

Pobreza menstrual e a dignidade das pessoas que menstruam

Menstrual poverty and the dignity of people who menstruate

Bianka Jaquetti Macri¹ |  <https://orcid.org/0000-0002-8438-5993>
 Juvêncio Borges Silva¹ |  <https://orcid.org/0000-0001-9403-2713>

Artigo de reflexão

Como citar

Macri BJ, Silva JB. Pobreza menstrual e a dignidade das pessoas que menstruam. Rev Científica Integrada 2025, 8(1):e202501. DOI: <https://doi.org/10.59464/2359-4632.2025.3115>

Conflito de interesses

Não há conflito de interesses.

Enviado em: 20/09/2023

Aceito em: 14/06/2024

Publicado em: 04/02/2025

¹Universidade de Ribeirão Preto. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil.

Autor correspondente

Bianka Jaquetti Macri
 biankajaquetti@hotmail.com

Revista Científica Integrada (ISSN 2359-4632)
<https://revistas.unaerp.br/rci>

RESUMO

A pobreza menstrual é um problema que vem sendo amplamente debatido atualmente. Trata-se, resumidamente, da falta de acesso ao saneamento básico e a itens de higiene pessoal necessários durante o período menstrual, como absorventes e papel higiênico. Esse problema é experienciado pelas pessoas que menstruam que não possuem renda suficiente para arcar com a compra desses produtos. Com a falta deles, essas pessoas acabam utilizando outros meios para lidar com o sangramento desse período, como tecidos e, em casos de miséria mais acentuada, miolo de pão. Por conta disso, o Governo Federal estuda meios de tornar o período menstrual mais digno para as pessoas que menstruam de baixa renda. Esse artigo visa trazer conceitos sobre a menstruação, pobreza menstrual e dignidade menstrual. Apontar dados sobre a pobreza menstrual, bem como as medidas já adotadas para minimizar o sofrimento e resgatar a dignidade das pessoas em situação de miséria que menstruam e abordar possíveis soluções para esse problema.

Palavras-chave: Pobreza menstrual; Dignidade menstrual; Pobreza extrema.

ABSTRACT

Menstrual poverty is a problem that is currently being widely debated. In short, it is the lack of access basic sanitation and personal hygiene items needed during the menstrual period, such as sanitary pads and toilet paper. This problem is experienced by menstruators who don't have enough income to afford these products. Lacking them, they end up using other means to deal with the bleeding during this period, such as tissues and, in cases of greater poverty, breadcrumbs. Because of this, the federal government is studying ways to make menstruation more dignified for people on low incomes. This article aims to introduce concepts about menstruation, menstrual poverty and menstrual dignity. It points to data on menstrual poverty, as well as the measures already adopted to minimize the suffering and rescue the dignity of people in poverty who menstruate and addresses possible solutions to this problem.

Keywords: Menstrual poverty; Menstrual dignity; Extreme poverty.

Introdução

O princípio da dignidade da pessoa humana é um dos fundamentos presentes na Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Segundo esse princípio, todos os seres humanos devem ter seus direitos humanos respeitados, sendo tratados com respeito e tendo acesso a uma vida confortável. Entretanto, algumas pessoas estão em estado de vulnerabilidade e, por isso, têm seus direitos fundamentais violados.

Algumas pessoas que menstruam, por exemplo, não possuem acesso ao saneamento básico, nem a produtos de higiene menstrual e, por isso, recorrem a métodos inadequados para conter o sangramento menstrual. Utiliza-se o termo “pessoas que menstruam” de forma a não excluir homens transsexuais, pessoas não-binárias ou qualquer outro ser humano que tenha útero. Porém, em alguns trechos do relatório feito pela UNICEF sobre pobreza menstrual, foi utilizado apenas a expressão “mulheres” e “meninas”.

Tais pessoas, nessas circunstâncias, ficam expostas a uma situação precária durante o período menstrual e, conseqüentemente, acabam por deixar de realizar certas atividades cotidianas. Suas vidas são imensamente afetadas no período menstrual, meramente por não terem acesso a maneiras de praticar a higiene menstrual. A esse fenômeno é dado o nome de pobreza menstrual.

Nesse artigo, debateremos sobre os tabus que ainda cercam a menstruação. Exporemos, tendo como base estudo feito pela UNICEF, a realidade da pobreza menstrual no Brasil, os impactos da pobreza menstrual na vida das pessoas que menstruam e as medidas que foram e ainda devem ser adotadas pelo Estado para combater a pobreza menstrual.

