



Dignidade Menstrual na Adolescência: Relato de Experiência de um Projeto Extensionista com Pré-adolescentes em Vulnerabilidade Social

Livia Denise Castro Duarte¹, Silene Moreira de Souza², Amanda Machado Sombra Rocha³, Marcela Fernanda Ribeiro Barbosa⁴, Emerly de Almeida Fernandes⁵, Alice Mattos Cabral⁶, Andre Silva de Souza⁷.



<https://doi.org/10.36557/2009-3578.2025v11n2p6090-6105>

Artigo recebido em 29 de Agosto e publicado em 29 de Outubro de 2025

RELATO DE EXPERIÊNCIA

RESUMO

Este projeto extensionista, conduzido por estudantes de Medicina da Faculdade Santa Teresa, promoveu a conscientização sobre saúde menstrual e prevenção de infecções fúngicas entre pré-adolescentes do Instituto Transformando Vidas, incentivando o autocuidado e a promoção da saúde. A intervenção utilizou palestras, rodas de conversa, jogos e materiais educativos, fundamentada no arco de Magueréz para estimular a aprendizagem crítica. Durante a ação, notou-se interesse dos alunos e maior sensibilidade ao tema. Os principais desafios foram adaptar a linguagem ao público jovem, superar estigmas relacionados à menstruação e abordar a pobreza menstrual. A experiência evidenciou a relevância da extensão universitária na integração entre ensino, pesquisa e ação social, contribuindo para a formação de profissionais de saúde mais empáticos e comprometidos. As atividades ampliaram o conhecimento, fortaleceram o autocuidado e desconstruiu tabus, impactando positivamente a saúde física e emocional de pré-adolescentes em vulnerabilidade social. O projeto também proporcionou aos estudantes a prática da escuta ativa e do compromisso social, fundamentais para uma formação humanizada. A interação com a comunidade reforçou o papel da extensão universitária como ferramenta transformadora, promovendo equidade e justiça social por meio da conexão entre ensino, serviço e comunidade.

Palavras-chave: Saúde menstrual. Educação em saúde. Extensão universitária. Adolescência. Vulnerabilidade social. Sociologia em saúde.



Menstrual Dignity in Adolescence: Experience Report of an Extension Project with Pre-teens in Social Vulnerability

ABSTRACT

This extension project, developed by medical students from Faculdade Santa Teresa, aimed to raise awareness about menstrual health and the prevention of fungal infections among pre-adolescents at the Instituto Transformando Vidas. Through lectures, discussion circles, games, and educational materials, the intervention promoted self-care and health education, using Maguerez's Arch to foster critical learning. The students showed strong interest and increased sensitivity to the topic. The main challenges involved adapting language to a younger audience, overcoming menstrual taboos, and addressing menstrual poverty. The experience highlighted the importance of university extension in integrating teaching, research, and social action, contributing to the development of more empathetic and socially committed health professionals. The activities expanded knowledge, strengthened self-care, and helped dismantle stigmas, positively impacting the physical and emotional health of socially vulnerable pre-adolescents. The project also enabled students to practice active listening and social responsibility, essential for humanized medical training. The interaction with the community reinforced the role of university extension as a transformative tool, promoting equity and social justice through the connection between education, service, and community.

Keywords: Menstrual health. Health education. University extension. Adolescence. Social vulnerability.

Instituição afiliada – Faculdade Santa Teresa – Manaus AM; Faculdade Nilton Lins - Manaus AM; Centro Universitário do Norte - Manaus AM.

Autor correspondente livia Denise Castro Duarte, Silene Moreira de Souza, Amanda Machado Sombra Rocha, Marcela Fernanda Ribeiro Barbosa, Emerly de Almeida Fernandes, Alice Mattos Cabral, Andre Silva de Souza:- :
livia.castro@ufam.com.br, silenemsouza16@gmail.com, amandamachadosombrarocho@gmail.com,
mfrb.med25@gmail.com, emerlyalmeida27@gmail.com, alicecabral550@gmail.com,
andre22souza00@gmail.com.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





