



Saúde menstrual: uma análise de experiências entre adolescentes escolares

Menstrual health: an analysis of experiences among school-aged adolescents

Salud menstrual: análisis de las experiencias de adolescentes en edad escolar

Como citar este artigo:

Adomaitis JCO, Stofel NS, Silva MGF, Santos VC, Borges FA, Carlos DM, Farias BLS, Ogata MN, Monterio JCS. Menstrual health: an analysis of experiences among school-aged adolescents. Rev Esc Enferm USP. 2025;59:e20250003. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2025-0003en>

- Jennifer Caroline de Oliveira Adomaitis¹
 Natália Sevilha Stofel¹
 Maria Gabriele Formis Silva¹
 Vivian Campos Santos¹
 Flávio Adriano Borges¹
 Diene Monique Carlos²
 Bruna Luana de Souza Farias³
 Márcia Niituma Ogata³
 Juliana Cristina dos Santos Monteiro²

¹ Universidade Federal de São Carlos, Departamento de Enfermagem, São Carlos, SP, Brasil.

² Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, SP, Brasil.

³ Universidade Federal de São Carlos, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, São Carlos, SP, Brasil.

ABSTRACT

Objective: To understand the perceptions of school adolescents about the menstrual cycle. **Method:** This was an exploratory mixed-methods study conducted at a State Technical School in the state of São Paulo. Descriptive statistical analysis was performed for the quantitative data, and Iramuteq software was used for the qualitative data. The findings were compared with the principles of Reproductive Justice. **Results:** Thirty-four adolescents participated in this study. It was found that 17% had difficulty purchasing sanitary pads, 88% felt insecure when menstruating, and 53% had missed school because they were menstruating. All stated that they had learned about menstruation at school. Five thematic categories emerged: 1) Challenges of Menstruation at School; 2) Education and Conversations about Menstruation in the Family Environment; 3) Support and Counseling; 4) Physical and Practical Difficulties of Menstruation; 5) Shame and Stigmatization. **Conclusion:** The research reveals that menstruation significantly impacts the lives of adolescents, causing insecurity and absenteeism. Schools play a significant role in disseminating information on the subject, and the data obtained point to the need to broaden the debate and reduce stigma.

DESCRIPTORS

Adolescent; Menstruation; School.

Autora correspondente:

Natália Sevilha Stofel
Rod. Washington Luis, s/n
13565-905 – São Carlos, SP, Brasil
natalia.stofel@ufscar.br

Recebido: 03/02/2025
Aprovado: 03/11/2025

INTRODUÇÃO

A menstruação, embora seja um processo fisiológico, é frequentemente acompanhada não apenas por desconfortos físicos e mudanças emocionais, mas também por estigmas, sendo considerada um tabu. Em diversas culturas, há uma tendência a associar a menstruação a algo impuro ou negativo⁽¹⁾. O patriarcado, enquanto normalizador dos corpos e comportamentos sociais, ao incidir sobre o ciclo menstrual, produz e reproduz desinformações, criando olhares pejorativos, colocando a menstruação em um lugar que desperta nojo⁽²⁾. Ter essa visão associada ao corpo biologicamente feminino, segrega ainda mais as pessoas que menstruam⁽³⁾.

A pobreza menstrual refere-se à dificuldade ou falta de acesso a produtos de manejo essenciais durante o período menstrual, bem como à indisponibilidade de locais adequados para utilizá-los. Isso inclui a ausência de serviços básicos de saneamento e a limitação no acesso a informações sobre a menstruação⁽⁴⁾. Em essência, pobreza menstrual é um grave problema social que reflete as desigualdades sociais e de gênero, especialmente ao compararmos o alto custo dos produtos de manejo menstrual com outros itens de cuidados pessoais⁽⁵⁾. A menstruação é invisibilizada, fazendo com que não seja discutida, e os problemas não são observados, no entanto eles não desaparecem e atingem de forma intensa as pessoas que são mais vulnerabilizadas⁽⁶⁾.

Além da dificuldade de acesso a produtos e da falta de infraestrutura, é importante considerar que a menstruação envolve uma série de necessidades relacionadas à saúde física, emocional e social. O conceito de saúde menstrual é definido como um estado de bem-estar físico, mental e social em relação ao ciclo menstrual, e não apenas a ausência de doenças ou enfermidades. Essa abordagem amplia o olhar para além das condições materiais, incluindo também o direito à informação sobre a menarca, ao acesso a espaços seguros e privados para cuidar da higiene menstrual e à possibilidade de participação plena em atividades educacionais, sociais e profissionais durante o período menstrual⁽⁷⁾.

Reconhecer a saúde menstrual como um direito fundamental implica considerar que tanto a pobreza menstrual quanto a falta de cuidados adequados à saúde menstrual contribuem para impactos negativos na vida das pessoas que menstruam, entre os impactos gerados, um dos mais significativos é o absenteísmo escolar. Segundo dados do estudo do Fundo de Populações das Nações Unidas (UNFPA), uma em cada 10 meninas faltam à escola quando está menstruada⁽⁸⁾. No Brasil, segundo dados do guia de implementação do Programa de Dignidade Menstrual, uma em cada quatro meninas se ausenta da escola quando está menstruada por não conseguir comprar absorventes; cerca de 4 milhões de meninas sofrem com pelo menos uma privação de recursos nas escolas (acesso a absorventes e/ou instalações básicas, tais como banheiros e sabonetes), além disso, somente 20% das alunas sentiam-se bem informadas quando vivenciaram sua primeira menstruação⁽⁹⁾.

A falta de informação e acesso a produtos de manejo menstrual, aliada a preconceitos e dificuldades, gera desconforto, constrangimento e até bullying, resultando na exclusão das meninas de diversas atividades cotidianas e impactando negativamente seu rendimento escolar e profissional, em comparação com

pessoas que não menstruam⁽¹⁰⁾. Além disso, os estigmas fazem com que as meninas evitem trocar o absorvente na escola, o que compromete sua saúde física. A “etiqueta menstrual” também reforça a ideia de que não se deve falar abertamente sobre menstruação, o que prejudica a autoestima e a confiança das meninas. Esse estigma é fundamentado na concepção de que o sangue menstrual é sujo ou impuro, algo a ser evitado⁽¹¹⁾.

Outros fatores que contribuem para o absenteísmo são os sintomas físicos associados à menstruação, como a dismenorreia, que se caracteriza por cólicas menstruais intensas de origem uterina, um dos estudos indica que essa condição afeta até 95% das mulheres que menstruam⁽¹²⁾; a Síndrome Pré-Menstrual, caracterizada por um conjunto de manifestações físicas, emocionais e comportamentais que surgem durante a fase lútea do ciclo menstrual (geralmente na semana anterior à menstruação) e tendem a desaparecer com o início do sangramento menstrual⁽¹³⁾.

Além dos sintomas físicos, a menstruação também gera impactos emocionais significativos. Um estudo transversal conduzido no Japão em 2022, com 198 estudantes do ensino médio, revelou que os sintomas menstruais, como dor intensa (dismenorréia), impacto nas atividades cotidianas, menstruação inesperada e necessidade frequente de medicação analgésica, estavam fortemente associados a escores mais baixos de qualidade de vida, especialmente nos aspectos relacionados à saúde mental⁽¹⁴⁾. Os impactos desses sintomas são profundos e podem comprometer a qualidade de vida, interferindo nas atividades diárias e levando à exclusão escolar, profissional e social. Apesar de sua alta prevalência, muitas pessoas enfrentam um suporte de saúde insuficiente ou desumano⁽¹⁵⁾.

