

RESUMO EXPANDIDO

EDUCAÇÃO E DIGNIDADE MENSTRUAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO DO PROJETO EXTENSIONISTA JOVENS EDUCADORES

Área Temática: Atenção à saúde.

Concorrer à premiação: Sim (x) Não ()

Letícia Ferreira Freires Barbosa¹
Roberta Duarte Maia Barakat³
Luma Carolina Cavalcante Temóteo²
Sabrina Costa Mavignier Guimarães²
Benjamim Antônio Pinheiro Vieira²
Francisco Regis da Silva³

INTRODUÇÃO

A educação em saúde constitui uma estratégia essencial na promoção da conscientização e no fortalecimento de saberes fundamentais voltados à melhoria da qualidade de vida da população¹. Nesse contexto, a insegurança menstrual desponta como uma questão de saúde pública relevante, especialmente no estado do Ceará, exigindo intervenções educativas que se iniciem desde as etapas iniciais da formação escolar.

A pobreza menstrual é um fenômeno multifatorial, marcado não apenas pela ausência de acesso a insumos básicos de higiene, mas também pela carência de informações e formação adequada sobre o cuidado com o corpo durante o período menstrual². O desconhecimento e a desinformação, muitas vezes ancorados em estigmas e mitos, agravam a vulnerabilidade de jovens em situação de exclusão social.

Diante dessa realidade, o projeto de extensão universitária “Jovens Educadores”, vinculado à Universidade Estadual do Ceará (UECE), desenvolveu uma ação educativa voltada à saúde menstrual, direcionada a alunas do ensino médio de escolas públicas localizadas em áreas periféricas de Fortaleza. A proposta, concebida a partir de um olhar

¹ Estudante de graduação em Medicina. Universidade Estadual do Ceará - campus Fortaleza. Email: leticia.freires@aluno.uece.br

² Estudante de graduação em Medicina. Universidade Estadual do Ceará - campus Fortaleza

³ Doutorandos em Saúde Coletiva. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva. Universidade Estadual do Ceará.

RESUMO EXPANDIDO

atento às realidades vividas por essas jovens, foi implementada por estudantes extensionistas, majoritariamente mulheres, que, a partir de suas trajetórias acadêmicas e pessoais em contextos sociais diversos, contribuíram para a construção de um diálogo horizontal, acessível e afetivo sobre a menstruação³.

OBJETIVO

Relatar uma ação de extensão universitária voltada à orientação sobre o período menstrual, com ênfase nos direitos constitucionais relacionados à Dignidade Menstrual, realizada em duas escolas públicas estaduais de ensino médio localizadas na periferia de Fortaleza, Ceará.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, a partir de uma atividade de educação em saúde promovida pelo projeto de extensão “Jovens Educadores: ações de educação de saúde, promoção e equidade em saúde no ambiente escolar”, vinculado à Universidade Estadual do Ceará (UECE). A metodologia envolveu ações educativas com base em dinâmicas participativas, exposições dialogadas e estímulo ao pensamento crítico, voltadas a estudantes do sexo feminino.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este relato apresenta uma experiência realizada no âmbito de uma atividade de educação em saúde com o tema “Orientações sobre o Período Menstrual” em duas escolas estaduais de ensino médio do município de Fortaleza, Ceará - EEEP Joaquim Moreira de Sousa – Profissional (Parangaba) e a EEMTI Professor Coronel José Aurélio Câmara – Tempo Integral (Vila União). A temática foi proposta pelas alunas da EEEP Joaquim Moreira de Sousa em um levantamento realizado pela instituição. A atividade foi construída por 3 extensionistas do projeto “Jovens Educadores” do curso de Medicina da Universidade Estadual do Ceará (UECE), sob a orientação e supervisão de 2 professores.

RESUMO EXPANDIDO

As ações ocorreram em momentos distintos nas duas escolas. No dia 21 de maio de 2025, na EEEP Joaquim Moreira de Sousa, foram abordados conteúdos sobre a fisiologia da menstruação, práticas de higiene menstrual, tipos de absorventes disponíveis, e desmistificação de mitos socioculturais que cercam esse processo fisiológico. Também foi apresentado o programa federal “Dignidade Menstrual”, lançado em 2023, o qual assegura o acesso gratuito e contínuo a absorventes e promove a educação menstrual por meio de ações interministeriais coordenadas. Participaram 50 alunas, com idades entre 14 e 18 anos, dos três anos do ensino médio.

A atividade teve início com uma dinâmica de verdadeiro ou falso com afirmações populares, tais como: “A menstruação torna as mulheres impuras”, “Não pode fazer exercício físico durante a menstruação”, e “Não se deve ficar com o mesmo absorvente por mais de quatro horas”. Esse momento promoveu envolvimento imediato e contribuiu para identificar concepções prévias das participantes. Na sequência, foram discutidos conteúdos sobre o ciclo menstrual, menarca, sintomas associados, opções de absorventes e cuidados com a higiene íntima. A participação ativa das alunas gerou um debate significativo, com questionamentos sobre temas como coágulos menstruais, duração do ciclo, dismenorreia, endometriose e o uso de coletores e absorventes internos por jovens virgens. A presença de professoras das áreas de biologia e história contribuiu para enriquecer a discussão. Além disso, foram mencionados programas complementares, como o estadual “Atenção à Higiene Íntima de Estudantes da Rede Pública”, instituído em 2021.

Em 29 de maio de 2025, a mesma ação foi realizada na EEMTI Professor Coronel José Aurélio Câmara. Participaram 71 alunas, organizadas em duas turmas: uma com estudantes dos 1º e 2º anos e outra com alunas do 3º ano, com idades entre 15 e 20 anos. A metodologia adotada foi a mesma da ação anterior. As participantes demonstraram grande interesse, levantando questões como a amenorreia em ausência de gravidez e dúvidas sobre o acesso aos absorventes ofertados pelos programas governamentais.

Um aspecto marcante desta segunda ação foi a permanência voluntária de cinco alunas ao término da atividade, que aproveitaram o espaço para aprofundar discussões e sugerir novos temas, como segurança feminina no espaço público e identificação de relacionamentos abusivos. Esse momento reforçou a importância de ações educativas que transcendem a

RESUMO EXPANDIDO

transmissão de conteúdo e se consolidam como espaços de escuta, acolhimento e empoderamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações desenvolvidas nas duas instituições escolares se mostraram potentes instrumentos de promoção da saúde e de ampliação do acesso à informação qualificada sobre o ciclo menstrual. O envolvimento das estudantes, bem como o ambiente de escuta e diálogo proporcionado pelas atividades, contribuíram significativamente para o fortalecimento da autonomia e da consciência crítica das participantes em relação à sua saúde. Além de promover práticas de autocuidado e prevenção, a discussão sobre a Dignidade Menstrual como direito constitucional reafirma o compromisso do Estado com a equidade em saúde e a justiça social. Iniciativas como essa evidenciam a importância da articulação entre universidades, escolas e políticas públicas, reforçando o papel da extensão universitária como mediadora entre saberes acadêmicos e populares, e como catalisadora de transformações sociais concretas.

Palavras-chave: Educação em saúde; Promoção de saúde; Dignidade menstrual.

REFERÊNCIAS

1. Falkenberg M, De T, Mendes P, Pedrozo De Moraes E, Maria De Souza E. OPINIÃO OPINION. Available from: <https://www.scielo.br/pdf/csc/v19n3/1413-8123-csc-19-03-00847.pdf>
2. Cristina I. Políticas Públicas sobre a Saúde Menstrual no Brasil: Olhares pelas Lentes dos Movimentos Sociais da Menstruação. Mediações Revista de Ciências Sociais. 2024 Mar 22;1-17
3. Brasil [Internet]. Www.gov.br. 2025. Available from: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2024/dignidademenstrual>