

# HIJAS DE LA LUNA

**La menstruación**

**¿Qué es la menstruación?**

# La menstruación

## ¿Qué es la menstruación?

En el transcurso de la adolescencia, en algún momento nuestro útero empezará a liberar óvulos lo que conlleva al inicio de la menstruación. Durante la menstruación, el útero se recubre de sangre y otros tejidos para albergar el óvulo, cuando éste no está fecundado, que se desprenderán del útero saliendo por la vagina.

El color del sangrado puede variar, desde rojo brillante, rosa claro o incluso marrón y suele durar entre 4 y 7 días, variando cada 28/30 días (dependiendo de cada persona, serán más o menos días). Normalmente, las mujeres tienen su primera menstruación entre los 9 y los 14 años.