A realidade de que cerca de 800 milhões de pessoas menstruam todos os dias em todo o mundo revela a magnitude da questão, tornando evidente que é necessário um sistema de políticas públicas que garanta o acesso a produtos de higiene, educação adequada sobre a saúde menstrual, e infraestrutura de saneamento e água⁽¹⁶⁾. Além disso, o estigma e os tabus associados à menstruação, bem como a falta de manejo adequado para a sintomatologia do período, são questões que só podem ser abordadas por meio de políticas que promovam a igualdade de gênero, a inclusão e o respeito pelos direitos humanos⁽¹⁷⁾.

Assim, diante da escassez da abordagem da temática e os impactos que ela gera, o presente trabalho teve como objetivo compreender as percepções de adolescentes escolares sobre o ciclo menstrual.

MÉTODO

TIPO DE ESTUDO

Tratou-se de uma pesquisa de métodos mistos, descritivo, analítico e exploratório de abordagem quanti-qualitativa definida seguindo a recomendação da *Mixed Methods Appraisal Tool* (MMAT)⁽¹⁸⁾, uma vez que a complexidade do fenômeno estudado requereu complementaridade dos métodos⁽¹⁹⁾. Assim, foi primeiramente realizada a coleta de dados quantitativa e na sequência, uma qualitativa.

LOCAL

O presente estudo foi realizado em uma Escola Técnica Estadual (ETEC) em um município de pequeno porte, no

interior do estado de São Paulo, Brasil. A ETEC oferece cinco cursos técnicos integrados aos três anos do ensino médio, em 2023, o total de matrículas era de 215 estudantes.

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO E DEFINIÇÃO DA AMOSTRA

Foram critérios de inclusão: adolescentes (com idade de 12 a 18 anos completos, segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente) que já tivessem passado pela menarca e regularmente matriculadas na escola. Como critérios de exclusão foram elencados: adolescentes que não conseguissem compreender as instruções ou o conteúdo da pesquisa, seja por barreiras linguísticas, cognitivas ou de comunicação; e adolescentes que, no momento da coleta, estivessem gestantes. Para a seleção das adolescentes, houve inicialmente uma reunião com a coordenação pedagógica da ETEC, que elencou alguns horários e turmas que julgaram que a pesquisa era mais pertinente, de acordo com as demandas prévias que chegavam aos docentes. As adolescentes das turmas previamente elencadas foram então convidadas a participar em um encontro realizado na escola, no qual uma das pesquisadoras apresentou o projeto. Assim, foram participantes desta pesquisa: adolescentes que menstruavam, cujos responsáveis assinaram o Termo de Assentimento e elas assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Tratando-se assim, de amostra por conveniência que contou com 34 participantes, ou seja, todas as adolescentes das turmas apontadas pela coordenação como prioritárias.

COLETA DE DADOS

A aproximação com a ETEC foi feita pela professora orientadora que coordenava o projeto, diretamente com a coordenadora pedagógica da escola, que também era a responsável pelo programa “Dignidade Íntima” na ETEC. O programa “Dignidade Íntima” era uma iniciativa do governo do Estado de São Paulo, que reservava uma verba para compras e distribuição de absorventes menstruais nas escolas estaduais.

A coleta de dados foi conduzida por duas pesquisadoras previamente treinadas em um grupo de pesquisa, onde receberam formação sobre a metodologia das rodas de conversa e aspectos específicos da pesquisa com adolescentes. A coleta de dados foi realizada em duas etapas: a primeira caracterizada pela abordagem quantitativa, através do autopreenchimento de um questionário de caracterização, construído a partir da junção do questionário Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2015⁽²⁰⁾ e o questionário diversidade e inclusão de 2018⁽²¹⁾.

Na segunda etapa de abordagem qualitativa, as pesquisadoras treinadas, acompanhadas pela coordenadora do projeto na função de observadora, conduziram grupos focais⁽²²⁾ com roteiro semiestruturado (Quadro 1) com as adolescentes que participaram da primeira etapa e concordaram em prosseguir. Os encontros se deram de maneira presencial na biblioteca da ETEC, no intervalo entre o turno matutino e vespertino. Foram realizados três grupos focais entre os meses de agosto e setembro de 2023, com duração média de uma hora. A primeira ocorreu em 18 de agosto de 2023, com estudantes do primeiro ano do ensino médio integrado ao curso técnico em Administração. As duas seguintes aconteceram em 1º de setembro de 2023: uma com alunas do segundo ano do ensino médio integrado ao curso de técnico em Marketing e a outra com estudantes

Quadro 1 – Roteiro semiestruturado – São Carlos, SP, Brasil, 2023.

1. Com quantos anos você teve a sua primeira menstruação e como foi?
2. O que você sabe sobre menstruação?
3. Você utiliza algum tipo de absorvente ou coletor menstrual? Como foi essa escolha?
4. Quem compra seu absorvente? Você tem acesso todos os meses a eles?
5. Você já se sentiu insegura/o/e por estar menstruada/o/e? Conte um pouco mais sobre isso, por favor.
6. Você já deixou de ir à escola por estar menstruada/o/e? Qual o motivo?
7. Você conhece alguém que tenha dificuldade para comprar absorventes?
8. Você já aprendeu sobre menstruação em sua escola? E como foi abordado?
9. Como a sua escola contribui na promoção da dignidade menstrual?
10. Como você acredita que deva ser a promoção da dignidade menstrual na escola?

Fonte: Autores.

do terceiro ano do ensino médio integrado ao curso técnico em Administração.

ANÁLISE DOS DADOS

Os questionários auto-preenchidos foram recolhidos e digitados em planilhas do software Excel®. O programa estatístico utilizado foi o Stata, versão 12.0, sendo realizada a análise descritiva para caracterizar a amostra. Todo o material das rodas de conversa foi gravado e transcrito. Foi composto um corpus textual por meio da junção das respostas apresentadas, seguindo com seu processamento e uma primeira análise por meio do software Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRAMUTEQ®). Assim, as respostas das questões abertas foram organizadas de forma a compor o corpus textual, que foi preparado e revisado com o intuito de eliminar equívocos de digitação e padronização de siglas e expressões (preservando os mesmos significados). O método organiza as formas lexicais em classes, atribuindo importância relativa a cada uma delas. As ocorrências de cada uma das classes foram consideradas a partir de valores estatisticamente significantes ($p < 0,05$).

Os achados obtidos foram lidos e discutidos através dos princípios da Justiça Reprodutiva. A Justiça Reprodutiva trouxe ao paradigma dos direitos sexuais e reprodutivos questões colocadas pelo decolonialismo e pela interseccionalidade, ou seja, uma perspectiva crítica para contrapor padrões sexistas, racistas, entre outros marcadores sociais de desigualdade⁽²³⁾.

ASPECTOS ÉTICOS

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de São Carlos, sob número de parecer 6.308.853. Todas as participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e seus responsáveis o Termo de Assentimento.

RESULTADOS

No total, 34 estudantes participaram da pesquisa. Na Tabela 1 é apresentado o perfil das respostas obtidas. A maioria

Tabela 1 – Caracterização das adolescentes entrevistadas – São Carlos, SP, Brasil, 2023.

