

## Dignidade e pobreza menstrual: relato de experiência da extensão universitária na saúde do adolescente

Bruna Tainá Maria Ferreira de Matos<sup>1</sup>, Maria Christina Dos Santos Verdam<sup>2</sup>, Soraya Solon<sup>3</sup>

**Resumo:** A menstruação ainda é assunto ancorado em preconceito e discriminação. As narrativas preconceituosas sobre sexualidade e menstruação dificultam a garantia dos direitos humanos das pessoas que menstruam e aumentam a desigualdade de gênero. Este trabalho relata a experiência das ações de extensão realizadas sobre dignidade e pobreza menstrual, para público adolescente, em uma escola pública de uma capital brasileira, vinculada ao Programa Saúde na Escola (PSE). Foram realizadas três frentes de trabalho: postagens em rede social, organização de campanha de arrecadação de absorventes e ação educativa presencial em escola. Houve publicação de cinco postagens na rede social com informações técnicas e linguagem acessível. Foram distribuídos kits com absorventes para comunidade escolar. Esse conjunto das ações atendeu as diretrizes da extensão universitária e fortaleceu as políticas públicas na promoção da saúde do adolescente.

**Palavras-chave:** Menstruação; Adolescência; Saúde na escola.

**Área Temática:** Saúde.

### *Menstrual dignity and poverty: experience report of university extension in adolescent health*

**Abstract:** Menstruation is still a subject anchored in prejudice and discrimination. Prejudiced narratives about sexuality and menstruation make it difficult to guarantee the human rights of people who menstruate and increase gender inequality. This work reports the experience of extension actions carried out on dignity and menstrual poverty, for adolescents, in a public school in a Brazilian capital, linked to the School Health Program (PSE). Three work fronts were carried out: posts on social media, organization of a sanitary pad collection campaign and in-person educational action at schools. There were five posts published on the social network with technical information and accessible language. Kits with distributed to the school community. This set of actions complied with university extension guidelines and strengthened public policies to promote adolescent health.

**Keywords:** Menstruation. Adolescence. Health at school.

### *Dignidad y pobreza menstrual: relato de experiencia de extensión universitaria en salud adolescente*

**Resumen:** La menstruación sigue siendo un tema anclado en prejuicios y discriminación. Las narrativas prejuiciosas sobre la sexualidad y la menstruación dificultan la garantía de los derechos humanos de las personas que menstrúan y aumentan la desigualdad de género. Este trabajo relata la experiencia de acciones de extensión realizadas sobre dignidad y pobreza menstrual, para adolescentes, en una escuela pública de una capital brasileña, vinculada al Programa de Salud Escolar

<sup>1</sup> Graduanda em Medicina, Faculdade de Medicina/FAMED-UFMS.

<sup>2</sup> Doutora em Ciências Farmacêuticas, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Alimentos e Nutrição - FACFAN/UFMS / Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ.

<sup>3</sup> Doutora em Ciências da Saúde, Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Alimentos e Nutrição - FACFAN/UFMS

*(PSE). Se realizaron tres frentes de trabajo: publicaciones en redes sociales, organización de una campaña de recolección de toallas sanitarias y acción educativa presencial en las escuelas. Fueron cinco los posts publicados en la red social se publicaron cinco posts con información y técnica, en lenguaje accesible. Se distribuyeron kits con toallas sanitarias a la comunidad escolar. Este conjunto de acciones cumplió con los lineamientos de la extensión universitaria y fortaleció las políticas públicas que trabajan para promover la salud adolescente.*

**Palabras clave:** *Menstruación. Adolescência. Salud en la escuela.*

## INTRODUÇÃO

A puberdade ou a pré-adolescência é marcada pelas mudanças hormonais que culminam em alterações físicas, emocionais e comportamentais. Para as meninas, a puberdade inicia com a primeira menstruação (menarca) ocasionada pela produção de hormônios sexuais femininos que, geralmente, ocorre entre 10 a 14 anos. Junto a isso, ocorrem diferentes modificações corporais como a afinação da voz, aparecimento dos seios, aumento do volume dos quadris e coxas, crescimento dos pelos, especialmente, no púbis e nas axilas (Bretas, Muroya; Goellner, 2009; Andrade, 2022).

