



**unifaema**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA - UNIFAEMA**

**DAFYNIE DUTRA DE ABREU**

**EDUCAÇÃO MENSTRUAL: IMPLICAÇÕES NA SAÚDE DE JOVENS EM UM  
MUNICÍPIO DA AMAZÔNIA LEGAL**

**ARIQUEMES – RO  
2022**

**DAFYNIE DUTRA DE ABREU**

**EDUCAÇÃO MENSTRUAL: IMPLICAÇÕES NA SAÚDE DE JOVENS EM UM  
MUNICÍPIO DA AMAZÔNIA LEGAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem do Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Orientador (a): Profa. Ma. Jessica de Sousa Vale.

**FICHA CATALOGRÁFICA**  
**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**

A162e Abreu, Dafynie Dutra de.

Educação menstrual: implicações na saúde de jovens em um município da Amazônia Legal. / Dafynie Dutra de Abreu. Ariquemes, RO: Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA, 2022.  
42 f. ; il.

Orientador: Prof. Ms. Jessica de Sousa Vale.

Trabalho de Conclusão de Curso – Graduação em Enfermagem – Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA, Ariquemes/RO, 2022.

1. Saúde da Mulher. 2. Educação Menstrual. 3. Educação em Saúde. 4. Cuidados de Enfermagem. 5. Rondônia. I. Título. II. Vale, Jessica de Sousa.

CDD 610.73

**Bibliotecária Responsável**  
Herta Maria de Açucena do N. Soeiro  
CRB 1114/11

**DAFYNIE DUTRA DE ABREU**

**EDUCAÇÃO MENSTRUAL: IMPLICAÇÕES NA SAÚDE DE JOVENS EM UM  
MUNICÍPIO DA AMAZÔNIA LEGAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem do Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Orientador (a): Profa. Ma. Jessica de Sousa Vale.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>a</sup>. Ma. Jessica de Sousa Vale  
Centro Universitário FAEMA - UNIFAEMA

---

Prof<sup>a</sup>. Ma. Evelin Samuelsson  
Centro Universitário FAEMA - UNIFAEMA

---

Prof<sup>a</sup>. Esp. Elis Milena Ferreira do Carmo Ramos  
Centro Universitário FAEMA - UNIFAEMA

## **AGRADECIMENTOS**

Para construção dessa pesquisa e ao longo de toda trajetória acadêmica, teve-se a contribuição significativa de muitas pessoas queridas. Começo dedicando à Deus, meu protetor e fonte de suporte eterno. Minha família, que sempre me apoiou e propiciou condições ideais para que eu pudesse ser uma estudante dedicada, em especial minha mãe, Euzenir Dutra, que sempre viu a educação como caminho primeiro e cujos esforços não podem ser mensurados: meu muito obrigada.

Aos professores (as) que abrilhantaram minha mente através de suas experiências e profissionalismo demonstrados não só em teoria, como também na prática do cuidado, minha eterna gratidão. Sou grata à professora Jessica, minha fiel orientadora desde o início da graduação, incentivadora e inspiração na produção científica e profissional.

Ao longo do caminho, muitas pessoas passaram e deixaram suas marcas, nem sempre positivas, mas que também me possibilitaram uma visão ampla do ser humano. Em 2018, início da universidade, tinha 17 anos e muitos sonhos. Agora, aos 22, encerro esse ciclo e espero continuar na vida estudantil enquanto for possível e Deus permitir.

## RESUMO

Na sociedade contemporânea, constantemente, busca-se avanços relacionados a temáticas que necessitam de maior ênfase. No entanto, a cultura brasileira apresenta especificidades que corroboram para a perpetuidade de pensamentos e comportamentos cuja a necessidade de mudanças é indispensável. Nesse sentido, surgiu-se a imprescindibilidade da educação menstrual - ramo da educação integral em sexualidade que consiste no entendimento de que as pessoas que menstruam necessitam do conhecimento sobre seus próprios corpos, estejam a par do ciclo menstrual e possam promover assim o seu bem-estar em todas as áreas da concepção de saúde. A presente pesquisa teve por objetivo relatar as implicações da educação menstrual na saúde de jovens durante o período da adolescência e os possíveis impactos na vida adulta, com o intuito de evidenciar o problema e contribuir para possíveis avanços nesse sentido. A metodologia utilizada foi a pesquisa de campo quantitativa de caráter descritivo, a qual possibilitou dados em relação à temática em âmbito municipal. Em relação aos resultados, alcançou-se: maioria das participantes referiram que não tiveram orientações na escola sobre a menstruação e metade já precisaram de algum método para conter a menstruação na escola e não tiveram acesso; prevalência de dores ou desconfortos durante o período menstrual e de relatos sobre o desconhecimento dos distúrbios hormonais ligados à menstruação; 1/3 das participantes afirmaram que a falta de informações sobre o ciclo menstrual afetou negativamente suas vidas em fase adulta.

**Palavras – chave:** Saúde da Mulher. Educação Menstrual. Educação em Saúde.

## **ABSTRACT**

In contemporary society, advances related to themes that need greater emphasis are constantly sought. However, Brazilian culture has specificities that support the perpetuity of thoughts and behaviors whose need for change is indispensable. In this sense, the indispensability of menstrual education emerged - a branch of comprehensive sexuality education that consists of the understanding that people who menstruate need knowledge about their own bodies, are aware of the menstrual cycle and can thus promote their well-being in all areas of health care. The present research aimed to report the implications of menstrual education on the health of young people during adolescence and the possible impacts on adult life, in order to highlight the problem and contribute to possible advances in this direction. The methodology used was quantitative field research of a descriptive nature, which provided data in relation to the theme at the municipal level. Regarding the results, it was achieved: most participants reported that they did not have guidance at school about menstruation and half already needed some method to contain menstruation at school and did not have access; prevalence of pain or discomfort during the menstrual period and reports on the lack of knowledge about hormonal disorders linked to menstruation; 1/3 of the participants stated that the lack of information about the menstrual cycle negatively affected their lives in adulthood.

**Keywords:** Women's Health, Menstrual Education and Health Education.

## LISTA DE TABELAS E GRÁFICOS

<b>Tabela 1:</b> IDADE, SEXO, INSTITUIÇÃO ESCOLAR, CONTRIBUINTES REMUNERADOS E MÉDIA SALARIAL.....	21
<b>Tabela 2:</b> IDADE DA MENARCA E DURAÇÃO MÉDIA DO CICLO.....	22
<b>Tabela 3:</b> ORIENTAÇÕES SOBRE O CICLO EM CASA E NA ESCOLA.....	23
<b>Tabela 4:</b> CONHECIMENTO DOS MOTIVOS DAS DORES/DESCONFORTOS E DOS MÉTODOS DE HIGIENE.....	24
<b>Tabela 5:</b> FALTA DE INSUMOS MENSTRUAIS.....	26
<b>Gráfico 1:</b> PRESENÇA DE DORES/DESCONFORTOS.....	23
<b>Gráfico 2:</b> CONHECIMENTO SOBRE OS DISTÚRBIOS HORMONAIS.....	25
<b>Gráfico 3:</b> EVASÃO ESCOLAR.....	25
<b>Gráfico 4:</b> ACESSO A INSUMOS MENSTRUAIS NA ESCOLA.....	26
<b>Gráfico 5:</b> IMPACTOS NEGATIVOS NA VIDA ADULTA.....	27



## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

<b>ABRES</b>	Associação Brasileira de Estágios
<b>CEP</b>	Comissão de Ética e Pesquisa
<b>CNS</b>	Conselho Nacional de Saúde
<b>FSH</b>	Hormônio Folículo Estimulante (Follicle-Stimulating Hormone)
<b>IBGE</b>	Índice Brasileiro de Geografia e Estatística
<b>LGPD</b>	Lei Geral de Proteção de Dados
<b>LH</b>	Hormônio Luteinizante
<b>MS</b>	Ministério da Saúde
<b>ODS</b>	Objetivo de Desenvolvimento Sustentável
<b>ONU</b>	Organização das Nações Unidas
<b>PeNSE</b>	Pesquisa Nacional de Saúde Escolar
<b>PL</b>	Projeto de Lei
<b>PNAISM</b>	Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher
<b>PNPM</b>	Plano Nacional de Políticas para as Mulheres
<b>PSE</b>	Programa Saúde na Escola
<b>RU</b>	Resposta Única
<b>SOP</b>	Síndrome dos Ovários Policísticos
<b>SPM</b>	Síndrome Pré-Menstrual
<b>SUS</b>	Sistema Único de Saúde
<b>TCLE</b>	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
<b>UNFPA</b>	Fundo de População das Nações Unidas
<b>UNICEF</b>	Fundo das Nações Unidas para a Infância

