PEDRITAS DE VERMELHO:EDUCAÇÃO EM SAÚDE E PROMOÇÃO DA DIGNIDADE MENSTRUAL ENTRE ADOLESCENTES

Karen Christina Rodrigues dos Santos[1], Kassiane Demutti Alves[2], Enilda Fontoura dos Santos[3]
[1]Fisioterapeuta Prefeitura de Dom Pedrito; [2]Docente Prefeitura de Dom Pedrito; [3]Técnica em Enfermagem Prefeitura de Dom Pedrito.

Resumo: A dignidade menstrual constitui uma dimensão importante da saúde, dos direitos humanos e da equidade social. Apesar de a menstruação ser um processo fisiológico natural, ainda é atravessada por tabus, desinformação, preconceitos, desigualdades socioeconômicase dificuldades de acesso a produtos e condições adequadas de higiene. Essas situaçõespodem comprometer o bem-estar, a participação escolar e social e a autonomia de meninas e adolescentes, evidenciando a necessidade de ações educativas e comunitárias voltadas ao enfrentamento da pobreza menstrual. Nesse contexto, o projeto propõe desenvolver ações educativas e participativas para a promoção da dignidade menstrual entre adolescentes do município de Dom Pedrito, Rio Grande do Sul, com ênfase na educação em saúde, no enfrentamento dos estigmas e na valorização dos direitos sexuais e reprodutivos. A proposta prevê a articulação entre universidade, instituições de ensino, serviços de saúde e assistência social, por meio de rodas de conversa, oficinas educativas, produção e divulgação de materiais informativos e incentivo ao protagonismo juvenil. A metodologia terá caráter educativo, participativo e comunitário, buscando valorizar os conhecimentos, as experiências e as necessidades das participantes, favorecendo o diálogo e a construção compartilhada de saberes. As atividades abordarão o ciclo menstrual, os cuidados de higiene, o autocuidado, os direitos relacionados à saúde menstrual e as situações de vulnerabilidade associadas àpobreza menstrual. Espera-se ampliar o conhecimento das participantes, contribuir para o reconhecimento da menstruação como fenômeno natural, fortalecer a autonomia e estimular atitudes de respeito, acolhimento e solidariedade. O projeto também busca aproximar a universidade da comunidade, promovendo a extensão universitária como instrumento de transformação social e contribuindo para a saúde, a equidade, a cidadania e a garantia da dignidade menstrual.

Palavras-chave: Dignidade menstrual; Educação em saúde; Adolescência; Pobreza menstrual; Equidade social.

INTRODUÇÃO

A menstruação é um processo fisiológico que integra a saúde reprodutiva de milhões de pessoas ao longo da vida. Entretanto, sua vivência não depende apenas de aspectos biológicos, estando relacionada também às condições socioeconômicas,culturais,educacionaiseambientaisem quecadapessoaestá inserida. A falta de informações confiáveis, o constrangimento em abordar otema e as dificuldades de acesso a produtos menstruais e a instalações sanitárias adequadas podem transformar uma experiência natural em fonte de

sofrimento,exclusão e violação de direitos. A pobreza menstrual compreende um conjunto de privações que ultrapassam a ausência de absorventes, incluindo limitações de acesso à água, ao saneamento, à informação, à privacidade e aos serviços de saúde. No Brasil, o relatório*Pobreza menstrual no Brasil: desigualdade e violações de direitos*, publicadopelo Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA) e pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), destaca a importância decompreender a questão como um problema relacionado às desigualdadessociais e ao acesso a direitos fundamentais (UNFPA; UNICEF, 2021).

Entre meninas e adolescentes, a desinformação e o estigma podem dificultar a compreensão das mudanças corporais, a identificação de alterações que necessitam de avaliação profissional e a busca por apoio. Em determinados contextos, a ausência de condições adequadas para o manejo menstrual também pode interferir na participação em atividades escolares e comunitárias. Dessa forma, a promoção da dignidade menstrual requer ações que articulem educação, saúde, assistência social e garantia de direitos.No Brasil, a Lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021, instituiu o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, representando um marco no reconhecimento da relevância social e sanitária dessa temática (BRASIL,2021). A efetivação da dignidade menstrual, contudo, demanda iniciativas educativas permanentes, diálogo com os territórios e estratégias que considerem as necessidades concretas das populações.A extensão universitária apresenta potencial para contribuir com esse processo, ao promover a troca de conhecimentos entre instituições de ensino e comunidade, articulando formação acadêmica, participação social e enfrentamento de problemas coletivos. Nessa perspectiva, o projeto Pedritas de Vermelho — Honrando nossos ciclos. Promovendo dignidade propõe desenvolver ações de educação em saúde com adolescentes,incentivando o diálogo sobre menstruação, autocuidado, direitos e equidade.A proposta parte do entendimento de que falar sobre menstruação é também abordar cidadania, autonomia corporal, acesso à informação e condições dignas de vida. Assim, busca-se construir espaços acolhedores, nos quais as participantes possam compartilhar dúvidas, desconstrui rmitos e reconhecer a menstruação como parte natural da experiência humana,sem constrangimento ou discriminação.

METODOLOGIA

O projeto caracteriza-se através de uma proposta de extensão universitária educativa, participativa e comunitária, a ser realizada em Dom Pedrito (RS) durante 06 meses, que terá seu público alvo, meninas e adolescentes (especialmente de escolas públicas), podendo incluir familiares, educadores e profissionais de saúde e assistência social, promovendo ações educativas, comunicação comunitária e fortalecimento do protagonismo juvenil sobre saúde e dignidade menstrual. A primeira etapa compreenderá articulação e reconhecimento local na busca de parcerias com escolas, unidades de saúde, assistência social e organizações comunitárias para identificar demandas, definir locais e adequar recursos e linguagem à realidade do público. A segunda etapa contará com ações de educação em saúde, realizando oficinas, rodas deconversa e dinâmicas interativas (como "Mitos e Verdades", caixas de perguntas anônimas e materiais visuais) para discutir ciclo menstrual, puberdade, higiene, produtos menstruais, descarte, direitos e combate a estigmas, garantindo a privacidade das participantes. A terceira etapa será a comunicação comunitária e protagonismo juvenil com elaboração participativa de materiais educativos e digitais (cartazes, folhetos, vídeos curtos) com linguagem acessível para disseminar conhecimento além das atividades presenciais. A quarta etapa compreenderá a avaliação e sistematização com oacompanhamento contínuo por meio de registros de presença, avaliações (pré e pós-oficinas) e relatos. Garantia do rigor ético e da proteção de dados (com termos de consentimento e assentimento, se aplicável). As ações e parcerias poderão ser readequadas conforme os resultados obtidos.

A avaliação terá caráter processual, considerando a participação dopúblico, a compreensão dos conteúdos abordados, a adequação dos materiais e as possibilidades de continuidade das ações. O planejamento poderá ser revisto conforme as necessidades identificadas durante a execução e as condições de parceria com as instituições envolvidas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por ser uma proposta de extensão, os resultados são previstos e serão verificados ao longo da execução. O projeto busca impactar a comunidade por meio de frentes educativas, comunitárias e institucionais. Espera-se que o projeto contribua para o acesso à informação e redução de estigmas ampliando o acesso a dados confiáveis sobre menstruação, higiene e saúde reprodutiva, combatendo tabus. O projeto enfatiza que a pobreza menstrual decorre de fatores materiais e sociais, e não apenas de falhas individuais, com o protagonismo e difusão de conhecimento, favorecer a escuta ativa em oficinas e rodas de conversa. A produção colaborativa de materiais educativos permitirá que o aprendizado se expanda para familiares, colegas e toda a comunidade. Articulando intersetorialmente para fortalecer a parceria entre universidade, escolas e serviços públicos (Atenção Primária à Saúde e Assistência Social), facilitando a orientação sobre acesso a insumos e garantias de direitos no território.

A avaliação do projeto deverá considerar indicadores de avaliação como acompanhamento do número de atividades, adesão do público, volume de materiais produzidos, redes de parcerias e mudanças no nível de conhecimento das participantes. A discussão dos resultados deverá considerar que ações educativas não resolvem sozinhas a pobreza menstrual, que exige água, saneamento e produtos de higiene. Assim, o projeto articula a conscientização à defesa de condições sociais e materiais adequadas, alinhando a formação universitária à equidade e aos direitos humanos.

CONCLUSÃO / CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto propõe uma estratégia de extensão universitária voltada à promoção da dignidade menstrual entre adolescentes, por meio de ações educativas, participativas e articuladas com a comunidade. Ao abordar a menstruação para além de sua dimensão biológica, a proposta reconhece a influência das desigualdades sociais, dos tabus culturais e das condições de acesso a recursos e serviços na experiência menstrual. Espera-se que as atividades contribuam para ampliar o conhecimento, fortalecer a autonomia das adolescentes e favorecer ambientes mais acolhedores para o diálogo sobre saúde

menstrual. A participação de instituições de ensino, serviços de saúde e assistência social poderá ampliar o alcance das ações e favorecer a continuidade das iniciativas no território. Conclui-se que promover a dignidade menstrual significa reconhecer a saúde, a informação e o acesso a condições adequadas de higiene como dimensões da cidadania. Nesse sentido, a extensão universitária pode desempenhar papel relevante na construção compartilhada de conhecimentos e no desenvolvimento de ações comprometidas com a equidade e a transformação social.

REFERÊNCIAS

BRASIL.**Leinº14.214 de 6 de outubro de 2021**.Instituio Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual. Brasília, DF: Presidência da República, 2021. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2021/lei/l14214.htm.Acesso em: 10 out. 2026.

FREIRE,Paulo.**Pedagogia da autonomia:saberes necessários à prática educativa**. 27. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS INSTITUIÇÕES PÚBLICAS DE EDUCAÇÃO SUPERIOR BRASILEIRAS (FORPROEX). **Política Nacional de Extensão Universitária**. Manaus: FORPROEX,2012.

FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (UNFPA); FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). **Pobreza menstrual no Brasil:desigualdade e violações de direitos**.Brasília,DF:UNFPA;UNICEF, 2021.Disponívelem<https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf> Acesso em 20 Jul 2026.

FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (UNFPA). **Recomendações para implementação de iniciativas de promoção da dignidade menstrual**. Brasília, DF: UNFPA, 2023. Disponível em <https://brazil.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/recomendacoes-dig-menstrual_v2.pdf> Acesso em 20 Jul 2026.