Por se tratar de um aspecto da sexualidade, a menstruação ainda é um assunto ancorado em preconceito e discriminação. É associada com sujeira, impureza e outras concepções negativas. As narrativas preconceituosas sobre sexualidade e menstruação (ou mesmo a omissão de narrativas) dificultam a garantia dos direitos humanos das pessoas que menstruam e aumentam a desigualdade de gênero (UNICEF, 2021; Fioretti, 2021).

A pobreza menstrual é “vivenciada pela falta de acesso a recursos, infraestrutura e conhecimento para plena capacidade de cuidar da sua menstruação, como consequência da privação de direitos humanos” (UNICEF, 2021). A ausência dos produtos básicos para higiene menstrual como absorventes, coletor e até mesmo calcinhas menstruais impossibilita, limita o convívio social (escolar, ambiente do trabalho) ou mesmo causa problemas de saúde pelo uso de métodos e produtos inadequados (UNICEF, 2021). Ainda, a falta de conhecimento reforça a pobreza menstrual na medida que dificulta o autocuidado em saúde (percepções sobre o corpo e capacidade de utilização de estratégias para minimizar o problema em saúde – dor, irritação, mal-estar, entre outros).

Segundo a Organização das Nações Unidas - ONU, cerca de 10% das adolescentes param de frequentar o ambiente escolar por medo, vergonha, falta de acolhimento e/ou por não ter o acesso ao absorvente. Isso prejudica a formação escolar e gera impacto negativo nas perspectivas de vida produtiva e na quebra do ciclo da pobreza (UNICEF, 2021). Neste cenário de carência de cuidados e condições básicas para propiciar dignidade menstrual, tal condição passou apenas de uma insegurança de saúde pessoal para um problema de saúde pública global que afeta uma parcela significativa da população de países subdesenvolvidos e em desenvolvimento (UNICEF, 2021).

Além dos danos causados ao convívio social e à saúde mental feminina, diversos quadros patológicos e infecciosos podem ser ocasionados e agravados devido à falta de manejo e higienização correta das partes íntimas durante o período menstrual. Dentre as principais consequências destacam-se as infecções bacterianas, fúngicas, acometimento do trato urinário inferior e, em casos mais graves, acometimento do sistema renal com

casos de pielonefrite (UNICEF, 2021). Estudos recentes já demonstraram a correlação direta entre pobreza menstrual e falta de educação e higiene menstrual com o aumento na incidência de câncer do colo uterino, um dos tipos mais agressivos e frequentes em mulheres, contudo completamente prevenível (Sonowal *et al.*, 2021).

Frente a este contexto, os núcleos acadêmicos com maior conhecimento técnico sobre a importância da saúde ginecológica, bem como os riscos de maus hábitos de saúde menstrual e as formas de prevenção tem o dever social de se mobilizar e traçar projetos e planos de ação que possam conferir maior dignidade menstrual e levar conhecimento da mesma à população para melhorar sua qualidade de vida. Tendo isto em vista, desde 2019, a Liga Acadêmica Multidisciplinar em Saúde do Adolescente – LAMSA, um projeto de extensão dos cursos da área da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul (UFMS), inclui a abordagem sobre dignidade e pobreza menstrual nas suas ações e projetos. Neste artigo, propõe-se o relato das atividades de extensão realizadas pela liga em uma escola pública de uma capital brasileira sobre a pobreza menstrual e o impacto dessas ações sobre a população feminina acometida.

## **OBJETIVOS**

O presente trabalho teve por objetivo relatar a experiência das ações de extensão realizadas pela Liga Acadêmica Multidisciplinar em Saúde do Adolescente – LAMSA sobre pobreza e dignidade menstrual em uma escola municipal do Municipal da cidade de Campo Grande/MS para adolescentes entre 11 e 15 anos de idade no ano de 2021.

## **METODOLOGIA**

Este relato de experiência sobre as ações extensionistas que abordaram os temas da área ginecológica como dignidade e pobreza menstrual compõe parte do Programa de Extensão Adolescer, um projeto realizado pela UFMS. Tais campanhas foram realizados por acadêmicos integrantes da LAMSA de diferentes cursos como enfermagem, farmácia, medicina, nutrição, pedagogia e biologia. Estas ações foram realizadas após uma capacitação conduzida pelo Coletivo Feminista “Elas Podem”. As etapas desenvolvidas durante a ação extensionista estão detalhadas a seguir.

### ***Divulgação de Conteúdo pelas Rede Sociais***

Inicialmente, foram realizadas cinco postagens na página oficial da LAMSA no *Instagram* (@lamsaufms), sobre conteúdos relacionados à saúde feminina como comemoração do Dia Mundial da Higiene Menstrual; O que é a Menarca; Pobreza Menstrual e seus Desafios; Ciclo Menstrual e Educação Sexual. Os conteúdos foram apresentados de forma breve e dinâmica com textos curtos de 1 a 8 páginas nos posts, à exceção do assunto acerca de pobreza menstrual que foi desenvolvida em vídeo.

## ***Campanha de Arrecadação e Distribuição de Kits de Absorventes***

Durante a execução das postagens e organização dos conteúdos, organizou-se uma campanha denominada “Te quero bem”, a qual foi realizada em conjunto com os coletivos feministas “Elas Podem” e “Bem te Quero” e o Instituto de Apoio, Proteção à Pesquisa, Educação e Cultura (IAPPEC). O evento foi divulgado pelas redes sociais da LAMSA, bem como a indicação dos locais de doação. Ademais, foram posicionadas caixas posicionadas estrategicamente nos locais de doação para funcionarem como pontos de coleta. Os locais escolhidos foram pontos dentro da UFMS, sendo eles o Centro Acadêmico de Medicina e Odontologia, a Unidade Básica de Saúde Caiçara, e também em um colégio de rede particular de ensino, totalizando cinco locais de coleta. Tais locais foram escolhidos por serem de grande movimentação de pessoas; locais que tem um histórico de participarem de outras campanhas de doação realizadas pelo Ministério da Saúde, pela UFMS e até mesmo pela rede particular de ensino, e por serem locais que servem ao propósito da campanha, uma vez que se trata de saúde feminina voltada ao público adolescente, tais pontos de coleta também funcionaram como meio de divulgação da campanha. Ao final do período de doação, que durou 3 meses, foram arrecadados 960 absorventes diurnos e 960 noturnos, totalizando 1.920 unidades, os quais compuseram a elaboração de 480 kits contendo 4 absorventes cada.

## ***Ação Educativa realizada na Escola de Ensino Público***

A ação foi realizada em uma escola municipal da cidade de Campo Grande, capital do Estado do Mato Grosso do Sul. A fim de delimitar o público que a ação seria focada, optou-se por incluir as salas do sexto ao nono ano do ensino fundamental dos períodos matutino e vespertino durante o período letivo. A ação teve duração de 1h/aula por sala. Participaram da ação alunos com idade entre 11 e 15 anos. A dinâmica da ação se iniciou pela abordagem dos alunos em forma de *brainstorming*, uma técnica para estimular o surgimento de ideias e indagações, com os temas principais sobre dignidade menstrual, levantando-se questionamentos acerca de seus conhecimentos sobre menstruação, o que lhes vem à tona sobre o tópico e suas impressões. As respostas dos alunos foram anotadas no quadro da sala de aula. Após este momento de diálogo com os alunos, realizou-se uma dinâmica com os mesmos para demonstrar o fenômeno biológico da menstruação. Para isso, utilizou-se relatos de experiência e um modelo pélvico para simular o evento. Também abordou-se os tipos sanguíneos e a forma correta de descarte do absorvente.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Com avanço da Era Digital, a abordagem de certos temas a populações antes marginalizadas e com pouco ou nenhum acesso à informação se intensificou, o que permitiu uma maior disseminação do conhecimento, bem como ações para a melhoria destes indivíduos em situação de vulnerabilidade (Farias; Crestani, 2017). A utilização das redes sociais na presente ação extensionista foi fundamental, uma vez que não apenas permitiu a

divulgação de um tema crucial que é a pobreza e dignidade menstrual, mas também foi um instrumento eficiente para arrecadar itens de higiene fundamentais à população feminina jovem em situação de insegurança menstrual. A conta da LAMSA no *Instagram* garantiu uma maior interação entre os acadêmicos dos cursos da saúde da UFMS com o público em geral, o que permitiu promover maior esclarecimento acerca dos temas relacionados à saúde feminina, bem como uma maior difusão de tais conhecimentos em uma linguagem mais acessível.

Em termos numéricos, das cinco postagens realizadas acerca dos tópicos mencionados, o vídeo sobre pobreza menstrual teve o maior engajamento, tendo 107 curtidas, 48 comentários e 38 compartilhamentos. A publicação sobre o ciclo menstrual teve quatro salvamentos, o que demonstra o afinco que o público tem com o tema e que um assunto teoricamente de senso comum pode despertar dúvidas e a busca por conteúdos que possam sanar tais indagações de caráter íntimo. Na Figura 1, há imagens representativas das postagens realizadas nas redes sociais.



Figura 1: Imagem representativa das postagens realizadas no *Instagram* acerca da saúde menstrual (A-D) e da postagem acerca da campanha de arrecadação de absorventes e coletores menstruais para serem doados na ação coletiva realizada na escola municipal (E).

A ação também permitiu o protagonismo dos acadêmicos da saúde da UFMS, uma vez que tal atividade também configura com uma prática de assistência à saúde pública local, na qual todo profissional da saúde, formado ou em formação, deve estar engajado a fim de garantir à população local acesso ao conhecimento necessário para cuidado da saúde pessoal e coletiva. Tal ação também foi encarada como uma experiência profissional, pois muitos dos futuros médicos, farmacêuticos, enfermeiros e odontólogos poderão estar inseridos

no Programa Saúde da Família do Ministério da Saúde, o qual realiza um trabalho primordial na atenção primária à saúde, garantindo cuidados a populações vulneráveis e expostas a riscos totalmente preveníveis.

Ao escolher o público adolescente em uma escola da rede pública de ensino, integrou-se três componentes fundamentais da sociedade: saúde, educação e juventude. Tendo em vista que a população mais vulnerável à insegurança menstrual são as jovens de locais mais carentes, uma vez que muitas delas não possuem instrução em casa; muitas vezes a escola não aborda tais temas, pois mesmo atualmente a saúde íntima é vista como um tabu que não deve ser abordado para jovens sob alegação de estimular a erotização dos mesmos (Mundim *et al.*, 2020). Neste contexto amplo e complexo, a ação educativa realizada neste local buscou ocupar o espaço educacional com conhecimento que deve estar presente na formação dos jovens como cidadãos, pois isso garante que as meninas garantam a própria saúde íntima e os meninos possam também compreender processos que não vivenciam, mas que suas mães, irmãs e futuras cônjuges experienciam e podem não saber dado a falta de oportunidade educacional (Fioretti *et al.*, 2021). A partir das respostas observadas em sala de aula, foram considerados eixos principais das atividades os seguintes questionamentos:

- O que é, como e por quê acontece a menstruação?
- O que é menarca?
- Quais os tipos de sangue?
- Descarte correto do absorvente.

De forma impactante, mas não surpreendente, a maioria das respostas obtidas dos alunos sobre menstruação envolveu conceitos de sujeira, nojo, vergonha e dor, chamando a atenção para a necessidade de rever esses símbolos criados ao longo dos anos na sociedade (Brêtas, 2011). Muito do estigma da relação da menstruação com insalubridade, nojeira e repulsa se dá por conceitos machistas, principalmente em locais mais carentes (Assad, 2021; Sousa, 2022). A dogmatização da saúde feminina, a falta de espaços para discussão e até mesmo a falta de políticas públicas que viabilizassem um maior acesso das mulheres a itens básicos de higiene íntima e até mesmo informação acerca de prevenção de doenças relacionadas ao trato reprodutor feminino e urinário levaram está intimamente ligada à desigualdade de gênero que impera nos sistemas educacional e de saúde brasileiros (Assad, 2021).

Outro ponto positivo da ação educativa foi a entrega dos kits com os absorventes para os estudantes e professores, o que, mesmo em pequena escala, pode fazer a diferença na vida de uma pessoa em situação de vulnerabilidade menstrual e incentivar outros indivíduos a auxiliar estas pessoas. A entrega aos meninos também possibilitou esta oportunidade, uma vez que eles deveriam entregar para a “uma mulher importante de sua vida”, o que permitiu que eles também propagassem o conhecimento adquirido. Também foram entregues kits de absorventes para direção escolar com intuito de reforçar o estoque que atende alunas em situação de vulnerabilidade social (Figura 2).

Essa ação colocou em prática o que é previsto na Lei Municipal nº 6.662/21 que instituiu o Programa de Dignidade Menstrual no âmbito do município de Campo Grande/MS, para ser executado pela Rede Municipal

de Ensino (REME). Além da distribuição gratuita e mensal de absorventes higiênicos descartáveis para às alunas cisgênero e aos alunos trans, que se encontram em situação de vulnerabilidade social, essa lei também versa sobre a necessidade das escolas municipais promoverem formas de diálogo para estimular a conscientização dos estudantes sobre os cuidados com a própria saúde íntima e de questões menstruais, bem como fazer o acompanhamento dos estudantes para evitar a evasão escolar (Diogrande, 2021).

Nos anos posteriores, a LAMSA prosseguiu o desenvolvimento do tema nas suas ações de extensão, tanto replicando a ação educativa aqui descrita em outra escola pública, como também atuando em outros locais e com outros formatos. Assim, viabilizou-se ação de extensão em uma unidade básica de saúde da família a partir do contato com o público-alvo na sala de espera e nas visitas domiciliares com agente comunitário de saúde, além da formação do Clube de Educação Menstrual em uma escola estadual; e da realização do Curso de Educação Menstrual para Professores (à distância) das escolas municipais, junto à Secretaria Municipal de Educação.



Figura 2: Registros fotográficos da ação educativa realizada pela LAMSA em uma escola da rede municipal de educação de Campo Grande, MS (A-F).

As atividades da LAMSA estão de encontro com recentes medidas de saúde que o governo está tomando a fim de intensificar os cuidados básicos da saúde feminina. Recentemente, o Governo Federal incumbiu pesquisadores da Universidade Estadual de Maringá para liderar o projeto nacional de autocoleta para triagem de infecção por HPV e diagnóstico de câncer de colo uterino. Tal iniciativa demonstra que as universidades têm tido papel de destaque junto ao governo para desenvolver políticas públicas que possam atender mulheres em

situação de vulnerabilidade para prevenção e tratamento de doenças do aparelho reprodutor, bem como promover a educação de saúde íntima (GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ, 2023).

A importância do envolvimento da LAMSA nessa pauta culminou com a sua participação no “Seminário para enfrentar a pobreza menstrual: uma pauta para igualdade no mundo”, realizado no ano de 2022 promovido pela SIGLA - Escola Superior da Defensoria Pública de Mato Grosso do Sul. Nesse evento, apresentamos as estratégias pedagógicas que utilizamos para discussão do tema junto aos adolescentes nas ações de extensão.

## CONCLUSÕES

O conjunto das ações sobre dignidade e pobreza menstrual, aqui relatadas, atendeu as diretrizes da extensão universitária, possibilitando a troca de conhecimentos da universidade com a comunidade externa e facilitando a democratização do saber, que muitas vezes, fica restrito ao meio acadêmico. Além do mais, trabalhar e conhecer outras realidades faz-se necessário para formação de um profissional mais humano, empático e solidário.

Esse projeto fortaleceu as políticas públicas que atuam para promover a saúde do adolescente e para fomentar a dignidade menstrual. Também colocou em prática o que é previsto na Lei Municipal nº 6.662, de 26 de agosto de 2021, que instituiu o Programa de Dignidade Menstrual no âmbito do município de Campo Grande/MS, para ser executado pela Rede Municipal de Ensino (REME).

## AGRADECIMENTOS

As autoras do trabalho agradecem à Universidade Federal do Mato Grosso do Sul, pela concessão de bolsa de extensão para a autora do trabalho, através do edital nº 111/2021, à direção da escola municipal onde a ação foi realizada e à Secretaria Municipal de Educação (SEMED), de Campo Grande/MS, pela parceria.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, Ana Lúcia Barros de. Mudanças do corpo na fase da adolescência: biológicas e socioemocionais. *IN: RIBEIRO, Marcos. A conversa sobre a sexualidade do adolescente na escola.* Rio de Janeiro: Wak Editora, 1ª edição, 2022.

ASSAD, Bruna Fernanda. Políticas públicas acerca da pobreza menstrual e sua contribuição para o combate à desigualdade de gênero. *Revista Antinomias*, v. 2, n. 1, p. 140-160, 2021. Disponível em: <http://www.antinomias.periodikos.com.br/article/60e39095a9539505a0471774/pdf/antinomias-2-1-140.pdf>  
Acesso em: 04 jan. 2022.

BRÊTAS, José Roberto da Silva; TADINI, Aline Cássia; FREITAS, Maria José Dias de; GOELLNER, Maila Beatriz. Significado da menarca segundo adolescentes. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 249-255, 2011.

DIOGRANDE. Diário Oficial de Campo Grande. Lei n. 6.662, de 26 de agosto de 2021. Institui o Programa Dignidade Menstrual no âmbito do Município de Campo Grande-MS. Disponível em: [https://diogrande.campogrande.ms.gov.br/download\\_edicao/eyJjb2RpZ29kaWEiOiI3NzU2In0%3D.pdf](https://diogrande.campogrande.ms.gov.br/download_edicao/eyJjb2RpZ29kaWEiOiI3NzU2In0%3D.pdf). Acesso em: 04 jan. 2023.

FARIAS, Carlos Alberto; CRESTANI, Priscila. A influência das redes sociais no comportamento social dos adolescentes. *Revista Ciência e Sociedade*, v. 1, n. 2, p. 52-69, 2017.

FIORETTI, Bia. Segredos de Alice: no país das maravilhas uma viagem através do corpo feminino - hormônios, menstruação e autoconhecimento. São Paulo –SP, Editora SENAC, 2021.

GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ. Pesquisadoras do Paraná vão liderar projeto nacional de autocoleta de HPV. 2023. Disponível em: <https://www.aen.pr.gov.br/Noticia/Pesquisadoras-do-Parana-vaoliderar-projeto-nacional-de-autocoleta-de-HPV>. Acesso em: 07 nov. 2023.

SONOWAL, Pranjali; TALUKDAR, Kaushik; SAIKIA, Hiranya. Sociodemographic factors and their association with menstrual hygiene practices among adolescent girls in Urban slums of Dibrugarh town, Assam. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, v. 10, n. 12, p. 4446-4451, 2021. Disponível em: [https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35280634/doi:10.4103/jfmpc.jfmpc\\_703\\_21](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35280634/doi:10.4103/jfmpc.jfmpc_703_21). Acesso em: 07 nov. 2023.

SOUSA, Elaine Pereira; SILVA, Letícia de Oliveira. Sangrar é político: diálogos acerca da pobreza menstrual na vida de meninas pretas e pardas. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Serviço Social), Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Franca [s.n.], 2022.

UNICEF. Pobreza menstrual no Brasil: desigualdade e violação de direitos. 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/relatorios/pobreza-menstrual-no-brasil-desigualdade-e-violacoes-de-direitos>. Acesso em: 04 jan. 2022.

Submetido em: 05/09/23 Aceito em: 14/11/2023.