Variável	Proporção (n)
Raça/Cor	
Parda	47,06% (16)
Preta	11,76% (4)
Branca	41,18% (14)
Idade	
15 anos	17,65% (6)
16/17 anos	70,59% (24)
18 anos	8,82% (3)
Prefiro não responder	2,94% (1)
Gênero	
Mulher Cis	85,0% (29)
Prefiro não responder	15,0% (5)
Orientação Sexual	
Heterossexual	61,76% (21)
Bissexual	20,59% (7)
Lésbica	2,94% (1)
Demisssexual	2,94% (1)
Prefiro não responder	11,77 (4)
Possui dificuldades para comprar absorventes?	
Sim	11,76% (4)
Não	88,24% (30)
Sente insegurança quando está menstruada?	
Sim	88,24% (30)
Não	8,82% (3)
Não respondeu	2,94% (1)
Já deixou de ir à escola no período menstrual?	
Sim	52,94% (18)
Não	47,06% (16)
Aprendeu sobre menstruação na escola?	
Sim	100,0% (34)

Fonte: Autores.

se declarou parda (47,06%), feminina cisgênero (85%) e heterossexual (61,76%). Das 34 estudantes, constatou-se que 11,76% (4) das participantes possuem dificuldades para comprar absorventes, 88,24% (30) se sente insegura quando está menstruada, enquanto que 52,94% (18) já deixou de ir à escola por estar menstruada. Todas as entrevistadas afirmaram ter aprendido sobre menstruação na escola.

No que diz respeito à análise qualitativa dos dados da pesquisa, o corpus geral foi constituído por três textos, que correspondem às transcrições das rodas de conversa, separados em 106 segmentos de texto (st), com aproveitamento de 66 st (62,26%) e 3552 ocorrências (palavras, formas ou vocábulos). O conteúdo analisado foi categorizado em cinco classes: Classe 1 – Desafios da Menstruação na Escola – com 13 st (19,7%), Classe 2 – Educação e Conversas sobre Menstruação no Ambiente Familiar – com 12 st (18,18%), Classe 3 – Apoio e Aconselhamento – com 12 st (18,18%), Classe 4 – Dificuldades

Físicas e Práticas da Menstruação – com 18 st (27,27%) e Classe 5 – Vergonha e Estigmatização – com 11 st (16,67%).

Vale ressaltar que essas 5 classes se encontram divididas por ramificações, sendo que as classes com ramificações mais próximas possuem maior similaridade (classe 3 e classe 5), enquanto que as ramificações superiores (classe 2 e classe 4) são mais distintas das demais (Figura 1).

Nesse sentido, temos o primeiro tema denominado “Desafios e Estigma Relacionados à Menstruação” envolvendo as classes 1 (Desafios da Menstruação na Escola), 5 (Vergonha e Estigmatização) e 3 (Apoio e Aconselhamento). O segundo tema é “Dificuldades Físicas e Práticas da Menstruação”, representado pela classe 4 (Dificuldades Físicas e Práticas da Menstruação) e por fim o terceiro tema é “Educação e Conversas sobre Menstruação no Ambiente Familiar”, representado pela classe 2 (Educação e Conversas sobre Menstruação no Ambiente Familiar). A seguir estão descritas e exemplificadas cada uma dessas classes.

CLASSE 1 – DESAFIOS DA MENSTRUACÃO NA ESCOLA

Compreende 19,7% (13 st) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $x^2 = 2,47$ (período) e $x^2 = 22,23$ (menino), essa classe é composta por palavras como “escola” ($x^2 = 14,54$); “sair” ($x^2 = 8,23$); “conversa” ($x^2 = 4,38$) e projeto ($x^2 = 4,38$).

A partir da análise é possível verificar que menstruar em ambiente escolar pode ser constrangedor e estigmatizante, especialmente quando esse assunto não é abordado com os meninos, que muitas vezes reproduzem preconceitos a respeito da temática, como se pode perceber por meio dos fragmentos:

O menino não tem noção. Ele tira sarro, dá risada e acha que a menina está manchada porque quer. É sangue, mas eles reagem com nojo, dizendo que é sujo. E a gente não tem como controlar isso (2 MKT).

Às vezes, isso é complicado porque a mulher se sente como se o homem fosse sentir vergonha dela. E essa ainda é uma percepção que persiste entre alguns meninos, de certo modo (3 ADM).

Houve uma situação em que uma menina menstruou sem saber, e o sangue acabou vazando. Os meninos passaram a zombar dela, e ela foi embora muito constrangida. Eles continuaram lembrando e provocando por cerca de um mês. Foi algo bastante desagradável, mas eles não tinham muito conhecimento sobre o assunto (3 ADM).

Os relatos apontam a escola como um espaço onde a experiência da menstruação pode ser atravessada por vergonha, medo de exposição e sofrimento psíquico. A análise demonstra que o silêncio em torno do tema, especialmente em relação aos meninos, reforça a desinformação e fomenta atitudes discriminatórias. A ausência de uma abordagem educativa universal sobre saúde menstrual contribui para um ambiente escolar excludente, onde a falta de empatia e o bullying comprometem o bem-estar físico e emocional dos estudantes que menstruam. Nesse sentido, a escola, enquanto espaço formador,

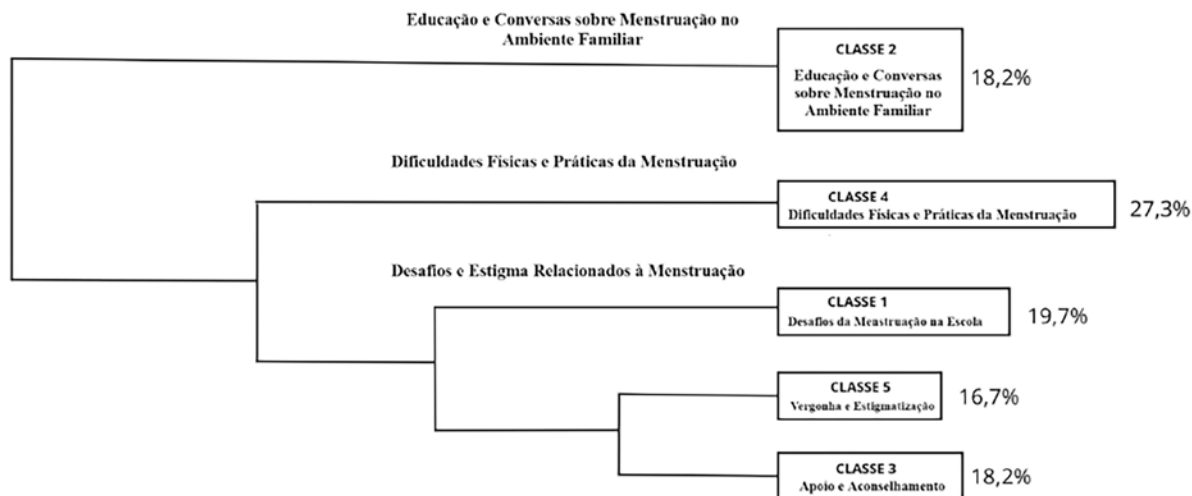


Figura 1 – Dendrograma de análise do corpus textual das rodas de conversa.