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>11</b>
<b>2. OBJETIVOS .....</b>	<b>13</b>
2.1. OBJETIVO PRIMÁRIO .....	13
2.2. OBJETIVOS SECUNDÁRIOS .....	13
<b>3. REVISÃO DE LITERATURA .....</b>	<b>14</b>
3.1. CONHECENDO O CICLO MENSTRUAL.....	14
3.2. DISTÚRBIOS HORMONAIS LIGADOS À MENSTRUÇÃO.....	15
3.3. POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DA MULHER.....	15
3.4. RELAÇÕES ENTRE POBREZA E HIGIENE MENSTRUAL BÁSICA.....	16
3.5. POR QUE O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM É IMPORTANTE? .....	17
<b>4. METODOLOGIA .....</b>	<b>18</b>
4.1. TIPO DE PESQUISA.....	18
4.2. CAMPO DE PESQUISA.....	18
4.3. PROCEDIMENTOS DE COLETA E ANÁLISE DOS DADOS.....	18
4.4. POPULAÇÃO .....	19
4.5. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	19
4.6. OBJETO DE ESTUDO.....	19
4.8 DESCRITORES DE SAÚDE.....	20
4.8 GARANTIAS ÉTICAS.....	20
<b>5. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>21</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>29</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>31</b>
<b>APÊNDICE .....</b>	<b>34</b>
<b>ANEXO I – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP.....</b>	<b>38</b>
<b>ANEXO II – DECLARAÇÃO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO.....</b>	<b>41</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A menstruação, desde os primórdios da humanidade, trouxe questionamentos a respeito de sua origem. Em 400 a 300 a.C., acreditava-se que a menstruação estava vinculada à formação do embrião, e que o contato do sangue com o sêmen seria o fator que desencadearia a coagulação sanguínea. A partir disso, durante séculos, foram criadas teorias errôneas que culminaram em prejuízos à saúde da mulher ao longo de boa parte da história (FINN, 1996). Alguns marcos históricos contribuíram para a atual compreensão a respeito do ciclo menstrual, por exemplo a Teoria da Evolução (1859), de Charles Darwin e, no século XVIII, cientistas conseguiram relacionar as diferenças entre a composição do sangue menstrual e a do sangue circulante no corpo humano (GRANT, 1964).

Tendo em vista que, ao decorrer do tempo, a desinformação foi instrumento de retrocesso nesse sentido, foi necessária a criação da educação menstrual, ramo da educação integral em sexualidade que consiste no entendimento de que as pessoas que menstruam – sejam meninas, mulheres, homens trans ou não-binários – necessitam do conhecimento sobre seus próprios corpos, estejam a par do ciclo menstrual e possam promover assim o seu bem-estar em todas as áreas da concepção de saúde (UNICEF, 2021). No entanto, o tema persiste em enfrentar resistência por estar relacionado a diversos tabus socialmente construídos e evidenciados através da existência de mitos sobre a menstruação difundidos até os dias atuais.

Sabe-se que, o ato de menstruar é um processo natural e integrante do ciclo reprodutivo feminino. Além de envolver questões biológicas, há a presença e influência dos fatores sociais, psicológicos, econômicos, culturais e religiosos. Dessa forma, o objetivo da pesquisa é relatar as implicações da educação menstrual na saúde de jovens durante o período da adolescência e os possíveis impactos na vida adulta. Apesar de parecer uma realidade distante, milhares de pessoas não têm acesso à higiene pessoal básica, a incluir os métodos de lidar com a menstruação; seja com o uso de absorventes externos ou internos, coletores, disco menstrual, calcinhas absorventes, ou outros (BARGE, 2018).

A pobreza menstrual é definida como a precariedade e vulnerabilidade econômica e social, vivenciada por pessoas em todo o mundo, quando as formas de lidar com a menstruação são ausentes (ASSAD, 2021). O acesso a boas práticas de

higiene menstrual às classes desfavorecidas economicamente, necessita do entendimento do problema como uma questão de saúde pública, difusão da necessidade de intervenções, criação de políticas, principalmente educacionais e disseminação dos insumos.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1. OBJETIVO PRIMÁRIO**

Relatar as implicações da educação menstrual na saúde de jovens durante o período da adolescência e os possíveis impactos na vida adulta.

### **2.2. OBJETIVOS SECUNDÁRIOS**

- Fornecer informações a respeito dos programas de atenção à saúde feminina no Brasil;
- Possibilitar conhecimento sobre o ciclo menstrual e os principais distúrbios hormonais ligados ao ato de menstruar;
- Proporcionar visibilidade e discussões relativas à educação menstrual.

### 3. REVISÃO DE LITERATURA

#### 3.1. CONHECENDO O CICLO MENSTRUAL

Segundo Guyton e Hall (2017), durante os anos do período reprodutivo normal das mulheres ocorrem variações rítmicas mensais na secreção de hormônios, oriundos de alterações nos ovários e outros órgãos sexuais. Tal acontecimento, denomina-se ciclo sexual mensal feminino ou ciclo menstrual, o qual possui uma duração média de 28 dias, podendo variar entre 20 e 45 dias; geralmente as alterações no ciclo tendem a estar associadas à diminuição da fertilidade. Ainda de acordo com os autores:

As mudanças ovarianas que ocorrem durante o ciclo sexual dependem inteiramente dos hormônios gonadotrópicos FSH e LH, que são secretados pela hipófise anterior. Na ausência desses hormônios, os ovários permanecem inativos, como ocorre durante toda a infância, quando quase nenhum hormônio gonadotrópico é secretado. Entre os 9 e os 12 anos de idade, a hipófise começa a secretar progressivamente mais FSH e LH, levando ao início de ciclos sexuais mensais normais, que começam entre 11 e 15 anos de idade. Esse período de mudança é denominado puberdade, e o primeiro ciclo menstrual é denominado menarca. Durante cada mês do ciclo sexual feminino, ocorre aumento e diminuição cíclicos, tanto de FSH quanto de LH (GUYTON & HALL, 2017, p. 1042).

A fase menstrual possui uma média de 3 a 5 dias, em um ciclo de 28 dias. Nesse período, o endométrio (revestimento epitelial do útero) sofre descamação - resultando no fluxo menstrual. Widmaier, Raff e Strang (2017, p. 636), relatam os eventos que acontecem após o cessamento do fluxo menstrual:

O fluxo menstrual cessa, e o endométrio começa a se espessar à medida que regenera sob a influência do estrogênio. Esse período de crescimento, denominado fase proliferativa, tem uma duração aproximada de 10 dias entre a cessação da menstruação e a ocorrência da ovulação. Logo após a ovulação, sob a influência da progesterona e do estrogênio do corpo lúteo, o endométrio começa a secretar glicogênio no epitélio glandular, seguido de glicoproteínas e mucopolissacarídeos. A parte do ciclo menstrual entre a ovulação e o início da menstruação seguinte é denominada fase secretora. A fase folicular ovariana inclui as fases menstrual e proliferativa uterinas, enquanto a fase lútea ovariana corresponde à fase secretora uterina.

### 3.2 DISTÚRBIOS HORMONAIS LIGADOS À MENSTRUACÃO

Sabe-se que a menstruação tem início durante a puberdade e se estende até o término dos ciclos menstruais, no período chamado climatério (menopausa), entre os 48 e 53 anos. No entanto, durante esse evento da fisiologia feminina podem ocorrer distúrbios que provocam desequilíbrios no ciclo sexual mensal feminino. Conforme afirmado por Puglia (2020, p. 36-37), os principais distúrbios hormonais são:

Amenorreia: ausência da menstruação. Pode estar associada a distúrbios metabólicos e/ou nutricionais, alterações psicoemocionais, ocorrência de gravidez e/ou lactação (amamentação). Dismenorreia: ciclo menstrual acompanhado de cólicas no baixo ventre com intensidade dolorosa variável. Espaniomenorreia: intervalo dos ciclos menstruais de 2 ou 3 meses, aproximadamente. Hipermenorreia: duração da menstruação acima de 5 dias. Hipomenorreia: duração da menstruação inferior a 2 dias. Menorreia: ocorrência de hemorragias no período menstrual, o que pode sugerir processos inflamatórios, estresse, alterações endócrinas e tumores. Menóstase: interrupção súbita da menstruação, relacionada principalmente a fatores emocionais. Metrorragia: ocorrência de hemorragias não relacionadas ao período menstrual. Pode estar ligada a doenças (com ou sem malignidade). Oligomenorreia: fluxo menstrual diminuído. Opsomenorreia: intervalos dos ciclos menstruais maiores que 35 a 40 dias, aproximadamente. Proiomenorreia: intervalos dos ciclos menstruais menores que 25 dias, resultando em aumento da frequência dos ciclos. Polimenorreia: ocorrência do ciclo menstrual a cada 15 dias.

