

# DIÁLOGOS SOBRE MENSTRUÇÃO: EDUCAÇÃO REPRODUTIVA E SAÚDE PÚBLICA NO AMBIENTE ESCOLAR

*Data de aceite: 02/05/2024*

**Barbara Kees Fernandes Faria**

<http://lattes.cnpq.br/6419389445572355>

**Talita Simionatto**

<http://lattes.cnpq.br/1163213947507524>

**Mariana Ranchuka Dos Santos**

<http://lattes.cnpq.br/9781516892072304>

**Bruno Antonioli de Anhaia**

<http://lattes.cnpq.br/5525308991177114>

**Daniela Macedo de Lima**

<http://lattes.cnpq.br/8290411245922793>

**Rosilei Aparecida Bruschi**

<http://lattes.cnpq.br/4280232826925768>

desafio coletivo. Abordada de forma crítica, a saúde menstrual buscou transcender a abordagem tradicional biológico-higienista, relacionando a menstruação a questões mais amplas e transformadoras da sociedade. Metodologicamente, utilizou-se uma abordagem qualitativa, a pesquisa-intervenção. Questionários foram aplicados via *Google Forms®* explorando conhecimentos e percepções sobre a menstruação, sendo seguidos por uma intervenção com um roteiro abordando a menstruação nas perspectivas fisiológica, social e ambiental. O projeto não buscou apenas aumentar o entendimento sobre saúde menstrual, mas também atuou como uma ferramenta de emancipação e libertação. Em um contexto mais amplo, visou contribuir para a transformação da realidade social dos educandos, promovendo uma discussão mais informada e crítica sobre a menstruação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Sexual; Abordagem Crítica; Ensino de Ciências; Pesquisa-Intervenção.

**RESUMO:** O projeto visou abordar a Educação Menstrual em um Colégio Estadual do município de Dois Vizinhos-PR, utilizando a Saúde Menstrual como tema central. Contrapondo as limitações dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) e da mais recente Base Nacional Comum Curricular (BNCC), a pesquisa baseou-se na abordagem crítica e emancipatória. A menstruação, historicamente marcada por tabus, discriminação e estigmas, representou um

## DIALOGUES ON MENSTRUATION: REPRODUCTIVE EDUCATION AND PUBLIC HEALTH IN THE SCHOOL ENVIRONMENT

**ABSTRACT:** The project aimed to approach Menstrual Education in a school in the city of Dois Vizinhos-PR, using Menstrual Health as its central theme. Contrasting the limitations of the National Curriculum Parameters (PCNs) and the most recent National Common Curricular Base (BNCC), the research was based on a critical and emancipatory approach. Menstruation, historically marked by taboos, discrimination, and stigmas, posed a collective challenge. Approached critically, menstrual health sought to transcend the traditional biological-hygienic approach, relating menstruation to broader and transformative societal issues. Methodologically, a qualitative approach was used, the intervention-research. quizzes were applied in *Google Forms®* exploring knowledge and perceptions about menstruation, followed by an intervention with a script approaching menstruation from physiological, social, and environmental perspectives. The project not only sought to increase understanding of menstrual health but also acted as a tool for emancipation and liberation. In a broader context, it aimed to contribute to the transformation of the social reality of the students, promoting a more informed and critical discussion about menstruation.

**KEYWORDS:** Sexual Education; Critical Approach; Science Education; Intervention Research.

### INTRODUÇÃO

A partir da Base Nacional Comum Curricular (2017) para o ensino de Ciências no 8º ano, encontram-se habilidades que possibilitam tratar a temática de saúde menstrual na educação, de forma clara e acessível aos estudantes, já que a BNCC destaca a importância de promover o desenvolvimento de competências e habilidades, que contribuam para o bem-estar e a saúde dos jovens.

Desde os últimos anos do século passado, os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) incluem a Educação em Sexualidade, que abrange o tema da menstruação. A menstruação é um fenômeno biológico que faz parte do ciclo reprodutivo de indivíduos com útero. Este fenômeno é caracterizado pela eliminação cíclica do endométrio, a camada mais interna do útero, que se manifesta como um sangramento que geralmente dura entre 3 a 7 dias. É uma etapa fundamental do ciclo reprodutivo, pois é o momento em que o útero se prepara para a possibilidade de uma gravidez (Kami; Vidigal; Macedo, 2017).