Método

Trata-se de uma análise crítico-reflexiva sobre o tema “pobreza menstrual”. Foi utilizado o método dedutivo, com base nos estudos de autoras e autores que pesquisam esse tópico. Os textos analisados incluem artigos científicos e matérias jornalísticas cuja temática é desafios sociais enfrentados por pessoas que menstruam durante o período menstrual.

Destaca-se a análise histórica feita com base nos escritos de Sardenberg, Gettleman, Honorato e Ratti e o estudo feito sobre as medidas já adotadas para amenizar o problema da pobreza menstrual, como a Lei nº 14.214/21 que criou a Proteção e Promoção de Saúde Menstrual.

Resultados e Discussão

Menstruação como função biológica natural

A menstruação é um fenômeno natural que ocorre com regularidade no corpo da pessoa nascida biologicamente mulher. Começa durante a puberdade e marca o início do ciclo reprodutivo feminino. Quando as taxas dos hormônios FSH e LH diminuem, o organismo elimina o endométrio, já que não houve fecundação. Esse processo dura de 3 a 7 dias e acontece em ciclos de, em média, 28 dias¹.

O período da menstruação pode ser bastante desconfortável. As pessoas que menstruam podem ter cólicas e inchaço do ventre. Além de poderem sentir dor nos seios, nas costas e nas pernas. Por conta da variação hormonal, pode haver, também, irritabilidade, tristeza sem motivo aparente e cansaço¹. A menstruação foi um assunto tido, por muitos anos, como polêmico. Os tabus que a cercam persistem até hoje.

Histórico de aceitação da menstruação

O sangue menstrual, devido à falta de informação sobre o assunto, é tido como sujo e não são raras as reações de nojo a seu respeito. Conseqüentemente, menstruar pode ser causa de vergonha para a pessoa. Em muitas sociedades, o mênstruo foi considerado um agente poluidor e, até mesmo, maligno. Na Grécia Antiga, por exemplo, acreditava-se que o olhar de uma mulher menstruada seria capaz de hipnotizar um terceiro. Por conta disso, restrições eram impostas às pessoas menstruadas².

Algumas dessas restrições persistem hodiernamente. Há, em algumas culturas, a impossibilidade da pessoa menstruada circular em sociedade, como ocorre com as mulheres da região rural do Nepal. Nas aldeias perto do Himalaia, as mulheres são retiradas de casa todos os meses durante o período menstrual. Elas ficam em cabanas muito pequenas feitas de barro ou de pedras, que eram construídas pelas próprias mulheres. A morte de mulheres durante o *chhaupali* – expressão nepalesa que significa “alguém que tem impurezas” – não é evento raro, uma vez que elas ficam expostas ao frio, à fumaça e a ataques de animais. Acredita-se que as pessoas em contato com mulheres menstruadas atraem má-sorte a si mesmas³.

Alguns rituais realizados no período menstrual envolvem a alimentação da pessoa. O povo Apinayé, por exemplo, tinha o costume de isolar a esposa menstruada e seu marido. O casal apenas poderias

comer beiju. A segregação dos casais da comunidade Apinayé ocorria somente durante o primeiro período menstrual da mulher. Nas menstruações subsequentes, apenas a esposa era isolada e tinha a alimentação restringida. As relações sexuais da mulher também eram restringidas nesse período. Os tabus alimentares, isto é, superstições sobre o alimento que a pessoa menstruada pode preparar ou ingerir são bastante comuns no Brasil².

Em uma região de Alagoas, em 1979, acreditava-se que a mulher menstruada não poderia ingerir alimentos como mamão, abacaxi, limão e quiabo, por serem comidas frias. Também não poderiam beber leite, já que poderia “dar fungos”. Alimentos azedo e coco também deveriam ser evitados, pois fariam mal à saúde. Além da alimentação, a mulher não deveria costurar em pé e nem montar a cavalo². Atualmente, a menstruação ainda é um assunto marcado por tabus.

Em uma pesquisa realizada em 2018, apontou-se que 43% das mulheres brasileiras já receberam recomendações para não andar sem calçados durante o período menstrual; 31% para evitarem lavar os cabelos e algumas receberam instruções para não fazer bolos. A pesquisa mostra, ainda, que a menstruação é tida como uma situação vergonhosa por muitas brasileiras. Das entrevistadas, 39% afirmaram pedir absorventes emprestados como se fosse um segredo e outras confessaram tentar esconder que estão menstruadas⁴.

