



OFICINA DE DIGNIDADE MENSTRUAL NA OCUPAÇÃO RAYANA ALVES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL EM BELÉM DO PARÁ

***Eixo Temático EIXO 34-REPENSANDO DISSIDÊNCIAS DE GÊNERO
NO BRASIL A PARTIR DE UM PARADIGMA COMUNITÁRIO/AXIS
34: RETHINKING GENDER
DISSIDENCE IN BRAZIL FROM A COMMUNITY PARADIGM
(ONLINE)***

Darley Armando dos Santos Souza¹
Aylla Maria dos Santos Luz²
Marcela Wanzerley Sá³
Bárbara Araújo Sordi⁴

RESUMO

Este trabalho relata uma Oficina de Dignidade Menstrual realizada na Ocupação Rayana Alves, vinculada ao Movimento Olga Benário, em Belém-PA. Desenvolvida por graduandos do 4º semestre de Psicologia, como parte das disciplinas Projeto Integrador III, Psicologia Social e Comunitária e Teorias e Técnicas de Intervenção em Grupo, teve como método roda de conversa e a confecção de pulseiras do ciclo menstrual. Durante a intervenção, identificaram-se tabus e estigmas relacionados à menstruação, com relatos de vergonha e silenciamento. Concluiu-se que ações educativas e a desconstrução de mitos promovem a autonomia e o fortalecimento de laços comunitários, além de evidenciar a importância de políticas públicas que garantam acesso a produtos de higiene menstrual.

Palavras-chave: Dignidade Menstrual; Pobreza Menstrual; Intervenção psicossocial; Pessoas que menstruam; Saúde mental.

¹ Graduando do Curso de Psicologia do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia - UNIFAMAZ, armandodarley@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Psicologia do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia - UNIFAMAZ, ayllaluz185@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de Psicologia do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia - UNIFAMAZ, marcelawsa2022@gmail.com;

⁴ Professora orientadora: Doutora, Centro Universitário Metropolitano da Amazônia - UNIFAMAZ, barbarasordi@hotmail.com.



INTRODUÇÃO

As pesquisas sobre Mulheres, Direitos Sexuais e Reprodutivos e Diversidade de gênero, especialmente em contextos de enfrentamento à violência doméstica e familiar, tem destacado a dimensão biopsicossocial da menstruação e as diversas questões que emergem desse tema. No Brasil, essas problematizações ganham relevância, pois refletem desafios ligados à saúde, ao acesso a direitos básicos e à equidade de gênero.

De acordo com estudos da Organização das Nações Unidas (ONU), a pobreza menstrual é a falta de recursos para adquirir produtos de higiene e a carência de infraestrutura básica, como banheiros adequados (Silva, 2019). A ausência de dignidade menstrual impacta negativamente a qualidade de vida das pessoas que menstruam, comprometendo o pleno exercício de direitos fundamentais, como o direito à saúde e à educação (ONU, 2018).

Segundo Silva (2019), a dignidade menstrual refere-se à garantia de condições básicas para que as pessoas que menstruam possam vivenciar seu ciclo de forma saudável e respeitosa. Logo, o debate atual sobre dignidade menstrual está intimamente ligado aos direitos humanos, abrangendo questões de saúde, educação e igualdade de gênero, fato em evidência na realidade brasileira.

Estudos indicam que a falta de acesso a esses recursos pode levar à evasão escolar e ao afastamento de oportunidades de trabalho e lazer (Figueiredo, 2021). Portanto, a pobreza menstrual não afeta apenas a educação e a vida profissional, mas também a saúde de pessoas que menstruam, expondo-os ao risco de infecções e outras complicações decorrentes do uso prolongado de absorventes ou da reutilização de materiais inadequados.

Pessoas em estado de vulnerabilidade, e que menstruam, estão muito suscetíveis a doenças no seu sistema reprodutor; não raro, elas usam meios improvisados e muito nocivos para estancar o sangramento como pedaços de pano usados, roupas velhas, jornal e até miolo de pão (UNICEF, 2021). A vulnerabilidade socioeconômica torna a aquisição de absorventes algo secundário diante das necessidades básicas de alimentação, logo a importância de pesquisas e intervenções nesse campo.

No Brasil, a negligência estatal em relação à saúde e à dignidade menstrual se expressou por meio pela rejeição do Presidente da República Jair Bolsonaro à Lei Federal



nº 14.214, de 2021, cujo objetivo era oferecer absorventes higiênicos gratuitamente a indivíduos em idade escolar em situação de vulnerabilidade socioeconômica (Bussinger *et. al.*, 2021). Infere-se que o espírito da lei expressa a luta pela garantia de que pessoas que menstruam tenham acesso a produtos essenciais para sua saúde e seu bem-estar.

Em 2023, sob o governo do Presidente Luís Inácio Lula da Silva, o Sistema Único de Saúde (SUS) começou a fornecer absorventes; em 2024, o programa ganhou reforço com a distribuição gratuita desse fornecimento por farmácias populares, sendo beneficiadas meninas e mulheres entre 10 e 49 anos inscritas no Cadastro Único, conforme divulgado pelo *site* Rádio Senado Federal (2024).

