LIVRE PARA MENSTRUAR

pobreza menstrual e a educação de meninas

IDEALIZAÇÃO E REALIZAÇÃO

girl up™

APOIO

Herself educacional

www.livreparamenstruar.org

LIVRE PARA MENSTRUAR

pobreza menstrual e a educação de meninas

IDEALIZADO E REALIZADO POR girl up COM O APOIO DE Herself educacional

AUTORIA: LETÍCIA BAHIA

REVISÃO TÉCNICA: ANA MAURA TOMESANI

DESIGN E PROJETO GRÁFICO: FLÁVIA FERREIRA
RAFAEL MANTARRO

SÃO PAULO, 2021

AGRADECIMENTOS

Este estudo é parte de um projeto maior: a plataforma Livre para Menstruar, que contou com o amor e o empenho de muitas. Agradecemos a todas as meninas e mulheres cujos sonhos e perguntas inquietas nos inspiram e nos ensinam, em especial a Caroline Costa Moraes dos Santos, Giullia Jaques Caldeira, Izete Bagolin, Marina Helou e todas as meninas brasileiras que vêm desbravando o poder legislativo **para que toda menina seja livre para menstruar.**

QUEM SOMOS

GIRL UP BRASIL

O Girl Up Brasil é um movimento que treina, inspira e conecta meninas do mundo inteiro para que sejam líderes e ativistas pela igualdade de gênero. Como parte do Girl Up desde 2018, o Girl Up Brasil já apoiou mais de 150 coletivos de meninas em mais de 20 estados, equipando-as para liderarem centenas de ações e projetos, da publicação de um livro de contos feministas à construção de projetos de lei em 9 estados. Poderosas e destemidas, meninas transformam suas comunidades quando têm à disposição ferramentas para exercerem seu pleno potencial. **Porque quando as meninas progridem, nós todos progredimos.**

HERSELF

A Herself é uma empresa brasileira que constrói, a muitas mãos, novas realidades para as pessoas que menstruam. Além de ressignificar a menstruação por meio de soluções tecnológicas, acessíveis e seguras, tem entre seus objetivos a luta por equidade de gênero, dignidade menstrual e valorização das singularidades. Com a Herself Educacional, criou a Escola da Menstruação que, baseada na autonomia e na visão positiva sobre o corpo, já impactou mais de 1.200 meninas e mulheres e busca democratizar a educação menstrual. Em 2020, inaugurou a Casa da Menstruação e iniciou sua expansão para a América Latina.

Não importa sua origem, as meninas têm o poder de transformar a si mesmas, suas comunidades e o mundo ao seu redor. O Girl Up é um movimento global de meninas líderes que defendem a igualdade de gênero. Por meio de treinamentos de desenvolvimento de liderança, o Girl Up oferece às meninas os recursos e a plataforma para iniciar um movimento de mudança social onde quer que estejam. Para aqueles que estão conosco neste movimento, não há descanso até que alcancemos direitos iguais para todas as meninas. **Porque quando as meninas progridem, nós todos progredimos.**

O Girl Up foi fundado pela Fundação das Nações Unidas em 2010 e segue trabalhando junto a uma comunidade global de parceiros para alcançar a igualdade de gênero em todo o mundo.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO 7

GLOSSÁRIO 9

MUNDO

MENSTRUAR, UM DESAFIO? 11

ESCOLA

MENSTRUAR E ESTUDAR 15

FUTUROS

RECOMENDAÇÕES E CAMINHOS A EXPLORAR 21

REFERÊNCIAS 25

INTRODUÇÃO

Em maio de 2020, um grupo de meninas da rede do Girl Up Brasil conseguiu aprovar uma lei estadual que reduziu impostos sobre absorventes no Rio de Janeiro.

RIO

O ESTADO DO RIO DE JANEIR

www.ioerj.com.br

ATOS DO PODER LEGISLATIVO

ATOS DO PODER LEGISLATIVO

LEI Nº 8924 DE 02 DE JULHO DE 2020

ALTERA A LEI ESTADUAL Nº 4.892, DE 1º DE NOVEMBRO DE 2006, QUE DISPÕE SOBRE OS PRODUTOS QUE COMPÕEM A CESTA BÁSICA NO ÂMBITO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO, PARA INCLUIR O ABSORVENTE HIGIÊNICO FEMININO.

O GOVERNADOR DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Faço saber que a Assembleia Legislativa do Estado do Rio de Janeiro decreta e eu sanciono a seguinte Lei:

Art. 1º - Modifica-se o artigo 1º da Lei Estadual nº 4.892, de 1º de novembro de 2006, incluindo o item 29 ao texto:

"Art. 1º Ficam definidos no âmbito do Estado do Rio de Janeiro, os produtos que compõem a Cesta Básica.

(...)

29 - Absorvente higiênico feminino;

30 - Absorvente higiênico feminino;

31 - Fraldas geriátricas;

32 - Fraldas descartáveis infantis

Destemidas, elas bateram à porta de um parlamentar para apresentar um problema e uma proposta. O gabinete apoiou e transformou a ideia no projeto de lei 2667/2020, sancionado em julho de 2020. A partir de então, um furor tomou conta de outras dezenas de meninas: elas tinham descoberto que podiam.

Cerca de um mês antes, quando a pandemia de COVID-19 começava a anunciar as pretensões de arrasar o Brasil, elas haviam se mobilizado ao descobrir que absorventes, via de regra, não são considerados itens essenciais e não fazem parte da maioria dos kits de ajuda que organizações e governos estavam distribuindo para quem viu sua renda desidratar. A captação de recursos por elas mobilizada aconteceu em 7 estados e beneficiou milhares de mulheres, mas as meninas logo descobriram que era pouco. Era preciso fazer o que nunca tinham imaginado: sentar à mesa com legisladores para criar políticas públicas sobre pobreza menstrual.