Alguns estereótipos ainda são reforçados em propagandas de absorventes. Essas peças publicitárias tendem a mostrar mulheres elegantes, jovens e bem-dispostas, sempre evitando demonstrar que estão menstruadas. Os possíveis vazamentos de sangue nas roupas devem ser evitados a qualquer custo, pois são vexatórios e afastam a elegância da mulher. O sangue menstrual é representado por um líquido azul e as palavras “sangue” e “menstruação” são evitadas. Algumas marcas apresentam seus produtos como sendo “uma chance” para as pessoas que menstruam serem felizes “naqueles dias”, reforçando a ideia de ser o período menstrual um momento negativo¹.

Menstruação para os grupos invisibilizados

Homens trans e pessoas não binárias que menstruam são negligenciados no sistema de saúde, o que coloca em risco o direito desses grupos sociais à dignidade menstrual⁵. A temática “menstruação” é, com grande frequência, associada à feminilidade e as pessoas transvestigêneres são excluídas dos debates

e dos cuidados legislativos. O termo “transvestigêneres” foi cunhado pela vereadora do município de São Paulo Érika Hilton, mulher negra e transsexual conhecida por seu ativismo político pelos direitos da comunidade LGBT e pelos direitos dos negros. A expressão tem por objetivo de unir as identificações “trans”; “travesti” e “transgênero”^{6 7}.

Outra parte da população muito suscetível à pobreza menstrual é a população carcerária. Os presídios brasileiros não possuem infraestrutura básica, nem disponibilidade de produtos de higiene íntima e menstrual para garantir a dignidade menstrual da pessoa encarcerada que menstrua. A falta de itens para a manutenção da higiene íntima é tamanha que, em alguns presídios, é de responsabilidade da pessoa presa providenciá-los. Ou seja, caso o preso que menstrua não conte com o auxílio de sua família, ficará sem acesso a produtos de higiene menstrual. Algumas penitenciárias fornecem pequenos pacotes de absorventes, mas, caso o detento que menstrua tenha um fluxo menstrual intenso, acaba tendo que recorrer a miolo de pão para improvisar um absorvente interno⁸.

Além disso, em alguns presídios, o kit de higiene distribuído para os detentos era o mesmo tanto para pessoas com útero quanto para pessoas sem. Os presos que menstruam recorrem, então, a pedaços de jornal, papel higiênico, tecidos e, como mencionado no parágrafo anterior, miolo de pão para tentar conter o sangramento menstrual⁹.

Definição de pobreza menstrual

Segundo o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF):

A pobreza menstrual se refere a inúmeros desafios de acesso a direitos e insumos de saúde. Estes desafios representam, para meninas, mulheres, homens trans e pessoas não binárias que menstruam, acesso desigual a direitos e oportunidades, o que contribui para retroalimentar ciclos transgeracionais de inequidades de gênero, raça, classe social, além de impactar negativamente a trajetória educacional e profissional¹⁰.

A pobreza menstrual é um fenômeno social complexo, composto por alguns fatores relevantes. São eles: falta de banheiros em boas condições de uso e de saneamento básico; tabus sobre o “tema menstruação”, o que pode levar a exclusão social das pessoas que menstruam; informações escassas sobre

saúde menstrual; impossibilidade de ter acesso a materiais de higiene íntima para período menstrual, como absorventes e coletores menstruais; e falta de acesso a medicamentos para controlar/amenizar problemas menstruais. Em algumas situações, a situação financeira é tão precária que a pessoa menstruada não tem acesso a sabonetes e papel higiênico. A tributação dos produtos utilizados durante o período menstrual também colabora para que ocorra a pobreza menstrual¹⁰.

A pobreza menstrual causa efeitos negativos na vida das pessoas que menstruam, prejudicando seu pleno desenvolvimento. Quando há escassez de produtos de higiene íntima, a pessoa menstruada acaba por utilizar meios pouco higiênicos e improvisados para conter o sangue, como o uso de tecidos velhos, papel de jornal e até miolo de pão. Certas pessoas, em alguns casos, não conseguem trocar o absorvente descartável com regularidade por conta do preço do material. Em algumas famílias de baixa renda, produtos para higiene no período menstrual são considerados bens supérfluos e, portanto, não ocupam espaço significativo no orçamento familiar¹⁰.