Fonte: Autores.

precisa assumir um papel ativo na desconstrução de estigmas e na promoção da equidade de gênero.

CLASSE 2 – EDUCAÇÃO E CONVERSAS SOBRE MENSTRUÇÃO NO AMBIENTE FAMILIAR

Compreende 18,18% (12 st) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $x^2 = 2,14$ (eu) e $x^2 = 40,83$ (mãe), essa classe é composta por palavras como “explicar” ($x^2 = 24,34$); “falar” ($x^2 = 5,82$); “menstruação” ($x^2 = 5,3$); “irmão” ($x^2 = 4,97$).

Por meio da análise, percebe-se a importância da educação menstrual dentro do ambiente familiar, especialmente para desmistificar tabus, promover a saúde e bem-estar, e criar um espaço seguro para discutir questões relacionadas ao ciclo menstrual. Além disso, conversar com meninas que ainda não menstruaram é importante para prepará-las para a puberdade, ajudando a desmistificar o processo e reduzir a ansiedade, assim como fazer o manejo seguro da menstruação, como se pode perceber por meio dos fragmentos de texto:

Passei vergonha quando meu avô chegou do trabalho e minha avó o sentou à mesa, dizendo para todos: “Já sabe quem ficou mocinha?” Eu tinha 11 anos e fiquei muito constrangida. Todos ficaram olhando, e eu fiquei sentada, me sentindo bastante envergonhada (2 MKT).

Minha mãe acha que a menstruação é um grande tabu em casa. Por exemplo, quando eu menstruei, ela não me explicou nada; apenas disse para eu usar o absorvente e tomar um remédio (3 ADM).

Menstruei aos 12 anos e não sabia nada sobre o assunto. Quem me ensinou a colocar absorvente foi minha prima, que tinha 16 anos (3 ADM).

Minha mãe sempre conversou com a gente sobre esses assuntos desde que éramos pequenas. Ela explicou que, quando era jovem, a avó dela não falava sobre isso e, até hoje, não gosta

que conversemos a respeito. Por isso, minha mãe mudou essa realidade e conversava conosco desde cedo. Assim, quando menstruei, já sabia bastante sobre o assunto (3 ADM).

Minha mãe não costumava explicar muito, mas eu fui morar com minha avó por um tempo e fiquei afastada dela. Foi nesse período que menstruei e fiquei desesperada, pois não sabia o que estava acontecendo (1 ADM).

Acredito que, muitas vezes, falta compreensão por parte da família (3 ADM).

As falas evidenciam que a família exerce um papel central na construção das percepções sobre a menstruação e no preparo emocional e prático para vivenciá-la, sendo que, quando o tema é tratado com naturalidade e abertura, há redução da ansiedade, do medo e maior segurança no manejo do ciclo. Contudo, muitos relatos revelam que o ambiente familiar ainda está marcado por silêncios, tabus e constrangimentos, reforçando sentimentos de vergonha e insegurança nas meninas. Essa ausência de diálogo, muitas vezes enraizada em padrões culturais que tratam a menstruação como algo proibido ou sujo, compromete o acesso a informações essenciais para o cuidado e o bem-estar. Diante disso, torna-se urgente o investimento em políticas públicas que incluam ações de educação em saúde voltadas às famílias, abordando a menstruação de forma integral, afetiva e intergeracional, de modo a romper ciclos de desinformação e promover uma cultura do cuidado, da dignidade e do respeito desde os primeiros sinais da puberdade.

CLASSE 3 – APOIO E ACONSELHAMENTO

Compreende 18,18% (12 st) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $x^2 = 2,42$ (menstruação) e $x^2 = 14,14$ (ajudar), essa classe é composta por palavras como “palestra” ($x^2 = 9,24$) e “falta” ($x^2 = 4,97$).

O apoio e o aconselhamento são fundamentais para lidar com o ciclo menstrual especialmente em contextos onde o acesso a produtos menstruais é limitado. Muitas meninas e mulheres

enfrentam não apenas desafios físicos, como cólicas e mudanças de humor, mas também a pressão social e a falta de informações adequadas sobre seu ciclo. Nesse sentido, a escola possui um papel fundamental para reduzir esses desafios, por meio da disponibilização de produtos de manejo menstrual, como absorventes. Assim como, dar orientação sobre seu uso e cuidados para garantir que as mulheres não se sintam isoladas ou constrangidas durante esse período, reduzindo até mesmo o absenteísmo escolar e o preconceito, como pode se ver a seguir:

Isso é muito acolhedor, porque sabemos que, se precisarmos, haverá alguém com quem conversar e de quem receber absorventes aqui na escola (2 MKT).

Houve uma palestra sobre menstruação na qual os meninos também foram incluídos (2 MKT).

Acredito que uma palestra que inclua todas as pessoas, não só as mulheres, mas também os meninos, para que eles entendam melhor como apoiar as meninas durante esse período, seria importante (1 ADM).

É uma fase em que estamos muito sensíveis e precisamos de apoio nesse período (3 ADM).

Há um projeto em que, quem quisesse ou enfrentasse alguma dificuldade, assinava um termo para receber mensalmente absorventes e lenços umedecidos enviados pela secretaria (1 ADM).

Os absorventes vêm em uma caixinha embalada, de forma que não é possível identificar o que tem dentro. Ela nos mostrou que era absorvente, pois não dá para saber o que é. Também é possível escolher a quantidade necessária, como 8, 16 ou 46 unidades, e o fornecimento ocorre mensalmente. O material é entregue discretamente, em um cantinho, para que ninguém saiba (1 ADM).

A análise dos relatos mostra a relevância do apoio institucional no enfrentamento dos desafios associados ao ciclo menstrual, especialmente em contextos de vulnerabilidade social e econômica. A escola emerge como espaço estratégico e transformador para acolhimento e promoção da saúde menstrual, seja por meio da oferta de produtos de higiene íntima, como absorventes e lenços umedecidos, seja pela realização de atividades educativas que promovam informação, reduzam o estigma e promovam a equidade de gênero. Esses achados reforçam a necessidade de políticas públicas que articulem saúde, educação e assistência social, como uma tríade capaz de contribuir para a redução da pobreza menstrual e permanência escolar.

CLASSE 4 – DIFICULDADES FÍSICAS E PRÁTICAS DA MENSTRUÇÃO

Compreende 27,27% (18 st) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $x^2 = 2,2$ (poder) e $x^2 = 14,43$ (dor), essa classe é composta por palavras como “roupa” ($x^2 = 11,35$); “acesso” ($x^2 = 11,35$); “absorvente” ($x^2 = 5,5$); “banheiro” ($x^2 = 3,82$); “desconfortável” ($x^2 = 2,46$).

Por meio da análise foi possível identificar as dificuldades físicas e práticas do ciclo menstrual, incluindo sintomas como

cólicas, fadiga, e alterações de humor, que podem impactar a rotina diária. Além disso, a gestão prática da menstruação, como a necessidade de ter acesso a produtos adequados e um local privativo para a troca, pode ser um desafio, especialmente em contextos onde esses itens são escassos ou onde há falta de infraestrutura. Essas dificuldades podem gerar desconforto físico e emocional, levando a uma experiência negativa do ciclo menstrual, além de contribuir significativamente para o absenteísmo escolar, a seguir exemplos estão colocados:

Não há condições dignas nesses dias, muitas vezes, não há absorvente ou remédio para usar. Muitas mulheres não conseguem comprar absorventes, remédios ou até lenços umedecidos. Sabemos que, em alguns casos, algumas têm que usar papel. Tivemos uma conversa sobre isso, e algumas meninas chegaram a usar miolo de pão (2 MKT).

