



XIII Seminário de Extensão e Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da UTFPR

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - Campus Ponta Grossa, PR



SEI-SICITE

Menstruação Essencial: Promovendo a saúde menstrual e a sustentabilidade

Essential Menstruation: Promoting menstrual health and sustainability

Ludymila Liz de Paula¹, Rosimeiri Naomi Nagamatsu², Samanda Bertipalha Amianti³
Márcia Graziela Bragato de Godoi⁴ Josiany Oenning Favoreto⁵

RESUMO

A menstruação, fenômeno natural e biológico, afeta uma grande parte da população, cercado por tabus e desafios. Esses tabus e estigmas podem ter sérias consequências sociais e educacionais, como o fato de muitas meninas faltarem à escola durante a menstruação. É fundamental promover a educação menstrual e a conscientização sobre a importância de uma menstruação saudável. Esses desafios exigem uma abordagem colaborativa envolvendo governos, escolas, organizações da sociedade civil e a comunidade em geral. A normalização da menstruação e o apoio às pessoas que menstruam são passos essenciais em direção a uma sociedade mais igualitária e informada. Para suprir essa demanda, o Projeto Sintonia do Bem, criado para atender à crescente demanda de instituições externas à UTFPR – campus Apucarana, entre outras atividades, uma delas se centralizou em trabalhar com o público específico da CEPES, abordando o tema sobre a pobreza menstrual e a confecção de absorventes reutilizáveis, onde esse grupo de ações foi denominado “Menstruação Essencial”.

PALAVRAS-CHAVE: Pobreza menstrual. Saúde. Sustentabilidade.

ABSTRACT

Menstruation, a natural and biological phenomenon, affects a large part of the population, surrounded by taboos and challenges. These taboos and stigmas can have serious social and educational consequences, such as the fact that many girls miss school during their periods. It is essential to promote menstrual education and awareness about the importance of healthy menstruation. These challenges require a collaborative approach involving governments, schools, civil society organizations and the wider community. Normalizing menstruation and supporting people who menstruate are essential steps towards a more equal and informed society. To meet this demand, the Sintonia do Bem Project, created to meet the growing demand from institutions external to UTFPR – Apucarana campus, among other activities, one of which focused on working with the specific audience of CEPES, addressing the issue of menstrual poverty and the manufacture of reusable pads, where this group of actions was called “Essential Menstruation”.

KEYWORDS: Menstrual poverty. Health. Sustainability.

1 Discente da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Apucarana, Paraná, Brasil. E-mail: ludymila@alunos.utfpr.edu.br.

2 Docente da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Apucarana, Paraná, Brasil. E-mail: naomi@utfpr.edu.br. ID Lattes: 8746128673629128.

3 Técnica de Laboratório da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Apucarana, Paraná, Brasil. E-mail: samanda@utfpr.edu.br. ID Lattes: 8436422687620567

4 Docente da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Apucarana, Paraná, Brasil. E-mail: marciagodoi@utfpr.edu.br. ID Lattes: 3412682329373168

5 Docente da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Apucarana, Paraná, Brasil. E-mail: josiany@utfpr.edu.br. ID Lattes: 8267911988044698



XIII Seminário de Extensão e Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da UTFPR

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - *Campus Ponta Grossa, PR*



SEI-SICITE

POBREZA MENSTRUAL

A menstruação, um fenômeno natural e biológico de uma parcela significativa da população, muitas vezes um tabu silenciado, cercado por estigmas e desafios. A cada dez pessoas que menstruam no mundo, uma deixa de ir à escola quando estão menstruadas. No Brasil, estima-se que sejam uma em cada quatro. Essas estatísticas alarmantes refletem um problema grave, conhecido como pobreza menstrual, que tem sido reconhecido pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). A pobreza menstrual é caracterizada pela falta de condições financeiras para comprar absorventes e pela ausência de estruturas sanitárias adequadas para lidar com a menstruação. Para a maioria daqueles que menstruam, os cuidados durante esse período são simplesmente mais um aspecto da higiene diária. No entanto, para uma parcela significativa desse público, a realidade é marcada por condições precárias de higiene, falta de acesso a itens básicos, escassez de informação e ausência de apoio.

