



XXVII ENFERMAIO

Enfermagem e
Bem viver: os caminhos para a
saúde da população em territórios
fragmentados

Realização:



Apoio:



DESAFIOS PARA GARANTIR A DIGNIDADE MENSTRUAL: REVISÃO DE LITERATURA

Natiely Mendes da Silva¹

Melissa de Araújo Tavares²

Flávia Alessandra Correia da Silva³

Esthefany Gomes da Costa⁴

Ana Jéssica Braz Nunes⁵

Fernanda Maria Carvalho Fontenele⁶

TRABALHO PARA PRÊMIO: GRADUAÇÃO - EIXO 4: Enfermagem em Saúde da Mulher e Saúde da Criança e do Adolescente

RESUMO

INTRODUÇÃO: A menstruação, apesar de ser um processo natural na vida de mulheres, ainda é tratada como estigma na sociedade. No Brasil, muitas mulheres sofrem com carência de informações sobre práticas de higiene, materiais, saneamento básico e, por conseguinte, vivenciam experiências negativas, como insegurança, evasão escolar e complicações ginecológicas. O objetivo do trabalho é compreender os desafios acerca da garantia da dignidade menstrual. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Realizou-se a busca na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), utilizando as bases de dados LILACS, BDNF e MEDLINE. Aplicou-se os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do Medical Subject Headings (MeSH): (Menstrual hygiene/Higiene menstrual) AND (Menstruation/Menstruação) AND (Health/Saúde). Ao todo, foram selecionados sete artigos para compor o trabalho. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os artigos evidenciam a falta de acesso a recursos básicos e educação menstrual, alimentando mitos e estigmas. Ademais, a escassez de produtos menstruais e condições socioeconômicas precárias dificultam a higiene menstrual. **CONCLUSÃO:** A menstruação ainda é cercada por mitos e tabus. Além disso, o enfermeiro deve ser propagador da saúde menstrual e contribuir na garantia da dignidade a todas as pessoas que menstruam.

Palavras-chave: Dignidade menstrual; Saúde da mulher; Enfermagem.

1. Acadêmica de enfermagem da Universidade Estadual do Ceará- UECE

2. Acadêmica de enfermagem da Universidade Estadual do Ceará- UECE

3. Acadêmica de enfermagem da Universidade Estadual do Ceará- UECE

4. Acadêmica de enfermagem da Universidade Estadual do Ceará- UECE

5. Acadêmica de enfermagem da Universidade Estadual do Ceará- UECE

6. Doutora em enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará- UECE

E-mail do autor: Natiely.silva@aluno.uece.br

INTRODUÇÃO

A menstruação é um processo natural do ciclo reprodutivo, com início na puberdade, em média aos 13 anos, e encerrando por volta dos 50 anos de idade. No entanto, muitas mulheres, sobretudo de baixa renda, vivenciam dificuldades em seu cotidiano, tais como: complicações ginecológicas, desinformação acerca da prática correta de higiene, carência de saneamento básico e materiais (Brasil, 2022).

As práticas de higiene incluem o tipo de absorvente utilizado e a frequência em que é trocado, associado a lavagem corporal, aos métodos de lavagem, secagem e armazenamento de absorventes reutilizáveis. Nesse sentido, tais práticas dependem do acesso ao saneamento básico, visto que podem ocorrer de forma anti-higiênica ou inconveniente em ambientes sem estrutura e sem acesso a água, propiciando o surgimento de diversas infecções no trato reprodutivo, como a vaginose bacteriana e a candidíase vulvo-vaginal (Brasil, 2022; Torondel *et al.*, 2018).

É válido salientar que, no Brasil, uma em cada quatro meninas faltam à escola durante o período menstrual, o que traz prejuízos à sua aprendizagem. Nesse contexto, a dificuldade de acesso aos materiais e a precariedade menstrual contribuem para o estigma e discriminação, proporcionando consequências como a evasão escolar, desconforto, insegurança, estresse e transtornos psíquicos; afetando a concentração e produtividade das mulheres (Brasil, 2022; Brasil, 2024).

Outrossim, além de fatores econômicos, garantir a dignidade menstrual significa garantir os direitos à sexualidade, saúde e ao planejamento familiar, assegurando a autonomia corporal e a emancipação de meninas e mulheres. Diante do exposto, o objetivo do trabalho é compreender os desafios acerca da garantia da dignidade menstrual, partindo da seguinte pergunta norteadora: Quais os desafios na garantia da dignidade menstrual encontrados na literatura científica?