Física e biologicamente, a pobreza menstrual pode causar problemas para a pessoa que menstrua, desde irritações na pele da região íntima e infecções vaginais, até à Síndrome do Choque Tóxico, condição de saúde que pode levar à morte. Antigamente, a síndrome do choque tóxico era associada aos absorventes internos, já que sua composição, quando em contato por muito tempo com o sangue acumulado, favorecia a proliferação de bactérias. Modernamente, após a mudança da composição desse utensílio de higiene para o período menstrual, desenvolver a síndrome do choque tóxico por conta de um absorvente é pouco provável, mas ainda é possível¹¹.

No âmbito emocional, a pessoa pode ser acometida de estresse, desconforto e insegurança, aumentando a discriminação já recorrente contra essa parcela da sociedade. Prejudica, também, o bem-estar, já que essas pessoas, temendo vazamentos de sangue, deixa de praticar atividades de lazer. Ademais, existem pesquisas, apontando a pobreza menstrual como causa de aumento da taxa de exclusão escolar. O documento da UNICEF atenta que a literatura sobre o tema apresenta alguns resultados conflitantes¹⁰.

Pessoas no período da adolescência são as mais afetadas pela pobreza menstrual, tanto pelo desconhecimento da importância da higiene menstrual para a saúde, quanto pela dependência

dos pais ou familiares para a compra do absorvente e, por estarem ainda frequentando o ensino fundamental ou médio, o desempenho escolar tende a cair. Dados da Organização das Nações Unidas apontam que uma em cada dez meninas não frequentam às aulas durante o período menstrual. No Brasil, por falta de absorventes, uma em cada quatro meninas faltou à escola⁹.

A Organização das Nações Unidas considera, desde 2014, a pobreza menstrual como questão de saúde pública e a higiene menstrual como um direito das pessoas que menstruam. Não é um problema presente apenas em países com baixo índice de desenvolvimento humano (IDH). Países como um IDH considerado alto, se contarem com um grau elevado de desigualdade social, podem sofrer desse mal¹². O Brasil é um exemplo dessa situação.

A pobreza menstrual no Brasil

As adolescentes brasileiras que menstruam são os mais atingidos pela pobreza menstrual, pois não possuem meios de manter sua higiene menstrual; têm pouco conhecimento sobre o funcionamento de seus corpos; e, geralmente, possuem ciclos menstruais irregulares. O estudo feito pela UNICEF sobre pobreza menstrual no Brasil aponta que, se estivessem no ano escolar adequado para a idade, cada jovem que menstrua passaria de 3 a 7 anos de vida escolar menstruando. O relatório aponta para a importância de se conhecer esses números, pois, assim, políticas públicas podem ser elaboradas para viabilizar ou tornar mais fácil a experiência de menstruar quando em âmbito escolar¹⁰.

As escolas brasileiras, de forma geral, não se mostram aptas para receber jovens que menstruam. O estudo da UNICEF aponta para a falta de banheiros em condições de uso em muitas escolas. Cerca de 321 mil alunos que menstruam (3,0% do total) estudam em escolas sem banheiros em condições de uso. Na região Nordeste está concentrada a maior parte desse número, sendo 121 mil (37,8%) o total de estudantes que menstruam e não possuem acesso a banheiros nas escolas. Na região Norte, a porcentagem de adolescentes que menstruam sem acesso a banheiros escolares é de 8,4%¹⁰.

Com relação ao acesso a papel higiênico nos banheiros escolares, o levantamento da UNICEF apontou que:

Estima-se que no Brasil 1,24 milhão de meninas, 11,6% do total de alunas, não tenham a sua disposição papel higiênico

nos banheiros das escolas em que estudam; dentre essas meninas, 66,1% são pretas/pardas. Quando analisamos a situação das meninas negras em comparação com as meninas brancas, o risco relativo de uma menina negra estudar em uma escola que não tenha acesso à papel higiênico nos banheiros é 51% maior do que para meninas brancas. Ao compararmos as grandes regiões do país, notamos que proporcionalmente a cada 10 meninas da região Sudeste que não tem papel higiênico disponível, existem 23 na mesma condição na região Centro-Oeste. E ainda usando a região Sudeste como referência, o risco relativo de que uma menina da região Norte não tenha este insumo nos banheiros da escola é de impressionantes 271% a mais¹⁰.