Os efeitos da falta de acesso à informação sobre menstruação, a produtos menstruais e à infraestrutura de saneamento (este último um problema particularmente grave no Brasil) são ainda pouco estudados, mas entidades como o

Banco Mundial, o Banco Interamericano de Desenvolvimento, a Organização Mundial da Saúde, a UNICEF, a UNFPA e outras agências da ONU têm buscado chamar atenção para os impactos negativos da pobreza menstrual, que vão do campo da saúde a custos econômicos para as nações e que constituem, inclusive, obstáculo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da Agenda 2030.

Parte desse impacto se reflete na educação de meninas. Este pequeno recorte é o tema deste estudo que, como muitos outros, encontrou evidências de que a pobreza menstrual prejudica a frequência escolar de meninas a partir da menarca.

A lei aprovada pelas meninas do estado do Rio deve impactar a vida de milhares. Sim, elas podem. Trabalhando em rede e somando aprendizados, meninas, agora já de várias regiões do Brasil, estão construindo um movimento nacional de incidência política que já conta com projetos de lei em outros 7 estados além do Rio de Janeiro. Juntas, elas se desdobram atrás de contatos de parlamentares, pesquisam incansavelmente, elaboram documentos, vão a reuniões com assessores parlamentares. **Elas sabem que a higiene menstrual é um direito básico. E elas sabem que podem.**

Esse estudo só existe por causa do ativismo dessas meninas, que nos sensibilizaram para a questão e nos contagiaram com seu inconformismo pulsante. É a nossa contribuição para o movimento delas. Esperamos que ajude a jogar luz sobre esse debate tão importante e que dados, análises e recomendações aqui presentes sirvam para orientar novas políticas públicas de promoção à dignidade menstrual. Para que, enfim, todas possam.

GLOSSÁRIO[1]

DIGNIDADE MENSTRUAL:

a menstruação está intrinsecamente relacionada à dignidade humana, pois quando as pessoas não podem acessar instalações de banho seguras e meios seguros e eficazes de administrar sua higiene menstrual, elas não são capazes de administrar sua menstruação com dignidade. As provocações, a exclusão e a vergonha relacionadas à menstruação também comprometem o princípio da dignidade humana. Assim, a dignidade menstrual tem por meta remover qualquer ameaça a uma vivência da menstruação como fenômeno natural e saudável.

EDUCAÇÃO MENSTRUAL:

refere-se ao amplo acesso à informação sobre o ciclo menstrual, contemplando-se a perspectiva biológica, emocional, social e as questões de sustentabilidade.
A educação menstrual deve ser oferecida a todos, mas é de suma importância que meninas sejam apresentadas ao tema antes da primeira menstruação. Por meio do diálogo livre de estigmas e a partir de informações baseadas em evidências, a educação menstrual impacta positivamente a vida das pessoas que menstruam e de suas comunidades.

MANEJO DA HIGIENE MENSTRUAL (MHM):

utilização de material de gerenciamento menstrual limpo para absorver ou coletar sangue menstrual, que pode ser trocado com privacidade e com a frequência necessária durante o período menstrual, usando água e sabão para lavar o corpo conforme necessário e com acesso a instalações seguras e convenientes para descartar os materiais de manejo menstrual usados.

[1] As definições que seguem constituem uma fusão e adaptação do modo como estes termos são tratados em diversos relatórios e artigos nacionais e internacionais sobre o assunto, com destaque para UNFPA (2020) e UNICEF (2019); outros documentos importantes na construção destas definições são citados ao longo do texto e estão todos referenciados ao final deste relatório.

MENARCA:

a primeira menstruação. Faz parte da puberdade e é um marco não só do início da produção hormonal cíclica, que seguirá até a menopausa, mas também de atribuições sociais e culturais na vida das meninas.

PESSOAS QUE MENSTRUAM:

meninas, mulheres, pessoas trans e pessoas não binárias menstruam. Devem, portanto, ter asseguradas as condições para que a menstruação não represente vergonha ou ameaça a seus direitos humanos. Embora este relatório foque nos problemas enfrentados pelas meninas, sublinhamos o reconhecimento de que, além delas, outros grupos populacionais também menstruam.

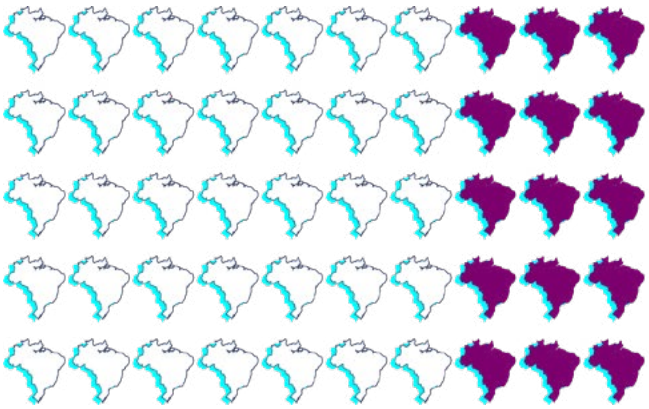
POBREZA MENSTRUAL:

falta de acesso a produtos menstruais, a informação sobre menstruação e a infraestrutura adequada para o manejo da higiene menstrual.

MUNDO

MENSTRUAR, UM DESAFIO?