Além dos distúrbios citados, uma endocrinopatia que acomete cerca de 5 a 15% da população feminina em idade reprodutiva é a SOP (Síndrome dos Ovários Policísticos), caracterizada pelo hiperandrogenismo - excesso do hormônio andrógeno (MACIEL, 2015). A referida síndrome pode afetar um ou ambos os ovários, podendo estar relacionada à infertilidade; a característica mais comum é a deficiência ou alteração no período de ovulação, resultando em atrasos menstruais ou ciclos desordenados (PUGLIA, 2020).

### 3.3. POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE DA MULHER

A PNAISM (Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher) foi criada em 2004, pela Área Técnica de Saúde da Mulher. Segundo o Ministério da Saúde (MS), são algumas premissas da política:

Introduzir e visibilizar novas “necessidades” de saúde das mulheres, até então ausentes das políticas públicas; introduzir ações para segmentos da

população feminina, todavia sem visibilidade social e ampliar, qualificar e humanizar a atenção integral à saúde da mulher no Sistema Único de Saúde (BRASIL, 2011, p. 67).

Tendo como base os conceitos supracitados, é possível relacionar com o tema proposto no presente trabalho, a partir da afirmação da imprescindibilidade da criação de políticas públicas relacionadas à saúde feminina; não só em termos biológicos, como também em termos político-sociais. Nesse sentido, em 2015, foi elaborada a cartilha de Monitoramento e Acompanhamento da PNAISM, bem como do PNPM (Plano Nacional de Políticas para as Mulheres). O monitoramento é feito através da parceria entre os OPM (Organismos de Políticas para Mulheres) e os organismos responsáveis pelas políticas de saúde, tais como: Comitês, Redes de Atenção, Conselhos, Fóruns, Conferências e Audiências Públicas, tanto em âmbito municipal quanto estadual (BRASIL, 2015).

#### 3.4. RELAÇÕES ENTRE VULNERABILIDADE ECONÔMICA E HIGIENE MENSTRUAL BÁSICA NO BRASIL

A Organização das Nações Unidas (ONU), por meio da cartilha sobre Direitos das Mulheres, considera que, relativo à saúde das mulheres no Brasil, o país ainda se depara com desafios, como exemplo o acesso restrito a produtos de higiene feminina. A cartilha relaciona-se com o ODS 5 (Objetivo de Desenvolvimento Sustentável), cuja pauta relaciona-se ao alcance da igualdade de gênero (ONU, 2020).

Segundo o Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA) e o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), em relatório publicado no ano de 2021, a situação menstrual das jovens brasileiras é preocupante. Dados mostram que cerca de 713 mil meninas não têm acesso a banheiros ou chuveiros em suas residências, e mais de 4 milhões não possuem acesso à qualquer item de higiene menstrual básica nas escolas. Cita-se como agravadores da situação a falta de aproximação a serviços de saneamento básico, recursos específicos para a menstruação e o déficit no conhecimento sobre o corpo. A forma mais utilizada para lidar com a menstruação são os absorventes higiênicos; no entanto, as mulheres de baixa renda acabam utilizando meios como jornal, papel e miolo de pão, justamente por não terem condições financeiras de comprar o referido método (UNICEF, 2021a).



No Brasil, existem propostas relacionadas a distribuição de absorventes por meio do SUS (Projeto de Lei (PL) 61/2021); distribuição gratuita de absorventes higiênicos nas escolas públicas brasileiras (PL 4.968/2019), além de propostas voltadas a isenção de impostos para produtos de higiene menstrual - prática já existente em países como Alemanha e Canadá (BRASIL, 2021).

### 3.5. POR QUE O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM EM EDUCAÇÃO MENSTRUAL É IMPORTANTE?

A adolescência é uma fase de preparação para a vida adulta e inclui a maturação física e sexual. Dessa forma, por se tratar de significativas mudanças na vida dos jovens, requer atenção especial devido aos riscos que também acompanham tal processo. Seguindo esta linha, pode-se entender a escola como um ambiente propício para o desenvolver do pensar crítico sobre os mecanismos de funcionamento do corpo humano e como identificar alterações/faltas (DE LIMA, 2013). Assim, a educação menstrual surgiu como aliada nessa etapa.

Segundo Amorim (2017), em pesquisa aplicada na educação básica, embora haja avanços em temáticas voltadas a sexualidade, os tabus sociais ainda são presentes na educação menstrual, evidenciados principalmente pelos pais dos adolescentes, que possuem dificuldades em abordar o tema no seio familiar ou simplesmente não abordam. É possível citar outros fatores que contribuem para o fato, como a influência religiosa, socioeconômica e o próprio desconhecimento dos responsáveis sobre o assunto. Dessa maneira, é viável inferir que são necessárias ações a longo prazo, que evidenciem o problema como uma questão de saúde pública e sejam voltadas aos jovens e seus cuidadores legais.

## 4. METODOLOGIA

### 4.1. TIPO DE PESQUISA

A metodologia utilizada foi a pesquisa de campo descritiva com abordagem quantitativa, utilizando-se como método o levantamento de *survey*. Os objetivos pretendidos relacionam-se a relatar as implicações da educação menstrual na saúde de jovens durante o período da adolescência e os possíveis impactos na vida adulta.

### 4.2. CAMPO DE PESQUISA

O campo de pesquisa foi uma instituição privada de Ensino Superior localizada na região do Vale do Jamari, no estado de Rondônia, no norte do Brasil. O norte do país possui 5.217.423 km<sup>2</sup>, que corresponde a 61% do território brasileiro; engloba todos os estados da região norte, além de parte do estado do Maranhão (BRASIL, 2014). Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a região norte do Brasil é a segunda em concentração de pobreza (26,1%), logo após a região nordeste (47,9%) (BRASIL, 2020).

### 4.3. PROCEDIMENTOS DE COLETA E ANÁLISE DOS DADOS

A coleta de dados ocorreu através de um questionário quantitativo (APÊNDICE I). O questionário foi desenvolvido pela autora do presente trabalho, utilizando-se da literatura científica para construção das perguntas que serão da categoria de Resposta Única (RU), e que contemplou uma fase de pré-teste realizada antes da aplicação, fazendo-se os direcionamentos que forem necessários e devidamente apresentados no relatório de pesquisa. Para a realização do estudo, obteve-se da Pró-Reitoria Acadêmica um cronograma para aplicação nas turmas de 1º período dos cursos de graduação, partindo-se da premissa de que geralmente são estudantes mais jovens. Na oportunidade, os estudantes foram convidados a participar do estudo pela pesquisadora, devidamente identificada; a pesquisa realizou-se após esclarecidas todas as dúvidas. Houve a submissão do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido), e posteriormente, do questionário, com duração prevista de 10-15 minutos. Os universitários que desejaram participar da pesquisa, de forma voluntária,

responderam ao questionário aplicado presencialmente pela plataforma *Google Forms*. Todas as etapas só foram executadas após parecer favorável emitido pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da referida instituição.

Após a aplicação dos questionários, deu-se a análise de dados, feita por meio de estatística descritiva na *Software Microsoft Excel*, utilizando-se do teste Qui-quadrado para estabelecer relações entre as variáveis.

#### 4.4. POPULAÇÃO

A população-alvo da pesquisa consistem em, aproximadamente, 195 estudantes regularmente matriculados no primeiro período de graduação dos cursos da instituição, no semestre 2022.1.

#### 4.5. CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Em relação aos critérios de inclusão, foram contemplados:

- ✓ Estudante que possui maioridade;
- ✓ Estudante regularmente matriculado no primeiro período do semestre 2022.1;
- ✓ Estudante que já iniciou seu ciclo menstrual;
- ✓ Estudante que expresse seu aceite em participar da pesquisa assinando o TCLE.

Serão excluídos da pesquisa:

- ✓ Estudantes que não estão na faixa etária pretendida (menores de 18 anos);
- ✓ Aqueles que não menstruam ou ainda não iniciaram seus ciclos menstruais;
- ✓ Recusa em assinar TCLE;
- ✓ Desistência de responder o questionário.

#### 4.6. OBJETO DE ESTUDO

Estudantes que tiveram seus ciclos menstruais iniciados e que puderam relatar suas experiências durante o período escolar.

#### 4.7. DESCRITORES DE SAÚDE

Saúde da Mulher. Educação Menstrual. Educação em Saúde.