MÉTODO

Trata-se de um estudo na modalidade revisão integrativa da literatura, portanto, têm-se por objetivo principal aprofundar os conhecimentos preexistentes sobre um determinado conteúdo, com base na síntese dos resultados de pesquisas. Para cumprir esta meta, foram seguidas as seguintes etapas: 1) reconhecimento do tema e elaboração da pergunta norteadora, 2) seleção dos critérios de inclusão e exclusão, 3) sondagem e organização dos estudos selecionados, 4) análise dos estudos adequados para compor a

amostra, 5) interpretação dos resultados e 6) apresentação dos resultados (Mendes; Silveira; Galvão, 2019).

Para orientar a elaboração da pergunta norteadora, foi adotado a estratégia PICO, como indicado por Mendes, Silveira e Galvão (2019). Outrossim, os mnemônicos apresentam como definição: P= Problema - garantir a dignidade menstrual, I= Fenômeno de Interesse - desafios na garantia da dignidade menstrual e Co= Contexto - saúde menstrual.

Logo, foi realizada a busca pelo material bibliográfico na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), utilizando as bases de dados Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed). Aplicou-se os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do Medical Subject Headings (MeSH): (Menstrual hygiene/Higiene menstrual) AND (Menstruation/Menstruação) AND (Health/Saúde). A partir da aplicação dos descritores foram encontrados 483 artigos, durante o mês de março de 2024.

Ademais, com o propósito de construir um trabalho atualizado e com respaldo científico foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: a) artigos completos, b) disponíveis nos idiomas português, inglês ou espanhol. Por conseguinte, foram excluídas as dissertações, artigos de opinião pessoal dos autores, duplicados e resumos de publicações com ausência de dados relacionados ao objeto de estudo. Após aplicação dos filtros, identificou-se 31 artigos, dos quais foram selecionados sete artigos que respondiam à questão norteadora, no qual foram analisados detalhadamente e interpretados conforme a literatura científica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra final desta pesquisa foi composta por sete artigos, assim como mostra o Quadro 1.

Quadro 1: Principais informações dos artigos selecionados para esta revisão

Título	Autores	Ano	Considerações
O impacto da pobreza menstrual e da desinformação na dignidade da pessoa humana e no direito à saúde das mulheres no Brasil.	Bussinguer,E. C.DE A; Salvador, R.L.E	2022	O estudo destaca que a falta de saneamento básico, água potável, banheiros privativos e produtos menstruais, aliada à desinformação sobre a menstruação, resulta em precariedade e descaso com a saúde menstrual das mulheres. Isso desumaniza a fisiologia feminina e desnaturaliza a menstruação, perpetuando sua invisibilidade e menosprezando sua importância social. Além disso, o estudo destaca o descaso do Executivo com políticas sociais voltadas para a melhoria das condições sanitárias e acesso a recursos de higiene menstrual, demonstrado por vetos presidenciais e tentativas de limitar o acesso a itens