A cada ano, cerca de 1,4 milhão de brasileiras completam 13 anos[2]. É neste ponto da vida que, provavelmente, elas terão sua menarca (IBGE, 2013). A menopausa chegará por volta dos 50 (PEDRO et al., 2003). Durante quase quarenta anos, portanto, elas têm um encontro mensal com a menstruação. Hoje, cerca de 30% do Brasil menstrua - ou 60 milhões[3] de mulheres e meninas.



Hoje, cerca de 30% do Brasil menstrua - ou 60 milhões de mulheres e meninas.

Algumas idas ao banheiro a mais, uso de absorventes, coletor menstrual, calcinha menstrual ou de outro produto escolhido, eventuais cólicas e outros sintomas. Uma experiência trivial, certo? Errado. Mundo afora, milhões de meninas e mulheres enfrentam desafios com implicações sérias para a educação e a saúde a cada ciclo menstrual.

A menstruação, tal qual o sono ou a necessidade de oxigênio, é um fato biológico. O marcador do início da vida reprodutiva é amplamente conhecido em sua perspectiva fisiológica. No entanto, sua relevância no universo da sexualidade humana, aqui compreendida como a dimensão cultural da função biológica reprodutiva, condenou-a a um lugar perverso. Situada em um contexto global de histórica dominação masculina, a menstruação foi travestida com o manto da vergonha. Globalmente, mitos, tabus e desinformação aprisionam a menstruação em um esconderijo que ceifa oportunidades, castigando invariavelmente mais

[2] Cálculo estimado com base na Pesquisa Estatísticas do Registro Civil do IBGE (IBGE, 2005 a 2009).
[3] Cálculo estimado com base nos dados do Censo Demográfico do IBGE (IBGE, 2010).

aquelas já previamente subjugadas pela desigualdade social e racial. Em decorrência disso, estima-se em pelo menos 500 milhões o número global de meninas e mulheres que não dispõem de instalações para o adequado manejo da higiene menstrual (MHM) (BANCO MUNDIAL, 2018).

No Reino Unido, quase metade das meninas (48%) sentem vergonha quando estão menstruadas (PLAN INTERNATIONAL UK, 2017). Na Índia, o conceito de menstruação é desconhecido para 71% das meninas até a menarca (DASRA, 2015). No Níger e em Burkina Faso, frequentemente as mulheres são proibidas de rezar ou frequentar mesquitas durante o período menstrual (UNICEF, 2013). Na Colômbia, 45% das meninas desconhecem a origem do sangue menstrual e 20% o considera sujo (UNICEF, 2016). E o Brasil não foge à regra.

Entre os escassos estudos que focalizam especificamente a população brasileira, verifica-se que, também aqui, uma série de mitos circunda a menstruação, entre os quais a ideia de que durante o período menstrual não é bom tocar na comida ou cozinhar (BRÊTAS et al, 2012) e, notadamente, a proibição do sexo (LUZ, BERNI & SELLI, 2007).

1,5 MILHÃO DE BRASILEIRAS VIVEM EM RESIDÊNCIAS SEM BANHEIRO

E o que esperar do manejo da higiene menstrual se mais de 1,5 milhão de brasileiras estão submetidas ao mais primário dos problemas relativos ao esgoto, vivendo em residências em que inexistem banheiros? (BRK AMBIENTAL, 2108)

Diante desse cenário, alivia observar que, pouco a pouco, o tema da menstruação começa a ver seu histórico status de questão privada ceder espaço para o entendimento de suas implicações sociais, sendo inclusive apontado como obstáculo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODSs) das Nações Unidas.

MANEJO DA HIGIENE MENSTRUAL (MHM) NOS ODSs

3 BOA SAÚDE E BEM ESTAR

3.7 "(...)acesso universal a serviços de saúde sexual e reprodutiva(...)"

4 EDUCAÇÃO DE QUALIDADE

4.1 "(...)meninas e meninos completem o ensino primário e secundário livre, equitativo e de qualidade(...)"

4.5 "(...)eliminar disparidades de gênero na educação(...)"

4.7 "(...)todos os alunos adquiram conhecimentos e habilidades necessárias para promover(...), direitos humanos, igualdade de gênero(...)"

4.a "Construir e melhorar instalações físicas para educação, apropriadas para crianças e sensíveis às deficiências e ao gênero(...)"

5 IGUALDADE DE GÊNERO

5.1 "Acabar com todas as formas de discriminação contra todas as mulheres e meninas(...)"

5.5 "Garantir a participação plena e efetiva das mulheres(...) na vida pública."

5.6 "Assegurar o acesso universal à saúde sexual e reprodutiva e os direitos reprodutivos."

6 ÁGUA POTÁVEL E SANEAMENTO

6.2 "(...)acesso a saneamento e higiene adequados e equitativos para todos, e acabar com a defecação a céu aberto, com especial atenção para as necessidades das mulheres e meninas e daqueles em situação de vulnerabilidade."

8 TRABALHO DECENTE E CRESCIMENTO ECONÔMICO

8.8 "(...)promover ambientes de trabalho seguros e protegidos para todos os trabalhadores, incluindo os trabalhadores migrantes, em particular as mulheres migrantes(...)"

12 CONSUMO E PRODUÇÃO RESPONSÁVEIS

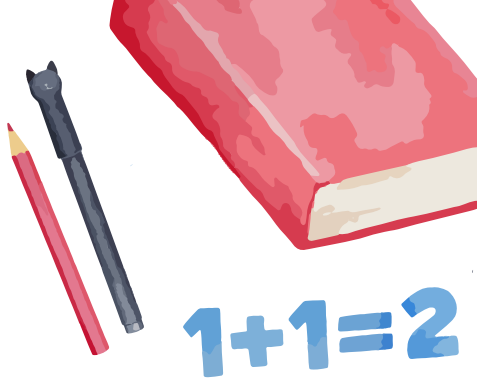
12.5 "(...) reduzir substancialmente a geração de resíduos(...)"

12.9. "Dar suporte a países em desenvolvimento para fortalecer sua(...) capacidade de buscar padrões mais sustentáveis de produção e consumo."

Embora nenhum dos 17 ODSs faça referência direta à menstruação e suas implicações, o problema é indiretamente abordado em vários dos Objetivos. No ODS 4 (Educação de Qualidade) consta o explícito reconhecimento de que as instalações físicas para educação precisam ser "apropriadas ao gênero", enquanto o ODS 6 (Água Potável e Saneamento) enfatiza a importância de se observarem "as necessidades de mulheres e meninas". Estes dois Objetivos, em articulação com a Igualdade de Gênero (ODS 5), são de particular interesse para este estudo, mas a menstruação também é assunto indireto dos Objetivos 3 (Saúde e Bem Estar), 8 (Trabalho Decente e Crescimento Econômico) e 12 (Consumo e Produção Responsáveis) (ONU, 2018).

A Organização Mundial da Saúde (2018) e o Banco Mundial (2018) também vêm alertando sobre a necessidade de se encarar a questão. E, em março de 2019, uma estatueta dourada concedeu ao tema seu momento mais luminoso até hoje: "Eu não acredito que um filme sobre menstruação acaba de ganhar um Oscar", declarou, entre emocionados soluços, Rayka Zehtabchi, uma das co-diretoras de Period, End of Sentence (Absorvendo o Tabu) ao receber o prêmio de melhor curta documental.

A história do pequeno grupo de mulheres indianas que encontrou na menstruação empoderamento econômico e orgulho onde antes havia desinformação e vergonha ilustra o contraste entre o que a menstruação é e o que ela pode ser. A jornada que nos levará da pobreza menstrual à dignidade menstrual já começou, e ela passa por investimentos em saneamento básico, em educação menstrual - um capítulo fundamental e pouco abordado da educação sexual - e pela ampliação do acesso a produtos menstruais. Para que, nas palavras da co-diretora do documentário Melissa Berton, "a menstruação não encerre a educação de uma menina".



ESCOLA

MENSTRUAR E ESTUDAR

A igualdade de gênero, assim como a água potável e o saneamento básico, são Direitos Humanos contemplados pela Agenda 2030 nos ODSs 5 e 6, respectivamente. A relação entre eles foi foco da 33ª Sessão da Assembleia Geral do Conselho de Direitos Humanos das Nações Unidas, ocorrida em 2016. O relatório resultante do encontro observa que infraestruturas inadequadas de saneamento afetam de maneira mais intensa a vida das mulheres e meninas do que a dos homens, devido ao seu papel protagônico nos trabalhos domésticos e de cuidados. O texto também menciona a menstruação estigmatizada e a decorrente pressão para o abandono escolar após a menarca, e é enfático ao afirmar que "o direito humano à água e saneamento inclui o direito de todos a produtos de higiene menstrual seguros e acessíveis, que devem ser subsidiados ou providos gratuitamente quando necessário" (OHCHR, 2020, p.10, tradução livre da autora).

"O direito humano à água e saneamento inclui o direito de todos a produtos de higiene menstrual seguros e acessíveis, que devem ser subsidiados ou providos gratuitamente quando necessário"

Este capítulo se debruça especificamente sobre os dois Objetivos de Desenvolvimento Sustentável supracitados - Igualdade de Gênero (5) e Água Potável e Saneamento (6) -, adicionando à análise o ODS 4 (Educação de Qualidade). O enlace entre esses 3 objetivos é fundamental para compreender as implicações da pobreza menstrual para meninas brasileiras.

Embora o número de estudos que relacionem pobreza menstrual e meninas em idade escolar seja crescente, o campo de pesquisa ainda reserva muito a desbravar. Em geral, os escassos trabalhos existentes se encontram na área da Saúde Pública e buscam mapear questões como as mudanças psicossociais neste período, com destaque para a ansiedade e depressão (RODRIGUES et al, 2011; ALENCAR GOMES et al., 2016), e o absenteísmo escolar atrelado à menstruação (SILVA et. al., 2020, LIMA et al., 2014). Essas faltas podem se dar por inúmeras razões, como cólicas, cefaleia e outros mal-estares ligados ao período menstrual, bem como pela falta de infraestrutura para o adequado manejo da higiene menstrual, incluindo acesso a instalações seguras e convenientes para descartar materiais usados. Há que se citar ainda o custo elevado - às vezes proibitivo - de absorventes ou outros produtos menstruais. Estima-se que uma mulher gaste entre RS 3 mil e RS 8 mil ao longo de sua vida menstrual com absorventes (PEREIRA, 2019). De acordo com a PNAD Contínua (IBGE, 2020), a renda anual dos 5% mais pobres é de RS 1.920. Portanto, as mulheres que se encontram dentro desta faixa de renda precisam trabalhar até 4 anos para custear os absorventes que usarão ao longo da vida.

Estima-se que uma mulher gaste entre R$ 3 mil e R$ 8 mil ao longo de sua vida menstrual com absorventes.

Para além do impacto de eventuais faltas, outras questões seguem sem resposta: o que acontece com a qualidade da presença em aula quando as meninas estão na sala, mas com dor? Quanto é possível prestar atenção quando a vergonha de um vazamento está logo ali, acompanhando o ciclo de quem só dispõe de produtos inadequados ou sequer chega a acessá-los? Quanto uma menina menstruada é capaz de aprender enquanto se pergunta se na próxima troca de absorventes haverá papel higiênico, água na pia ou local para descarte do material usado?

Vale ressaltar que meninas frequentemente relatam a menarca como uma experiência negativa, relacionada a medos e angústias (BRÊTAS et al., 2012), numa espécie de vislumbre das dificuldades que se seguirão a ela. Esses desafios, estranhos a quem não menstrua ou não convive com a pobreza menstrual, podem reduzir o aproveitamento em sala, resultando em prejuízos na produtividade, renda e no futuro das meninas que menstruam.

Nas residências brasileiras, 11% das mulheres com mais de 80 anos não têm acesso à rede geral de distribuição de água, violação que se agrava progressivamente para as mais jovens até chegar a 17% entre as meninas com até 19 anos (BRK AMBIENTAL, 2108).

E, para elas, o desafio está também na escola. A primeira menstruação acontece, em média, aos 13 anos, idade que, em uma progressão normal de ensino, corresponde ao sétimo ou oitavo ano do Ensino Fundamental. Dali até o fim do Ensino Médio, por 5 a 6 anos, elas dependerão das condições oferecidas na escola para realizar o manejo de sua higiene menstrual.

O Brasil tem hoje cerca de 7,5 milhões de meninas nessa condição - meninas que menstruam na escola. Quase 90% delas frequentam a rede pública de ensino[4]. Estão as escolas brasileiras preparadas para receber as meninas que menstruam? Em muitos casos, não.

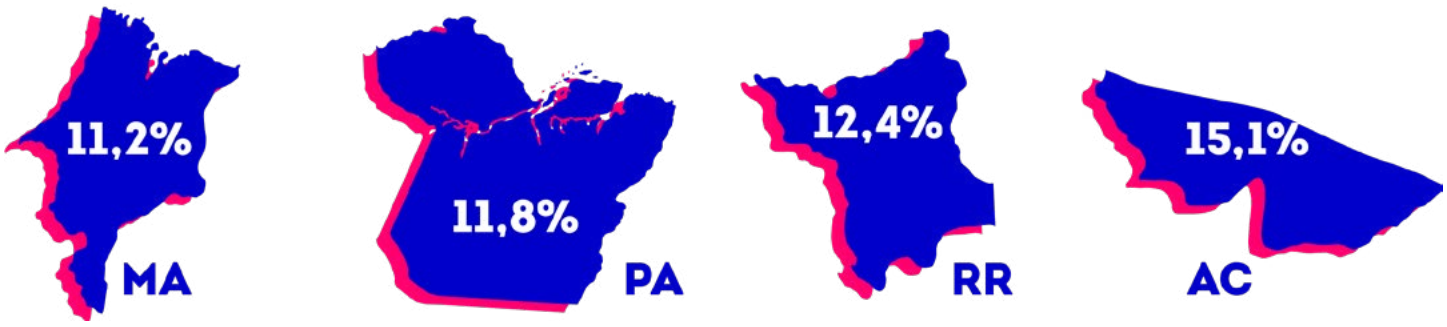
Segundo dados da Pesquisa Nacional da Saúde do Escolar (PENSE) do IBGE (2015), cerca de 3% das alunas estudam em escolas que não têm banheiro em condições de uso. O percentual pode parecer pequeno, mas corresponde a um universo

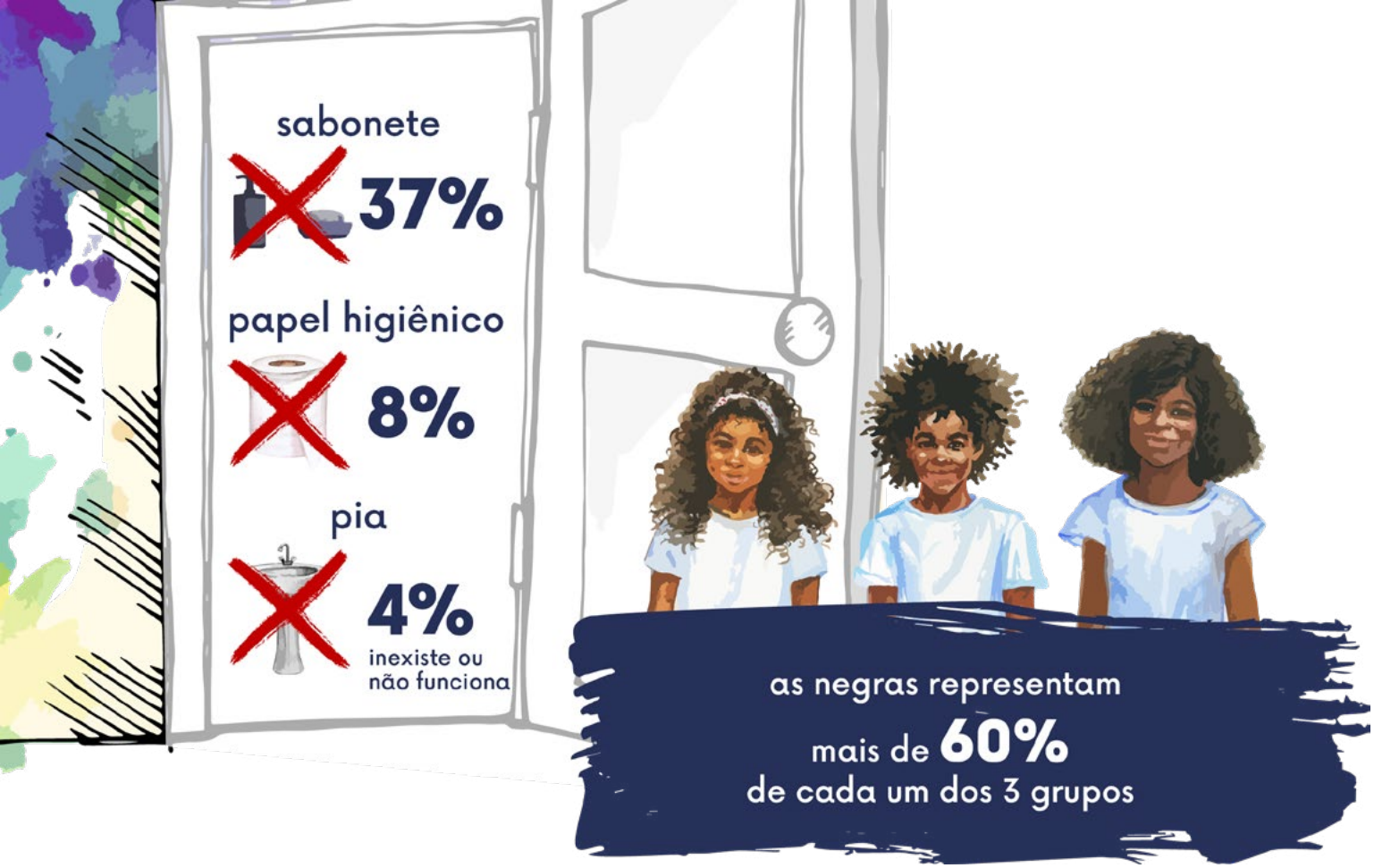
[4] Cálculo estimado com base nos dados da Pesquisa Nacional da Saúde do Escolar (PENSE) do IBGE (IBGE, 2015).

estimado de 213 mil meninas. Dessas, 65% são negras e a quase totalidade está na rede pública de ensino, o que revela também que a pobreza menstrual é um problema que se sobrepõe às desigualdades de raça e de classe.

A distribuição espacial dessas escolas é outro sintoma de um Brasil desigual. Ainda de acordo com a PENSE, São Paulo e o Distrito Federal, unidades mais ricas da federação, são as únicas duas em que 100% dos alunos desfrutam de banheiro em condições de uso. Em 4 estados o percentual de estudantes que não atesta a existência das devidas instalações ultrapassa 10%. São eles Maranhão (11,2%), Pará (11,8%), Roraima (12,4%) e Acre (15,1%). Como é ser uma menina que menstrua nesses estados?

Percentual de estudantes que não atesta a existência de banheiro em condições de uso, piores estados:





Embora nenhuma pesquisa tenha se debruçado sobre a experiência específica dessas meninas, um exercício de imaginação nos leva a cenários bastante sombrios. Somando-se as cerca de 4 horas diárias que estudantes passam na escola ao tempo de deslocamento na ida e na volta, chegamos a uma pergunta desconcertante: como é possível que uma menina frequente uma escola sem instalações sanitárias adequadas durante os cerca de 5 dias de cada mês em que está menstruada? Segue-se outra questão alarmante: se sabemos que este grupo é majoritariamente formado por meninas negras e de escola pública - dois possíveis indicadores de baixa renda -, não será razoável supor que a insalubridade do ambiente escolar se soma à falta de acesso a absorventes ou outros produtos menstruais?

Escolas sem sanitários próprios para uso representam o extremo de um quadro que, mesmo quando menos insalubre, corrói o futuro que a educação promete - em especial para a população que menstrua. Mas mesmo nas escolas em que há banheiros, a situação está longe do ideal. Nestas, 8% das meninas relatam não haver papel higiênico. A pia inexiste ou não funciona para 4%, e o sabonete é um luxo que não está disponível para 37% delas. Mais uma vez, as negras são maioria, representando mais de 60% de cada um dos 3 grupos[5].

[5] Cálculo estimado com base nos dados da Pesquisa Nacional da Saúde do Escolar (PENSE) do IBGE (IBGE, 2015).

Esse quadro configura flagrante obstáculo para a Agenda 2030. Os ODSs 4 e 6 (Educação de Qualidade e Água Potável e Saneamento) têm metas relacionadas a instalações que observem as especificidades de gênero, e trazem, entre os indicadores de progresso, a proporção de instalações sanitárias e de instalações básicas para lavagem das mãos com água e sabão.

Mas o banheiro não é só condição para a troca de absorventes. É também um espaço de privacidade, muitas vezes necessário para um respiro quando a menstruação vem acompanhada de dores e desconfortos. Assim, não surpreende que um dos raros estudos focados em meninas brasileiras, conduzido no interior de Pernambuco, tenha observado que 31% das adolescentes já faltaram à escola em decorrência da menstruação (PITANGUI et al., 2013).

Da menarca em diante, mais um desafio se coloca entre as meninas e o pleno exercício de seus direitos. A menstruação - fato da vida de metade de nós - é assunto obrigatório para cidadãos, organizações e governos que desejam atingir a Igualdade de Gênero (ODS 5). Já existem caminhos, muitos deles já em curso no Brasil. É sobre os ventos da mudança que versa o capítulo a seguir.

FUTURO

RECOMENDAÇÕES E CAMINHOS A EXPLORAR

A pobreza menstrual é um universo de perguntas sem resposta. Neste relatório, nos debruçamos sobre seu impacto para a educação de meninas, com especial atenção às brasileiras. Mas há outros públicos afetados, e as implicações também alcançam questões de saúde e renda.

Se é inegável que o tema vem conquistando atenção, tampouco se pode negar que muito pouco já foi feito. Assim, um compromisso ético nos leva a arrematar esse trabalho com um breve sobrevoo por outras regiões desse universo, na expectativa de encorajar a produção de conhecimento sobre o tema. Abordaremos também algumas recomendações, esperando que sejam aprimoradas e que inspirem novos projetos e políticas públicas.

Aumentar a produção de dados interseccional e inclusiva

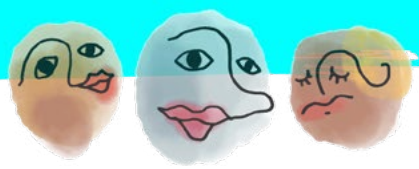
Os dados sobre saneamento nas residências mostram um cenário quase sempre mais severo para as mulheres negras. Entre as que não recebem água encanada regularmente, por exemplo, 17,5% são pardas e 15,7% são pretas, sendo estes os dois grupos étnicos que estão abaixo da média geral (BRK AMBIENTAL, 2018). Estas cifras mostram que é imperativo abordar a questão da pobreza menstrual sob um viés racial.

Entretanto, a dignidade menstrual é um direito de todas as pessoas que menstruam, incluindo não apenas mulheres e meninas, mas também pessoas trans e pessoas não

binárias. Para além da raça, é também urgente discutir a situação das minorias sexuais, cuja participação nos espaços de decisão e como objeto da atenção de pesquisadores precisa aumentar.

A universalização da dignidade menstrual também depende de soluções adaptadas a contextos específicos. Nesse sentido, merecem especial atenção as pessoas em situação de rua. As calcinhas menstruais, por exemplo, embora reduzam drasticamente a quantidade de resíduos, precisam ser lavadas e secadas imediatamente após o uso, algo impraticável sem privacidade, chuveiro ou mesmo acesso a água encanada. Os absorventes descartáveis precisam ser comprados e alocados em uma calcinha - ítem indisponível para muitas. Nas prisões, limitações similares são comuns. Relatos sobre o uso de miolo de pão como absorvente dão uma mostra do grau de insalubridade enfrentado pela população carcerária (QUEIROZ, 2015).

Relatos sobre o uso de miolo de pão como absorvente dão uma mostra do grau de insalubridade enfrentado pela população carcerária.



Criação e implementação de política públicas

Da universalização do saneamento básico a subsídios para a compra de absorventes e outros produtos menstruais, há muito que governos podem fazer pelo problema. No Rio de Janeiro, um grupo de meninas mobilizadas persuadiu o Deputado Estadual Renan Ferreirinha a apresentar um projeto de lei (PL), aprovado em 2020, que reduziu a tributação sobre absorventes, com consequente ampliação do acesso para o consumidor final. No âmbito federal, um PL de autoria da Deputada Federal Tabata Amaral propõe a distribuição gratuita dos absorventes em espaços públicos, à luz do que já acontece com preservativos desde a década de 1990. Em São Paulo, por iniciativa da Deputada Estadual Marina Helou, tramita um PL que ataca o problema em diversas frentes: além de distribuição gratuita e redução tributária, também preconiza iniciativas relacionadas à educação menstrual, o incentivo à produção de absorventes de baixo custo e o fomento à pesquisa.

Ampliar o acesso a diversos tipos de produtos menstruais

Em termos de produtos, além da já citada calcinha menstrual, vale mencionar o coletor menstrual, solução que, combinada a um processo educativo para assegurar seu uso adequado, já mostrou resultados bastante promissores em diversos países, tanto do ponto de vista econômico quanto da sustentabilidade ambiental. Nesse campo, há farto espaço para exploração nas áreas de design de produtos e de engenharia de materiais.

Investir em educação menstrual

Essas e outras estratégias só têm a ganhar quando, em paralelo, são acompanhadas por projetos de educação menstrual. Eles são de evidente relevância para meninas e mulheres, mas compreender que a pobreza menstrual é obstáculo para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e para o consequente avanço das nações significa reconhecer a importância de fazer circular informação entre todos os públicos, com especial atenção para tomadores de decisão – menstruem eles ou não.

Nesse sentido, cabe observar que a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2015, fonte dos nossos dados sobre saneamento nas escolas, investiga o acesso dos estudantes a 3 conteúdos compreendidos no âmbito da educação sexual: informação sobre prevenção de IST, prevenção à gravidez e acesso a contraceptivos. Uma miríade de análises poderia derivar da inclusão de uma pergunta específica sobre acesso à educação menstrual, uma possibilidade que esperamos ser contemplada pelos pesquisadores do IBGE em futuras edições da pesquisa.

Esta lista de recomendações não pretende exaurir as possibilidades, mas fornece caminhos importantes a serem explorados para promover a dignidade e a saúde

menstrual. Reconhecemos que, além destes caminhos, também é fundamental elevar a questão através de esforços globais, por meio de movimentos como o Generation Equality, da UN Women, e o ICDP Programme of Action. Também podemos e devemos aprender com outras iniciativas lideradas por meninas e mulheres em todo o mundo que trabalham para promover a dignidade e a saúde menstrual, sempre em busca das melhores práticas e de construções baseadas em evidências.

As meninas do Girl Up vem mostrando que, por meio do esforço conjunto de governos e sociedade civil, da pesquisa multidisciplinar e, sobretudo, do reconhecimento empático de que sangrar todo mês não precisa ser um limite, avançaremos. Elas estão fazendo política com as próprias mãos, conquistando projetos de lei estado por estado, promovendo eventos e diálogos, buscando informação ao ponto de motivarem esse estudo. De olho em um futuro mais justo, elas estão avançando os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Que sejamos incansáveis como elas, para que onde hoje houver pobreza menstrual, que amanhã encontremos dignidade menstrual.

REFERÊNCIAS

ALENCAR GOMES, Mayra Ruana et al. Prevalência de dismenorreia e sua associação com depressão e ansiedade entre adolescentes de uma escola pública. **Adolescência e Saúde**, v. 13, n. 2, p. 98-105, 2016.

BANCO MUNDIAL. "*Menstrual Hygiene Management Enables Women and Girls to Reach their Full Potential*", site do Banco Mundial, 2018. Disponível em: https://www.worldbank.org/en/news/feature/2018/05/25/menstrual-hygiene-management; acesso em 06.02.2021.

BRETAS, José Roberto da Silva et al. Significado da menarca segundo adolescentes. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 249-255, 2012.

BRK AMBIENTAL. O Saneamento e a Vida da Mulher Brasileira. 2018. Disponível em: http://www.tratabrasil.org.br/images/estudos/itb/pesquisa-mulher/relatorio.pdf, acesso em 06.02.2021.

DASRA. Spot On! Improving Menstrual Health and Hygiene in India. Site da Dasra, 2015. Disponível em: https://www.dasra.org/assets/uploads/resources/Spot%20On%20-%20Improving%20Menstrual%20Management%20in%20India.pdf, acesso em 06.02.2021.

IBGE. Pesquisa Estatísticas do Registro Civil. Anos pesquisados: 2005-2009.

IBGE. Pesquisa Nacional da Saúde do Escolar (PENSE). Rio de Janeiro: IBGE, 2015.

IBGE. Pesquisa Nacional de Saúde (PNS). Rio de Janeiro: IBGE, 2013.

IBGE. Censo Demográfico Brasileiro. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

IBGE. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua). Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

LIMA, Alaine Souza et al. Prevalência de cefaleia e sua interferência nas atividades de vida diária em adolescentes escolares do sexo feminino. **Rev. paul. pediatr.**, São Paulo, v. 32, n. 2, p. 256-261, June 2014.

LUZ, Anna Maria Hecker; BERNI, Neiva Iolanda de Oliveira; SELLI, Lucilda. Mitos e tabus da maternidade: um enfoque sobre o processo saúde-doença. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 60, n. 1, p. 42-48, Feb. 2007.

OHCHR. Officer of the High Commissioner on Human Rights. Gender Equality and the Human Rights to Ware and Sanitation. 2020. Disponível em: https://www.ohchr.org/Documents/Issues/Water/10anniversary/Gender.pdf, acesso em 06.02.2021.

OMS. Organização Mundial da Saúde. 28 May: Menstrual Hygiene Day. Site da OMS, 2018. Disponível em: https://www.who.int/life-course/news/events/menstrual-hygiene-day-2018/en/, acesso em 06.02.2021.

ONU. Organização das Nações Unidas. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. 2018. Disponível em https://nacoesunidas.org/pos2015, acesso em 06.02.2021.

PEDRO, Adriana Orcesi et al. Idade de ocorrência da menopausa natural em mulheres brasileiras: resultados de um inquérito populacional domiciliar. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 07-25, Feb. 2003.

PEREIRA, Suzana José Balbino. O comportamento do consumo da mulher: um estudo sobre a compra de alternativas ecológicas aos absorventes. Trabalho apresentado para conclusão de curso de Administração de Empresas da PUC-Rio. 45 f., 2019.

PITANGUI, Ana Carolina R. et al. Menstruation disturbances: prevalence, characteristics, and effects on the activities of daily living among adolescent girls from Brazil. **Journal of pediatric and adolescent gynecology**, v. 26, n. 3, p. 148-152, 2013.

PLAN INTERNATONAL UK. Research on Period Poverty and Stigma, site da Plan International UK, 2017. Disponível em: https://plan-uk.org/media-centre/plan-international-uks-research-on-period-poverty-and-stigma; acesso em 06.02.2021.

QUEIROZ, Nana. Presos que Mestruam: a brutal vida das mulheres – tratadas como homens – nas prisões brasileiras. Editora Record, 2015.

RODRIGUES, Ana Cláudia et al. Dismenorreia em adolescentes e jovens adultas: prevalência, factores associados e limitações na vida diária. **Acta Med Port**, v. 24, n. S2, p. 383-92, 2011.

SILVA, N. S. B et al. Impacto da dismenorreia em adolescentes escolares. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 49, p. e3308, 12 jun. 2020.

UNFPA. Menstruation and Human Rights: Frequently Asked Questions. Site da UNFPA, 2020. Disponível em: https://www.unfpa.org/menstruationfaq, acesso em 06.02.2021.

UNICEF. Como vive la menstruación una niña o uma adolescente del pacifico colombiano? UNICEF, 2016. Disponível em: https://www.unicef.org/colombia/media/2311/file/como-vive-la-menstruacion-una-nina-o-adolescente-del-pacifico-colombiano.pdf, acesso em 06.02.2021.

UNICEF. Guidance on Menstrual Health and Hygiene. UNICEF, 2019. Disponível em: https://www.unicef.org/wash/files/UNICEF-Guidance-menstrual-health-hygiene-2019.pdf, acesso em 06.02.2021.

UNICEF. Menstrual Hygiene in Schools in 2 countries of Francophone West Africa: Burkina Faso and Niger Case Studies in 2013. UNICEF, 2013. Disponível em: https://www.ircwash.org/sites/default/files/mhm_study_report_burkina_faso_and_niger_english_final.pdf, acesso em 06.02.2021.