#### 4.8. GARANTIAS ÉTICAS

O sigilo da pesquisa foi resguardado baseando-se nos princípios da LGPD (Lei Geral de Proteção de Dados). Além disso, cada participante obteve total liberdade para recusar-se a responder o questionário de pesquisa, tendo a máxima garantia ética preconizada pela Resolução 466/12/CNS. Ressalta-se que pesquisa só ocorreu após aprovação pelo CEP, com o Número do CAAE: 56756422.2.0000.5601. O projeto apresenta riscos mínimos, podendo citar o eventual desconforto ao responder o questionário, ou ainda o tempo demandado para tal atividade. Quanto aos benefícios, a pesquisa encontrou dados referentes à importância da educação menstrual e possibilitou à população discussões e informações necessárias para que saibam compreender que todos têm direito à higiene menstrual básica.

## 5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados do questionário de pesquisa (Apêndice I), aplicado em turmas de 1º período, dos cursos de: Administração, Agronomia, Arquitetura e Urbanismo, Ciências Contábeis, Direito, Enfermagem, Engenharia Civil, Farmácia, Fisioterapia e Psicologia, serão apresentados a seguir. A aplicação da pesquisa deu-se do dia 31 de maio de 2022 ao dia 08 de junho de 2022.

A população total alcançada com a presente pesquisa foi de 96 acadêmicas (aproximadamente 49% da população-alvo), com idades entre 18 e 35 anos, alcançando a média de 26,5 anos. Relativo ao sexo biológico a qual os alunos se identificam, obteve-se: sexo feminino com 96 respostas, totalizando 100% do total. Referente à instituição de ensino frequentada durante os ensinos Fundamental e Médio, 79 (82,30%) relataram que estudaram em escola pública, 4 (4,2%) estudaram em escola privada, 10 (10,4%) estudaram parte em escola pública, parte em escola privada e 3 (3,1%) eram bolsistas em instituições privadas.

Quanto ao número de pessoas no domicílio residencial que possuem um trabalho remunerado, 32 (33,3%) estudantes responderam que há 1 contribuinte, 42 (43,8%) responderam que há 2 contribuintes, 15 (15,6%) responderam que há 3 contribuintes e 7 (7,3%) responderam que há 4 ou mais contribuintes. Em relação à média salarial dos contribuintes da casa juntos, 1 (1%) acadêmico respondeu que a média salarial é de menos de 1 salário mínimo, 15 (15,6%) responderam 1 salário mínimo, 43 (44,8%) responderam 2 salários mínimos e 38 (38,5%) responderam 3 ou mais salários mínimos.

**Tabela 1:** idade, sexo, instituição escolar, contribuintes remunerados e média salarial

<b>Informações</b>	<b>Resultados expressivos</b>
Idade	Entre 18 e 35 anos (média de 26,5 anos)
Sexo	Feminino (100%)
Instituição de ensino escolar	Pública (82,3%)
Contribuintes com trabalho remunerado	2 contribuintes (43,8%)
Média salarial	2 salários mínimos (44,8%)

*Fonte: Da autora (2022).*

Relativo ao ciclo menstrual, 96 (100%) das participantes, referiram saber do que se trata. Segundo uma pesquisa realizada pelo UNICEF e UNFPA (2021), com jovens entre 13 e 24 anos, 71% relataram a ausência de aulas, palestras ou rodas de conversa sobre o tema menstruação nas instituições escolares que frequentaram. O ciclo menstrual ou ciclo sexual mensal feminino, é o processo de preparação do organismo para a ocorrência de uma possível gestação, a partir de variações hormonais ordenadas, que resultam em alterações endócrinas e anatômicas do sistema reprodutivo feminino (LEMBRANCE *et. al*, 2020).

Ao serem questionadas a respeito da idade da menarca (primeira menstruação) e duração média do período menstrual, obteve-se os resultados a seguir:

**Tabela 2:** idade da menarca e duração média do ciclo

<b>Menarca</b>	<b>Respostas</b>	<b>Porcentagem</b>
Antes dos 10 anos.	7	7,29%
Entre 10 e 11 anos.	18	18,75%
Entre 11 e 13 anos.	52	54,16%
Depois dos 13 anos.	19	19,80%
<b>Duração média do período menstrual</b>	<b>Respostas</b>	<b>Porcentagem</b>
2 a 4 dias	26	27,1%
4 a 7 dias	64	66,7%
Mais de 7 dias	6	6,3%

*Fonte: Da autora (2022).*

De acordo com as respostas, a maioria das entrevistadas menstruaram a primeira vez entre os 11 e 13 anos (54,16%). Quanto a duração média do período menstrual, houve prevalência de 4 a 7 dias (66,7%). Segundo estudo realizado em Portugal, meninas as quais desenvolveram a menarca antes dos 12 anos têm maiores chances de terem a menstruação com duração de mais de 6 dias, bem como dismenorreia, em comparação com meninas que menstruaram a primeira vez depois dos 12 anos (MARQUES, 2022).

Quanto às orientações, em casa, sobre como seriam os cuidados durante o período menstrual, 63 (65,6%) participantes do estudo responderam terem sido orientadas e 33 (34,4%) responderam não terem sido orientadas ou não ter tido orientações o suficiente. A respeito das orientações sobre o ciclo menstrual na escola,

27 (28,1%) referiram terem sido orientadas e 69 (71,9%) referiram não ter sido orientadas ou terem sido, mas a orientação não foi o suficiente.

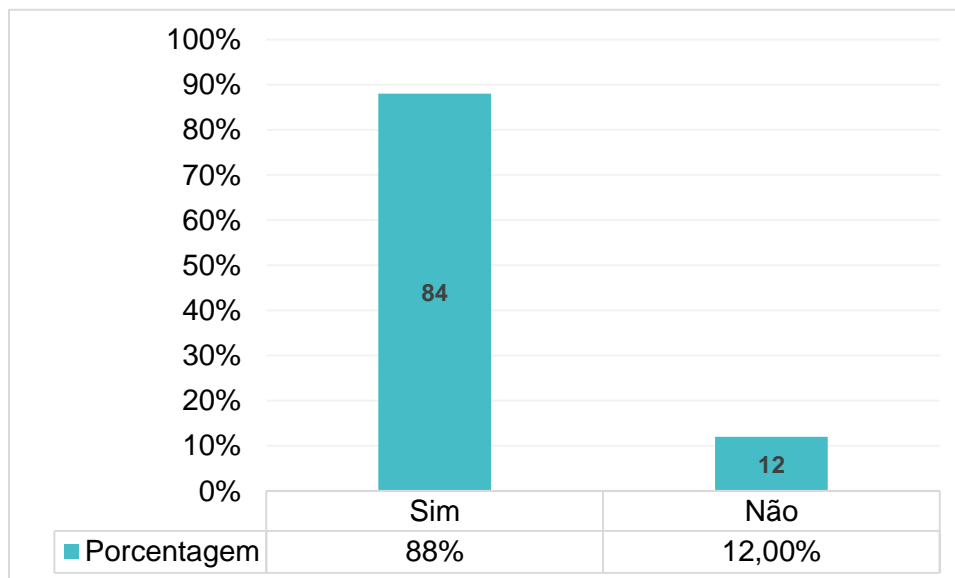
**Tabela 3:** orientações sobre o ciclo em casa e na escola

Orientações sobre o ciclo menstrual em casa	Respostas/porcentagem
Sim.	63 (65,6%)
Não ou não foi o suficiente.	33 (34,4%)
Orientações sobre o ciclo menstrual na escola	Respostas/porcentagem
Sim.	27 (28,1%)
Não ou não foi o suficiente.	69 (71,9%)

*Fonte: Da autora (2022).*

É comum atualmente observar-se que pessoas que menstruam e receberam orientações prévias, seja de familiares, amigos ou na escola, tendem a possuir melhor preparação para a vivência junto à menstruação e manutenção da saúde menstrual (MARINHO *et. al*, 2019). Seguindo este pensamento e com base nos dados de pesquisa, pode-se concluir que há a necessidade de informar previamente em relação ao ciclo menstrual e os cuidados e informações pertinentes a esta fase.

**Gráfico 1:** presença de dores/desconfortos



*Fonte: Da autora (2022).*

No que se refere à presença de dor ou desconforto durante a menstruação, 84 (88%) das acadêmicas responderam possuir dores ou desconfortos ou possuírem, mas de forma regular e 12 (12%) responderam não ter dores ou desconfortos. Assim,

é importante ressaltar que o ciclo sexual mensal feminino pode sofrer variações de acordo com o funcionamento do corpo de cada um, visto que a fase lútea é a única considerada fixa (LEMBRANCE *et. al*, 2020), ressaltando-se a imprescindibilidade de saber reconhecer anormalidades no ciclo e preceder a um serviço de saúde.