			essenciais, ignorando as necessidades menstruais das mulheres.
<i>Experiences of menstrual inequity and menstrual health among women and people who menstruate in the Barcelona area (Spain): a qualitative study</i>	Holst A. S. <i>et al.</i>	2022	O estudo revelou que a educação menstrual foi descrita como insuficiente e tardia, onde muitas mulheres não sabiam o que era a menstruação na menarca. As participantes aprenderam sobre a menstruação através da educação informal (família, amigos e outros). Apesar de algumas participantes mencionaram boas experiências no acesso aos serviços de saúde, a maioria partilhou experiências negativas. Sentiam que não eram ouvidas e que as suas preocupações eram ignoradas. Por exemplo, a dor menstrual foi normalizada e descartada dentro do sistema de saúde, onde as participantes relataram ter sido diagnosticadas com condições de saúde relacionados à menstruação: endometriose, síndrome dos ovários policísticos, amenorréia, adenomiose, dispareunia, anemia ou acne. A educação menstrual deve ser adaptada a cada pessoa e incluir todas as opções de gestão menstrual.
<i>A Qualitative Study Exploring Menstruation Experiences and Practices among Adolescent Girls Living in the Nakivale Refugee Settlement, Uganda</i>	Kemigisha, E. <i>et al.</i>	2020	O estudo revelou a falta de conhecimento das participantes sobre o manejo da menstruação, antes e após a menarca, e apoiada em mitos. Em relação à enfermagem, o estudo ressalta a colaboração de algumas enfermeiras na desmistificação de dúvidas sobre o assunto e no fornecimento de produtos de higiene, como demonstrado no trecho a seguir da fala de uma das entrevistadas: <i>"Perguntei à minha amiga que estava no sétimo ano, perguntei-lhe o que fazer e ela encaminhou-me para a enfermeira da escola. A enfermeira da escola me deu absorventes e uma calcinha nova."</i>
A percepção de mulheres sobre a menstruação: uma questão de solidariedade	Vargens, O. M. DA C. <i>et al</i>	2019	O estudo envolveu 23 mulheres com idades entre 20 e 72 anos em um campus universitário no Rio de Janeiro. Ele destacou a solidariedade entre mulheres com relação à menstruação. Essa solidariedade abrange compartilhamento de experiências e orientações, propiciando segurança e empoderamento. O papel crucial da enfermagem foi destacado no auxílio às mulheres para redefinir a menstruação como natural e capacitadora, simbolizando feminilidade e empoderamento. Isso destaca a importância da enfermagem no cuidado, reconhecendo seu potencial libertador.
<i>Association between unhygienic menstrual management practices and prevalence of lower reproductive tract infections: a hospital-based cross-sectional study in Odisha, India</i>	Torondel B. <i>et al</i>	2018	O estudo envolveu um total de 558 mulheres, das quais 62,4% foram diagnosticadas com pelo menos uma das três infecções testadas (vaginose bacteriana, candidíase ou tricomoníase) e 52% apresentaram um ou mais sintomas das infecções do trato reprodutivo. A falta de acesso à água, características educacionais e socioeconômicas gera a dificuldade de higienização durante o período menstrual, sendo associada a estas infecções.
<i>Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion</i>	Lahme, A.M; Stern,R; Cooper, D	2016	O estudo destaca a discriminação de gênero tanto em casa quanto na escola, com meninas proibidas de mencionar a menstruação, principalmente na presença de homens. As meninas enfrentam desafios de má higiene menstrual devido à falta de conhecimento, cultura, tradição e constrangimentos

			socioeconômicos e ambientais, resultando em desconforto, humilhação e estresse. O estudo destaca que a pobreza é uma barreira significativa, com meninas usando materiais improvisados, como por exemplo, uso de roupas velhas e cobertores rasgados. Outra dificuldade é a falta de acesso a varais para pendurar as roupas íntimas ou materiais menstruais usados, já que as meninas não podem expô-los. Como resultado, elas secam esses itens debaixo dos colchões. Essas condições prejudicam gravemente a educação das meninas e afetam sua saúde e bem-estar.
Mitos e dúvidas de adolescentes acerca das modificações corporais e suas implicações na sexualidade.	Silva S. C. DA <i>et al.</i> ,	2014	O estudo envolveu nove adolescentes do sexo feminino de uma escola pública no Rio Grande do Sul. Ele destaca que alguns adolescentes vêem a menstruação como um problema, refletindo em um sentimento de desagrado, muitas vezes, influenciadas por mitos, dúvidas e crenças sobre os cuidados e higiene pessoal durante esse período. Isso ressalta a importância de os profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, estarem cientes desses mitos culturais, já que sua prática de cuidado é essencialmente centrada no cuidado.

FONTE: Autoria própria.

De acordo com os resultados, podemos observar que os artigos abordam pontos em comum: a falta de acesso a recursos essenciais, como saneamento básico, água potável e produtos menstruais adequados, o que resulta em precariedade e descaso com a saúde menstrual das mulheres (Bussinguer; Salvador, 2022; Kemigisha *et al.*, 2020; Torondel *et al.*, 2018; Lahme; Stern; Cooper 2026).

Também é abordado a importância da educação menstrual adequada, destacando a insuficiência e sua tardia oferta, onde muitas mulheres aprendem sobre a menstruação através da educação informal como família e amigos (Holst *et al.*, 2022; Kemigisha *et al.*, 2020; Silva *et al.*, 2014). Logo, a falta de educação menstrual contribui para a perpetuação de mitos, tabus e estigmas em torno da menstruação, afetando a saúde e o bem-estar das mulheres (Holst *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2014).

Conforme Bussinguer e Salvador (2022), a sociedade exerce controle e disciplina sobre os corpos femininos, incluindo o período da menstruação, o que influencia diretamente os sentimentos de desconforto durante esse ciclo. A imposição de normas sociais que reprimem a expressão fisiologia natural contribui para a perpetuação de estigmas e tabus em torno da menstruação, além de se manifesta tanto no âmbito doméstico quanto no escolar, ilustra como esses costumes são mantidos e reproduzidos em diferentes contextos sociais.

Além disso, as mulheres ainda são educadas a tratar a menstruação com privacidade e vergonha, associando a menstruação como algo negativo, resultando em sentimentos de culpa e desconforto. Esses mitos e estigmas são transmitidos através das

gerações e podem ser especialmente acentuados em algumas culturas, onde a menstruação é considerada um tema tabu e até mesmo associada a rituais de isolamento, nessas práticas, a mulher pode ser afastada de sua família e amigos, o que muitas vezes é vivenciado como humilhante e traumático (Lahme; Stern; Cooper, 2016).

Diante da falta de acesso a produtos menstruais adequados, as mulheres são obrigadas a recorrer a alternativas reutilizáveis, como panos e trapos, condições que comprometem a sua saúde e bem-estar. Essa situação não apenas evidencia a precariedade das condições de vida enfrentadas por essas mulheres, mas também ressalta a falta de acesso a produtos básicos de higiene menstrual, o que as expõe a riscos de infecção, como vaginose bacteriana, candidíase e tricomoníase (Kemigisha *et al.*, 2020; Torondel *et al.*, 2018).

Outrossim, a imposição de normas sociais que reprimem a expressão natural fisiológica contribui para a perpetuação de estigmas e tabus em torno da menstruação. Podemos tomar como exemplo a normalização da dor menstrual, descartada dentro do sistema de saúde, onde mulheres são diagnosticadas com condições de saúde relacionados à menstruação como: endometriose, síndrome dos ovários policísticos, amenorréia, adenomiose e dispareunia. Logo, a educação menstrual deve ser adaptada a cada pessoa e incluir todas as opções de gestão menstrual (Bussinguer; Salvador, 2022; Holst *et al.*, 2022).

Ademais, conforme Vargens *et al.* (2019), a solidariedade entre mulheres no contexto da menstruação, evidenciado como o apoio mútuo, a troca de experiências, orientações e confissões contribuem para criar um ambiente íntimo em torno desse tema, o que se mostra de extrema importância, no quesito de promover segurança e empoderamento, como também quebrar os estigmas passado entre as gerações.

Além disso, é destacado o papel potencialmente positivo da enfermagem na promoção do empoderamento feminino no contexto da menstruação. Ao estimular e potencializar a solidariedade entre mulheres, as enfermeiras podem desempenhar um papel crucial na quebra dos tabus e estigmas associados à menstruação, fornecendo apoio, orientação e educação menstrual adequada. Destarte, percebe-se que ainda existem muitos desafios a serem ultrapassados para conquistar e garantir a dignidade menstrual, por este ser de aspecto multidimensional. Essa condição influencia na falta às aulas ou ao trabalho, facilita o surgimento de doenças e reflete na autoestima.

Logo, o direito à dignidade menstrual é uma questão de saúde pública e de direitos humanos. Além disso, segundo Silva *et al.* (2014) a formação dos profissionais de saúde é necessária para melhorar o acesso e a qualidade dos cuidados de saúde menstrual. É importante estar atento às percepções e significados acerca do papel social destas mulheres,

levando em conta seus interesses, conhecimentos prévios e as inserir no planejamento e gestão da própria saúde, com o objetivo de prestar um cuidado humanizado e centrado na pessoa.

CONCLUSÃO

Perante o exposto, é possível identificar que a falta de acesso à informações sobre a higienização adequada, a escassez de água, saneamento básico e de produtos menstruais, além das complicações ginecológicas, afeta negativamente na vida das pessoas que menstruam. Visto que esses fatores contribuem para a evasão escolar, acentua o sentimento de desconforto, insegurança, vergonha e estresse, além de prejuízos mentais e físicos, resultando no fortalecimento de estigmas sociais.