Aproximadamente 652 mil estudantes que menstruam não possuem acesso a pias ou lavatórios em suas escolas. 3,5 milhões estudam em escolas em que não há sabão para a lavagem correta das mãos. Vale ressaltar que, desse número, 62,6% são pretos ou pardos. A maior parte dos estudantes sem acesso a sabão nas escolas está localizada na região Norte e Centro-Oeste. Quase 200 mil jovens que menstruam estudam em escolas incapazes de proporcionar condições mínimas de higiene durante o período menstrual¹⁰.

O relatório da UNICEF traz, ainda, o número de abstenção escolar de adolescentes que menstruam. Os dados são de 2013 e apontam:

Entre as meninas de 10 a 19 anos que deixaram de fazer alguma atividade (estudar, realizar afazeres domésticos, trabalhar ou até mesmo brincar) por problemas de saúde nos 14 dias anteriores à data da pesquisa, 2,88% delas deixaram de fazê-lo por problemas menstruais, apontado como o principal motivo de saúde para tal. Como comparativo, somando as causas relacionadas à gravidez e parto, temos 2,55% das meninas que relataram não ter conseguido realizar alguma de suas atividades nos últimos 14 dias¹⁰.

Fora do ambiente escolar, os números apontam condições para a prevalência da pobreza menstrual. Cerca de 632 mil jovens que menstruam moram em lares sem acesso a banheiros. Jovens que estudam em escolas públicas possuem 20 vezes mais chances

de morarem em lares sem acesso a banheiros do que jovens estudantes de escolas particulares¹⁰.

Sobre saneamento básico, 6,5 mil jovens que menstruam moram em lares no quais o escoamento de água não está ligado à rede de esgoto. Usa-se, nesses casos, valas e fossas não ligadas à rede de esgoto. O estudo aponta que pessoas negras estão mais suscetíveis à essa situação¹⁰.

Dados mostram que 20% dos jovens brasileiros que menstruam não contam com coleta de lixo em suas residências. Essas famílias podem eliminar o lixo produzido levando-o até caçambas; enterrando-o na própria propriedade; despejando-o em terreno baldio; ou queimando-o. Lembrando que a possibilidade de descarte correto do lixo é fundamental para se obter a dignidade menstrual¹⁰.

Com relação à alimentação, 50% dos jovens que menstruam estão em lares com certo grau de insegurança alimentar. 6,81% estão em situação de insegurança alimentar grave. Nesses domicílios, como há escassez de comida, a compra de alimentos é priorizada e, por isso, gastos com produtos para higiene menstrual são diminuídos ou excluídos¹⁰.

Princípio da dignidade da pessoa humana

A dignidade para os seres humanos é formada por diversos direitos essenciais existenciais compartilhados por todas as pessoas, como o direito à liberdade e à igualdade. O direito à dignidade da pessoa humana dispensa requisitos para se fazer existir, uma vez que basta a existência da pessoa humana para esse direito se fazer valer. Todos os seres humanos, mesmo sem autoconsciência e ou conhecimento da própria existência, devem usufruir desse direito¹³.

A Constituição Brasileira de 1988 tem como uma de suas bases o princípio da dignidade da pessoa humana. O artigo 227 da Carta Magna estabelece como dever do Estado; da família; e da sociedade garantir o acesso da criança e do adolescente à saúde; à educação; à profissionalização; à vida; à liberdade; ao respeito; à convivência familiar e comunitária; à cultura; ao lazer; e à dignidade. Além disso, assegura o direito da criança e do adolescente em ser livre de opressão; violência; crueldade; e exploração¹⁴. É importante lembrar, também, que o artigo 15 do Estatuto da Criança e do Adolescente aduz: “A criança e o adolescente têm direito à liberdade, ao respeito e à dignidade como pessoas humanas em processo de desenvolvimento e como sujeitos de direitos civis, humanos e sociais garantidos na Constituição e nas leis”¹⁵.