A menstruação é um tema a ser explorado na educação básica, de forma transversal, ou seja, como um tema que permeia todas as disciplinas escolares. Embora a ideia de tema transversal esteja relacionada a conteúdos sociais considerados essenciais para serem incluídos no currículo das diversas áreas do conhecimento, análises subsequentes mostraram que foram as aulas de Ciências e Biologia que se tornaram espaços privilegiados para tratar questões relacionadas ao corpo humano, com foco na sexualidade e saúde (Carvalho; Bertolli-Filho, 2011).

Durante muitos séculos, a menstruação tem sido um assunto considerado tabu na sociedade ocidental. Corpos que menstruam foram excluídos de espaços sagrados e

colocados em uma posição de passividade diante do conhecimento médico, a partir do século XIX (Vieira, 2002). Apesar de algumas iniciativas independentes terem surgido para promover a conscientização sobre a Educação Menstrual, é notável a escassez de ações oficiais do Estado que realmente levem em conta e implementem o direito de menstruar, por exemplo, através da disponibilização gratuita de recursos para enfrentar esse período (Silva, 2022).

O Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA), que se dedica ao desenvolvimento populacional com foco em saúde sexual, reprodutiva, igualdade de gênero, diversidade racial e juventude, junto com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), que trabalha para garantir os direitos de todas as crianças e adolescentes, divulgou o Relatório sobre a “Pobreza Menstrual Experimentada por Meninas Brasileiras”.

O UNFPA (2022) destaca a relação entre a dignidade menstrual e o acesso à água e saneamento adequado em casa e na escola. Os dados mostram que, no Brasil, crianças e adolescentes que menstruam têm seus direitos à educação de qualidade, moradia adequada e saúde, incluindo saúde sexual e reprodutiva, violados quando não têm acesso adequado à água, saneamento e higiene nos locais onde vivem e passam grande parte de suas vidas (UNFPA, 2022).

A pobreza menstrual, conforme explicado no documento, envolve muitos obstáculos para obter acesso a direitos e cuidados de saúde. Isso significa que meninas, mulheres, homens trans e pessoas não binárias que menstruam enfrentam desigualdades sem acesso a direitos e oportunidades. Essas dificuldades para a continuidade de desigualdades entre gerações, relacionadas ao gênero, raça e classe social, e também têm um impacto negativo no percurso educacional e profissional dessas pessoas (UNFPA, 2022).

O documento deixa claro que a questão da pobreza menstrual é complexa e abrangente, devido à falta de acesso a recursos, instalações e informações para gerenciar sua menstruação. Muitas vezes, esse tema é desconhecido ou, se houver alguma compreensão, é visto como um problema distante da realidade brasileira.

A Educação Sexual encontra na escola um espaço privilegiado para sua promoção, pois é onde os adolescentes passam grande parte do tempo, interagindo com colegas, formando laços sociais e ampliando seus conhecimentos. Durante essa fase da vida, é comum vivenciar as primeiras experiências afetivas, como apaixonar-se e sentir admiração por alguém. A adolescência é marcada pela puberdade, período de intensas mudanças hormonais e rápido crescimento físico, que representa a transição da infância para a idade adulta (Silva, 2022).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) apresentou uma definição de saúde em 1948, que era vista como aceita universalmente. A definição dizia que saúde é “o estado de total bem-estar físico, mental e social, e não apenas a falta de doença”. Este conceito foi amplamente questionado devido à sua abrangência, e muitas outras ideias surgiram entre os críticos durante esse período (Scliar, 2007). Em 1988, a OMS adicionou a dimensão

espiritual à definição de saúde, interpretando-a como ligada aos significados e propósitos da vida, emoções e crenças de natureza imaterial, sem se restringir a uma crença ou prática religiosa específica (Scliar, 2007).

Logo a saúde menstrual pode ser entendida como uma parte integral do bem-estar geral de uma pessoa, conforme definido pela Organização Mundial da Saúde. De acordo com BOBEL *et al.* (2021), a saúde menstrual envolve não apenas a ausência de problemas físicos relacionados ao ciclo menstrual, mas também um estado de completo de bem-estar mental e social durante esse período. Além disso, a saúde menstrual também pode ter uma dimensão espiritual, relacionada aos significados e propósitos da vida. Dessa forma, justifica-se a escolha do tema “Saúde Menstrual” para ser trabalhado nas instituições escolares com educandos do Ensino Médio, abordando aspectos importantes e de interesse do público alvo, a partir de rodas de conversa com a construção do conhecimento de forma científica para o aprendizado em conjunto.

