

Grupo de menstruación consciente

Quinta sesión

"Productos de higiene menstrual"



Los productos de higiene íntima menstrual son aquellos productos destinados a recoger la sangre durante la menstruación. Existen varias opciones (¡y cada vez más!) que llevan a desempeñar esta función. Es importante que cada mujer tome su tiempo para explorar, experimentar y encontrar el producto con el que se sienta más cómoda.

Productos de higiene menstrual

 **Toallita higiénica desechable, también llamada compresa:** producto muy comercializado. Existen de varios tipos y tamaños. Su diseño es estándar y, por lo general, seguro. Genera bastantes residuos y tiene un precio elevado para muchas personas. De estas compresas derivan los protegeslips: un tipo de compresa más pequeña destinada a pequeñas pérdidas.

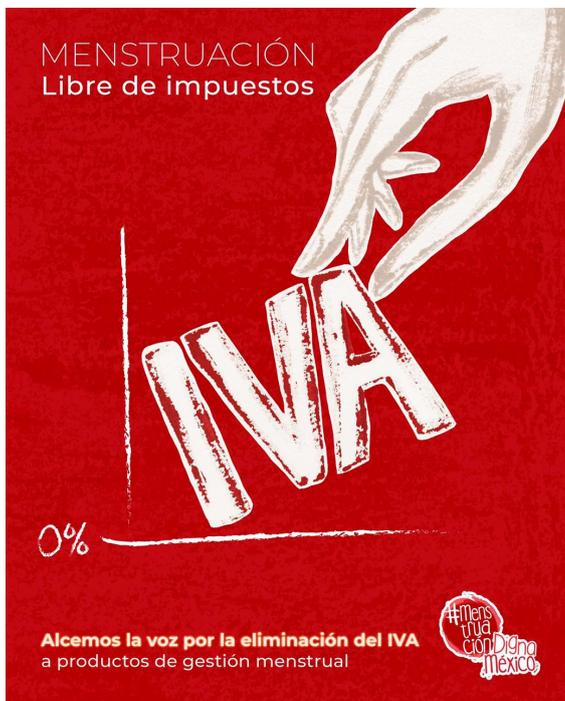
 **Tampón:** al igual que la compresa es un producto extendidamente comercializado. Es cómodo y disimulado. Su precio es elevado y se coloca dentro de la vagina. Es necesario el uso de agua y jabón para el lavado de manos. Genera bastantes residuos.

 **Toallita higiénica reutilizable, también llamadas compresas de tela:** como su nombre indica son reutilizables y causan un impacto menor en el medio ambiente. Tienen un coste efectivo. Son sencillas para la producción propia. Es necesario lavarlas y secarlas tras cada uso.

 **Copa menstrual:** es un producto reutilizable que ayuda a colaborar con el impacto medio ambiental. Su precio inicialmente es elevado pero su uso puede durar bastantes años con un buen mantenimiento. Se coloca dentro de la vagina. Tras su uso la copa se vacía, se lava y se vuelve a colocar. Entre periodo y periodo debe ser hervida.

Esponja menstrual: estas esponjas pueden ser naturales (marinas) u sintéticas. Son muy flexibles y se adaptan a la perfección a las paredes de la vagina. Son totalmente reutilizables. Necesitan acceso a agua para su limpieza y las recomendaciones son muy estrictas.

A la mayoría de estos productos se le añade el denominado **IVA menstrual**. El IVA menstrual es el impuesto que se le agrega a los productos de higiene íntima femenina. En los países de bajos ingresos, las opciones de las mujeres en cuanto a materiales de higiene menstrual suelen estar limitadas por los costos, la disponibilidad y las normas sociales. El costo de estos productos comerciales para el manejo menstrual se considera inaceptablemente alto para muchas mujeres. Al menos **medio millón de mujeres en todo el mundo no tienen suficiente dinero** para comprar estos productos de manera adecuada.



En España los productos de higiene íntima femenina tienen aplicado un **10% de IVA** mientras que a otros productos de primera necesidad se les aplica un 4% de IVA. Varias iniciativas en todo el mundo abogan por eliminar el impuesto por completo. En algunos países, esas peticiones ya han tenido éxito (por ejemplo en partes del Reino Unido o Estados Unidos). Por otra parte, **Escocia se convierte en 2020 en el primer país en ofrecer gratis productos de higiene menstrual**, erradicando así gran parte de la pobreza menstrual del país.



Cafés Feministas Almería