A expressão “dignidade da pessoa humana”, presente nos dois textos legais acima mencionados, faz referência aos direitos fundamentais de conforto e bem-estar conquistados pela humanidade ao longo dos anos. Sobre esse assunto, ensina Eduardo Bittar:

Só há dignidade, portanto, quando a própria condição humana é entendida, compreendida e respeitada em suas diversas dimensões, o que impõe, necessariamente, a expansão da consciência ética como prática diuturna de respeito à pessoa humana. Trata-se de um ideal, e como todo ideal, um objetivo antevisto a ser atingido, mas nem por isso um ideal utópico, porque se encontra na estrita dependência dos próprios seres humanos, podendo-se consagrar como sendo um valor a ser perseguido e almejado, simplesmente porque (parodiando Nietzsche), se trata de algo “humano, demasiado humano”¹⁶.

É, também, uma expressão que abrange todos os direitos humanos ou, quando em âmbito privado, direitos da personalidade¹⁶.

Medidas já adotadas para minimização dos sofrimentos causados pela pobreza menstrual às pessoas que menstruam

Como visto, diversos são os fatores responsáveis por causar e/ou agravar a pobreza menstrual e, conseqüentemente, muitas são as formas de ação para combatê-la. A forma mais rápida de se amenizar os transtornos causados pela pobreza menstrual é a distribuição gratuita de absorventes descartáveis. Em 2019, a sugestão (SUG) 43/2019 recebeu parecer favorável pelo Senado Federal. O texto estabelece que absorventes internos e externos, calcinhas absorventes e coletores menstruais devem ser distribuídos, de forma gratuita, em postos de saúde e unidades prisionais brasileiras⁹.

Em 2021, foi sancionada a Lei nº 14.214/21, responsável por instituir o “Programa de Proteção e Promoção de Saúde Menstrual” e propor a inclusão de absorvente íntimo higiênico nas cestas básicas entregues pelo Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN). Entretanto, a oferta de absorventes para mulheres e meninas de baixa renda foi vetado pelo então Presidente da República, Jair Messias Bolsonaro, com a justificativa de ser obrigatório o veto, pois a Lei nº 14.214/21 não menciona as fontes de custeio, podendo, assim, violar

a lei de responsabilidade fiscal. O texto original da referida lei aponta que os recursos seriam retirados do orçamento do Ministério da Saúde¹⁷.

Alguns estados da Federação já sancionaram leis semelhantes para o combate à pobreza menstrual. No Rio de Janeiro, por exemplo, absorventes serão distribuídos nas cestas básicas fornecidas pelo estado. No Amazonas, no Maranhão e em São Paulo, os absorventes serão distribuídos gratuitamente nas escolas públicas. No Ceará existe projeto semelhante que aguarda sanção do governo do estado⁹.

Em 18 de março de 2022, foi promulgada a lei que cria a Proteção e Promoção de Saúde Menstrual. Com isso, mulheres que estão em situação de vulnerabilidade, encarceradas, ou que frequentem o ensino fundamental e médio podem receber, gratuitamente, absorventes para a manutenção da higiene pessoal durante o período menstrual. A derrubada do veto do então Presidente Jair Bolsonaro ocorreu após grande mobilização das parlamentares do Congresso Nacional e de organizações da sociedade civil¹⁸.

Conclusão

Diversos são os pilares que provocam e agravam a pobreza menstrual. Por conta da falta de dinheiro para comprar produtos para higiene menstrual e da inexistência de banheiros aptos para a manutenção da higiene menstrual, muitas pessoas que menstruam enfrentam problemas para conseguir manter sua dignidade menstrual.

Com a falta de recursos para obter absorventes, internos e externos, ou coletores menstruais, descartáveis ou reutilizáveis, muitas pessoas que menstruam optam por meios improvisados para conter o sangramento menstrual, como utilizar miolo de pão; tecidos; papel higiênico e pedaços de jornal. Outras condições agravam o problema, como a ausência de banheiros em condição de uso; os tabus que cercam o assunto “menstruação”; saneamento básico escasso em grande parte do Brasil; renda mensal baixa das famílias brasileiras; escolas com poucos recursos e péssima estrutura básica; e insegurança alimentar.

Ao recorrer a tais meios, a pessoa que menstrua sofre um tipo de humilhação, pois não podem usufruir de meios adequados e mais confortáveis de lidar com o natural período menstrual. Muitas delas deixam de participar de eventos sociais obrigatórios, como ir à escola ou ir ao trabalho, e, também, privam-se de atividades de lazer, como, por exemplo, encontro com amigos.