Acredito que isso é pobreza, pois elas não têm condições dignas nesses dias que já são difíceis de enfrentar, e ainda precisam passar por isso sem nenhum recurso (2 MKT).

Principalmente mulheres com fluxo menstrual intenso, que enfrentam dificuldades para tomar banho em contextos rurais, onde muitas vezes não há acesso à água, como ela mencionou (2 MKT).

Eu associei dor, cuidado e repreensão, porque às vezes eu queria fazer certas coisas, mas não podia (2 MKT).

Viajei para a praia há um mês, e estava com muita dor por causa das cólicas intensas que tenho. Tomei remédio, mas me senti mal porque não pude entrar na água (2 MKT).

A análise das falas dessa classe evidencia as percepções das adolescentes frente às múltiplas dimensões do sofrimento menstrual, que vão além dos sintomas físicos como dor, fadiga e alterações de humor, incluindo ainda barreiras materiais e estruturais. A ausência de absorventes, medicamentos e acesso a banheiros adequados torna o ciclo menstrual uma experiência marcada por desconforto, insegurança e exclusão, se intensificando entre meninas em situação de vulnerabilidade.

CLASSE 5 – VERGONHA E ESTIGMATIZAÇÃO

Compreende 16,67% (11 st) do corpus total analisado. Constituída por palavras e radicais no intervalo entre $x^2 = 2,12$ (sentir) e $x^2 = 45,52$ (vergonha), essa classe é composta por palavras como “direito” ($x^2 = 15,71$) e “mulher” ($x^2 = 13,64$).

Os dados mostram que o estigma em torno da menstruação tem um impacto profundo na autoestima das pessoas que menstruam, muitas vezes levando à vergonha e ao silêncio em torno de um processo natural. A desvalorização da menstruação pode minar a confiança e dificultar a participação plena em atividades sociais e profissionais. Além disso, o estigma contribui para a negação de direitos básicos, como o acesso a produtos menstruais e à educação sobre saúde menstrual, perpetuando desigualdades de gênero, como pode se ver nos trechos a seguir:

Acredito que todas as mulheres têm o direito de ter absorventes em casa e não enfrentar dificuldades para obtê-los (2 MKT).

Menstruar é uma experiência negativa porque gera medo do julgamento das outras pessoas (2 MKT).

Além do constrangimento, muitas vezes o que elas estavam usando não era suficiente para conter o fluxo, o que resultava em manchas na roupa e nos comentários das pessoas, aumentando o desconforto (3 ADM).

Qualquer pequeno sinal de sangue já é motivo de comentários, o que gera insegurança em qualquer mulher (3 ADM).

A mulher muitas vezes não pode falar sobre o que está sentindo e vivenciando por vergonha e medo de ser julgada (1 ADM).

Os depoimentos evidenciam que a vergonha associada à menstruação não é apenas uma experiência individual, mas um reflexo de como a sociedade trata o tema como tabu, sendo vista como algo “sujo” e “vergonhoso”, sendo que as pessoas que menstruam não devem falar sobre o tema. Esse silenciamento impacta o bem-estar emocional e limita a participação das pessoas que menstruam em diferentes esferas da vida. Superar esse cenário exige não apenas distribuição de insumos, mas também transformação cultural por meio da educação e da valorização da experiência menstrual como parte da saúde e dignidade humana.

DISCUSSÃO

O presente estudo trouxe as percepções de adolescentes escolares sobre o ciclo menstrual e como ele impacta no absenteísmo escolar e na confiança das adolescentes, pois embora a maioria não tenha dificuldade em adquirir itens de gestão menstrual, como absorventes descartáveis, uma grande parte não vai à escola quando menstruada e se sente insegura nesta fase do ciclo.

No que se refere ao absenteísmo escolar, em 2021, a UNICEF e a UNFPA⁽²⁴⁾ realizaram uma enquete sobre saúde e dignidade menstrual, por meio da plataforma U-Report, em todo o Brasil, na qual responderam voluntariamente 1.730 pessoas, a maioria entre 13 e 24 anos de idade. Entre elas, 62% afirmam que já deixaram de ir à escola ou outros lugares por causa da menstruação. Além disso, 73% disseram que já sentiram constrangimento na escola ou em outro local público por causa da menstruação. Isso corrobora os dados da presente pesquisa, visto que 52,94% estudantes deixaram de ir à escola enquanto menstruadas e 88,24% se sentiram inseguras durante esse período.

Nessa mesma pesquisa⁽²⁴⁾, 71% das pessoas que menstruam disseram que nunca tiveram aulas, palestras ou rodas de conversa sobre cuidados na menstruação na escola. Enquanto que nesta pesquisa, 100% das participantes aprenderam sobre menstruação na escola. Essa diferença significativa pode estar relacionada ao fato da adesão da escola estudada ao Programa Dignidade Íntima⁽²⁵⁾, o qual previa, além da distribuição de absorventes, a abertura para discussão de um espaço mais acolhedor, especialmente para as meninas e adolescentes cadastradas no programa. É possível que a implementação deste programa tenha proporcionado um ambiente mais favorável para a discussão e a educação sobre saúde menstrual, resultando em um aumento da conscientização e do aprendizado sobre o

tema entre as participantes desta pesquisa. Assim, a presença de programas de distribuição de itens de manejo menstrual, como absorventes, em conjunto com outras ações, parece ser um fator fundamental para abordar a menstruação nas escolas, ajudando a construir uma cultura de diálogo e informação sobre os cuidados menstruais⁽²⁶⁾.

Embora 11,76% das estudantes da pesquisa afirmaram possuir dificuldades para comprar absorventes, essa não é a realidade do Brasil quando comparamos com outras pesquisas. Segundo a UNICEF⁽⁸⁾, cerca de 4 milhões de meninas não têm acesso a itens básicos de cuidados menstruais, entre eles, absorventes. Dessas, quase 200 mil alunas estão privadas de condições mínimas para cuidar da sua menstruação na escola⁽⁸⁾.

No cenário internacional, essa disparidade é ainda mais acentuada. Em Bangladesh, por exemplo, mais de 80% das mulheres e meninas menstruadas utilizam materiais inadequados, como panos velhos, em vez de produtos higiênicos apropriados⁽²⁷⁾, enquanto que em um estudo realizado na Etiópia, apenas 35,38% das alunas utilizavam absorventes higiênicos, e entre as alunas que não utilizaram absorventes descartáveis, 91,84% afirmaram que reutilizaram panos⁽²⁸⁾. Embora a maioria das discussões acerca da pobreza menstrual estejam centradas em meninas de países de baixa e média renda, a pobreza menstrual também afeta meninas de baixa renda em países desenvolvidos, como revelou um estudo realizado no Missouri, Estados Unidos da América, em que 64% das participantes afirmaram que não puderam comprar produtos menstruais no ano anterior⁽²⁹⁾.