A cerca da identificação do que são e quais os motivos das dores/desconfortos e em relação ao conhecimento dos métodos de higiene e cuidado para lidar com a menstruação, alcançou-se os seguintes resultados:

**Tabela 4:** conhecimento dos motivos das dores/desconfortos e dos métodos de higiene

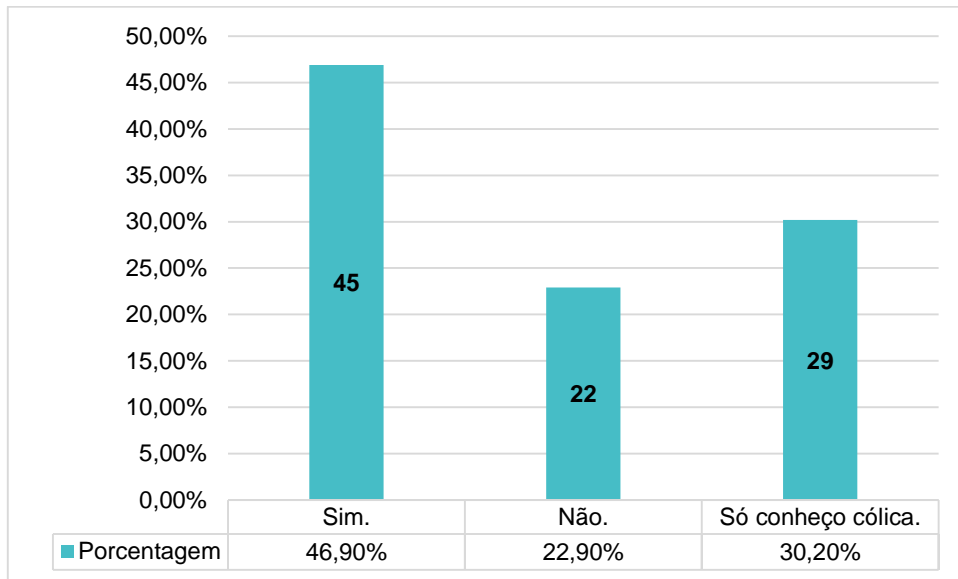
<b>Conhecimento sobre os motivos da dor/desconforto</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Porcentagem</b>
Sim.	55	57,30%
Não.	13	13,50%
Sim, mas não tenho informações suficientes.	16	16,70%
Não sinto dores/desconfortos.	12	12,50%
<b>Conhecimento dos métodos de higiene menstrual</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Porcentagem</b>
Sim.	87	90,62%
Não.	1	1,05%
Gostaria de saber.	8	8,33%

*Fonte: Da autora (2022).*

Pesquisas demonstram que, cerca de 75% das mulheres apresentam, no período reprodutivo, algum sintoma pré-menstrual físico, emocional e/ou comportamental, caracterizando a Síndrome Pré-Menstrual (SPM), que se resolve com mudança de estilo de vida e/ou terapias conservadoras, tais como analgésicos e relaxantes musculares (ABDO, 2014). As concepções que tangem os distúrbios pré-menstruais e no período da menstruação propriamente dita, para a maioria, são desconhecidos; os motivos de tal desconhecimento perpassam pela ausência de abordagem educativa, tabus socioeconômicos/religiosos e a cultura oprimente em relação ao sistema reprodutor feminino.

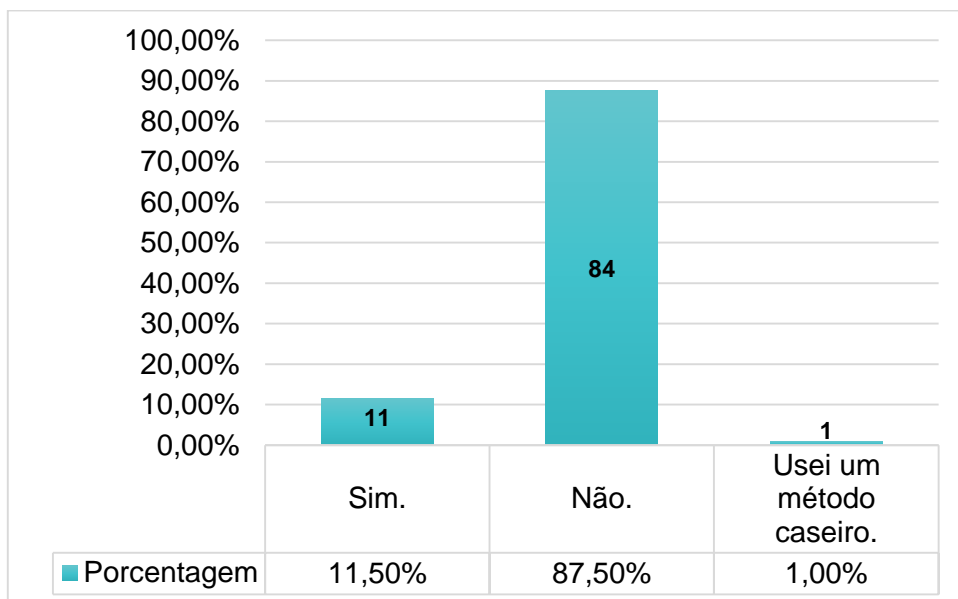
Corroborando com os dados acima citados, reuniu-se as respostas da pesquisa à pergunta a respeito do saber sobre os distúrbios hormonais ligados à menstruação: 45 estudantes responderam que sim (46,9%), 22 responderam que não (22,9%) e 29 responderam só conhecer cólica (30,2%). A reflexão atingida foi que 53,1% das acadêmicas não conhecem os distúrbios ou só conhecem a cólica, fato este, que implica a indispensável necessidade da educação menstrual em saúde.



**Gráfico 2:** conhecimento sobre os distúrbios hormonais

Fonte: Da autora (2022).

Embora 100% das entrevistadas tenham relatado o acesso a insumos menstruais, no que diz respeito à situação de já ter precisado não ir à escola ou outros lugares por não ter absorventes ou outros meios de lidar com a menstruação (gráfico 2), 11 (11,5%) acadêmicas responderam que sim, 84 (87,5%) responderam que não e 1 (1%) pessoa referiu ter usado um método caseiro. Vale ressaltar que a pesquisa foi realizada em uma instituição privada de ensino superior, onde subentende-se um maior alcance econômico.

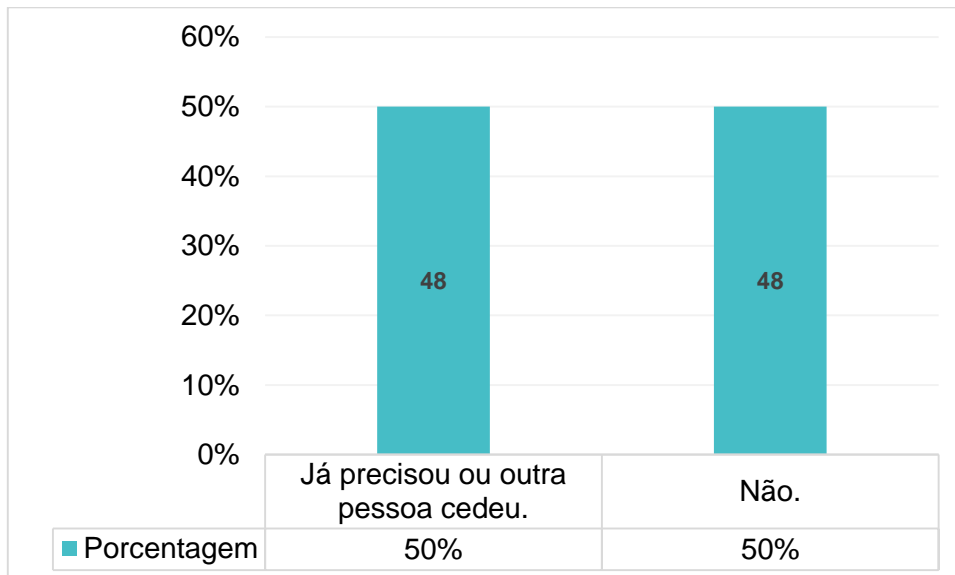
**Gráfico 3:** evasão escolar

Fonte: Da autora (2022).

Questionadas sobre já ter necessitado de algum método para conter o ciclo mensal na escola e não ter acesso, 48 (50%) das alunas responderam que sim ou que outra pessoa cedeu o insumo e 48 (50%) responderam que não.

Segundo a literatura, a menstruação é mensal e, muitas das vezes, pode surgir sem que haja um preparo adequado naquele momento. A situação apresentada é comum e pode afetar a permanência em locais, tais como as escolas. Propõe-se, portanto, que os itens de higiene menstrual alcancem a diminuição ou extinção das tributações sobre os produtos, no intuito de que seja possível ter acesso em qualquer instalação sanitária, sobretudo para a população economicamente desfavorecida e nas instituições de ensino público.