Por conta disso, a pessoa que menstrua, quando em situação de pobreza menstrual, torna-se vulnerável e tem seu direito à dignidade ferido, pois é submetida a situações degradantes e tem seu acesso ao lazer e a educação comprometidos. Tal situação claramente viola o direito à dignidade, exposto na Constituição Federal e, também, no Estatuto da Criança e do Adolescente.

Para abrandar essa situação, a distribuição gratuita de produtos para higiene menstrual é precisa e importante, já que, dessa forma, todas as pessoas que menstruam poderão utilizar métodos higiênicos para a contenção do sangramento. Entretanto, essa não é a única medida a ser tomada para acabar com a pobreza menstrual. Seria necessário, também, forte investimento em saneamento básico e na infraestrutura das escolas, além de desmistificar a menstruação, fornecendo nas escolas informações sobre o período menstrual e auxiliando os jovens que menstruam a lidar com a menstruação. Medidas para aumentar a renda média das famílias brasileiras é, de igual forma, fundamental. Se essas medidas forem tomadas, a pobreza menstrual será eficazmente combatida e as pessoas que menstruam poderão usufruir, neste âmbito, da totalidade de seu direito à dignidade.

Referências

1. RATTI, CR *et al.* O tabu da menstruação reforçado pelas propagandas de absorvente. Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. XXXVIII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação – Rio de Janeiro - RJ – 4 a 7/9/2015. Disponível em: <https://portalintercom.org.br/anais/nacional2015/resumos/R10-0436-1.pdf>. Acesso em: 11 jan. 2022.
2. SARDENBERG, CMB. “De sangrias, tabus e poderes: a menstruação numa perspectiva sócio-antropológica.” Estudos Feministas, vol. 2, no. 2, Instituto de Estudos de Gênero da Universidade Federal de Santa Catarina, 1994, pp. 314-44. Disponível em: <http://www.jstor.org/stable/43903673>. Acesso em: 12 jan. 2022.
3. GETTLEMAN, J. Superstição sobre menstruação isola mulheres e causa mortes no Nepal. Folha de São Paulo. 25 jun. 2018. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/mundo/2018/06/supersticao-sobre-menstruacao-isola-mulheres-e-causa-mortes-no-nepal.shtml>. Acesso em: 17 jan. 2022.
4. HONORATO, L. Menstruação ainda é tabu entre as brasileiras, aponta pesquisa. Estadão. 28 ago. 2018. Disponível em: <https://emails.estadao.com.br/noticias/comportamento,menstruacao-ainda-e-tabu-entre-brasileiras-aponta-pesquisa,70002327652>. Acesso em: 18 jan. 2022.
5. ZILAH, D. *et al.* Pobreza menstrual. Centro Universitário UNA. Belo Horizonte, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/20436/1/Relat%c3%b3rio%20-%20Pobreza%20Menstrual%20formatado.pdf>. Acesso em: 23 jan. 2022.
6. DINIZ, B. O que as pessoas trans têm a ver com pobreza menstrual. A verdade. 20 out. 2021. Disponível em: <https://averdade.org.br/2021/10/o-que-pessoas-trans-tem-a-ver-com-pobreza-menstrual/>. Acesso em: 23 jan. 2022.
7. GONZALEZ, M. Resistência e identidade: por que elas preferem ser chamadas de travestis. Uol. 05 abr. 2021. Disponível em: <https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2021/04/05/por-que-mulheres-trans-preferem-se-apresentar-como-travestis.htm>. Acesso em: 23 jan. 2022.
8. SILVA, ABA. Presos que menstruam: A invisibilidade das mulheres privadas de liberdade na sociedade brasileira. 2021. 69 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de licenciatura em letras) - Universidade Federal de Campina Grande, Campina Grande, Paraíba, 2021. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/bitstream/riufcg/20258/1/ANA%20BEATRIZ%20AQUINO%20DA%20SILVA%20-%20TCC%20LETRAS%20LING.%20PORT.%20E%20LINGUA%20FRANCESA%202021.pdf>. Acesso em: 24 jan. 2022.
9. LIMA, P. O que é pobreza menstrual e por que ela afasta estudantes das escolas. Agência Senado. 29 jul. 2021. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2021/07/o-que-e-pobreza-menstrual-e-por-que-ela-afasta-estudantes-das-escolas>. Acesso em: 14 jan. 2022.
10. UNICEF. Pobreza menstrual no Brasil: Desigualdade e violações de direitos. Maio, 2021. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf. Acesso em: 12 jan. 2022.

11. VARELLA, M. Absorventes internos e a Síndrome do Choque Tóxico. Drauzio Varella, 2015. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/mulher-2/absorventes-internos-e-a-sindrome-do-choque-toxico/>. Acesso em: 14 jan. 2022.
12. PERES, Ana Cláudia. Pobreza menstrual. 19 nov. 2021. Disponível em: <https://radis.ensp.fiocruz.br/index.php/home/entrevista/pobreza-menstrual>. Acesso em: 16 jan. 2022.
13. ANDRADE, AGC. O princípio fundamental da dignidade humana e sua concretização judicial. Revista da EMERJ, v. 6, n. 3, p. 316-335, 2003. Disponível em: https://www.emerj.tjrj.jus.br/revistaemerj_online/edicoes/revista23/revista23_316.pdfAcesso em: 28 jan. 2022.
14. BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 22 jan. 2022.
15. BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 23 jan. 2022.
16. BITTAR, E. Ética, Cidadania e Constituição: o direito à dignidade e à condição humana. Revista Brasileira de Direito Constitucional – RBDC, n. 8, 2006, p. 125-155. Disponível em: <http://esdc.com.br/seer/index.php/rbdc/article/view/108>. Acesso em: 22 jan. 2022.
17. MIGALHAS QUENTES. Veto de Bolsonaro mantém mulheres em pobreza menstrual; entenda. Migalhas. 9 out. 2021. Disponível em: <https://www.migalhas.com.br/quentes/352943/veto-de-bolsonaro-mantem-mulheres-em-pobreza-menstrual-entenda>. Acesso em: 28 jan. 2022.
18. AGÊNCIA SENADO. Promulgada lei para a distribuição de absorventes às mulheres de baixa renda. Senado Notícias. 18 mar. 2022. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2022/03/18/promulgada-lei-para-distribuicao-de-absorventes-as-mulheres-de-baixa-renda>. Acesso em: 29 ago. 2022.
19. SÃO PAULO. Lei nº 17.574, de 12 de julho de 2021. Institui o Programa de cuidados com as estudantes nas escolas da Rede Municipal de Ensino de São Paulo. Disponível em: [https://legislacao.prefeitura.sp.gov.br/leis/lei-17574-de-12-de-julho-de-2021#:~:text=Institui%20o%20Programa%20de%20cuidados,de%20Ensino%20de%20S%C3%A3o%20Paulo.&text=21%2C%20do%20Executivo\)-,Institui%20o%20Programa%20de%20cuidados%20com%20as%20estudantes%20nas%20escolas,de%200Ensino%20de%20S%C3%A3o%20Paulo.&text=%C2%A7%201%C2%BA%20A%20cesta%20de,para%20o%20uso%20das%20estudantes](https://legislacao.prefeitura.sp.gov.br/leis/lei-17574-de-12-de-julho-de-2021#:~:text=Institui%20o%20Programa%20de%20cuidados,de%20Ensino%20de%20S%C3%A3o%20Paulo.&text=21%2C%20do%20Executivo)-,Institui%20o%20Programa%20de%20cuidados%20com%20as%20estudantes%20nas%20escolas,de%200Ensino%20de%20S%C3%A3o%20Paulo.&text=%C2%A7%201%C2%BA%20A%20cesta%20de,para%20o%20uso%20das%20estudantes). Acesso em: 23 jan. 2022.
20. BRASIL. Lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021. Institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual; e altera a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, para determinar que as cestas básicas entregues no âmbito do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (Sisan) deverão conter como item essencial o absorvente higiênico feminino. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2021/Lei/L14214.htm#:~:text=L14214&text=Institui%20o%20Programa%20de%20Prote%C3%A7%C3%A3o,essencial%20o%20absorvente%20higi%C3%AAnico%20feminino. Acesso em: 29 ago. 2022.

Contribuições do autor

Todos os autores foram responsáveis pela concepção, redação e aprovação da versão final do artigo.

Editor chefe

José Cláudio Garcia Lira Neto

Copyright © 2025 Revista Científica Integrada.

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da licença Creative Commons CC BY. Esta licença permite que terceiros distribuam, remixem, modifiquem e desenvolvam seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe dêem crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. Recomenda-se maximizar a divulgação e utilização de materiais licenciados.