Neste contexto, o presente trabalho objetivou apresentar o assunto de forma científica e sistemática, bem como considerar a possibilidade de os educandos levantarem suas necessidades de conhecimento sobre o tema, abordando o ciclo menstrual, relações sexuais durante o período menstrual e o que isso poderia acarretar, a possibilidade de uma gestante menstruar e outras questões que cercavam os alunos de um Colégio Estadual localizado no município de Dois Vizinhos, região Sudoeste do Paraná.

## **METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)**

O presente trabalho foi desenvolvido a partir de um projeto de ensino realizado por licenciandos do curso de Ciências Biológicas participantes do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) Biologia, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) Campus Dois Vizinhos, em um Colégio Estadual do município de Dois Vizinhos, localizado na região Sudoeste do estado do Paraná. Como amostra, foram selecionadas duas turmas de 3º ano do Ensino Médio, totalizando 59 participantes dessa atividade sobre saúde menstrual.

Num primeiro momento utilizamos a plataforma *Google Forms*®, elaborando dois questionários que foram disponibilizados aos alunos, assim, os educandos poderiam responder as perguntas de forma anônima, o que facilitou trabalhar com a timidez natural da faixa etária. Esse primeiro questionário possuía o objetivo de compreender quais os conhecimentos básicos do público alvo sobre o assunto e levantar informações sobre a curiosidade e necessidade das turmas que participaram. Para isso, houve o desenvolvimento de 18 questões, sendo 17 de múltipla escolha e uma referente às sugestões de saberes para serem abordados.

Baseando-se nos dados coletados no primeiro questionário, foi elaborado um roteiro que apresentou dados sistematizados, utilizando artigos científicos e materiais pedagógicos,

onde havia a explicação sobre a menstruação na perspectiva fisiológica, social e ambiental. As perguntas feitas também foram respondidas conforme o solicitado.

O segundo momento consistiu de um encontro realizado presencialmente com as duas turmas do 3º ano do Ensino Médio e foi realizado em sala de aula, com as cadeiras organizadas em uma roda. Uma conversa iniciou-se da maneira mais informal possível, respondendo às perguntas feitas pelos anteriores, complementando com os conteúdos pesquisados e discutindo os novos questionamentos. Ao final desse momento foi disponibilizado um segundo questionário.

Esse último, teve um caráter mais comparativo em relação ao que esses estudantes aprenderam após a roda de conversa realizada em sala de aula. Assim, a partir de nove perguntas de caráter qualitativo referentes ao aprendizado, as alunas e alunos avaliaram os resultados e compararam com o saber inicial observado.

O projeto foi aplicado com todos os alunos e alunas, sem distinção de gênero, a fim de salientar a importância desse assunto e sua relação com todos os indivíduos participantes.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da não identificação dos estudantes nas respostas aos questionários, houve a possibilidade de perceber uma participação aparentemente mais sincera dos mesmos e sem o pudor esperado quando assuntos pouco falados são abordados. A maioria das perguntas feitas foram sobre menstruação e principalmente sobre relações sexuais durante o período menstrual, quando foram respondidas durante a conversa, os educandos se resguardaram tímidos, mas curiosos.

Durante a abordagem com os alunos, foram feitos diversos questionamentos abrangentes sobre o tema da menstruação. Estas perguntas incluíram indagações sobre gênero, o significado da menstruação, a eventual sensação de constrangimento ao debater o assunto, hábitos de discussão aberta sobre menstruação com amigos, familiares ou pessoas do sexo oposto, concepções sobre a necessidade de tratar a menstruação com discrição ou evitá-la como tema de conversa mesmo quando há curiosidade ou necessidade de informações.

Além disso, explorou-se se a menstruação era percebida como um tema tabu na sociedade e se os alunos compreendiam que se trata de um processo natural do corpo das pessoas com útero, sinalizando, na maioria das vezes, a não gravidez. Também foram questionados sobre o conhecimento de sintomas físicos associados à menstruação, como cólicas e dores nas costas, e sobre as alterações emocionais que podem acompanhar o período, como irritabilidade e sensibilidade. Adicionalmente, foram abordadas a necessidade de uso de absorventes ou coletores durante o ciclo menstrual, a importância da higiene adequada nesse período, a possibilidade de engravidar durante a menstruação e a relevância de monitorar o ciclo menstrual para detectar irregularidades.

Em relação a gênero, 46,7% dos participantes se identificou como masculino, 46,7% como feminino e 6,7% como outros, demonstrando a diversidade de perspectivas e experiência quando analisamos as respostas e perguntas feitas.