Os resultados do presente estudo diferem do cenário geral, possivelmente, porque a escola estudada aderiu de 2021 a 2024, o Programa de Dignidade Íntima⁽²⁵⁾, implantado pela Secretaria da Educação do Estado de São Paulo (Seduc-SP), que previa a disponibilidade de itens de manejo menstrual nas escolas, assim como também promovia a formação dos profissionais da escola e estudantes a respeito da pobreza menstrual.

Nesse mesmo sentido, com a crescente importância da temática e sua relevância social e equitativa, recentemente, o Ministério da Educação (MEC) iniciou uma campanha de orientação nas escolas públicas de todo o País sobre o “Programa Dignidade Menstrual: um ciclo de respeito”⁽³⁰⁾, entre as iniciativas do programa, estão o encaminhamento de cartilhas, folders e vídeos informativos sobre como adquirir os absorventes gratuitos estão disponíveis pelo Programa Farmácia Popular e podem ser retirados por pessoas que tenham entre 10 e 49 anos (idade considerada fértil) e estejam inscritas no Cadastro Único para Programas Sociais (CadÚnico) do governo federal.

Embora as políticas públicas de distribuição de absorventes sejam fundamentais para combater a pobreza menstrual, a saúde menstrual vai muito além do simples acesso a esses itens. Trata-se de uma questão que envolve dignidade, bem-estar e equidade de gênero. Nesse sentido, não se pode limitar a saúde menstrual apenas aos aspectos físicos desse período. Conforme a definição desenvolvida pelo Terminology Action Group do Global Menstrual Collective, a saúde menstrual representa um estado de completo bem-estar físico, mental e social, indo além da ausência de doenças ou enfermidades relacionadas ao ciclo menstrual⁽³¹⁾.

Dentro desse conceito abrangente, o próprio Global Menstrual Collective ressalta a importância de garantir o acesso a informações seguras sobre o ciclo menstrual, adequadas para

cada faixa etária, além de promover práticas de autocuidado e higiene que respeitem as preferências pessoais, garantindo conforto, privacidade e segurança. O coletivo também enfatiza a necessidade de oferecer diagnósticos e tratamentos oportunos para desconfortos e distúrbios relacionados ao ciclo menstrual, incluindo o alívio da dor. Além disso, destaca-se a importância de assegurar um ambiente acolhedor, livre de julgamentos, discriminação ou violência relacionadas à menstruação, permitindo que a pessoa que menstrua decida, sem restrições ou coerção, participar plenamente das esferas civil, cultural, econômica, social e política em todas as fases do seu ciclo menstrual⁽³²⁾.

Entender o ciclo menstrual como uma questão de gênero, é primordial, pois pessoas do sexo masculino, que não experienciam o ciclo menstrual, são afetados pelos aspectos sociais, culturais e econômicos da menstruação⁽³³⁾. Uma pesquisa que buscou entender a influência do gênero na representação social da menstruação, identificou que entre os jovens, homens tendem a se referir à menstruação como “suja” e que ela faz com que as mulheres sejam mais frágeis e suscetíveis às emoções⁽³⁴⁾.

No ambiente escolar, essa questão é ainda mais agravada. A falta de conhecimento dos meninos sobre o ciclo menstrual frequentemente resulta em bullying e comentários depreciativos, o que intensifica a sensação de vergonha das meninas. Segundo uma pesquisa realizada em ambiente escolar, 13% das meninas já passaram por provocações menstruais e mais de 80% temem ser provocadas, especialmente por colegas do sexo masculino. As meninas lidam reduzindo a frequência escolar, a participação e a concentração na sala de aula durante os períodos⁽³⁵⁾.

Diante desse cenário, é fundamental incluir a perspectiva masculina nas questões relacionadas à menstruação para promover mudanças eficazes. A educação sobre o ciclo menstrual deve começar ainda na escola, abordando tanto meninos quanto meninas. Pessoas que não menstruam expressam interesse em aprender sobre o tema⁽³⁶⁾, e incluir essa questão como parte da educação sexual e das habilidades para a vida não deve ser apenas uma formalidade, mas sim uma ação concreta. Ao educar meninos sobre a gestão menstrual, eles crescerão mais informados e aptos a contribuir para a redução do estigma menstrual, criando ambientes escolares mais inclusivos e saudáveis para todos.

As principais fontes de informação sobre a menarca para as adolescentes são, em sua maioria, suas mães (39,7%), seguidas por amigas (26,6%) e professoras (21,8%)⁽²⁶⁾. As atitudes e crenças que as famílias têm em relação à menstruação influenciam significativamente como meninas e meninos compreendem e lidam com o ciclo menstrual. Um estudo revelou que a probabilidade de uma boa prática de gestão da higiene menstrual foi maior entre aquelas que tinham conhecimento sobre higiene menstrual antes da menarca e tinham discutido sobre o ciclo menstrual com seus pais⁽³⁶⁾.

Contudo, muitas meninas relataram que suas famílias, especialmente suas mães ou pais, não estavam abertos a discutir esses assuntos, transformando a menstruação em um tabu dentro de casa. Essa falta de diálogo franco sobre tópicos como a variação do fluxo menstrual, itens de manejo menstrual e sintomas associados, impactou negativamente a experiência menstrual dessas meninas, especialmente no início da adolescência, quando elas ainda estão se ajustando à nova realidade corporal⁽³⁶⁾.

Nesse contexto, embora a dignidade menstrual tenha ganhado mais atenção e gerado políticas públicas, como as mencionadas, estudos revelam que ainda há lacunas a serem preenchidas. É fundamental considerar a experiência de outros corpos que menstruam, além de meninas e mulheres cisgênero⁽³⁷⁾, bem como uma perspectiva interseccional da temática, pois a pobreza menstrual afeta mais as pessoas moradoras de periferia e negras⁽³⁸⁾. Além disso, há uma necessidade urgente de mais pesquisas no Brasil que abordem adolescentes em idade escolar, assim como que explorem diversas regiões e realidades culturais do país, permitindo uma perspectiva mais abrangente e equitativa sobre o tema. Estudos futuros também serão essenciais para analisar o impacto do Programa Dignidade Menstrual, que foi implementado recentemente, possibilitando seu aprimoramento.

Como visto nesta pesquisa, persiste uma lacuna significativa no acolhimento oferecido por essas políticas de distribuição de itens de manejo menstrual, especialmente quando se trata de reconhecer e abordar a dor menstrual que afeta tantas pessoas que menstruam. Essa realidade cotidiana frequentemente é subestimada e banalizada, com as dificuldades associadas sendo naturalizadas em vez de adequadamente consideradas e enfrentadas^(39,40).

Como limitações deste estudo, pode-se apontar a não obtenção de um número maior de respostas ao questionário e subsequente participação na roda de conversa, o que afetou o poder de inferência na análise quantitativa. Além disso, uma das lacunas da pesquisa foi não ter envolvido os adolescentes do sexo masculino nos grupos focais, o que poderia ter contribuído para um entendimento mais amplo e inclusivo sobre a menstruação, desafiando estigmas e promovendo uma maior conscientização entre todos os gêneros. Essas limitações reforçam a necessidade de estudos futuros que ampliem o escopo de participantes e que abordam as experiências de diferentes identidades de gênero para uma visão mais completa e inclusiva.

