opcións máis populares e accesibles están compostas case completamente por plásticos e son dun só uso.**

A Organización de Consumidores e Usuarios calcula que se poden chegar a utilizar 15.000 tampóns ao longo da vida.

Unha muller usa de media 5 compresas ao día, un total de 25 ao mes. Se cada compresa, despois do seu uso pesa 5 gramos, prodúcense 65 kg de basura ao ano, en 40 anos tiramos 620 toneladas de protección menstrual.
Unha compresa tarda en degradarse 500 anos.

As compresas son un dos 10 produtos de plástico que máis se atopan nas praias.

# ESTIGMA E MERCANTILIZACIÓN

A menstruación foi considerada un "problema feminino" dúas palabras que a enchen de connotacións negativas e a relegaban exclusivamente a ser tratada dentro da esfera feminina.

**No século XX comezou un proceso de desestigmatización e, a súa vez, de mercantilización da menstruación**

Coa chegada do século XXI a situación respecto ao uso do plástico nestes produtos non mellorou. A publicidade vendía un modelo de persoa activa, atractiva, deportista, con longas xornadas de traballo que, grazas ao uso dos tampóns e compresas, podían seguir un ritmo de vida alto. Para ser así, resultaba imprescindible consumir este tipo de produtos, e desta maneira as compresas e os tampóns convertéronse nun produto de hixiene íntima.

# ALTERNATIVAS:

**Esponxas mariñas menstruais**

Utilízanse coma un tampón, pero coa diferenza de que son de orixe natural, polo cal cando finaliza seu uso son facilmente compostables.

**Copa menstrual**

Soen estar feitas de silicona líquida bio-degradable, e os seus produtores aseguran que pode usarse durante 10 anos.
Utilízase coma un tampón, a diferenza é que almacena o sangue e os fluídos vaxinais, non os absorbe, o que fai que se evite a sequidade vaxinal e infeccións. Almacena 30ml, polo que non e necesario baleirala tan seguido.
É a opción mais sostible.

**Compresas de tela reutilizables**

Lávanse e pódense volver a usar tantas veces coma dure o tecido do que están feitas

**Bragas menstruais**

Tamén reutilizables e lavables