**Gráfico 4:** acesso a insumos menstruais na escola



Fonte: Da autora (2022).

Novamente, apesar das estudantes alegarem ter acesso aos insumos menstruais, ao serem questionadas sobre a falta de absorventes ou outros métodos ser uma realidade, 4 (4,2%) responderam que sim, 85 (88,5%) responderam que não, 5 (5,2%) responderam que às vezes sim e 2 (2,1%) responderam não saber.

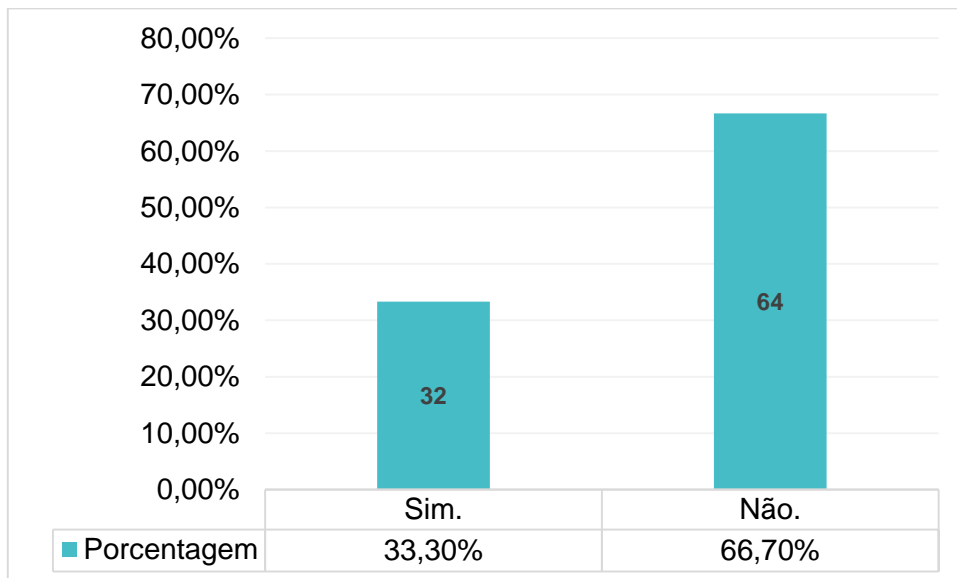
**Tabela 5:** falta de insumos menstruais

Falta de absorventes ou outros métodos	Resultados expressivos (respostas/porcentagem)
Sim ou às vezes sim.	9 (9,4%)
Não ou não sei.	87 (90,6%)

Fonte: Da autora (2022).

Concernente à pergunta considerada a de maior relevância para a pesquisa de campo proposta, pelo fato de possibilitar muitas questões envolvendo a saúde das pessoas que menstruam, ao questionamento sobre a falta de informações sobre o ciclo menstrual ter afetado negativamente a vida adulta, 32 (33,3%) estudantes responderam que sim e 64 (66,7%) responderam que não. Segundo estudos, cerca de 140 milhões de horas de trabalho são perdidas anualmente em decorrência da dismenorreia em pessoas que menstruam. Na equipe de enfermagem, dados de pesquisa apontam que 60% das mulheres pesquisadas apresentam sintomas relacionados à síndrome pré-menstrual, tais como depressão, nervosismo, irritabilidade e labilidade emocional. Assim sendo, é factível estabelecer as vinculações entre presença e intensidade da dor durante a fase menstrual e a produtividade no trabalho durante esse período (MORAES *et al.*, 2019).

**Gráfico 5:** impactos negativos na vida adulta



Fonte: Da autora (2022).

Em relação à opinião ao qual a educação menstrual nas escolas é necessária, 95 (99%) responderam que sim e 1 (1%) respondeu que não. Já sobre a educação em casa ser necessária, 96 (100%) das estudantes responderam que sim. A educação menstrual é peça fundamental para que todas as mulheres não sejam afetadas negativamente com o ciclo sexual mensal feminino. A exemplo da importância da educação menstrual em saúde, uma pesquisa realizada em 2019 constatou que, ao longo da vida, uma mulher gasta cerca de R\$ 5.760 em absorventes descartáveis. Em contraponto, o uso de coletores menstruais gera aproximadamente R\$ 261,88 de

gastos durante a vida menstrual ativa, mas são pouco utilizados em decorrência dos tabus que o cercam (CALAZANS, 2019).

Segundo dados da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE), de 2015, dos quase 9 milhões de estudantes pesquisados, mais de 2 milhões destes relataram não ter recebido orientação sobre prevenção de gravidez na escola (UNICEF, 2021). Contudo, pode-se pensar sobre a relação entre os elementos acima e o tema abordado nessa pesquisa. Os dados demonstram que, ao adquirir noções e entendimento básico sobre seu corpo, o ser humano alcança maior amplitude no quesito autonomia para garantir sua saúde menstrual e, conseqüentemente, evitar situações que não concernem à fase em que estão.

Relativamente aos resultados e discussão da pesquisa de campo proposta, conclui-se que: há déficit no repasse de informações sobre o tema na sociedade como um todo e relutância no recebimento destes conhecimentos; as acadêmicas reconhecem a necessidade de se falar sobre o tema e mostraram, com suas vivências, que a ausência da educação menstrual impactou negativamente suas vidas, comprovando a problemática existente. Espera-se, portanto, que os dados da pesquisa alcancem outros pesquisadores e entidades sanitárias, com o intuito de contribuir para o tema com embasamento teórico-científico e agregação para a implementação da educação menstrual no Brasil.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O embasamento científico adquirido por meio da pesquisa aplicada possibilitou uma base de dados que demonstram qual a realidade de acadêmicas de uma instituição de ensino superior privada no período da pesquisa e durante o período escolar, sobre aspectos do ciclo menstrual feminino.

A maioria das participantes referiram não ter possuído orientações na escola sobre a menstruação e metade já precisaram de algum método para conter a menstruação na escola e não tiveram acesso ou recorreram a outra pessoa. A educação menstrual é um ramo da educação integral em sexualidade e, por esse motivo, enfrenta resistência de abordagem pois é comumente confundida com o incentivo à prática sexual. No entanto, evidenciou-se na pesquisa o déficit de informações sobre a menstruação e a dificuldade de obter os insumos de higiene menstrual durante o período escolar.

Alcançou-se a prevalência das respostas afirmativas ao questionamento sobre a presença de dores ou desconfortos durante o período menstrual e mais da metade das respostas afirmativas a respeito do desconhecimento sobre os distúrbios hormonais ligados à menstruação ou somente o saber sobre a cólica menstrual. É importante ressaltar que o ciclo sexual mensal feminino pode sofrer variações de acordo com o funcionamento do corpo de cada um, ressaltando-se a imprescindibilidade de saber reconhecer anormalidades no ciclo e preceder a um serviço de saúde adequado.

Por fim, 1/3 das participantes afirmaram que a falta de informações sobre o ciclo menstrual afetou negativamente suas vidas em fase adulta. A partir disso, compreende-se a imensa lacuna existente em relação à saúde reprodutiva feminina, visto que tais informações advêm de uma instituição de ensino onde implica-se um maior poder aquisitivo, sugerindo que os alunos do ensino público possuem uma realidade ainda mais preocupante.

Concluiu-se, portanto, que há negligência às condições mínimas para garantia da dignidade humana, desde saneamento básico até o acesso ao conhecimento e higiene menstrual básica, que são necessidades fisiológicas e afetam, sim, a vida das pessoas que menstruam. Uma iniciativa viável e possivelmente eficaz seria a implementação da educação menstrual como eixo temático do Programa Saúde na Escola (PSE) - programa do Ministério da Educação (MEC) que articula a temática

educativa com a saúde. No entanto, o PSE acaba contando quase exclusivamente com a participação efetiva dos acadêmicos dos cursos de graduação em saúde a nível municipal, principalmente os estudantes de enfermagem. Dessa forma, ressalta-se a necessidade de mais profissionais da área atuando ativamente nesse processo.

Além disso, sugere-se a criação de um programa itinerante: o Plantão Menstrual. A ideia seria que as instituições escolares (escolas, universidades e ensino técnico públicos e particulares), recebessem semestralmente educadores em saúde para tratar a temática da educação menstrual, orientar o público-alvo e incentivar a doação de insumos para os que apresentam carência dos recursos básicos necessários. Com efeito, as ações propostas possibilitariam uma cobertura em relação ao tema, orientando e protegendo as crianças e jovens que menstruam dos efeitos adversos e possibilitando que não tenham experiências traumáticas e saibam lidar com as mudanças do corpo que surtem efeito por toda a vida.

Acredita-se, portanto, que o objetivo principal da pesquisa: 'relatar as implicações da educação menstrual na saúde de jovens durante o período da adolescência e os possíveis impactos na vida adulta', foi alcançado. Espera-se que, a partir dos dados obtidos, seja possível o embasamento para outras pesquisas no ramo e que crie-se, cada vez mais, o entendimento teórico-prático da importância do alcance da educação menstrual em saúde.

## REFERÊNCIAS

- ABDO, Carmelita Helena Najjar. **Transtorno disfórico pré-menstrual**. Revista diagnóstica e tratamento, v. 19, n. 4, p. 182, 2014. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/08/198593/revista-128.pdf>. Acesso em: 28 jul. 2022.
- ABRES (**Associação Brasileira de Estágios**). 2018. Disponível em: <https://abres.org.br/estatisticas/>. Acesso em: 26 jul. 2022.
- AMORIM, Aline Gonçalves; SOUZA, Bruna Celli Figueiredo; AGUIAR, Jéssica Ellen. **Uma ferramenta interativa no ensino da dinâmica do ciclo menstrual**. Disponível em: [https://unimontes.br/wp-content/uploads/2019/02/Ferramenta\\_Interativa.pdf](https://unimontes.br/wp-content/uploads/2019/02/Ferramenta_Interativa.pdf). Acesso em: 06 nov. 2021.
- BARGE, Inês Gouveia (2018). **A gestão da higiene menstrual: percepções sobre direitos sexuais e reprodutivos**. Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa. Instituto Superior de Economia e Gestão. Disponível em: <https://www.repository.utl.pt/bitstream/10400.5/16376/1/DM-IGB-2018.pdf>. Acesso em: 11 out. 2021.
- BRASIL. **Monitoramento e acompanhamento da política nacional de atenção integral à saúde da mulher e do plano nacional de políticas para as mulheres PNPM**. 2015. Disponível em: [https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/politicasp-para-mulheres/arquivo/centraldeconteudos/publicacoes/publicacoes/2015/pnaism\\_pnpm-versaoweb.pdf](https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/politicasp-para-mulheres/arquivo/centraldeconteudos/publicacoes/publicacoes/2015/pnaism_pnpm-versaoweb.pdf). Acesso em: 12 out. 2021.
- BRASIL. **O que é a Amazônia Legal**. Dicionário Ambiental. Eco, Rio de Janeiro, nov. 2014. Disponível em: <http://www.oeco.org.br/dicionario-ambiental/28783-o-que-e-a-amazonia-legal/>. Acesso em: 15 nov. 2021.
- BRASIL. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: Princípios e Diretrizes**. Brasília: DF, 2011. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_mulher\\_principios\\_diretrizes.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_mulher_principios_diretrizes.pdf). Acesso em: 12 nov. 2021.
- BRASIL. **Região Nordeste possui quase metade de toda a pobreza no Brasil, segundo IBGE**. 2020. Disponível em: <https://www.fecop.seplag.ce.gov.br/2020/11/20/regiao-nordeste-possui-quase-metade-de-toda-a-pobreza-no-brasil-segundo-ibge/>. Acesso em: 22 nov. 2021.
- CALAZANS, Daphne Becker; MIRANDA, Alessandra Viana de. **Menstruação sustentável: redução da geração de rejeitos através da educação menstrual**. 2019. Disponível em: [https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/211069/Ensino2019\\_Resumo\\_66531.pdf?sequence=1](https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/211069/Ensino2019_Resumo_66531.pdf?sequence=1). Acesso em: 29 jul. 2022.
- DE LIMA, Noeli Jung Friedrich; DOS SANTOS, Juliano Ciebre. **A importância da educação sexual na adolescência**. Nativa–Revista de Ciências Sociais do Norte de Mato Grosso, v. 2, n. 1, 2013. Disponível em:

<https://www.revistanativa.com.br/index.php/nativa/article/view/225>. Acesso em: 06 nov. 2021.

FINN, Colin A. **Por que as mulheres menstruam? Revisão histórica e evolutiva**. *Jornal europeu de obstetrícia, ginecologia e biologia reprodutiva*, 70 (1), 3-8. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9618925/>. Acesso em: 10 set. 2021. [https://doi.org/10.1016/s0301-2115\(96\)02565-1](https://doi.org/10.1016/s0301-2115(96)02565-1)

GRANT, Edward (Ed.). **Um livro de referência em ciência medieval**. Harvard University Press, 1974. Disponível em: [https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=fAPN\\_3w4hAUC&oi=fnd&pg=PA24&dq=1.%09Grant+E,+ed.+A+source+book+in+Medieval+Science.+Cambridge,+MA:+Harvard+University+Press,+1964.&ots=2ujt13QEh9&sig=d6Jk9jwhBquoO7UNfJXQwuR2vCI](https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=fAPN_3w4hAUC&oi=fnd&pg=PA24&dq=1.%09Grant+E,+ed.+A+source+book+in+Medieval+Science.+Cambridge,+MA:+Harvard+University+Press,+1964.&ots=2ujt13QEh9&sig=d6Jk9jwhBquoO7UNfJXQwuR2vCI). Acesso em: 10 set. 2021.

GUYTON, A.C.; HALL, J.E. **Tratado de Fisiologia Médica**. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2017.

LIMA, Paola. **O que é pobreza menstrual e por que ela afasta estudantes das escolas**. Agência Senado, 2021. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/infomaterias/2021/07/o-que-e-pobreza-menstrual-e-por-que-ela-afasta-estudantes-das-escolas>. Acesso em: 17 nov. 2021.

LEMBRANCE, Ana Julia Macedo et al. **Fisiologia do ciclo menstrual feminino e suas influências hormonais**. Editor Chefe, p. 62. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Lucas-Siqueira-Dos-Santos/publication/360346135\\_VIOLENCIA\\_OBSTETRICA\\_UM\\_PROBLEMA\\_DE\\_SAUDE\\_PUBLICA/links/6271ab233a23744a72613c8f/VIOLENCIA-OBSTETRICA-UM-PROBLEMA-DE-SAUDE-PUBLICA.pdf#page=80](https://www.researchgate.net/profile/Lucas-Siqueira-Dos-Santos/publication/360346135_VIOLENCIA_OBSTETRICA_UM_PROBLEMA_DE_SAUDE_PUBLICA/links/6271ab233a23744a72613c8f/VIOLENCIA-OBSTETRICA-UM-PROBLEMA-DE-SAUDE-PUBLICA.pdf#page=80). Acesso em: 27 jul. 2022.

MACIEL, G.A.R.; DA SILVA, I.D.C.G. **Manual Diagnóstico em Saúde da Mulher**. Barueri, SP: Manole, 2015.

MARINHO, Diana da Silva et al. **Lidando com um fenômeno natural e que ficará para sempre: a menstruação e suas influências na vida da mulher**. 2019. Disponível em: [https://www.bdttd.uerj.br:8443/bitstream/1/11191/1/DISSERTACAO%20FINAL\\_DIANA%20DA%20SILVA%20MARINHO.pdf](https://www.bdttd.uerj.br:8443/bitstream/1/11191/1/DISSERTACAO%20FINAL_DIANA%20DA%20SILVA%20MARINHO.pdf). Acesso em: 27 jul. 2022.

MARQUES, Patrícia; MADEIRA, Tiago; GAMA, Augusta. **Ciclo menstrual em adolescentes: percepção das adolescentes e influência da idade de menarca e excesso de peso**. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 40, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpp/a/nKc4WcFrP9bhp3Vpqq5Q5Nr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 27 jul. 2022.

MORAES, Patricia Albuquerque et al. **Percepção das mulheres sobre o impacto da menstruação no cotidiano de vida**. *Saúde (Santa Maria)*, v. 45, n. 2, p. 13, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/37215/pdf>. Acesso em: 29 jul. 2022.

ONU BRASIL. **Direitos Humanos das Mulheres**. 2018. Disponível em: <https://brasil.un.org/sites/default/files/2020-07/Position-Paper-Direitos-Humanos-das-Mulheres.pdf>. Acesso em: 17 out. 2021.



PUGLIA, Ana Paula Mantovani. **Enfermagem em ginecologia e obstetrícia**. São Paulo: Senac, 2020.

UNICEF. **Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e violações de direitos**. 2021. Disponível em: [https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual\\_relatorio-unicef-unfpa\\_maio2021.pdf](https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf). Acesso em: 15 out. 2021.

UNICEF. **No Brasil, milhões de meninas carecem de infraestrutura e itens básicos para cuidados menstruais**. 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/no-brasil-milhoes-de-meninas-carecem-de-infraestrutura-e-itens-basicos-para-cuidados-menstruais>. Acesso em: 16 out. 2021.