CONCLUSÃO

A presente pesquisa destacou como o ciclo menstrual afeta diretamente e indiretamente o cotidiano, a vida escolar e emocional das adolescentes, gerando insegurança, absenteísmo escolar e possível dificuldade no acesso a produtos de manejo menstrual. Entre os principais resultados, coloca-se que mais da metade das adolescentes já deixou de ir à escola quando menstruada e relataram se sentirem inseguras durante este período. Apesar da escola ser uma fonte central de aprendizado sobre o tema, questões como vergonha e estigmatização ainda persistem, especialmente proveniente dos adolescentes do sexo masculino. Ao contar experiências das adolescentes, o estudo contribui para a visibilidade do ciclo menstrual como uma temática importante, apontando para a necessidade de intervenções educativas e familiares que ampliem o diálogo e o apoio, promovendo maior acolhimento e compreensão dos desafios menstruais. Esses achados reforçam a necessidade de ações intersetoriais que integrem educação, saúde e assistência social para garantir dignidade menstrual, combater estigmas e promover ambientes escolares mais inclusivos e equitativos.

DISPONIBILIDADE DE DADOS

Todo o conjunto de dados que dá suporte aos resultados deste estudo está disponível mediante solicitação ao autor correspondente.

RESUMO

Objetivo: Compreender as percepções de adolescentes escolares sobre o ciclo menstrual. **Método:** Tratou-se de uma pesquisa de métodos mistos, exploratória, em uma Escola Técnica Estadual, no interior de São Paulo. Foi realizada análise estatística descrita para os dados quantitativos e o uso do software Iramuteq, para os dados qualitativos. Os achados foram confrontados com os princípios da Justiça Reprodutiva. **Resultados:** Participaram desta pesquisa 34 adolescentes. Constatou-se que 17% tinham dificuldades para comprar absorventes, 88% sentia-se insegura quando estava menstruada, 53% já deixou de ir à escola por estar menstruada. Todas afirmaram ter aprendido sobre menstruação na escola. Emergiram cinco classes temáticas: 1) Desafios da Menstruação na Escola; 2) Educação e Conversas sobre Menstruação no Ambiente Familiar; 3) Apoio e Aconselhamento; 4) Dificuldades Físicas e Práticas da Menstruação; 5) Vergonha e Estigmatização. **Conclusão:** A pesquisa revela que a menstruação impacta significativamente a vida das adolescentes, gerando insegurança e ausência nas aulas. A escola desempenha um papel significativo na disseminação de informações sobre o tema, os dados obtidos apontam a necessidade de ampliar o debate e reduzir estigmas.

DESCRIPTORES

Adolescente; Menstruação; Instituições Acadêmicas.

RESUMEN

Objetivo: Comprender las percepciones de las adolescentes en edad escolar sobre el ciclo menstrual. **Método:** Se trata de un estudio exploratorio con métodos mixtos realizado en una escuela técnica estatal del interior de São Paulo. Se realizó un análisis estadístico descriptivo de los datos cuantitativos y se utilizó el software Iramuteq para los datos cualitativos. Los resultados se compararon con los principios de la justicia reproductiva. **Resultados:** Participaron en este estudio 34 adolescentes. Se observó que el 17% tenía dificultades para comprar toallas sanitarias, el 88% se sentía inseguro durante la menstruación y el 53% había faltado a la escuela por estar menstruando. Todas afirmaron que habían aprendido sobre la menstruación en la escuela. Surgieron cinco categorías temáticas: 1) Retos de la menstruación en la escuela; 2) Educación y conversaciones sobre la menstruación en el entorno familiar; 3) Apoyo y asesoramiento; 4) Dificultades físicas y prácticas de la menstruación; 5) Vergüenza y estigmatización. **Conclusión:** La investigación revela que la menstruación tiene un impacto significativo en la vida de las adolescentes, causando inseguridad y absentismo. Las escuelas desempeñan un papel importante en la difusión de información sobre el tema, y los datos obtenidos apuntan a la necesidad de ampliar el debate y reducir el estigma.

DESCRIPTORES

Adolescente; Menstruación; Instituciones Académicas.

REFERÊNCIAS

- Kim H, Ko JW, Kim D, Yoon N, Lee J. User-centered design to enhance university students' sex and menstrual education in South Korea: randomized controlled trial. *BMC Public Health*. 2025;25(1):841. doi: <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21974-3>. PubMed PMID: 40033305.
- Mann S, Byrne SK. Period poverty from a public health and legislative perspective. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(23):7118. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph20237118>. PubMed PMID: 38063548.
- Assad BF. Políticas públicas acerca da pobreza menstrual e sua contribuição para o combate à desigualdade de gênero. *Rev Antinomias*. 2021; 2(1):140–60.
- Carneiro MM. Menstrual poverty: enough is enough. *Women Health*. 2021;61(8):721–2. doi: <https://doi.org/10.1080/03630242.2021.1970502>. PubMed PMID: 34517781.
- Mann S, Byrne SK. Period poverty from a public health and legislative perspective. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(23):7118. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph20237118>. PubMed PMID: 38063548.
- Miller TA, Farley M, Reji J, Obeidi Y, Kelley V, Herbert M. Understanding period poverty and stigma: highlighting the need for improved public health initiatives and provider awareness. *J Am Pharm Assoc*. 2024;64(1):218–21. doi: <https://doi.org/10.1016/j.japh.2023.10.015>. PubMed PMID: 37863396.
- Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keiser D, Hampton J, Larsson G, et al. Menstrual health: a definition for policy, practice, and research. *Sex Reprod Health Matters*. 2021;29(1):1911618. doi: <https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1911618>. PubMed PMID: 33910492.
- United Nations International Children's Emergency Fund, United Nations Population Fund. Pobreza menstrual no Brasil: desigualdade e violações de direitos [Internet]. Brasília: UNICEF; 2021 [citado em 2025 Abr 7]. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/relatorios/pobreza-menstrual-no-brasil-desigualdade-e-violacoes-de-direitos>.
- Brasil. Ministério da Saúde. Dignidade menstrual [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2024 [citado em 2025 Abr 7]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2024/dignidademenstrual>.
- Jaafar H, Ismail SY, Azzeri A. Period poverty: a neglected public health issue. *Korean J Fam Med*. 2023;44(4):183–8. doi: <https://doi.org/10.4082/kjfm.22.0206>. PubMed PMID: 37189262.
- Lima AIS, Carvalho ALP, Arantes APB, Feltrin BDB, Souza IP, Krein JH, et al. Pobreza menstrual entre adolescentes de uma escola estadual em Rio Verde–Goiás. *Res Soc Dev*. 2023;12(5):e15112541629. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i5.41629>.
- Sánchez-López S, Barrington DJ, Poveda-Bautista R, Moll-López S. A mixed method study of menstrual health in Spain: pain, disorders, and the journey for health. *Front Public Health*. 2025;13:1517302. doi: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1517302>. PubMed PMID: 40071118.
- Franco-Antonio C, Santano-Mogena E, Cordovilla-Guardia S. Dysmenorrhea, premenstrual syndrome, and lifestyle habits in young university students in Spain: a cross-sectional study. *J Nurs Res*. 2025;33(1):e374. doi: <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000657>. PubMed PMID: 39874525.
- Nakao M, Ishibashi Y, Hino Y, Yamauchi K, Kuwaki K. Relationship between menstruation-related experiences and health-related quality of life of Japanese high school students: a cross-sectional study. *BMC Womens Health*. 2023;23(1):620. doi: <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02777-3>. PubMed PMID: 37990218.
- Silva NSB, Pereira NR, Inácio AS, Silva RA, Silva EMO, Silva FP. Impacto da dismenorreia em adolescentes escolares. *Rev Eletr Acervo Saúde*. 2020;(49):e3308.
- McAllister J, Amery F, Channon M, Thomson J. Where is menstruation in global health policy? A call for a collective understanding. *Glob Public Health*. 2025;20(1):2448272. doi: <https://doi.org/10.1080/17441692.2024.2448272>. PubMed PMID: 39787035.
- Tellier S, Hyndman E, Eijk AM. Menstruation: environmental impact and need for global health equity. *Int J Gynaecol Obstet*. 2022;159(1):11–3. PubMed PMID: 34043817.

