

## O que é um período prolongado?

**1 em cada 5 mulheres têm períodos prolongados. Estes podem ser sinal de um distúrbio hemorrágico. Os seguintes sintomas devem alertar-te:**

**7** DIAS



**O teu período dura mais de 7 dias**



**Precisas de mudar a proteção menstrual a cada 2H ou menos**



**O teu período apresenta coágulos sanguíneos maiores do que uma moeda de 1€**

# Regra dos 7-2-1

## O que é um período prolongado?

1 em cada 5 mulheres têm períodos prolongados. Estes podem ser sinal de um distúrbio hemorrágico. Os seguintes sintomas devem alertar-te:

**7 DIAS**



O teu período dura mais de 7 dias



Precisas de mudar a proteção menstrual a cada 2H ou menos



O teu período apresenta coágulos sanguíneos maiores do que uma moeda de 1€