Diante disso, o enfermeiro surge como um forte aliado no combate a desinformação, tabus e mitos que cercam essa temática, atuando como um educador a respeito da higienização correta, do acesso a produtos de higiene menstrual e prestando cuidado às pessoas acometidas por doenças decorrente da má higienização.

Portanto, os resultados e discussão destacam que embora a menstruação seja algo fisiológico, diante da sociedade ainda é visto como algo que não deve ser discutido e deve ser mantido no âmbito particular, com isso essas ideias acabam afetando diretamente a saúde e o bem-estar das pessoas que menstruam. Além disso, destaca-se a atuação da enfermagem diante desse cenário, tendo um papel essencial na promoção de uma saúde menstrual que traga para a mulher dignidade, saúde sexual e reprodutiva, assim como, direitos humanos. Por fim, o enfermeiro é visto como uma peça fundamental para a propagação e protagonismo na garantia da dignidade menstrual.

Em síntese, a falta da dignidade menstrual afeta diretamente na qualidade de vida destas mulheres devido à falta de produtos adequados para lidar com a menstruação, como absorventes higiênicos, água potável e saneamento básico. Além disso, devido à evasão escolar, sua educação fica comprometida, por consequência, a longo prazo, aumenta-se a desigualdade de gênero no mercado de trabalho. Logo, quando estas não podem passar pelo período menstrual de forma adequada, está sendo violada sua dignidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Cartilha Programa Dignidade Menstrual: um ciclo de respeito. Guia de implementação 2024. Governo Federal. 2024. Brasília. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2024/dignidademenstrual>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Walter Palis Ventura. Relatório: 15 de setembro de 2022. Análise de Impacto Regulatório (AIR) referente à proposta de instituição do Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), instituído por meio da lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021 e regulamentado por meio do Decreto nº 10.989, de 8 de março de 2022. **Análise de Impacto Regulatório**, [S. l.], p. 01-15, 15 set. 2022. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/doc_tec/SAPS_sa%C3%BAde%20menstrual.pdf.

BUSSINGUER, E. C. DE A.; SALVADOR, R. L. E. O impacto da pobreza menstrual e da desinformação na dignidade da pessoa humana e no direito à saúde das mulheres no Brasil. **Revista de Gênero, Sexualidade e Direito**, v. 8, n. 1, p. 49–64, 29 ago. 2022. Disponível em https://www.indexlaw.org/index.php/revistagsd/article/view/8728/pdf_1

HOLST, A. S. et al. Experiences of menstrual inequity and menstrual health among women and people who menstruate in the Barcelona area (Spain): a qualitative study. **Reproductive Health**, v. 19, n. 1, 19 fev. 2022. Disponível em <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01354-5>

KEMIGISHA, E. et al. A Qualitative Study Exploring Menstruation Experiences and Practices among Adolescent Girls Living in the Nakivale Refugee Settlement, Uganda. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 18, p. 6613, 11 set. 2020. Disponível em DOI: 10.3390/ijerph17186613

LAHME, A. M.; STERN, R.; COOPER, D. Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion. **Global Health Promotion**, v. 25, n. 1, p. 54–62, 5 jul. 2016. Disponível em <https://doi.org/10.1177/1757975916648301>

MENDES, K. D. S; SILVEIRA, R. C. P. S; GALVÃO, C. M. Uso de gerenciadores de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto & Contexto Enfermagem**. v. 28: e20170204, 2019. ISSN 1980-265X. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2017-0204>

SILVA, S. C. DA *et al.* Mitos e dúvidas de adolescentes acerca das modificações corporais e suas implicações na sexualidade. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 4, n. 2, 27 ago. 2014. Disponível em <https://periodicos.ufsm.br/index.php/reufsm/article/view/10812/pdf>

TORONDEL, B. *et al.* Association between unhygienic menstrual management practices and prevalence of lower reproductive tract infections: a hospital-based cross-sectional study in Odisha, India. **BMC Infectious Diseases**, v. 18, n. 1, 21 set. 2018. Disponível em DOI: 10.1186/s12879-018-3384-2

VARGENS, O. M. DA C. *et al.* A percepção de mulheres sobre a menstruação: uma questão de solidariedade. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 27, p. e40120, 9 set. 2019. Disponível em DOI: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2019.40120>