18. Oliveira JLC, Magalhães AMM, Matsuda LM, Santos JLG, Souto RQ, Riboldi CO, et al. Mixed methods appraisal tool: strengthening the methodological rigor of mixed methods research studies in nursing. *Texto Contexto*. 2021;30:e20200603. doi: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0603>.
19. Younas A, Pedersen M, Tayaben JL. Review of mixed-methods research in nursing. *Nurs Res*. 2019;68(6):464–72. doi: <https://doi.org/10.1097/NNR.0000000000000372>. PubMed PMID: 31693552.
20. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa nacional de saúde do escolar [Internet]. Rio de Janeiro: IBGE; 2024 [citado em 2024 Mar 30]. Disponível em: https://ftp.ibge.gov.br/pense/2015/microdados/Notas_Metodologicas/Nota_metodologica_01_utilizacao_microdados_2015.
21. Sociedade Brasileira de Física. Grupo de trabalho sobre questões de gênero: questionário diversidade e inclusão 2018 [Internet]. São Paulo: Sociedade Brasileira de Física; 2018 [citado em 2024 Mar 30]. Disponível em: <https://www1.fisica.org.br/gt-genero/images/RelatorioQuestionario-GT.pdf>.
22. Gatti BA. Grupo focal na pesquisa em ciências sociais e humanas. *Educ Pesqui*. 2005;31(3):343–58.
23. Bourguignon AM. Interseccionalidade, direitos humanos e justiça reprodutiva: avaliação crítica em saúde sexual e reprodutiva. *Saude Debate*. 2024;48(142):e9113. doi: <https://doi.org/10.1590/2358-289820241429113p>.
24. United Nations International Children's Emergency Fund, United Nations Population Fund. Menstruação e evasão escolar: a realidade de meninas em todo o Brasil [Internet]. Brasília: UNICEF; 2021 [citado em 2024 Set 30]. Disponível em: <https://www.ureportbrasil.org.br/story/825/>.
25. São Paulo, Secretaria da Educação. Programa dignidade íntima [Internet]. São Paulo: Secretaria da Educação; 2025 [citado em 2025 Abr 7]. Disponível em: <https://www.dignidadeintima.sp.gov.br/>.
26. Morley M, Cava I, Glass N, Salwitz E, Hughes-Wegner AT, DeMaria AL. Addressing period poverty: evaluating a free period product program in a university setting. *Health Promot Pract*. 2025;15248399241311590. doi: <https://doi.org/10.1177/15248399241311590>. PubMed PMID: 39882778.
27. International Centre for Diarrheal Diseases Research, Bangladesh. Bangladesh National Hygiene Baseline Survey: preliminary report [Internet]. Dhaka: ICDDR,B; 2014 [citado em 2024 Set 30]. Disponível em: <https://www.ircwash.org/sites/default/files/bnhbs.pdf>.
28. Kluender N, Lahiri S, Kramer S, Martin M, Rhodes A, Summerbell C, et al. Menstrual maintenance: a neglected reproductive health need among low-income women? *BMC Womens Health*. 2009 [citado em 2025 Abr 7];9(1):29. Disponível em: <https://bmcwomenshealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1472-6874-9-29>.
29. Cardoso LF, Scolese AM, Hamidaddin A, Gupta J. Period poverty and mental health implications among college-aged women in the United States. *BMC Womens Health*. 2021;21(1):14. doi: <https://doi.org/10.1186/s12905-020-01149-5>. PubMed PMID: 33407330.
30. Brasil. Ministério da Saúde. Dignidade menstrual [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2024 [citado em 2024 Set 30]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/campanhas-da-saude/2024/dignidade-menstrual>.
31. Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keiser D, Hampton J, Larsson G, et al. Menstrual health: a definition for policy, practice, and research. *Sex Reprod Health Matters*. 2021;29(1):31–8. doi: <https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1911618>. PubMed PMID: 33910492.
32. Mondragon NI, Txertudi MB. Understanding menstruation: influence of gender and ideological factors. A study of young people's social representations. *Fem Psychol*. 2019;29(3):357–73. doi: <https://doi.org/10.1177/0959353519836445>.
33. Benschaul-Tolonen A, Aguilar-Gomez S, Heller Batzer N, Cai R, Nyanza EC. Period teasing, stigma and knowledge: a survey of adolescent boys and girls in Northern Tanzania. *PLoS One*. 2020;15(10):e0239914. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239914>. PubMed PMID: 33112868.
34. Mason L, Sivakami M, Thakur H, Kakade N, Beauman A, Alexander KT, et al. 'We do not know': a qualitative study exploring boys' perceptions of menstruation in India. *Reprod Health*. 2017;14(1):174. doi: <https://doi.org/10.1186/s12978-017-0435-x>. PubMed PMID: 29216895.
35. Shibeshi BY, Emiru AA, Asresie MB. Disparities in menstrual hygiene management between urban and rural schoolgirls in Northeast, Ethiopia. *PLoS One*. 2021;16(9):e0257853. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257853>. PubMed PMID: 34591900.
36. Schmitt ML, Hagstrom C, Nowara A, Gruer C, Adenu-Mensah NE, Keeley K, et al. The intersection of menstruation, school and family: experiences of girls growing up in urban cities in the USA. *Int J Adolesc Youth*. 2021;26(1):94–109. doi: <https://doi.org/10.1080/02673843.2020.1867207>.
37. Berrahou IK, Grimes A, Autry AM, Hawkins M. Management of menstruation in transgender and gender nonbinary adolescents. *Clin Obstet Gynecol*. 2022;65(4):753–67. doi: <https://doi.org/10.1097/GRF.0000000000000710>. PubMed PMID: 35467570.
38. Silva Rodrigues Ferreira F, Balamintut T, Valentim Carmona E, Sanfelice CF de O. Repercussões da pobreza menstrual para as mulheres e pessoas que menstruam: revisão integrativa. *Rev Baiana Enferm*. 2023 [citado em 2025 Abr 8];37:e52708. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/52708>.
39. Ní Chéileachair F, McGuire BE, Durand H. Coping with dysmenorrhea: a qualitative analysis of period pain management among students who menstruate. *BMC Womens Health*. 2022;22(1):407. doi: <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01988-4>. PubMed PMID: 36199106.
40. Angelhoff C, Grundström H. Supporting girls with painful menstruation: a qualitative study with school nurses in Sweden. *J Pediatr Nurs*. 2023;68:e109–15. doi: <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.11.022>. PubMed PMID: 36446692.

EDITORIA ASSOCIADA

Cristina Lavareda Baixinho

Apoio financeiro

Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado de São Paulo – FAPESP – número de processo: 2022/06646-9.



Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons.