



“Eu não tenho vergonha de dizer que eu menstruo”: a confecção de absorventes ecológicos para o empoderamento e o fim da estigmatização da menstruação

“I don't have shame to say that I menstruate”: the manufacture of ecological pads for empowerment and the end of the stigmatization of menstruation

👤 **Thalita Coelho Dantes**

Professora de História da SEEDF desde 2014. Doutoranda em História pela Universidade de Brasília. Contato: thalitadantes@gmail.com

👤 **Sthefany Rodrigues de França**

Estudante do 2º ano Ensino Médio do Centro Educacional Darcy Ribeiro, Brasília - DF.

👤 **Cynthia Ramos de Macena**

Estudante do 1º ano Ensino Médio no Centro de Ensino Médio Setor Leste, Brasília - DF.

👤 **Julia Maria Mendes Vasconcelos**

Estudante do 2º ano Ensino Médio na Escola Dom Eliseu, Unai - MG.

👤 **Mariana do Nascimento Vieira**

Estudante do 2º ano do Ensino Médio no Centro de Ensino Médio Elefante Branco, Brasília - DF.

Resumo: O presente artigo trata da experiência e dos resultados obtidos por alunas do 7º ano do ensino fundamental em um projeto de pesquisa elaborado para o Festival de Tecnologia, Inovação e Ciência (FESTIC) em 2019 que propunha compreender como a escola lidava com a menstruação e quais seus impactos no desempenho escolar das pessoas que sofriam com a falta de informação e com a pobreza menstrual. Foram aplicados questionários que mostraram, entre outros aspectos, que muitas pessoas que menstruam sentem vergonha de menstruar e que deixaram de frequentar as aulas nesse período. Entre as propostas para resolução do problema, foram confeccionados absorventes ecológicos a partir do *upcycling* (reaproveitamento), um conceito muito popular na indústria da moda, cujo objetivo é dar um novo destino aos materiais que seriam levados ao lixo e também foram realizadas apresentações dos resultados obtidos para toda a comunidade escolar como forma de diminuir o estigma do tema.

“ Em 2014, a ONU reconheceu que o direito à higiene menstrual é uma questão de saúde pública mundial e de direitos humanos. Contudo, a higiene menstrual ainda é tratada como privilégio e não como direito. ”

Palavras-chave:



Abstract: This article deals with the experience and results obtained by students in the 7th grade year of elementary school in a research project prepared for the Festival of Technology, Innovation and Science (FESTIC) in 2019, which proposed to understand how the school dealt with menstruation and what its impacts on the school performance of people who suffered from lack of information and menstrual poverty. Questionnaires were applied that showed, among other aspects, that many people who menstruate feel ashamed of menstruating and that they stopped attending classes during this period. Among the proposals for solving the problem, sustainable pads were made from the “upcycling”, a very popular concept in the fashion industry, whose objective is to give a new destination to materials that would be taken to the trash and presentations of the results obtained were also held for the entire school community as a way of reducing the stigma of the theme.

Keywords: Menstruation. Gender. Empowerment.

Por que falar de absorventes na escola?

O presente artigo trata dos resultados do projeto “Upcycling menstrual: a confecção de absorventes ecológicos para o empoderamento feminino e o fim da estigmatização da menstruação” desenvolvido em 2019 por estudantes do 7º ano do Centro de Ensino Fundamental (CEF) 214 Sul de Brasília, situado no Distrito Federal, para o Festival de Tecnologia, Inovação e Ciência (FESTIC)¹ a partir do tema *Bioeconomia: Diversidade e Riqueza para o Desenvolvimento Sustentável*. O projeto propôs o uso da bioeconomia como tecnologia social para empoderamento das pessoas que menstruam para a superação da estigmatização da menstruação e dos estereótipos de gênero, por meio da confecção de absorventes ecológicos a partir do *upcycling* (reaproveitamento) de materiais para superação da “pobreza menstrual”, a garantia da dignidade e dos direitos fundamentais das pessoas que menstruam, bem como a superação das atitudes discriminatórias de gênero na comunidade escolar. Por “pobreza menstrual” entende-se não apenas a falta de acesso aos itens básicos de higiene como protetores menstruais, mas também questões de infraestrutura como saneamento básico e acesso a banheiros (ASSAD, 2021).

A entrada nos anos finais do Ensino Fundamental é marcada pelo início da puberdade e para as pessoas que menstruam², pela menarca, a primeira menstruação. Nessa fase é comum, mesmo em dias de calor, ver estudantes com casacos amarrados na cintura e/ou pedindo para deixar a sala de aula por último ou mesmo após o professor para pegar o absorvente da mochila sem que ninguém veja. A cena é tão corriqueira que muitas vezes acaba passando despercebida no cotidiano escolar, porém por mais comum que pareça, demonstra como a menstruação na escola é um assunto pouco debatido, tampouco naturalizado. Por isso, problematizar a menstruação

“Além do cotidiano, a motivação para o projeto deveu-se às discussões sobre pobreza menstrual que começaram a se popularizar. O filme *Absorvendo o tabu* (2018) foi um dos responsáveis por essa popularização.”

na escola é fundamental não apenas para ensinar hábitos de saúde, mas principalmente de autonomia e autoestima.

Além do cotidiano, a motivação para o projeto deveu-se às discussões sobre pobreza menstrual que começaram a se popularizar. O filme *Absorvendo o tabu* (2018) foi um dos responsáveis por essa popularização. Apesar de ter recebido o Oscar de melhor documentário de curta metragem, a premiação foi considerada uma surpresa após ter passado despercebido pela audiência (REDAÇÃO HYPENESS, 2019). O filme retrata o cotidiano de mulheres e meninas indianas que sem acesso a absorventes descartáveis, utilizam tecidos sujos, folhas e até cinzas para impedir que o sangue se espalhe, ou simplesmente deixam de ir até os locais públicos, como a escola por medo de manchar as roupas de sangue (IZEL, 2019). A falta de atenção recebida pelo filme antes da premiação demonstra como a menstruação e consequentemente a saúde das pessoas que menstruam são assuntos pouco relevantes para a opinião pública e como relações de gênero acabam por estruturar as relações sociais hierarquizadas³.

¹ Além das autoras deste artigo, participaram do projeto as estudantes Allicya de Jesus Souza Costa, Caroliny Kathleen da Silva Lopes, Giovana Mendes da Silva, Rebeca Luyza Teles Dias e Yasmim Souza Gama, a quem agradecemos pelas discussões e participação durante a execução do projeto em 2019.

² Originalmente utilizou-se “meninas e mulheres”, porém compreendemos hoje que “pessoas que menstruam” é o termo mais adequado, pois além de mulheres cisgênero, inclui homens trans, intersexuais, queer e não binários.

³ Um dos eleitores do Oscar escreveu em um artigo anônimo acreditar que os homens não votariam em um filme sobre menstruação por se tratar de um assunto “nojento” para eles.

Apesar da realidade indiana parecer excessivamente distante, dados da Organização das Nações Unidas (ONU) demonstram o contrário. Em 2014, a ONU reconheceu que o direito à higiene menstrual é uma questão de saúde pública mundial e de direitos humanos. Contudo, a higiene menstrual ainda é tratada como privilégio e não como direito. Mesmo em países com alto Produto Interno Bruto como Estados Unidos e Canadá a tributação excessiva de produtos para menstruação faz com que pessoas pobres não tenham acesso a esses produtos (BASSOLI, 2019).

Outro fator é a falta de saneamento básico, que infelizmente ainda é uma realidade no mundo. No Brasil, dados do Sistema Nacional de Informações sobre Saneamento – SNIS (BRASIL, 2022), demonstram situações contraditórias e preocupantes. Segundo o SNIS, 93,5% da população urbana é atendida por rede de abastecimento de água. Isso representa cerca de 167,5 milhões de pessoas atendidas por esse serviço, um contingente bastante significativo, no entanto, em relação ao esgoto sanitário, o diagnóstico revelou que 64,1% da população urbana conta com rede coletora de esgotos e que há uma enorme discrepância entre as regiões quanto a esse atendimento. No Sudeste, 85,9% dos municípios contam com esgoto sanitário, enquanto na região Norte, apenas 18,4% dos esgotos gerados são coletados.

Na região Centro-Oeste, a coleta e tratamento do esgoto chega a 59,5% e, no Distrito Federal, 89% das casas tem esgoto adequado, segundo a Companhia de Saneamento Ambiental do Distrito Federal (2019), mas ainda assim, há uma margem populacional sem acesso adequado e, portanto, em situação de vulnerabilidade.

Por que confeccionar absorventes de pano?

Apesar da recente preocupação com a sustentabilidade, a indústria têxtil é uma das que mais contaminam o meio ambiente. Segundo a ativista ambiental Fê Cortez, responsável pela iniciativa “Menos 1 lixo”, a indústria têxtil consome 93 trilhões de litros de água por ano, o que significa 4% da captação mundial de água doce anual. Além disso, para cultivar 1 kg de fibra de algodão, são necessários de 7 a 29 mil litros de água. Há

ainda a questão dos resíduos (retalhos) que não são utilizados para a confecção de roupas.

Uma pessoa que menstrua tem em média 450 ciclos ao longo da vida, o que significa 10 mil absorventes, equivalentes a 200 quilos de lixo, o que demoraria 400 anos para decomposição. Estima-se que no Brasil sejam despejados 15 milhões de absorventes industriais em lixões e aterros por ano (PLAN INTERNATIONAL, s/d; INSTITUTO AKATU, 2019).

A falta de saneamento e produtos menstruais adequados, está diretamente ligada com o desempenho nos estudos, gerando atraso escolar, já que sem poder cuidar adequadamente de sua higiene muitas pessoas deixam de frequentar a escola durante o período menstrual, o que motivou em 2019 a proposição do projeto de lei (PL) 4.968 para instituição do Programa de Fornecimento de Absorventes Higiênicos nas escolas públicas. A dificuldade enfrentada pelo PL foi mais um estímulo à pesquisa e fundamentaram nossa questão problema: como a escola lida com a menstruação? Há impactos da menstruação sobre o desempenho escolar das pessoas que menstruam? Diante desse quadro, desenhou-se a proposta de intervenção de que a adesão ao modelo bioeconômico com a confecção de absorventes ecológicos, pode aumentar a frequência de pessoas que menstruam nos diversos espaços sociais, bem como diminuir os estigmas ligados a menstruação em nossa sociedade.

Para isso, o projeto investigou a viabilidade e os benefícios da produção de absorventes ecológicos a partir da parceria entre comunidade escolar e o entorno da unidade educacional. Entre os objetivos da pesquisa, o projeto buscou: 1) diminuir o estigma da menstruação na Unidade Escolar, falando abertamente do tema; 2) investigar a relação das pessoas que menstruam com a menstruação na escola, averiguando suas necessidades, conhecimentos e dificuldades em relação a vida social e escolar; 3) avaliar a viabilidade da parceria para produção de absorventes ecológicos a partir de materiais reaproveitados dos armarinhos e costureiras do entorno; 4) promover a arrecadação e confecção de produtos de higiene menstrual, a partir de oficinas de costura e parcerias com armarinhos e costureiras do entorno da unidade escolar, fomentando a bioeconomia e o empoderamento da comunidade escolar.

Metodologia

O projeto foi realizado nas aulas de Projeto Interdisciplinar sobre “Atualidades”, desenvolvida com uma das turmas do 7º ano do Ensino Fundamental - Anos Finais do CEF 214 Sul de Brasília, e seguiu as seguintes etapas:

- pesquisa temática;
- contextualização e reflexão sobre o tema;
- levantamento de dados e diagnóstico de pobreza menstrual;
- aplicação de questionário;
- oficinas com o envolvimento da comunidade para confecção de absorventes de pano.

Nessas aulas de Projeto Interdisciplinar eram pesquisadas temáticas atuais sugeridas pelos estudantes e pela professora para confecção de um jornal mural. Inicialmente, foi exibido o documentário *Absorvendo o Tabu* (2018) para identificação e reflexão das principais questões levantadas pelo filme em relação a estigmatização da menstruação e sua relação com os papéis sociais de gênero. A partir dessa sensibilização inicial para o tema da menstruação, foi possível comparar casos, contextualizar a pertinência do tema e reunir um grupo de estudantes que se engajaram na construção do projeto para o FESTIC.

Para instrumentalização do projeto, seguiram-se reuniões realizadas com um grupo de estudantes no contraturno em que foi realizado um levantamento de dados sobre como pessoas que menstruam da unidade escolar lidam com a menstruação, para um diagnóstico sobre a existência ou não da chamada “pobreza menstrual”, ou seja, ao acesso a produtos menstruais entre estudantes, bem como averiguar se o sexismo afeta a relação com o tema, impedindo seu esclarecimento e empoderamento sobre o mesmo.

De acordo com bell hooks (2018), o feminismo busca combater o sexismo, ou seja, os julgamentos sociais em função de gênero ou orientação sexual. Para isso, foi elaborado conjuntamente nos encontros realizados no contraturno escolar um



Imagem das autoras

questionário com oito questões objetivas, para uma análise quantitativa, e uma pergunta qualitativa que versava sobre o fim do tabu da menstruação. O questionário foi aplicado com as estudantes do turno vespertino buscando compreender a relação das estudantes com a menstruação na escola, averiguando suas necessidades, conhecimentos e dificuldades em relação a vida social e escolar.

Adicionalmente, foram levantados dados a partir de reportagens, principalmente, já que poucas eram as pesquisas sobre a pobreza menstrual e o lixo produzido por absorventes e tecidos. Esse levantamento de dados serviu para elaboração do roteiro de entrevista com as costureiras do entorno da unidade escolar para investigar se havia algum serviço para destinar adequadamente esses resíduos têxteis no Distrito Federal e o potencial do modelo bioeconômico de produção de absorventes sustentáveis.

Como proposta para resolução do problema, sucedeu-se uma pesquisa junto às costureiras/os do bairro sobre os resíduos de tecido produzidos e seu reaproveitamento. O objetivo foi investigar junto às costureiras e armarinhos do entorno da escola a possibilidade de utilizar tais retalhos para a confecção de absorventes ecológicos, utilizando assim o conceito de *upcycling*, ou seja, destinar adequadamente as sobras de materiais, reciclando ou reaproveitando na produção de novos materiais.

Em seguida, iniciou-se a etapa de projetar e confeccionar os absorventes ecológicos a partir da arrecadação de retalhos e sobras de tecidos, promovendo a bioeconomia para empoderamento da comunidade escolar, conforme a proposta para o FESTIC. Com os retalhos cedidos⁴ foram

⁴ As costureiras cederam retalhos de algodão e de tecido impermeável, além disso foram utilizadas toalhas e tecidos atoadados, todos devidamente higienizados.

realizadas duas oficinas para confecção de absorventes ecológicos, a primeira com a professora e a segunda com uma artesã de absorventes ecológicos que foram apresentados na etapa regional do FESTIC, premiada com o primeiro lugar na categoria Ciências Humanas - Ensino Fundamental Anos Finais. A apresentação também foi realizada para a comunidade escolar como forma de diminuir a estigmatização do tema na escola.

Durante o desenvolvimento do projeto, as ações foram registradas em um tipo de “diário de bordo” on-line em um perfil de rede social⁵. Com essa ação, buscou-se divulgar os objetivos propostos, buscar parcerias e promover conhecimento dentro e fora da unidade escolar.

Resultados: realmente temos que falar sobre menstruação!

Os questionários foram respondidos por 64 estudantes do 6º e 7º anos do Ensino Fundamental de um total de 77 alunas entre 11 e 15 anos. Das 64 estudantes, 39 afirmaram já terem menstruado (61%), a maioria entre os 9 anos ou menos e 11 anos. Dessas, 57,5 % afirmaram que deixaram de ir à escola ou em algum outro lugar por causa da menstruação e 56,14% afirmaram sentir vergonha de trocar o absorvente e outras pessoas notarem que estavam menstruadas.

Mais da metade das estudantes afirmaram ter vergonha de conversar com outras pessoas sobre menstruação e quando perguntadas com quem/onde mais se informavam ou conversavam sobre o tema, nenhuma estudante apontou a escola. A maioria, 41 estudantes, apontou suas mães como principal fonte sobre o tema, outras 19 apontaram as amigas, duas estudantes pela internet e duas, outros, o que demonstra que a menstruação ainda é tratada como um assunto privado.

Por fim, foi perguntado se já haviam se consultado com um/a ginecologista e 64% nunca havia ido a uma consulta e algumas estudantes nem ao menos sabiam qual especialidade médica era essa. Isso nos permite inferir que a menarca, apesar de natural e esperado, não é algo planejado ou falado antes de sua chegada. De fato,

as estudantes-pesquisadoras do projeto disseram que após a menarca, o diálogo com suas mães tinha aumentado.

Esse diálogo que a menstruação traz denota os papéis de gênero, mais especificamente a construção da feminilidade e das identidades que se espera das pessoas que menstruam. Sardenberg (1994) em um ensaio sobre o papel da menstruação na sociedade contemporânea, coloca que mesmo em sociedade onde a menarca não acarreta grandes rituais, a menstruação implica uma mudança no status social das pessoas que menstruam. Nesse contexto, a menarca além de saúde passa a simbolizar potencial sexual e que torna necessária sua proibição e repressão via uma série de processos que buscam contornar e até mesmo negar essa realidade. Isso pode ser inferido nas respostas sobre consultas médicas e conversas sobre o tema - só se fala de menstruação quando o potencial sexual trazido com ela significa uma ameaça a imagem das famílias com a possibilidade de uma gravidez das pessoas que menstruam.

Essa interdição constrói não apenas o estigma da menstruação, mas também do “ser mulher”, que precisa atender a uma representação de passividade e subalternidade para que não seja apontada e objetivada de forma pejorativa. Assim, perde-se uma oportunidade de educar para sexualidade com vistas ao empoderamento e a igualdade, já que a menstruação fica circunscrita a um assunto privado e/ou algumas disciplinas na escola, como ciências biológicas e educação física, sem a problematização das questões culturais que envolvem a menstruação.

Pesquisas como a “A pobreza menstrual como fator impeditivo no acesso da educação” (CAVALCANTE & SANTOS, 2022) e a “Pobreza menstrual no mundo: uma revisão de literatura” (ROCHA *et al.*, 2022) revisam as pesquisas sobre pobreza menstrual no Brasil e no mundo, corroborando os dados obtidos em nosso projeto de “*upcycling* menstrual”. Os dois artigos abordam o estigma da sociedade em relação à menstruação nas escolas. A menstruação ainda é tratada como privilégio e não como saúde básica. Na discussão sobre a menstruação é possível perceber como a

escola tem grande papel em ajudar essas crianças e adolescentes, porém, a escola não cumpre com o papel de educação integral, pois pouco se fala sobre a menstruação em ambientes escolares. Assim, abre espaço para que meninas não consigam ir para escola não apenas por falta de absorventes ou de saneamento básico, mas também pelo estigma - como medo do que outros adolescentes irão dizer, impactando inclusive sua saúde mental, o que gera assim uma diferença crucial entre meninos e meninas no ambiente escolar.

Conclusões

Foi possível averiguar que a estigmatização da menstruação ainda existe e que afeta a vida social e escolar das meninas/alunas, já que a maioria relatou já ter deixado de ir à escola ou a outro lugar por estar menstruada, além disso também relataram a vergonha em tratar abertamente do tema.

No entanto, o dado que mais nos impressionou foi o fato de que a escola é o lugar em que menos se informam sobre o tema, o que demonstra que a escola não está cumprindo seu papel em relação a educação integral. Outro aspecto relevante, foi a idade em que menstruam - cada vez mais cedo, o que demonstra a pertinência do tema na escola. O desconhecimento e/ou falta de acesso ao ginecologista demonstra que a saúde das pessoas que menstruam ainda recebe pouca atenção e que os papéis de gênero influenciam a forma como a menstruação é tratada, servindo a manutenção da desigualdade de gênero.

Conclui-se na pesquisa que a menstruação é um tabu e que isso afeta significativamente a vida das pessoas que menstruam e que os absorventes ecológicos poderiam diminuir a pobreza menstrual. Ao entrevistar as costureiras verificamos que elas buscam reaproveitar os tecidos, mas os produtos que confeccionam (tapetes, colchas de retalhos) tem pouca demanda. Assim, a confecção a partir do *upcycling* é ao mesmo tempo uma saída e um potencial, já que os absorventes poderiam incrementar a renda das costureiras e diminuir a pobreza menstrual, no entanto pelo tabu da menstruação e sua visão de sangue menstrual como algo que deve ser descartado, a ideia de usar um produto menstrual reutilizável não foi bem vista. Para muitas, absorventes eco-



Imagem das autoras



Imagem das autoras



Imagem das autoras

⁵ Esse diário de bordo pode ser encontrado no perfil do Instagram @upcycling menstrual.

lógicos traziam as memórias das “toalhinhas” usadas na juventude e/ou antes da popularização dos absorventes descartáveis, o que denota mais uma vez um poder simbólico não apenas dos papéis de gênero, mas também da publicidade.

Felizmente, as mudanças também vêm ocorrendo, ainda que de forma gradual e conflituosa. Ao tratar da menstruação nos anos de 1990, Sardenberg (1994) já apontava o papel do feminismo nas discussões e visibilização da menstruação, já que isso implicava falar de saúde reprodutiva e direito ao corpo, um processo que apesar dos retrocessos tem estado cada vez mais nas agendas políticas. Em 2022, a Lei 14.214/2021⁶ que criou o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual (BRASIL, 2021) entrou em vigor, após uma intensa mobilização da sociedade, que exigiu a derrubada do veto presidencial. Embora a lei ainda enfrente outras dificuldades para sair do papel, é possível notar um avanço em relação ao tema mesmo em pouco tempo. Em março de 2023 foi criado o Programa de Proteção e Promoção da Dignidade Menstrual para implementação da lei (BRASIL, 2023).

Diferentemente de quando desenvolvemos o projeto em 2019, em que as buscas por palavras-chave dos termos “menstruação” e “escola” sugeriam como resposta os resultados “como sobreviver menstruada na escola e “dicas para esconder a menstruação na escola”, hoje é possível encontrar inúmeras discussões e pesquisa sobre o tema, como “Dignidade menstrual em números” (DELBONI, 2021), “Pobreza Menstrual no Brasil: desigualdade e violações de direitos” (2021) promovido pela Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA) e pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e “Políticas públicas acerca da pobreza menstrual e sua contribuição para o combate à desigualdade de gênero” (ASSAD, 2021), que chamam a atenção para a necessidade de tratar o tema da menstruação como uma questão de política fundamental para o combate a desigualdade social e de gênero.

Por fim, o nosso projeto que tinha o uso da bioeconomia como proposta inicial demonstrou não apenas a necessidade de se falar de menstruação,

mas de gênero na escola. Conclui-se que o fim da estigmatização da menstruação serve como forma de empoderamento das pessoas que menstruam, já que ao tratar como uma questão cultural e não apenas biológica desfaz-se o essencialismo que ainda vigora sobre a hierarquização dos gêneros. Compreendendo que se trata de uma construção social, espera-se que o projeto sirva para desconstrução da estigmatização do tema nas escolas. 🍌

Referências Bibliográficas

ABSORVENDO o tabu (Period. End of Sentence). Direção: Rayka Zehtabchi. Co-produção, edição e projeção de som por Sam Davis. 2018. 26 minutos.

ASSAD, Beatriz Flügel. Políticas públicas acerca da pobreza menstrual e sua contribuição para o combate à desigualdade de gênero. **Revista Antinomias**, v. 2, n. 1, p. 140-160, 2021.

BASSOLI, Melissa. **Pobreza Menstrual**. Disponível em: <https://medium.com/qg-feminista/pobreza-menstrual-a87f7b0bb058>. Acesso em: 15 ago. 2019.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Regional. Secretaria Nacional de Saneamento. Sistema Nacional de Informações sobre Saneamento - SNIS. 2022. **Diagnóstico Temático Serviços de Água e Esgoto - 2021**. Brasília, dez. 2022, 91 p. Disponível em: https://arquivos-snis.mdr.gov.br/REPUBLICACAO_DIAGNOSTICO_TEMATICO_VISAO_GERAL_AE_SNIS_2022.pdf. Acesso em: 28 ago. 2023.

BRASIL. Lei nº 14.214, de 06 de outubro de 2021. Institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual. **Diário Oficial da União**, seção 1, Brasília, DF, edição 191, p.3, publicado em 07 out. 2021. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato20192022/2021/Lei/L14214.htm. Acesso em: 16 de maio de 2023.

BRASIL. Secretaria de Comunicação Social. 2023. **Dignidade menstrual**: Programa de

Proteção e Promoção da Saúde e Dignidade Menstrual beneficiará 8 milhões de pessoas. Notícias, Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2023/03/dignidade-menstrual-programa-de-protecao-e-promocao-da-saude-e-dignidade-menstrual-beneficiara-8-milhoes-de-pessoas>. Acesso em: 28 ago. 2023.

CAVALCANTE, Isabela; SANTOS, Vitor. 2022. A Pobreza Menstrual como fator impeditivo na promoção de uma Educação de qualidade no Brasil. **Juventude.Br**, v. 20 n. 1. “Juventudes brasileiras e o direito à educação: perspectivas em análise”. Disponível em: <https://juventudebr.emnuvens.com.br/juventudebr/article/view/256>. Acesso em: 11 ago. 2023.

COMPANHIA DE SANEAMENTO AMBIENTAL DO DISTRITO FEDERAL. **Esgotamento sanitário**. Disponível em: <https://www.caesb.df.gov.br/3-portal/esgoto.html>. Acesso em: 15 ago. 2019.

CORTEZ, Fe. **O consumo de água pela indústria têxtil**. Disponível em: <https://www.menoslixo.com.br/posts/o-consumo-de-agua-pela-industria-textil>. Acesso em: 15 ago. 2019.

DELBONI, Carolina. 94% das meninas de baixa renda não sabem o que é pobreza menstrual. **Estadão**, Blog Comportamento Adolescente e Educação, publicado em 27 set. 2021. Disponível em: <https://www.estadao.com.br/emails/carolina-delboni/94-das-meninas-de-baixa-renda-nao-sabem-o-que-e-pobreza-menstrual/>. Acesso em: 11 ago. 2023.

hooks, bell. **O feminismo é para todo mundo**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018.

INSTITUTO AKATU. **Menos absorventes, mais chocolates**. Publicado em 08 maio 2019. Disponível em: <https://akatu.org.br/dica/emissoes-de-carbono-melhor-que-seja-na-producao-de-chocolate-que-na-de-absorventes/>. Acesso em: 28 ago. 2023.

IZEL, Adriana. Crítica do documentário Absorvendo o tabu. **Correio Braziliense**, Blog Próximo Capítulo, publicado em 09 mar. 2019. Disponível em: <http://blogs.correiobraziliense.com.br/proximo-capitulo/critica-do-documentario-absorvendo-o-tabu/>. Acesso em: 15 ago. 2019.

LIMA, Paola. O que é pobreza menstrual e por que ela afasta estudantes das escolas. **Senado Notícias**. Publicado em 29 jul. 2021 por Agência Senado. 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: 11 ago. 2023.

PLAN INTERNATIONAL. Arquivos Pobreza Menstrual. Disponível em: <https://plan.org.br/tag/pobreza-menstrual/>. Acesso em: 28 ago. 2023.

REDAÇÃO HYPENESS. **Absorvendo o Tabu**: a importância de um filme sobre menstruação ganhar o Oscar. Publicado em 25 fev. 2019. Disponível em: <https://www.hypeness.com.br/2019/02/absorvendo-o-tabu-a-importancia-de-um-filme-sobre-menstruacao-ganhar-o-oscar/>. Acesso em: 15 ago. 2019.

ROCHA, Isabella Coelho; SÁ, Mayara Macedo de; NASCIMENTO, Débora Cristina Margueron do; RODRIGUES, Júlia Gomes; SILVA, Victoria Coelho Araújo; SHIRAIISHI, Leticia Sayuri; SANTOS, Ana Carolina Yumi Mizuguchi Bezerra dos; TRIVELIN, Maria Laura de Oliveira de Avelar Alchorne. Pobreza menstrual no mundo: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 2, p. 10704-10714, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv8n2-149>. Acesso em: 11 ago. 2023.

SARDENBERG, Cecília Maria Bacellar. De sangrias, tabus e poderes: a menstruação numa perspectiva sócio-antropológica. **Revista Estudos Feministas**, v. 2, n. 2, p. 314-344, 1994. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/16215/19709>. Acesso em: 15 ago. 2019.

UNICEF; UNFPA. **Pobreza menstrual no Brasil**: desigualdades e violações de direitos. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf. Acesso em: 11 ago. 2023.

⁶ A lei é resultado de uma série de projetos de lei, em especial o PL 4.968/2019, proposto pela deputada Marília Arraes, que propôs a distribuição de absorventes higiênicos para alunas de escolas públicas. Há ainda projetos que tratam da tributação dos produtos menstruais como os PLs 128/2021, 1.702/2021 e 3.085/2019 (LIMA, 2021)

⁷ Essa pesquisa foi desenvolvida pelo Instituto Kyra e Mosaiclab com o apoio da marca de absorventes Sempre Livre. Como propõe Sardenberg (1994), o crescimento da publicidade tem também impacto positivo, mesmo que a ideia de empoderamento tenha um viés capitalista.