WIDMAIER, Erick P.; RAFF, Hershel; STRANG, Kevin T. **Vander: Fisiologia Humana**. 14. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

**APÊNDICE I**  
**INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS**

**Questionário Referente à Pesquisa: “EDUCAÇÃO MENSTRUAL: IMPLICAÇÕES  
NA SAÚDE DE JOVENS EM UM MUNICÍPIO DA AMAZÔNIA LEGAL”**

**PERFIL**

**1) IDADE:** \_\_\_\_\_

**2) SEXO:**

- Feminino.
- Masculino.
- Não-binário.
- Outro.

**3) DURANTE O PERÍODO ESCOLAR (ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO), VOCÊ  
ESTUDOU EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO:**

- Pública.
- Privada.
- Parte em escola pública e parte em escola privada.
- Era bolsista em uma instituição privada.

**4) NA SUA CASA, QUANTAS PESSOAS TÊM UM TRABALHO REMUNERADO?**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4 ou mais.

**5) QUAL A MÉDIA SALARIAL DOS CONTRIBUINTES DA CASA JUNTOS?**

- Menos de 1 salário mínimo.
- 1 salário mínimo.
- 2 salários mínimos.
- 3 ou mais salários mínimos.

**AUTOCUIDADO**

**6) VOCÊ SABE O QUE É O PERÍODO MENSTRUAL?**

- Sim.
- Não.

**7) QUANDO FOI SUA MENARCA (PRIMEIRA MENSTRUÇÃO)?**

- Antes dos 10 anos.
- Entre 10 e 11 anos.
- Entre 11 e 13 anos.
- Depois dos 13 anos.

**8) NA SUA CASA, TEVE ORIENTAÇÕES SOBRE COMO SERIAM OS CUIDADOS DURANTE O PERÍODO MENSTRUAL?**

- Sim.
- Não.
- Sim, mas não foi o suficiente.
- Negaram-se a me orientar.

**9) NA SUA ESCOLA, TEVE ORIENTAÇÕES SOBRE COMO SERIAM OS CUIDADOS DURANTE O PERÍODO MENSTRUAL?**

- Sim.
- Não.
- Sim, mas não foi o suficiente.
- Negaram-se a me orientar.

**10) QUANTOS DIAS, EM MÉDIA, DURA SEU FLUXO MENSTRUAL?**

- 1 dia.
- 2-4 dias.
- 4-7 dias.
- Mais de 7 dias.

**11) SENTE ALGUMA DOR OU DESCONFORTO DURANTE ESSE PERÍODO?**

- Sim.
- Não.
- Regularmente.

**12) SE SENTE DORES, SABE IDENTIFICAR O QUE É E QUAIS OS MOTIVOS?**

- Sim.

- Não.
- Sim, mas não tenho informações suficientes.
- Não sinto dores/desconfortos.

**13) VOCÊ SABE QUAIS SÃO OS MÉTODOS DE HIGIENE E CUIDADO PARA LIDAR COM A MENSTRUAÇÃO?**

- Sim.
- Não.
- Gostaria de saber.

**14) NA SUA CASA, VOCÊ TEM ACESSO A ABSORVENTES OU COLETORES MENSTRUAIS, DURANTE A MENSTRUAÇÃO?**

- Sim.
- Não.
- Não sei dizer.
- Desconheço esses meios.

**15) JÁ DEIXOU DE IR À ESCOLA OU OUTRO LUGAR POR NÃO TER ABSORVENTES OU COLETORES MENSTRUAS?**

- Sim.
- Não.
- Fui mesmo assim.
- Usei um método caseiro.

**16) JÁ PRECISOU DE ALGUM MÉTODO PARA CONTER A MENSTRUAÇÃO NA ESCOLA E NÃO TEVE ACESSO?**

- Sim.
- Não.
- Sim, mas outra pessoa me cedeu.
- Solicitei a um adulto, mas não obtive ajuda.

**17) A FALTA DE ABSORVENTES OU OUTROS MÉTODOS É UMA REALIDADE PARA VOCÊ?**

- Sim.
- Não.
- Às vezes sim.
- Não sei.

**18) VOCÊ SABE O QUE SÃO E QUAIS SÃO OS DISTÚRBIOS HORMONAIIS LIGADOS À MENSTRUACÃO?**

Sim.

Não.

Só conheço cólica.

**19) VOCÊ CONSIDERA QUE A FALTA DE INFORMAÇÕES SOBRE O CICLO MENSTRUAL AFETOU NEGATIVAMENTE SUA VIDA ADULTA?**

Sim.

Não.

**20) VOCÊ CONSIDERA QUE A EDUCAÇÃO MENSTRUAL NAS ESCOLAS É NECESSÁRIA?**

Sim.

Não.

**21) VOCÊ CONSIDERA QUE A EDUCAÇÃO MENSTRUAL EM CASA É NECESSÁRIA?**

Sim.

Não.

**ANEXO I – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** EDUCAÇÃO MENSTRUAL: implicações na saúde de jovens em um município da Amazônia Legal

**Pesquisador:** Jessica de Sousa Vale

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 56756422.2.0000.5601

**Instituição Proponente:** UNIDAS SOCIEDADE DE EDUCACAO E CULTURA LTDA

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 5.318.920

**Apresentação do Projeto:**

O presente projeto propõe a avaliação dos impactos da educação menstrual na saúde de jovens adolescentes e como pode influenciar na vida adulta, possibilitando informações sobre os programas de atenção à saúde feminina, conhecimento sobre o ciclo menstrual e discussões a respeito do tema. A metodologia a ser utilizada neste projeto será a pesquisa de campo descritiva com abordagem quantitativa, utilizando-se como método o levantamento de Survey.

**Objetivo da Pesquisa:**

Avaliar os impactos da educação menstrual na saúde de jovens adolescentes e como pode influenciar na vida adulta.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

O projeto apresenta riscos mínimos, podendo citar o eventual desconforto ao responder o questionário, ou ainda o tempo demandado para tal atividade. Quanto aos benefícios a pesquisa pretende encontrar dados referentes à importância da educação menstrual, prover à população por meio das discussões, informações necessárias para que saibam compreender que todos têm direito à higiene menstrual básica.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

O projeto de pesquisa utiliza instrumentos adequados, e mostra-se relevante.

Continuação do Parecer: 5.318.920

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Os termos apresentados encontram-se em consonância com a legislação vigente.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Sem pendências.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1911999.pdf	15/03/2022 12:49:42		Aceito
Outros	INSTRUMENTO_COLETA_DADOS.pdf	15/03/2022 12:49:17	Jessica de Sousa Vale	Aceito
Outros	CONSENTIMENTO_INSTITUCIONAL.pdf	15/03/2022 12:49:04	Jessica de Sousa Vale	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	15/03/2022 12:48:46	Jessica de Sousa Vale	Aceito
Orçamento	CRONOGRAMA_CUSTOS.pdf	15/03/2022 12:48:30	Jessica de Sousa Vale	Aceito
Declaração de Pesquisadores	TERMO_COMPROMISSO.pdf	15/03/2022 12:48:15	Jessica de Sousa Vale	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de	TCLE.pdf	15/03/2022 12:48:01	Jessica de Sousa Vale	Aceito

Ausência				
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_PESQUISA.pdf	15/03/2022 12:47:51	Jessica de Sousa Vale	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_ROSTO.pdf	15/03/2022 12:47:39	Jessica de Sousa Vale	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

Continuação do Parecer: 5.318.920

ARIQUEMES, 29 de Março de 2022

---

**Assinado por:**  
**Vera Lúcia Matias Gomes Geron**  
**(Coordenador (a))**



## ANEXO II - DECLARAÇÃO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO



**DISCENTE:** Dafynie Dutra de Abreu


**CURSO:** Enfermagem

**DATA DE ANÁLISE:** 07.11.2022

### RESULTADO DA ANÁLISE

#### Estatísticas

Suspeitas na Internet: **4,94%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet 

Suspeitas confirmadas: **4,75%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados 

Texto analisado: **94,7%**

*Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).*

Sucesso da análise: **100%**

*Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.*

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.8.5  
segunda-feira, 7 de novembro de 2022 09:12

### PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente **DAFYNIE DUTRA DE ABREU**, n. de matrícula **31222**, do curso de Enfermagem, foi aprovado na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 4,94%. Devendo a aluna fazer as correções necessárias.

(assinado eletronicamente)  
**HERTA MARIA DE AÇUCENA DO N. SOEIRO**  
**Bibliotecária CRB 1114/11**  
Biblioteca Central Júlio Bordignon  
Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA

Assinado digitalmente por: Herta Maria de Açucena do Nascimento Soeiro  
Razão: Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA