

DIGNIDADE MENSTRUAL: EDUCAÇÃO, ACESSO E POLÍTICAS PÚBLICAS PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Bermann da Silva, Cecília, bermanncecilia@gmail.com¹
Neves Viana, Flavia, Flaviaadriele9@gmail.com²
Pereira Fajardo, Vaninne, vaninnefajardo@ifsul.edu.br³

¹Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense (IFSUL) – Campus Santana do Livramento

²Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense (IFSUL) – Campus Santana do Livramento

³Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense (IFSUL) – Campus Santana do Livramento

Palavras-chave: *dignidade menstrual, educação em saúde, políticas públicas, equidade de gênero*

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Introdução

A menstruação é um processo fisiológico que marca a vida de cerca de um quarto da população mundial, sendo um indicador vital de saúde e bem-estar (who; unicef, 2024). Contudo, a experiência menstrual transcende a biologia, sendo profundamente moldada por fatores sociais, culturais e econômicos. Nesse contexto, a Organização Mundial da Saúde define a saúde menstrual como um estado de completo bem-estar físico, mental e social em relação ao ciclo menstrual, o que implica que mulheres e meninas possam acessar informação, produtos de higiene, água, saneamento e assistência médica adequada (who; unicef, 2024).

O oposto dessa condição ideal é a realidade da pobreza menstrual, caracterizada pela falta de acesso a múltiplos recursos, que vão desde produtos para conter o fluxo sanguíneo até infraestrutura sanitária e conhecimento sobre o próprio corpo (hennegan *et al.*, 2021). No Brasil, essa problemática atinge uma escala alarmante. Dados do Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef) revelam que 713 mil meninas vivem sem acesso a banheiro ou chuveiro em seus domicílios e mais de 4 milhões não dispõem de itens mínimos de higiene menstrual nas escolas (unicef, 2021).

Essa precariedade resulta em consequências severas, como o absenteísmo escolar, o aumento do risco de infecções urogenitais e o aprofundamento de estigmas que afetam a saúde mental e a participação social plena (silva; oliveira, 2023). Diante disso, este projeto de pesquisa se propõe a investigar a seguinte questão: Quais são as principais barreiras e facilitadores que as mulheres (pós-menarca) de Santana do Livramento enfrentam para garantir sua plena dignidade menstrual?

Justificativa

A relevância deste estudo se ancora em três pilares fundamentais: sua importância social, sua lacuna acadêmica e sua pertinência política. Socialmente, a pobreza menstrual é uma questão de saúde pública e de direitos humanos. Ao privar meninas e mulheres de condições básicas para o manejo de sua menstruação, a sociedade perpetua um ciclo de desigualdade de gênero que limita o potencial educacional, profissional e pessoal (HENNEGAN *et al.*, 2021). Investigar essa

realidade em âmbito local é o primeiro passo para dar visibilidade a um sofrimento muitas vezes silencioso e para desconstruir os tabus que o cercam, promovendo a conscientização e a dignidade.

Do ponto de vista acadêmico, embora existam diagnósticos de grande escala, como o relatório do UNICEF (2021), há uma carência de estudos que analisem as especificidades do fenômeno em contextos municipais. Dados nacionais são essenciais, mas não capturam as particularidades culturais, logísticas e econômicas de uma determinada região. Este projeto, portanto, busca preencher essa lacuna, gerando conhecimento situado que pode servir de base para futuras pesquisas comparativas e para uma compreensão mais aprofundada do tema no Brasil.

Por fim, a justificativa política e prática do estudo é inegável. Com a promulgação da Lei nº 14.214/2021, que institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, voltado à garantia de acesso a absorventes higiênicos e ações educativas relacionadas à saúde menstrual, torna-se imperativo que os municípios tenham dados concretos para planejar e executar ações eficazes (Brasil, 2021). Este projeto fornecerá às gestões locais de Saúde, Educação e Assistência Social de Santana do Livramento um diagnóstico preciso, embasando a alocação de recursos e a criação de estratégias, como a distribuição de absorventes e a promoção de rodas de conversa, que de fato respondam às necessidades da população.

Fundamentação teórica

1. A Experiência Menstrual: Um Fenômeno Biopsicossocial

A menstruação constitui um processo fisiológico natural, mas sua vivência transcende o campo biológico, inserindo-se em um contexto social, cultural e psicológico que condiciona de maneira significativa a forma como mulheres e meninas a experienciam. Durante séculos, o ciclo menstrual foi envolto por mitos, tabus e representações negativas, que o associavam a ideias de impureza e fragilidade, produzindo um imaginário coletivo que naturaliza discriminações e limita a autonomia feminina (Costa; Moura, 2022). Essas construções simbólicas afetam diretamente a autoestima e a saúde mental, contribuindo para sentimentos de vergonha, isolamento e insegurança em espaços sociais, educacionais e laborais (Chaves; Almeida, 2021).

Sob a ótica biopsicossocial, a menstruação não pode ser reduzida a um fenômeno biológico, mas deve ser compreendida como experiência complexa, atravessada por determinantes sociais da saúde, gênero e cultura (Scott; Shultz, 2020). Essa perspectiva é reforçada pela Organização Mundial da Saúde, que define a saúde menstrual como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, o que pressupõe não apenas a ausência de doenças, mas também o acesso à informação, a produtos adequados e a condições sanitárias seguras (WHO; UNICEF, 2024). Assim, a abordagem integral reconhece a menstruação como dimensão inseparável da saúde sexual e reprodutiva, rompendo com visões fragmentadas que a relegam ao âmbito privado e silenciado.

Estudos recentes evidenciam que a forma como a menstruação é socialmente percebida influencia a experiência individual e coletiva das mulheres. No ambiente escolar, por exemplo, o tabu e a falta de informação promovem constrangimento e reforçam desigualdades de gênero, levando muitos adolescentes a se ausentar das aulas durante o período menstrual (UNICEF, 2021). Já no mercado de trabalho, a falta de infraestrutura adequada — como banheiros limpos,

acesso à água e locais apropriados para descarte — torna-se uma barreira invisível, mas real, que impacta a produtividade e a permanência das mulheres (PINTO; GOMES, 2022).

Além disso, a dimensão psicológica é frequentemente negligenciada, embora relatos indiquem que o ciclo menstrual pode gerar ansiedade, insegurança e retraimento social, especialmente em contextos de vulnerabilidade e desinformação (CHAVES; ALMEIDA, 2021). Essas experiências reforçam a necessidade de compreender a menstruação a partir de uma perspectiva crítica, que integre o corpo, a subjetividade e o meio social.

Portanto, a experiência menstrual deve ser analisada de maneira ampla, reconhecendo-se sua dimensão biopsicossocial e a necessidade de políticas públicas que promovam a desnaturalização de tabus e a garantia de direitos. Essa abordagem amplia o debate e fortalece a noção de que a dignidade menstrual é parte essencial da cidadania e da equidade de gênero.

2. Pobreza Menstrual: A Materialização da Desigualdade

A pobreza menstrual representa uma das expressões mais tangíveis das desigualdades de gênero e de renda. Trata-se de um conceito multidimensional que envolve não apenas a ausência de acesso a produtos menstruais adequados, mas também a falta de saneamento básico, infraestrutura escolar e laboral, informação em saúde e apoio comunitário (HENNEGAN et al., 2021). No Brasil, esse fenômeno afeta milhões de mulheres e meninas, refletindo as profundas desigualdades sociais e econômicas do país. De acordo com relatório do UNICEF (2021), 713 mil meninas não possuem banheiro ou chuveiro em suas casas, enquanto mais de 4 milhões carecem de itens mínimos de higiene nas escolas, configurando uma realidade que compromete diretamente o direito à saúde, à educação e à dignidade humana.

Os impactos da pobreza menstrual se manifestam em diferentes dimensões. No campo da saúde, o uso de materiais improvisados, como panos velhos, papel higiênico ou até miolo de pão, expõe mulheres e meninas a um risco elevado de infecções urogenitais, problemas dermatológicos e complicações de saúde reprodutiva (GARIKIPATI; BOULAND, 2021). Esses riscos são ampliados pela ausência de acesso regular a serviços de saúde, especialmente em regiões rurais e periféricas, onde as políticas públicas muitas vezes não chegam de maneira eficaz (IPEA, 2022).

Na esfera educacional, a pobreza menstrual é apontada como uma das principais causas de absenteísmo escolar entre adolescentes, comprometendo a continuidade dos estudos e ampliando as disparidades de gênero na educação (SILVA; OLIVEIRA, 2023). A ausência às aulas durante o período menstrual, causada pela falta de absorventes ou de banheiros adequados, limita não apenas o desempenho escolar imediato, mas também a trajetória acadêmica futura, contribuindo para a reprodução intergeracional da pobreza.

No âmbito do trabalho, a falta de produtos menstruais e de condições adequadas para o manejo menstrual em ambientes laborais gera impactos diretos na assiduidade, na produtividade e na inserção profissional das mulheres. Muitas acabam faltando ao trabalho, perdendo remuneração ou até oportunidades de progressão na carreira, perpetuando ciclos de exclusão econômica e vulnerabilidade (PINTO; GOMES, 2022). Importa destacar que a pobreza menstrual não afeta todas as mulheres da mesma forma. Pesquisas revelam que mulheres negras, indígenas, em situação de rua ou privadas de liberdade são desproporcionalmente impactadas, indicando que se trata de um marcador interseccional de desigualdades (UNFPA, 2019). A

ausência de políticas públicas específicas para esses grupos reforça a vulnerabilidade e naturaliza a exclusão.

Assim, a pobreza menstrual deve ser compreendida como expressão concreta da desigualdade estrutural no Brasil, exigindo respostas públicas e sociais que considerem sua natureza multidimensional. A superação desse cenário demanda não apenas a distribuição de absorventes, mas também a criação de programas integrados de educação em saúde, ampliação do acesso ao saneamento básico e promoção de políticas inclusivas que combatam estigmas e promovam equidade.

3. Dignidade Menstrual, Direitos Humanos e os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)

A dignidade menstrual se insere no debate contemporâneo como pauta de direitos humanos, evidenciando que o manejo adequado da menstruação é condição indispensável para a saúde, a cidadania e a equidade de gênero. Negar o acesso a produtos de higiene, saneamento básico e informação de qualidade configura não apenas uma falha de políticas públicas, mas uma violação do direito humano fundamental à saúde (UNFPA, 2019). Nesse sentido, a Agenda 2030 da ONU estabelece metas diretamente relacionadas à dignidade menstrual, especialmente no âmbito do ODS 5 (Igualdade de Gênero), mas também de forma transversal em ODS como o 3 (Saúde e Bem-Estar), o 4 (Educação de Qualidade) e o 6 (Água Potável e Saneamento).

A conexão entre dignidade menstrual e direitos humanos é reforçada pela perspectiva da violência estrutural, proposta por Galtung (1990). Ao negar recursos básicos para o manejo da menstruação, a sociedade perpetua desigualdades e limita o exercício pleno da cidadania feminina, promovendo exclusão silenciosa e naturalizada. Essa exclusão atinge não apenas a dimensão individual, mas também coletiva, ao restringir a participação social, educacional e profissional das mulheres.

A literatura internacional enfatiza que garantir a dignidade menstrual é essencial para o empoderamento feminino. Estudos mostram que o acesso a absorventes, a banheiros seguros e à informação confiável impacta diretamente na permanência escolar, no desempenho acadêmico e na inserção econômica das mulheres (GEERTS; VANHEUSDEN, 2021). Além disso, a dignidade menstrual é um elemento central para a construção de sociedades mais igualitárias, nas quais o ciclo menstrual deixa de ser motivo de exclusão e passa a ser reconhecido como parte da experiência humana. Ao mesmo tempo, pesquisas apontam que as políticas públicas voltadas à saúde menstrual ainda são incipientes e fragmentadas, tanto em países em desenvolvimento quanto em contextos mais ricos (HENNEGAN et al., 2021). Esse cenário reforça a necessidade de estudos locais e diagnósticos situados, capazes de subsidiar políticas mais eficazes e inclusivas. Assim, a pesquisa sobre dignidade menstrual em Santana do Livramento se insere como contribuição fundamental para preencher essa lacuna, oferecendo subsídios para a formulação de estratégias alinhadas às metas da Agenda 2030.

Portanto, compreender a dignidade menstrual como questão de direitos humanos amplia a perspectiva do debate, deslocando-o de uma dimensão estritamente biomédica para um campo de justiça social e equidade de gênero. Essa mudança de paradigma é essencial para que as políticas públicas avancem de medidas paliativas para estratégias estruturais e duradouras.

4. O Papel das Políticas Públicas na Promoção da Dignidade Menstrual

O reconhecimento da dignidade menstrual como questão de saúde pública e direito humano traz consigo a responsabilidade do Estado na formulação de políticas públicas efetivas. No Brasil, a promulgação da Lei nº 14.214/2021, que institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, representou um marco importante, ao estabelecer diretrizes para a distribuição de absorventes e para a educação em saúde menstrual (BRASIL, 2021). Em âmbito estadual, iniciativas como a Lei nº 15.991/2023, que criou o Programa Dignidade Menstrual no Rio Grande do Sul, ampliaram essa discussão para a esfera regional, sinalizando avanços legislativos (RIO GRANDE DO SUL, 2023).

No entanto, a existência de leis não garante, por si só, a efetividade das políticas. Estudos apontam que a implementação é frequentemente prejudicada pela ausência de diagnósticos locais que orientem a distribuição de recursos e pela falta de integração entre saúde, educação e assistência social (ARAÚJO; SILVA, 2022). Esse cenário evidencia a importância de pesquisas aplicadas, como a que ora se desenvolve, que têm o papel de fornecer evidências empíricas para o planejamento de ações contextualizadas e efetivas.

A literatura sobre políticas públicas destaca que o enfrentamento da pobreza menstrual exige estratégias intersetoriais. Não basta distribuir absorventes se não houver, simultaneamente, investimento em saneamento básico, infraestrutura escolar e campanhas de conscientização (IPEA, 2022). A abordagem integral deve considerar a diversidade de contextos e necessidades, incluindo grupos mais vulneráveis como mulheres em situação de rua, privadas de liberdade e residentes de áreas rurais. Além disso, a formulação de políticas de dignidade menstrual deve ser vista como parte de uma agenda mais ampla de equidade de gênero, inserida no conjunto de políticas de saúde reprodutiva e de direitos das mulheres. Tal perspectiva contribui para romper com visões reducionistas que tratam a menstruação como questão exclusivamente íntima, despolitizando seus impactos sociais (PINTO; GOMES, 2022).

Assim, cabe destacar que o papel das políticas públicas vai além da resposta imediata às demandas emergenciais: trata-se de construir condições estruturais que assegurem o direito à dignidade menstrual de forma universal, equitativa e sustentável. Isso implica em fortalecer a articulação entre sociedade civil, academia e poder público, garantindo que a formulação de políticas seja participativa e baseada em evidências científicas, de modo a transformar diagnósticos em ações concretas e efetivas.

Metodologia

O presente trabalho foi desenvolvido em duas etapas complementares, articulando extensão e pesquisa, configurando um processo de retroalimentação entre prática social e produção científica (FREIRE, 1996; DEMO, 2015). A etapa inicial, de caráter extensionista, constituiu-se no projeto “Dignidade Menstrual para Todas: Cuidar, Educar e Transformar em Santana do Livramento”, que buscou responder de forma imediata às demandas locais relacionadas à pobreza menstrual. A partir dos resultados preliminares dessa ação, estruturou-se a etapa de pesquisa, intitulada “Dignidade Menstrual: Uma Análise do Acesso à Informação, Produtos e Condições de Higiene por Mulheres em Santana do Livramento”, cujo objetivo foi aprofundar e sistematizar os achados, ampliando a compreensão acadêmica sobre o fenômeno.

Etapa 1 – Extensão

A extensão, entendida como espaço de diálogo entre universidade e comunidade (FREIRE, 1996), foi realizada entre agosto e dezembro de 2025, abrangendo alunas de escolas públicas de Ensino Fundamental e Médio, mulheres em situação de vulnerabilidade acompanhadas por CRAS e associações comunitárias, além de gestores públicos das áreas de saúde e educação. As ações foram organizadas em três eixos: (1) Educação e Conscientização, por meio de oficinas participativas e rodas de conversa, produção de fôlderes e cartilhas informativas e capacitação de agentes multiplicadores; (2) Acesso a Produtos de Higiene, com a campanha “Fluxo do Bem” para arrecadação e distribuição de Kits Dignidade (absorventes, sabonetes e materiais educativos); e (3) Articulação e Advocacia, com a elaboração de relatório técnico e realização de reuniões com gestores municipais para discutir melhorias na infraestrutura sanitária. A avaliação dessa etapa foi processual, contemplando relatórios mensais, feedback das participantes e reuniões de acompanhamento com parceiros institucionais.

Etapa 2 – Pesquisa

A partir das evidências coletadas na extensão, estruturou-se a etapa de pesquisa, com natureza quali-quantitativa (MINAYO, 2012), visando compreender em maior profundidade o panorama da dignidade menstrual no município. O público-alvo foi composto por mulheres residentes em Santana do Livramento que já haviam passado pela menarca, sendo incluídas aquelas que se identificassem com o gênero feminino e aceitassem participar mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A amostra foi selecionada de forma não probabilística, por conveniência e pelo método de “bola de neve”, assegurando diversidade etária, socioeconômica e territorial. A coleta de dados envolveu dois instrumentos principais: (a) questionário estruturado, aplicado presencialmente e em formato digital, abordando dados sociodemográficos, conhecimento sobre menstruação, acesso a produtos e avaliação da infraestrutura sanitária; e (b) entrevistas semiestruturadas e grupos focais, conduzidos para explorar experiências subjetivas, tabus e percepções individuais. Os dados quantitativos foram analisados por estatística descritiva, utilizando planilhas eletrônicas e softwares estatísticos, enquanto os qualitativos foram tratados por meio da análise de conteúdo temática (BARDIN, 2016), permitindo identificar padrões e categorias emergentes.

Resultados Parciais

A etapa extensionista do projeto “Dignidade Menstrual para Todas: Cuidar, Educar e Transformar em Santana do Livramento” possibilitou a concretização de um conjunto de ações de impacto direto na comunidade, com resultados significativos nas dimensões educativa, social e institucional.

No eixo Educação e Conscientização, foram realizadas oficinas temáticas e rodas de conversa em escolas públicas e associações comunitárias, abordando conteúdos relacionados à saúde menstrual, autocuidado e desconstrução de tabus. As atividades envolveram a participação ativa de estudantes, professoras e lideranças comunitárias, com relatos de maior abertura para discutir o tema em espaços antes marcados pelo silêncio e pelo constrangimento. O número total de oficinas realizadas foi de e o de participantes atingidos chegou a ____, demonstrando a ampla receptividade das atividades.

Quanto ao eixo Acesso a Produtos de Higiene, o projeto promoveu a campanha “Fluxo do Bem”, responsável pela arrecadação de absorventes, sabonetes e outros itens básicos de

cuidado. Esses insumos foram organizados em Kits Dignidade e distribuídos a mulheres em situação de vulnerabilidade social, alcançando um total de ___ kits entregues e beneficiando aproximadamente mulheres e adolescentes. O impacto imediato relatado pelas beneficiárias apontou maior tranquilidade e segurança no manejo menstrual.

No eixo Formação de Agentes Multiplicadores, foram capacitados profissionais e lideranças comunitárias, incluindo professoras, agentes de saúde e representantes de organizações sociais. Esses sujeitos atuam como difusores de informação em suas redes de contato, potencializando o alcance das ações mesmo após o encerramento formal da extensão.

Por fim, no eixo Articulação e Advocacia, foram realizadas reuniões com representantes do poder público municipal, nas áreas de saúde, educação e assistência social, a fim de apresentar diagnósticos preliminares e propor estratégias de enfrentamento à pobreza menstrual. Como resultado, a pauta da dignidade menstrual passou a integrar debates de políticas locais, indicando potencial de consolidação como política pública permanente.

Em síntese, os resultados obtidos na etapa de extensão evidenciam a efetividade da universidade como agente transformador, promovendo educação em saúde, redução de desigualdades de gênero e fortalecimento da cidadania. Os dados quantitativos alcançados (Quadro 1) demonstram a relevância social do projeto e servirão de subsídio para as análises qualitativas e quantitativas que estão em andamento na etapa de pesquisa.

Para sistematizar os resultados obtidos na etapa extensionista, o Quadro 1 apresenta uma síntese das principais ações desenvolvidas, bem como seus impactos quantitativos e qualitativos na comunidade participante.

Quadro 1 – Resultados parciais das atividades extensionistas

Eixo	Atividades realizadas	Resultados quantitativos	Resultados qualitativos
Educação e Conscientização	Oficinas temáticas e rodas de conversa em escolas e associações comunitárias.	5 oficinas realizadas; participantes.	Ampliação do conhecimento em saúde menstrual; redução de tabus; maior abertura ao diálogo.
Acesso a Produtos de Higiene	Campanha “ <i>Fluxo do Bem</i> ” para arrecadação e distribuição de absorventes e itens básicos em <i>Kits Dignidade</i> .	kits distribuídos; mulheres beneficiadas.	Impacto imediato no manejo menstrual; sensação de segurança e dignidade relatada pelas usuárias.

Formação de Multiplicadores	Capacitação de professoras, agentes de saúde e lideranças comunitárias.	agentes capacitados.	Formação de redes locais de apoio; continuidade das ações para além da vigência do projeto.
Articulação e Advocacia	Reuniões com representantes do poder público nas áreas de saúde, educação e assistência social.	encontros realizados.	Inserção da pauta em agendas institucionais; sensibilização de gestores para políticas locais.

Fonte: elaborado pelas autoras (2025).

Pesquisa

No campo investigativo, os resultados esperados concentram-se na produção de conhecimento científico sobre a realidade local da dignidade menstrual:

- Diagnóstico detalhado: levantamento sistemático sobre o acesso a informações, produtos de higiene e infraestrutura sanitária entre mulheres de diferentes faixas etárias e contextos socioeconômicos em Santana do Livramento.
- Análise quali-quantitativa: identificação de padrões estatísticos relacionados ao absenteísmo escolar, dificuldades financeiras e lacunas informativas, além da sistematização de narrativas sobre experiências subjetivas de estigmatização e exclusão.
- Subsídios para políticas públicas: geração de evidências que embasam estratégias municipais de saúde, educação e assistência social, alinhadas ao Programa Nacional de Promoção da Saúde Menstrual (BRASIL, 2021) e ao ODS 5 da Agenda 2030.
- Produção acadêmica: elaboração de relatórios, artigos científicos e apresentações em eventos, contribuindo para a literatura nacional sobre saúde menstrual em contextos municipais, ainda escassa (HENNEGAN et al., 2021).
- Integração com a extensão: retroalimentação das futuras ações comunitárias, possibilitando o aperfeiçoamento das oficinas, campanhas de arrecadação e estratégias de advocacia.

Considerações parciais

A experiência relatada evidencia a relevância da articulação entre extensão e pesquisa como estratégia de enfrentamento à pobreza menstrual em contextos locais. A etapa

extensionista, já concluída, demonstrou impacto significativo ao promover rodas de conversa, oficinas educativas e campanhas de arrecadação, resultando na ampliação da alfabetização em saúde menstrual, na redução de estigmas culturais e na garantia de acesso imediato a produtos de higiene. Além disso, fortaleceu redes comunitárias e fomentou o diálogo com gestores públicos, contribuindo para inserir a pauta da dignidade menstrual na agenda municipal.

Atualmente em execução, a etapa de pesquisa avança na sistematização dos achados e na produção de um diagnóstico aprofundado sobre o acesso a informações, produtos e condições de higiene por mulheres em Santana do Livramento. Os resultados parciais já indicam o potencial da investigação para subsidiar políticas públicas mais assertivas e orientar futuras ações extensionistas.

Dessa forma, conclui-se que o projeto alcançou transformações concretas no curto prazo, por meio da extensão, e mantém em andamento a construção de evidências científicas de médio e longo prazo, por meio da pesquisa. Esse movimento cíclico reafirma a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão na educação e aponta para a importância de iniciativas integradas que traduzam o conhecimento acadêmico em impacto social efetivo.

REFERÊNCIAS

Araújo, A.; Silva, J. *Menstruação e políticas públicas: desafios para a equidade de gênero no Brasil*. Revista de Saúde Coletiva, v. 32, n. 2, p. 211–229, 2022.

Bardin, L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2016.

Brasil. *Constituição da República Federativa do Brasil de 1988*. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

Chaves, L.; Almeida, R. *Tabus menstruais e desigualdade de gênero: uma revisão crítica*. Revista Feminismos, v. 9, n. 1, p. 45–62, 2021.

Costa, A. L.; Moura, M. P. *Menstruação, tabus e saúde: um olhar crítico sobre o corpo feminino*. Revista Brasileira de Estudos de Gênero, v. 28, n. 3, p. 67–85, 2022.

Demo, P. *Extensão universitária: saber pensar e intervir*. Campinas: Autores Associados, 2015.

Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras (FORPROEX). *Política Nacional de Extensão Universitária*. Brasília, DF: FORPROEX, 2012.

Freire, P. *Extensão ou comunicação?* 13. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). *Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e impactos sobre a vida de meninas e mulheres*. Brasília, DF: UNICEF, 2021.

Galtung, J. *Cultural violence*. Journal of Peace Research, v. 27, n. 3, p. 291–305, 1990.

Garikipati, S.; Bouland, M. *Menstrual health, hygiene and policy: a global review*. Reproductive Health Matters, v. 29, n. 1, p. 183–196, 2021.

Geerts, E.; Vanheusden, K. *Menstrual equity and human rights: a global perspective*. Gender & Development, v. 29, n. 3, p. 521–537, 2021.

Hennegan, J. et al. *Menstrual health: a definition for policy, practice, and research*. Sexual and Reproductive Health Matters, v. 29, n. 1, p. 1911618, 2021.

Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA). *Pobreza menstrual no Brasil: desafios e perspectivas*. Brasília, DF: IPEA, 2022.

Brasil. Lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021. Institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 2021.

Rio Grande do Sul. Lei nº 15.991, de 12 de julho de 2023. Institui o Programa Dignidade Menstrual no âmbito do Estado do Rio Grande do Sul. Porto Alegre: Assembleia Legislativa do Estado do Rio Grande do Sul, 2023.

Minayo, M. C. S. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2012.

Pinto, M.; Gomes, V. *Trabalho e menstruação: ausências e silenciamentos nas políticas de gênero*. Cadernos Pagu, n. 65, e216506, 2022.

Scott, S.; Shultz, J. *Menstrual experiences and cultural meanings: beyond biology*. International Journal of Women's Health, v. 12, p. 451–463, 2020.

Silva, A.; Oliveira, F. *Pobreza menstrual e evasão escolar: uma análise no contexto brasileiro*. Revista Educação & Sociedade, v. 44, e233214, 2023.

United Nations Population Fund (UNFPA). *Menstrual health management: a human rights issue*. New York: UNFPA, 2019.

World Health Organization (WHO); United Nations Children's Fund (UNICEF). *Progress on drinking water, sanitation and hygiene in schools 2000–2023: special focus on menstrual health*. Geneva: WHO; UNICEF, 2024.