Esses desafios resultam em uma distribuição desigual de direitos e oportunidades, particularmente para meninas, mulheres, homens trans e pessoas não binárias que menstruam. Além disso, contribui para a perpetuação de ciclos transgeracionais de desigualdades relacionadas ao gênero, raça e classe social, além de ter impactos negativos na educação e nas carreiras dessas pessoas.

LEI DA DIGNIDADE MENSTRUAL

Em 2021 foi sancionada a Lei da Dignidade Menstrual, (Lei Federal n.14.214) instituindo o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual para assegurar a oferta gratuita de absorventes higiênicos femininos e outros cuidados básicos de saúde menstrual. A lei, conforme o artigo 2º, aborda a estratégia à promoção da saúde e atenção à higiene para os seguintes objetivos:

(Presidência da República, 2021):

I – combater a precariedade menstrual, identificada como a falta de acesso a produtos de higiene e a outros itens necessários ao período da menstruação feminina, ou a falta de recursos que possibilitem a sua aquisição;

II – oferecer garantia de cuidados básicos de saúde e desenvolver meios para a inclusão das mulheres em ações e programas de proteção à saúde menstrual.

Terão direito e acesso ao programa instituído por esta lei:

I – estudantes de baixa renda matriculadas em escolas da rede pública de ensino;

II – mulheres em situação de rua ou em situação de vulnerabilidade social extrema;

III – mulheres apreendidas e presidiárias, recolhidas em unidades do sistema penal;



**XIII Seminário de Extensão e
Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da
UTFPR**

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - *Campus Ponta Grossa, PR*



SEI-SICITE IV – mulheres internadas em unidades para cumprimento de medida socioeducativa.”

De acordo com o texto oficial, a implementação do programa será de forma integrada entre todos os entes federados, com destaque às áreas de saúde, de assistência social, de educação e de segurança pública.

PROJETO SINTONIA DO BEM

O Projeto Sintonia do Bem, criado para atender à crescente demanda de instituições externas à UTFPR – campus Apucarana, estabeleceu inicialmente parcerias com duas organizações fundamentais: a CEPES - Centro Para o Resgate, Vida e Esperança, uma entidade social dedicada à defesa dos direitos sociais, e a CASA LAR, um abrigo com estrutura especializada no atendimento de adolescentes com necessidades especiais. A CEPES concentra seus esforços na implementação da Política Nacional de Assistência Social, proporcionando apoio a meninas adolescentes com idades entre 10 e 18 anos em situação de risco e vulnerabilidade social. Elas participam de um ambiente de convivência durante o período contrário ao escolar, onde têm acesso a cursos, oficinas, atividades pedagógicas e lúdicas, visando a seu desenvolvimento integral. Dentre outras atividades, uma delas se concentrou em trabalhar com o público específico da CEPES, abordando o tema central sobre a pobreza menstrual e a confecção de absorventes reutilizáveis, e esse conjunto de ações foi intitulado “Menstruação Essencial”.

METODOLOGIA

A metodologia adotada no Projeto "Sintonia do Bem" para a capacitação dos alunos no processo de confecção dos absorventes reutilizáveis foi cuidadosamente planejada e executada, visando garantir a qualidade e eficácia do produto. Abaixo, descrevemos as etapas-chave desse processo:

- Pesquisa sobre os conceitos de sustentabilidade envolvidos no processo de criação e produção de absorventes de tecido: um absorvente reutilizável, também conhecido como absorvente de pano, é um dispositivo feito de materiais laváveis, como algodão, bambu, microfibra ou outros tecidos absorventes. Ao contrário dos absorventes descartáveis, que são usados uma única vez e jogados fora, os absorventes reutilizáveis são projetados para serem lavados e reutilizados várias vezes. São projetados para absorver o fluxo menstrual da mesma forma que os absorventes descartáveis. Eles geralmente têm várias camadas de tecido absorvente que retêm o sangue menstrual. Dentre os principais benefícios desses produtos, destaca-se a redução significativamente do desperdício de produtos menstruais descartáveis, contribuindo para a preservação do meio ambiente; economia de dinheiro a longo prazo já que não é necessário comprar absorventes descartáveis regularmente; saúde, pois muitos absorventes reutilizáveis são feitos de materiais naturais e evitam o uso de produtos químicos encontrados em alguns absorventes descartáveis. Considerando a importância da sustentabilidade, foi realizado uma pesquisa e análise de similares, com pré-requisitos para criar um produto que fosse



**XIII Seminário de Extensão e
Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da
UTFPR**

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - Campus Ponta Grossa, PR



SEI-SICITEP absorvente, impermeável, fisiologicamente seguro, antibactericida, reutilizável e acima de tudo, funcional.

- Protótipo e Análise de Tecidos: Para iniciar a produção em escala maior dos absorventes reutilizáveis, criou-se um grupo de alunas que pesquisaram os materiais têxteis específicos e técnicos que tivessem as propriedades necessárias para garantir o desempenho funcional do produto e outro grupo de alunas, que conduzidas pelos professores e colaboradores, fizeram testes de modelagem e análise dos tecidos pesquisados. Essa etapa foi crucial para assegurar a durabilidade do produto, dado seu caráter reutilizável.

- Capacitações: A capacitação dos alunos envolvidos foi feita de forma presencial, e nesse momento foram explicadas as funções dos tecidos e como eles contribuem para a eficácia do produto. Um passo a passo do processo de desenvolvimento dos absorventes foi demonstrado, incluindo a colocação dos moldes nos tecidos, de acordo com o número de camadas para cada absorvente, e a disposição dos moldes no tecido para otimização do material. Esse processo foi registrado em vídeo e disponibilizado para a equipe, facilitando a comunicação e esclarecimento de dúvidas. Após essa etapa, os participantes foram direcionados para as máquinas de costura, onde receberam instruções detalhadas sobre cada passo das costuras e sobre os equipamentos necessários. Os acabamentos, como a adição de botões para garantir a eficácia do produto, também foram explicados em detalhes. A quantidade de produtos a serem confeccionados foi determinada com base na disponibilidade de tecido e na demanda da instituição que os receberia. Outra etapa de capacitação também foi realizada com a equipe no intuito de preparar as alunas para a abordagem do assunto pobreza menstrual e outros aspectos relacionados ao ciclo menstrual. A abordagem multidisciplinar, contou com a participação de uma equipe composta por psicóloga, assistente social e técnica em enfermagem, a fim de garantir todo o cuidado e eficácia durante a interação com o grupo de UTFPR e as alunas da CEPES, para que fosse compreendida importância do assunto, de forma aberta, respeitando as particularidades de cada aluna e demonstrando o uso correto e adequado dos absorventes entregues.

- Produção e Entrega: Um cronograma de trabalho foi estabelecido entre os envolvidos, com escalas definidas para as equipes de corte, costura e acabamento. Reuniões presenciais e comunicação constante garantiram o acompanhamento e o relato do progresso. A produção dos absorventes e das embalagens de tecido foi totalmente realizada pelos alunos envolvidos no projeto, cumprindo o planejamento estabelecido para a entrega final.

Essa metodologia demonstra a abordagem cuidadosa e eficaz adotada para capacitar os alunos no desenvolvimento dos absorventes reutilizáveis, contribuindo não apenas para a produção dos produtos, mas também para a aquisição de habilidades valiosas e a promoção da conscientização sobre a importância da educação menstrual.



XIII Seminário de Extensão e Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da UTFPR

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - *Campus Ponta Grossa, PR*



SEI-SICITE

Figura 1 – Absorventes reutilizáveis



Fonte: própria (2022)

Figura 2 – Absorventes reutilizáveis com saquinho de tecido para armazenagem





**XIII Seminário de Extensão e
Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da
UTFPR**

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - *Campus Ponta Grossa, PR*



SEI-SICITE

Fonte: própria (2022)

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Essa abordagem capacitou os alunos a adquirirem conhecimento prático, ao mesmo tempo que os envolveu em questões cruciais relacionadas à saúde menstrual e à sustentabilidade. Eles não apenas aprenderam sobre os absorventes reutilizáveis como produtos, mas também compreenderam as implicações sociais e ambientais de suas escolhas, promovendo uma visão mais profunda e consciente do tema. Isso possibilitou o desenvolvimento de um produto com um grau significativo de inovação, o qual estará sujeito a testes e melhorias no futuro.

CONCLUSÃO

No momento da entrega dos absorventes reutilizáveis à CEPES, houve uma conversa abrangente sobre pobreza menstrual, e outros aspectos relacionados ao ciclo menstrual, onde as meninas tiveram uma oportunidade de aprender mais sobre o funcionamento do próprio corpo, expressar tabus que enfrentam no dia – a – dia e conhecer um produto novo que elas nunca tiveram acesso antes, e que pode contribuir para a saúde delas.

Essa abordagem multidisciplinar, com a participação de uma equipe composta por psicóloga, assistente social e técnica em enfermagem, é uma prática eficaz para garantir que as pessoas beneficiadas compreendam completamente a importância desse produto e como usá-lo adequadamente. O envolvimento do grupo de alunos no processo de pesquisa e produção dos absorventes reutilizáveis aprimorou os conhecimentos adquiridos em diversas disciplinas do curso, mas também, permitiu que se envolvessem com um tema delicado e necessário para a melhoria da qualidade de vida da comunidade. Essa ação demonstra um compromisso em não apenas fornecer produtos menstruais, mas também em capacitar e educar as pessoas beneficiadas para que possam cuidar de sua saúde menstrual de forma adequada. Isso é fundamental para melhorar a qualidade de vida e a dignidade das pessoas que enfrentam a pobreza menstrual.

Agradecimentos

Agradecemos pelo apoio institucional da DIREC-AP, pelo apoio financeiro pelo EDITAL 01/2021 DIREC-AP – EDITAL DE APOIO À PROJETOS DE EXTENSÃO.



**XIII Seminário de Extensão e
Inovação
XXVIII Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica da
UTFPR**

Ciência e Tecnologia na era da Inteligência Artificial: Desdobramentos no Ensino Pesquisa e Extensão

20 a 23 de novembro de 2023 - Campus Ponta Grossa, PR



SEI-SICITE **Conflito de interesse**

Não há conflito de interesse.

REFERÊNCIAS

Behring ER; Boschetti I, *Política social: fundamentos e história*. 9th ed. São Paulo: Cortez, 2016.

Korui. O que é pobreza menstrual e como combater. 2021 In: <https://korui.com.br/o-que-e-pobreza-menstrual-e-como-combater/> Acesso em: 04 set. 2023

Sebrae MG. Políticas Públicas Conceitos e Práticas. 7th. ed. Sebrae Belo Horizonte, 2008.

Presidência da República, Casa Civil, Secretaria Especial para Assuntos Jurídicos. Decreto nº 11.432 de 8 de março de 2023. Regulamenta a Lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021, que institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual 2023. In: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 04 set. 2023

Presidência da República. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal; 1988. In: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 04 set. 2023

UNICEF, Fundo das Nações Unidas para a Infância. Pobreza Menstrual no Brasil: desigualdades e violações de direitos. 2021 In: https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf. Acesso em: 04 set. 2023