Entre as respostas observadas no pré-questionário, 66,7% dos educandos se sentiu constrangido ao falar sobre menstruação, e a mesma porcentagem evitava discutir abertamente sobre menstruação com amigos ou familiares, enquanto mais de 70% se sentia desconfortável ao comprar produtos menstruais, como absorventes, por exemplo. O que tornou esses dados curiosos, é que 100% das pessoas responderam entender que a menstruação é um processo natural do corpo de pessoas que têm útero, entretanto, mesmo com esse entendimento da naturalidade, percebeu-se o constrangimento sobre a abordagem do assunto.

Segundo Ratti *et al.* (2015), o discurso utilizado nas campanhas publicitárias é uma expansão explícita dos tabus existentes. Nesse aspecto, os processos naturais das pessoas com útero são reduzidos e eventualmente elas se distanciaram de seus próprios corpos. Assim, compreende-se que somos bombardeados por propagandas que tornam esses tabus inconscientemente naturais.

Ainda no cenário do pré-formulário, havia uma pergunta aberta aos alunos: “Deixe uma sugestão do que você gostaria de saber sobre esse assunto, alguma dúvida ou pergunta”, gerando um total de 30 respostas. As perguntas que mais se repetiam foram: “sobre o período fértil”, “a coloração do sangue menstrual”, “por que algumas pessoas grávidas ainda menstruavam”, “por que a menstruação fica desregulada” e “se pode ter relação sexual durante o período menstrual”. Essas questões nortearam os assuntos abordados na roda de conversa.

No pós-questionário evidenciou-se que 70% dos participantes se sentiram muito confortáveis durante a conversa que tivemos, sendo um ótimo indicador para o objetivo de acolhimento no processo de construção do conhecimento. Porém, 50% dos estudantes se sentiu pouco à vontade em fazer uma pergunta durante uma conversa, o que pode ter sido provocado pela exposição e timidez quando o assunto é tratado como um “segredo” ou “tabu” ou “mito” afirmando a maior participação quando levantaram as dúvidas de forma anônima.

A palavra “mito”, derivada dos verbos “*mytheyo*” (contar, narrar) e “*mytheo*” (conversar, nomear), refere-se a narrativas ou conjuntos de narrativas que fazem parte da cultura de um povo, consideradas verídicas por serem transmitidas por figuras de autoridade e confiabilidade, sendo assim perpetuadas ao longo das gerações. Na esfera da sexualidade, esses mitos muitas vezes podem gerar confusão e impor restrições à vivência sexual, dada a sua natureza culturalmente enraizada e amplamente difundida no seio familiar (Chauí, 2010).

Para esta avaliação, considerando a timidez dos estudantes, foi elaborado um novo questionário com o intuito de verificar diversos aspectos. Este incluiu perguntas destinadas

a avaliar se os alunos se sentiram confortáveis durante a discussão, se suas dúvidas foram esclarecidas satisfatoriamente, se estariam dispostos a participar de futuras conversas sobre saúde, especialmente sobre temas considerados tabus. Também foram indagados sobre sua disposição para compartilhar o conhecimento adquirido sobre menstruação com familiares e amigos, se ainda possuíam dúvidas remanescentes sobre o assunto e se tinham sugestões de outros temas relacionados à saúde menstrual que gostariam de abordar.

Ressel *et al.* (2011) ressalta que a sexualidade se desenvolve principalmente no ambiente familiar, onde os valores são internalizados e transmitidos ao longo da vida, moldando a visão do indivíduo desde a infância. Dentro desse contexto, encontram-se os mitos que são compartilhados dentro da família.

Embora 100% dos participantes afirmassem compreender que é um processo natural para pessoas com útero ainda sentiam constrangimento ao falar sobre isso, evitam discutir abertamente com amigos ou familiares, e 72% se sentiam desconfortáveis ao comprar absorventes. Esse contraste entre o entendimento da natureza da menstruação e o desconforto ao abordar o tema sugere a persistência de tabus sociais e estigmas associados, mesmo entre aqueles que entendem sua normalidade biológica.

Nesse contexto, a educação sexual direcionada à formação dos indivíduos em desenvolvimento assume uma importância fundamental. Embora em algumas famílias o diálogo sobre esse tema seja presente, na maioria das vezes, ainda se dá de forma tímida e com pouca abertura para a troca de informações, tornando a escola uma referência essencial no trabalho com a sexualidade (Franzão, 2013).

Fundamentando-se assim, nos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1998), que estipulam que a abordagem da sexualidade deve ser feita de forma transversal, ou seja, integrada em todas as disciplinas. Dentro desse enfoque, os educadores devem considerar a introdução de temas relacionados à sexualidade já nas séries iniciais do ensino fundamental, período em que começam as transformações da adolescência. Além disso, a profundidade e a especificidade desses assuntos devem ajustadas de acordo com o desenvolvimento cognitivo e a idade dos adolescentes.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final das etapas realizadas houve a percepção sobre a importância da realização deste trabalho com todos os alunos, incorporando suas necessidades de aprendizado ao conhecimento fisiológico e científico relacionado a temática. Dessa forma, demonstrou-se a importância do protagonismo dos alunos na construção do conhecimento científico, auxiliando também os alunos a se identificar com sua natureza biológica.

O projeto possibilitou aos alunos se identificarem com as dúvidas de outros colegas e aos pibidianos trabalhar assuntos relacionados a educação sexual com o público alvo.

Além disso, compreendeu-se também a dificuldade dos alunos em se expressar sobre alguns assuntos que são considerados tabus socialmente, o que pode ser desenvolvido ao longo do tempo, bem como o papel da instituição escolar de desenvolver esta temática com os alunos.

## REFERÊNCIAS

BOBEL *et al.* **Menstrual health**: a definition for policy, practice, and research. *Sexual & Reproductive Health Matters*, V 29, 2021. Disponível em: [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8098749/pdf/ZRHM\\_29\\_1911618.pdf](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8098749/pdf/ZRHM_29_1911618.pdf). Acesso em: 23 mar. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.

\_\_\_\_\_. Parâmetros curriculares nacionais: Ciências Naturais. Brasília: MEC, 1998.

CARVALHO, F. A.; BERTOLLI-FILHO, C. **Sexualidade e educação sexual**: enunciações e dispositivos nos contextos de ensino de ciências. Disponível em: <http://www.nutes.ufrj.br/abrapec/viiienpec/resumos/R1652-1.pdf>. Acesso em: 14 out. 2023.

Chauí, M. **Convite à filosofia**. 14<sup>a</sup> ed. São Paulo: Ática, 2010.

FRANZÃO, J. A. K. **Sequência didática para o ensino do ciclo menstrual: uma experiência com alunos do 6º ano do ensino fundamental**. 2013. 147 f. Dissertação (Mestrado em Ensino de Ciência e Tecnologia) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, 2013.

FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (UNFPA). **Pobreza menstrual no Brasil**. 2022. Disponível em: <https://brasil.unfpa.org/sites/default/files/pubpdf/pobrezamenstrualnobrasil.df>. Acesso em: 1 mar 2024.

KAMI, A. T.; VIDIGAL, C. B.; MACEDO, C. DE S. G. **Influência das fases do ciclo menstrual no desempenho funcional de mulheres jovens e saudáveis**. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 24, n. 4, p. 356–362, out. 2017.

MAGAN, E. D. A. *et al.* **Os impactos da pobreza menstrual na saúde das pessoas que menstruam**. *Revista Brasileira de Educação, Saúde e Bem-estar*, v. 1, n. 2, 2022.

PINHO, B. S.; TAYT-SON, D. B. da C. MERCADO EM CICLOS: Um estudo sobre mulheres, menstruação e produtos ecológicos. *In: XLVI Encontro da ANPAD On-line, 2022*. Disponível em: <http://anpad.com.br/uploads/articles/120/approved/a4d5fad84ee90c1308cc37b52135d5db.pdf>. Acesso em: 14 jun 2023.

RATTI, C. R. *et al.* **O tabu da menstruação reforçado pelas propagandas de absorvente**. *In: Intercom—Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação XXXVIII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação—Rio de Janeiro-RJ—4 a. 2015*.

RESSEL, L. B. A influência da família na vivência da sexualidade de mulheres adolescentes. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, 2011.

SAVIANI, D. **Pedagogia histórico-crítica**: primeiras aproximações. 10. ed. Campinas: Autores Associados, 2008.



SCLIAR, M. **História do conceito de saúde**. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 29-41, 2007.

SILVA, D. A. **Abordagem da menstruação nas dissertações de Educação Sexual**: algumas reflexões. Universidade Estadual Paulista - Faculdade de Ciências e Letras. Araraquara, 69 f. 2022.

VIEIRA, E. M. A Medicalização do Corpo Feminino. **Antropologia e Saúde**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 84 p. 2002.