1. INTRODUÇÃO

A menstruação constitui um processo fisiológico essencial à saúde reprodutiva feminina, marcando o início da puberdade e desempenhando papel central na construção da identidade corporal e social de meninas e mulheres. Embora a menstruação constitua um fenômeno fisiológico intrínseco à saúde reprodutiva, sua abordagem permanece permeada por construções socioculturais que perpetuam estigmas, tabus e silenciamentos históricos. Tais barreiras simbólicas comprometem o acesso à informação qualificada, dificultam práticas de autocuidado e limitam a vivência plena da puberdade, especialmente em contextos de vulnerabilidade social (Carvalho et al., 2020; Souza et al., 2021). No Brasil, essa realidade é agravada pela persistência da pobreza menstrual — definida como a dificuldade de acesso a produtos de higiene, saneamento básico e educação sobre o ciclo reprodutivo — que afeta diretamente o bem-estar físico, psicológico e social de adolescentes em idade escolar (Carvalho et al., 2020).

A ausência de políticas públicas estruturadas e a escassez de ações educativas voltadas à saúde menstrual contribuem para a perpetuação da desinformação, evasão escolar e aprofundamento das desigualdades de gênero (Souza et al., 2021; Lima & Oliveira, 2022). Nesse contexto, a Organização Mundial da Saúde (2022) reconhece a saúde menstrual como parte integrante dos direitos humanos, reforçando a urgência de estratégias que articulem educação, infraestrutura e acesso equitativo a insumos básicos.

É nesse cenário que se insere a disciplina Projetos Integrados de Pesquisa e Extensão na Comunidade I (PIPEC), componente curricular do curso de Medicina da Faculdade Santa Teresa, cujo propósito é fomentar a articulação entre saberes acadêmicos e demandas sociais, por meio de ações educativas em comunidades vulneráveis. O presente artigo decorre das atividades desenvolvidas no âmbito dessa disciplina, por meio do projeto de extensão universitária “Adote um Ciclo: Menstruação sem tabu”, idealizado e executado por acadêmicos do curso de Medicina. A proposta buscou promover a educação em saúde menstrual junto a crianças e adolescentes



atendidos pelo Instituto Transformando Vidas (ITV), localizado em área periférica de Manaus.

Utilizando metodologias participativas, lúdicas e adaptadas à faixa etária do público-alvo, o projeto teve como objetivo desmistificar crenças equivocadas, fortalecer o autocuidado e proporcionar um espaço seguro de escuta e diálogo sobre o corpo feminino e o ciclo menstrual. O objetivo do presente artigo é relatar e analisar criticamente essa experiência extensionista, destacando os impactos da ação educativa sobre saúde menstrual em uma comunidade em situação de vulnerabilidade social. Parte-se da hipótese de que intervenções educativas, fundamentadas em metodologias sensíveis ao contexto sociocultural, são capazes de promover o autocuidado, desconstruir tabus e ampliar o acesso à informação, contribuindo para a redução da pobreza menstrual e para a formação de profissionais de saúde mais empáticos e comprometidos com a equidade.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A menstruação, embora constitua um processo fisiológico natural e recorrente na vida de pessoas que menstruam, ainda é envolta por tabus, estigmas e silêncios que atravessam gerações. A invisibilidade da temática no ambiente escolar e nos espaços de cuidado contribui para a perpetuação de crenças equivocadas, afetando diretamente o autocuidado, a autoestima e o acesso à saúde integral. A literatura aponta que a pobreza menstrual — entendida como a falta de acesso a produtos de higiene, infraestrutura adequada e informação qualificada — configura-se como um grave problema de saúde pública, especialmente em contextos de vulnerabilidade social (UNFPA & UNICEF, 2021; UNFPA, 2022).

Nesse cenário, o projeto extensionista foi desenvolvido no Instituto Transformando Vidas (ITV), organização vinculada à Faculdade Santa Teresa, localizada em Manaus, Amazonas. A escolha da instituição se deu pela sua atuação direta com crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade, o que permitiu a articulação entre ensino, pesquisa e extensão universitária. A proposta teve como base metodológica o Arco de Magueréz, uma abordagem participativa que estrutura a



intervenção em cinco etapas: observação da realidade, identificação dos pontos-chave, teorização, formulação de hipóteses e aplicação à realidade (Maguerez, 1994).

O diagnóstico situacional foi conduzido por meio de cinco reuniões com coordenadores e professores do ITV, correspondendo às duas primeiras etapas do Arco de Maguerez. A escuta ativa dos profissionais revelou que os pré-adolescentes atendidos pela instituição enfrentavam lacunas significativas no acesso a informações sobre saúde menstrual, agravadas por fatores como ausência de saneamento básico, escassez de produtos de higiene, desconhecimento sobre infecções fúngicas e forte presença de tabus culturais. Essa análise permitiu delimitar o problema central da intervenção: a desmistificação da menstruação como prática educativa e emancipadora.

A etapa de teorização foi alicerçada em uma revisão sistemática da literatura, contemplando estudos interdisciplinares sobre saúde menstrual, educação em saúde, pedagogia crítica e metodologias participativas. Essa fundamentação teórica permitiu articular saberes biomédicos e sociais, evidenciando que o enfrentamento da pobreza menstrual demanda ações intersetoriais que integrem políticas públicas, práticas educativas e estratégias de inclusão (UNFPA, 2022; Lima & Oliveira, 2022; UFAM, 2022). A literatura reforça que o enfrentamento da pobreza menstrual exige ações intersetoriais que combinem informação científica, políticas públicas e estratégias pedagógicas sensíveis às realidades locais (UNFPA, 2022; Lei nº 14.214/2021). Dados recentes indicam que cerca de 50% das escolas da região Norte não possuem infraestrutura básica para o cuidado menstrual, e que uma em cada quatro jovens brasileiras não tem acesso regular a protetores menstruais (Gama, 2023; UNFPA & UNICEF, 2021; Boff, 2021). Tais evidências reforçam a urgência de intervenções educativas que promovam equidade, dignidade e saúde integral.

Com base nas hipóteses de solução construídas coletivamente, foram planejadas ações educativas participativas, adaptadas às diferentes faixas etárias do público atendido. O foco foi garantir que as crianças e adolescentes não apenas recebessem informações, mas que também tivessem espaço para dialogar, tirar dúvidas e compartilhar experiências de forma segura e acolhedora. As ações contemplaram rodas de conversa, oficinas temáticas, dinâmicas interativas e momentos de escuta ativa, valorizando os saberes dos participantes e promovendo a construção coletiva do conhecimento.



A execução do projeto foi organizada em equipes temáticas, cada uma responsável por abordar aspectos específicos da saúde menstrual. A primeira equipe tratou do corpo feminino e do ciclo menstrual, explicando de forma interativa as mudanças hormonais e o processo da menarca. A segunda equipe abordou as doenças fúngicas, destacando causas, sintomas e medidas preventivas. A terceira equipe conduziu a dinâmica “Mitos e Verdades”, com o objetivo de desconstruir tabus e fortalecer a autoestima dos participantes. Por fim, a quarta equipe apresentou as legislações vigentes, como a Lei Federal nº 14.214/2021, que garante o acesso gratuito a absorventes higiênicos para pessoas em situação de vulnerabilidade.

As apresentações foram estruturadas em oito momentos interativos, conforme descrito no Quadro 1. Cada etapa foi conduzida por uma equipe, enquanto os demais membros ofereciam suporte prático, esclarecendo dúvidas e auxiliando os participantes. Essa dinâmica favoreceu um ambiente acolhedor, participativo e propício à aprendizagem significativa.

Quadro 1. Descrição das ações

Momento	Descrição
1. Roda	A equipe organizou alunos e profissionais em círculo para iniciar a atividade, promovendo integração.
2. Apresentação	Um membro apresentou a equipe e o projeto, seguido por uma dinâmica onde todos compartilharam nome e idade.
3. Roda de conversa	Discussão interativa sobre ciclo menstrual e corpo feminino, abordando anatomia, mudanças hormonais, menarca, ciclo menstrual e espaço para dúvidas sobre cólicas e variações.
4. Doenças fúngicas	Explicação com imagens sobre candidíase vaginal, vaginose bacteriana e balanite fúngica, destacando causas (alterações hormonais, higiene inadequada), sintomas (corrimento, coceira) e prevenção (higiene íntima, troca regular de absorventes).
5. Dinâmicas	Jogo de cartas, "Mitos e Verdades" sobre menstruação (ex.: cólicas, sangue menstrual, gravidez), promovendo discussão lúdica, desmistificação de tabus, fortalecimento da autoestima e identificação de lacunas no conhecimento para futuros projetos (Figura 1).



O Dignidade Menstrual na Adolescência: Relato de Experiência de um Projeto Extensionista com Pré-adolescentes em Vulnerabilidade Social

Livia Denise Castro Duarte *et. al.*

6. Leis sobre direitos das mulheres	Apresentação da Lei Federal nº 14.214/2021, que garante absorventes gratuitos e cuidados de saúde menstrual para pessoas em vulnerabilidade (estudantes de baixa renda, mulheres em situação de rua, detentas, adolescentes em medidas socioeducativas). Inclui absorventes como item essencial em cestas básicas do Sisan. Em Manaus, retirada de 40 unidades por pessoa (10-49 anos, inscrita no CadÚnico) nas Farmácias Populares. Doação de 40 pacotes de absorventes ao ITV.
7. Distribuição de cartilhas e kits	Entrega de kits com absorventes, informativo sobre cuidados íntimos e lanche aos alunos, promovendo acesso a produtos de higiene e educação.
8. Avaliação das ações	Agradecimento aos participantes e à instituição, com feedback positivo dos alunos e professores sobre as informações. A equipe avaliou positivamente os resultados da intervenção e planejou novos projetos para ampliar a abordagem sobre menstruação e reprodução.

Fonte: Elaborado pelos autores.

Figura 1. Jogo de cartas mitos e verdades



Fonte: Elaborado pelos autores.

3. METODOLOGIA

Esta pesquisa caracteriza-se como um relato de experiência extensionista, de abordagem qualitativa e caráter descritivo-observacional, fundamentado no modelo do Arco de Magueréz (Magueréz, 1994; Moreira *et al.*, 2024). A metodologia foi estruturada para promover a conscientização sobre saúde menstrual por meio de uma abordagem participativa e educativa, integrando diagnóstico situacional, planejamento e execução de ações interativas. O Arco de Magueréz orientou o processo em cinco etapas:



observação da realidade, identificação de problemas, teorização, formulação de hipóteses e aplicação prática, garantindo uma intervenção reflexiva e contextualizada às necessidades da comunidade atendida.

O projeto de extensão foi desenvolvido sob orientação da Professora Me. Livia Denise Castro Duarte, no âmbito da disciplina Projetos Integrados de Pesquisa e Extensão na Comunidade I (PIPEC), do curso de Medicina da Faculdade Santa Teresa. A intervenção foi realizada no Instituto Transformando Vidas (ITV), localizado no bairro Colônia Antônio Aleixo, em Manaus-AM, tendo como público-alvo pré-adolescentes com faixa etária entre 9 e 13 anos. O ITV é uma organização sem fins lucrativos que atende crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social, oferecendo atividades socioeducativas no contraturno escolar. A escolha desta faixa etária justifica-se por ser um período crucial para o desenvolvimento físico e emocional, marcado pelo início da puberdade e das transformações corporais, momento ideal para abordar questões relacionadas à saúde menstrual e autocuidado.

O estudo buscou compreender e promover a conscientização sobre saúde menstrual e pobreza menstrual, integrando perspectivas da sociologia da saúde para contextualizar os desafios enfrentados por pré-adolescentes em situação de vulnerabilidade social. A base teórica do projeto foi construída por meio de um levantamento bibliográfico utilizando as plataformas Scielo, PubMed e Periódicos Capes, além de revistas brasileiras indexadas. Foram selecionados artigos publicados nos últimos cinco anos, com foco em três eixos temáticos: (1) saúde menstrual, abrangendo aspectos biológicos e psicossociais; (2) pobreza menstrual, incluindo barreiras de acesso a produtos de higiene; e (3) sociologia da saúde, explorando tabus, estigmas e determinantes sociais da saúde. A revisão permitiu embasar a intervenção educativa e contextualizar os desafios identificados no diagnóstico situacional.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados obtidos a partir da intervenção educativa realizada no Instituto Transformando Vidas evidenciam o potencial transformador de ações extensionistas voltadas à saúde menstrual em contextos de vulnerabilidade social. A abordagem



participativa, fundamentada no Arco de Magueréz, permitiu não apenas a transmissão de conteúdos científicos, mas também a valorização das vivências dos adolescentes, promovendo um espaço de escuta ativa, acolhimento e construção coletiva do saber.

Durante as rodas de conversa e dinâmicas interativas, observou-se elevado engajamento dos participantes, que demonstraram curiosidade, abertura ao diálogo e disposição para compartilhar experiências pessoais. A participação de adolescentes de diferentes identidades de gênero ampliou significativamente o escopo do debate, permitindo a problematização de estigmas e a promoção de uma cultura de respeito à diversidade corporal. Essa abordagem está em consonância com os princípios da educação emancipatória, que reconhece a pluralidade de experiências juvenis e valoriza o diálogo como ferramenta de transformação social (Freire, 2000; UNFPA & UNICEF, 2021).

A utilização de metodologias lúdicas, como o jogo “Mitos e Verdades”, contribuiu para a assimilação dos conteúdos e para o enfrentamento de crenças limitantes. Questões como cólicas, sangue menstrual, gravidez e higiene íntima foram abordadas com linguagem acessível e embasamento técnico, permitindo a correção de informações equivocadas e o fortalecimento da autoestima dos participantes.

A inserção de informações sobre legislações pertinentes, como a Lei Federal nº 14.214/2021, que institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, ampliou a compreensão dos adolescentes sobre seus direitos, conectando o conhecimento científico à realidade social. A distribuição de kits de higiene menstrual representou uma ação concreta de enfrentamento à pobreza menstrual, evidenciando o compromisso do projeto com a dignidade humana e a equidade sanitária.

Nesse contexto, destaca-se a diretriz da Organização Mundial da Saúde (2022), que reconhece a saúde menstrual como componente essencial dos direitos humanos, reforçando a necessidade de políticas públicas integradas que garantam acesso à informação, infraestrutura adequada e insumos básicos para o cuidado íntimo. Tal reconhecimento internacional legitima iniciativas como esta, que articulam ensino, serviço e comunidade em prol da justiça social.

A avaliação da ação, realizada por meio da observação direta e do retorno espontâneo dos participantes, indicou que os objetivos propostos foram plenamente alcançados. Houve ampliação do conhecimento sobre saúde menstrual, fortalecimento



do autocuidado e desconstrução de tabus. A receptividade da comunidade e o envolvimento dos adolescentes demonstram a efetividade da metodologia adotada e a relevância da temática abordada.

Do ponto de vista profissional, a experiência extensionista proporcionou aos estudantes uma vivência concreta de práticas humanizadas, permitindo o desenvolvimento de competências essenciais à atuação médica, como empatia, escuta qualificada e sensibilidade social. O contato direto com adolescentes em situação de vulnerabilidade revelou-se um exercício formativo profundo, que ultrapassa os limites da sala de aula e contribui para a construção de uma prática clínica ética, crítica e comprometida com a equidade.

Por fim, este relato levanta questões relevantes sobre a necessidade de institucionalização de práticas educativas voltadas à saúde menstrual em espaços de convivência juvenil, como instituições sociais, projetos comunitários e ambientes escolares. A transversalidade do tema exige sua abordagem em diferentes contextos, promovendo o diálogo intersetorial entre saúde, educação e assistência social. Propõe-se, portanto, que futuras ações considerem a formação continuada de profissionais que atuam com adolescentes, a ampliação do debate sobre dignidade menstrual e a inclusão sistemática do tema em políticas públicas que contemplem a diversidade de experiências juvenis.

Os resultados obtidos neste relato de experiência corroboram evidências científicas que reconhecem a educação em saúde menstrual como instrumento de transformação social, promoção da equidade de gênero e fortalecimento da cidadania (UNFPA, 2022; Lima & Oliveira, 2022). A abordagem participativa adotada, pautada em metodologias dialógicas e lúdicas, transcendeu a mera transmissão de conteúdos biomédicos, permitindo a valorização das vivências dos adolescentes e a construção coletiva do saber em um espaço de escuta ativa e acolhimento.

A presença de adolescentes de diferentes gêneros ampliou o escopo do debate, favorecendo a desconstrução de estigmas e a promoção de uma cultura de respeito, empatia e reconhecimento da diversidade corporal. A ressignificação de crenças limitantes foi potencializada por dinâmicas interativas, como o jogo “Mitos e Verdades”, que estimulou o pensamento crítico e o protagonismo juvenil na abordagem de temas historicamente silenciados.



A inserção de conteúdos sobre legislações vigentes, como a Lei nº 14.214/2021, que institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, revelou-se estratégica para ampliar a compreensão dos participantes sobre seus direitos, conectando o conhecimento científico à realidade social. A distribuição de kits de higiene menstrual, por sua vez, representou uma ação concreta de enfrentamento à pobreza menstrual, evidenciando o compromisso do projeto com a justiça social e a dignidade humana.

Nesse contexto, destaca-se a relevância da diretriz da Organização Mundial da Saúde (2022), que reconhece a saúde menstrual como componente essencial dos direitos humanos, reforçando a necessidade de políticas públicas integradas que garantam acesso à informação, infraestrutura adequada e insumos básicos para o cuidado íntimo. Tal reconhecimento internacional legitima iniciativas como esta, que articulam ensino, serviço e comunidade em prol da equidade.

Este relato de experiência também levanta questões emergentes sobre a institucionalização de práticas educativas voltadas à saúde menstrual em espaços de convivência entre adolescentes, como instituições sociais, projetos comunitários e ambientes de formação cidadã. A transversalidade do tema exige sua abordagem em diferentes contextos juvenis, promovendo o diálogo intersetorial entre saúde, educação informal e assistência social.

Propõe-se, portanto, que futuras ações considerem a formação continuada de profissionais que atuam com adolescentes, a ampliação do debate sobre dignidade menstrual e a inclusão sistemática do tema em políticas públicas que contemplem a pluralidade de experiências juvenis, contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa, informada e sensível às necessidades das pessoas que menstruam.

5. CONCLUSÃO

A experiência vivenciada por meio do projeto de extensão “Adotando um Ciclo: Quebrando tabus menstruais entre pré-adolescentes” revelou-se uma prática educativa potente, capaz de promover transformações significativas tanto na comunidade atendida quanto na formação dos estudantes envolvidos. A intervenção educativa contribuiu de forma significativa para a ampliação do repertório informacional dos



participantes, o fortalecimento de práticas de autocuidado e a ressignificação de estigmas associados à menstruação. Os achados corroboram estudos que apontam a educação em saúde como estratégia eficaz na promoção da equidade de gênero e na redução das desigualdades sanitárias (Carvalho et al., 2020; Souza et al., 2021; OMS, 2022). Para os discentes, o projeto representou mais do que uma aplicação prática de saberes acadêmicos: foi um exercício de escuta ativa, empatia e compromisso ético com a realidade social. A aproximação com a comunidade da Colônia Antônio Aleixo permitiu uma imersão crítica nas desigualdades que atravessam o cotidiano de adolescentes, especialmente no que se refere ao acesso à higiene íntima, à informação qualificada e à dignidade menstrual. Tal vivência reforça o papel da extensão universitária como ferramenta de integração entre ensino, serviço e comunidade, promovendo justiça social e formação humanizada.

Apesar dos resultados positivos, este relato apresenta limitações inerentes à sua natureza pontual e qualitativa. A ausência de instrumentos sistematizados de avaliação e o número restrito de participantes dificultam a mensuração objetiva dos impactos a médio e longo prazo. Além disso, o recorte geográfico específico limita a generalização dos achados para outras realidades socioculturais.

Diante dos achados, recomenda-se a ampliação e continuidade de ações educativas sobre saúde menstrual em espaços escolares e comunitários, com foco na formação continuada de profissionais que atuam com adolescentes. Propõe-se, ainda, a institucionalização do tema nos currículos da educação básica e superior, bem como sua inclusão em políticas públicas intersetoriais que contemplem a diversidade de experiências juvenis. A dignidade menstrual deve ser reconhecida como um direito humano fundamental, e sua promoção exige esforços permanentes, articulados e comprometidos com a equidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021. **Institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual**; e altera a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 7 out. 2021. Disponível em:



<https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2021/lei-14214-6-outubro-2021-791824-publicacaooriginal-163551-pl.html> . Acesso em: 15 out. 2025.

BOFF, Rogers Alexander et al. **Pobreza menstrual e sofrimento social: a banalização da vulnerabilidade social das mulheres no Brasil**. Revista de Psicologia, Educação e Cultura, v. 3, pág. 133-147, 2021. Disponível em:

<https://comum.rcaap.pt/entities/publication/d6b0fb3c-1aad-4eec-b0ba-e4d8d0c08ea0>. Acesso em: 15 out. 2025.

CARVALHO, AP; SILVA, MR; NASCIMENTO, TL **Pobreza menstrual: uma revisão sistemática para identificação de populações e estratégias de enfrentamento**. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, v. 4, pág. 1023–1034, 2020. Disponível em:

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1571925>. Acesso em: 15 out. 2025.

FREIRE, P. **Educação como prática da liberdade**. 34. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2000.

FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (UNFPA); FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). **Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e visibilidade de direitos**. Brasília: UNFPA e UNICEF, 2021. 50 p.

LIMA, JS; OLIVEIRA, FM **Educação menstrual e desigualdade de gênero: uma análise crítica das políticas públicas brasileiras**. Cadernos de Saúde e Educação, v. 2, pág. 45–62, 2022.

MAGUEREZ, Charles. **O Arco de Magueréz**. 1994.

MOREIRA, Luana Araújo et al. **A utilização do Arco de Magueréz como ferramenta metodológica em educação na saúde: revisão de escopo**. Revista Docência do Ensino Superior, v. 14, p. 1-25, 2024. Disponível

em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rdes/article/view/46778>. Acesso em: 21 out. 2025.

GAMA, Amariles. **Mulheres se unem no combate à pobreza menstrual nas ruas de Manaus**. A Crítica, Manaus, 04 mar. 2023. Disponível em:

<https://www.acritica.com/manaus/mulheres-se-unem-no-combate-a-pobreza-menstrual-nas-ruas-de-manaus-1.297036>. Acesso em: 19 out. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde e higiene menstrual [Internet]. Genebra: OMS; 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/22-06-2022-who-statement-on-menstrual-health-and-rights>. Acesso em: 19 out. 2025.

SOUZA, L. M.; ANDRADE, T. S.; FERREIRA, D. P. **Comunicação e saúde menstrual: estratégias educativas com adolescentes em vulnerabilidade**. Revista Brasileira de Educação e Saúde, v. 3, p. 88–97, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/icse/a/QvVGyM3dQkyqm4GqGVMLKwN/?lang=pt>. Acesso em: 15 out. 2025.



SOUZA, MA; FERREIRA, LC; ALMEIDA, RT **Saúde menstrual e evasão escolar: uma abordagem intersetorial**. Revista de Políticas Públicas em Saúde, v. 1, pág. 88–101, 2021. Disponível em: <https://www.revista.direitofranca.br/index.php/icfdf/article/view/1523>. Acesso em: 15 out. 2025.

UNFPA. **Estado da arte para a promoção da dignidade menstrual: avanços, desafios e potencialidades**. Brasília: Fundo de População das Nações Unidas, 2022. Disponível em: <https://brazil.unfpa.org/pt-br/publications/estado-da-arte-para-promocao-da-dignidade-menstrual-avancos-desafios-e-potencialidades>. Acesso em: 15 out. 2025.

UNFPA. **Pobreza menstrual no Brasil: desigualdade e transparência de direitos** [recurso eletrônico]. Brasília: Fundo de População das Nações Unidas, 2022. Disponível em: <https://brazil.unfpa.org/pt-br/publications/pobreza-menstrual-no-brasil>. Acesso em: 15 ago. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS. **Cartilha informativa sobre dignidade menstrual** [recurso eletrônico]. Manaus: UFAM, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2024/dignidademenstrual>. Acesso em: 15 ago. 2025.