Sob essa perspectiva, este trabalho relata uma intervenção psicossocial na Ocupação Rayana Alves, vinculada ao Movimento Olga Benário, em Belém-PA, por meio da oficina de dignidade menstrual. A ação buscou abordar a saúde íntima e os direitos biopsicossociais de mulheres em vulnerabilidade e fundamentou-se na Psicologia Social Comunitária (Gonçalves e Portugal, 2016), utilizando a roda de conversa, inspirada nos Grupos Operativos de Pichon-Rivière (1998), como metodologia principal e a confecção da “Pulseira Ciclo Menstrual”.

Evidencia-se que as intervenções psicossociais promovem a conscientização nas relações e estimulam uma crítica sobre valores e ideologias construídos, ajudando no desenvolvimento de novas estratégias, atitudes e ações no contexto grupal. (Neiva, 2010)

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

Inicialmente, foi realizado um diagnóstico com o intuito de compreender o contexto e as especificidades da Ocupação Rayana Alves. Esse processo incluiu observações diretas, entrevistas com os responsáveis pela ocupação e a aplicação de uma caixa de coleta de informações.

A caixa de coleta de informações foi deixada na comunidade por sete dias, proporcionando a todas a oportunidade de expressar suas percepções e experiências sobre pobreza e dignidade menstrual. A análise das respostas revelou que a maioria das mulheres tinha um conhecimento básico sobre o tema, o que direcionou as próximas etapas da intervenção



Após a visita, foi ofertada uma oficina a partir do modelo criado e aplicado pela UNICEF, proporcionando o conhecimento de técnicas de intervenção de grupo, assim como trocas de experiências e aprofundamento do tema. Sendo assim, a oficina fora primeira vivenciada pelas/os estudantes para depois ser aplicada no público-alvo.

A intervenção foi planejada em formato de uma dinâmica seguida de uma técnica grupal que promove a participação ativa dos envolvidos, possibilitando a troca de experiências, reflexões e aprendizados. Essa abordagem foi embasada na metodologia de Grupos Operativos de Pichon-Rivière (1998), que enfatiza o caráter dinâmico e colaborativo das interações grupais.

A técnica dos Grupos Operativos, sistematizada por Enrique Pichon-Rivière, fundamenta-se na interação dinâmica entre os participantes, promovendo um espaço de construção coletiva do conhecimento. Segundo Bastos (2010), essa abordagem considera que a aprendizagem ocorre por meio da dialética entre sujeito e objeto, sendo essencial para a transformação dos indivíduos e da realidade social. No contexto desta pesquisa, a escolha dos Grupos Operativos como metodologia se deu pela sua capacidade de fomentar a participação ativa, possibilitando que as mulheres da Ocupação Rayana Alves se apropriem do debate sobre dignidade menstrual, troquem experiências e desenvolvam um olhar crítico sobre suas condições.

A atividade prática da oficina foi a confecção da “Pulseira do Ciclo Menstrual”. Contou com 17 participantes, sendo destes 6 facilitadores, que também participaram ativamente do processo, cada uma recebeu miçangas e fios de nylon para criar uma pulseira representando os 28 dias do ciclo menstrual, com miçangas vermelhas simbolizando os dias de menstruação e miçangas brancas representando o restante do ciclo. Durante a elaboração das pulseiras, em duplas, as participantes deveriam responder entre si as seguintes perguntas: “Como foi sua primeira menstruação?”, “Como você enxerga a menstruação hoje?”. Posteriormente, cada participante apresentaria sua colega a partir do que foi conversado, abrindo-se a roda de conversa. Posteriormente, foram feitas perguntas para reflexões coletivas, sendo estas: O absorvente interno só pode ser utilizado por quem não é mais “virgem”? Pode ter relações sexuais estando menstruada? Não pode participar da aula de educação física / fazer exercícios menstruada? É possível conseguir absorvente gratuitamente? O sangue da menstruação é sujo? O sangue da



menstruação tem cheiro desagradável? Ao menstruar, a pessoa deixa de ser criança, vira mocinha?

Foram utilizados como recurso para a dinâmica os seguintes materiais: miçangas e fio de nylon para a produção das pulseiras; materiais informativos impressos; tapete circular; absorventes e coletores menstruais; café, biscoito e pirulitos. Uma parte dos materiais foi adquirida com o uso do dinheiro de doação, assim como houve a doação de produtos de higiene íntima feminina (sabonetes, absorventes etc.).

A ética e o compromisso social estiveram presentes em todas as etapas da intervenção. Foi assegurada a confidencialidade das informações compartilhadas pelos participantes, bem como o respeito às especificidades de cada indivíduo. As facilitadoras atuaram sob orientação de psicólogas supervisoras, garantindo a consistência metodológica e a efetividade dos objetivos propostos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A oficina revelou que a menstruação ainda é percebida como um tema cercado de tabus e estigmas, o que limita a discussão aberta sobre o assunto. Durante as dinâmicas, muitas participantes compartilharam experiências de vergonha ou silenciamento em relação ao seu ciclo menstrual, evidenciando a reprodução de normas culturais que associam o corpo feminino à impureza e à vergonha, como discutido por Zanello (2018). Além disso, é comum no Pará os mitos de que certos alimentos deixam odor menstrual desagradável, como o ovo, além de proibições de banho e rio, dentre outros. Ao abordar questões como “O sangue menstrual é sujo?” e “Pode-se realizar atividades físicas menstruada?”, o grupo desconstruiu mitos e promoveu uma compreensão mais naturalizada sobre o tema.

Os relatos coletados indicaram que a pobreza menstrual é uma realidade comum entre as participantes, comprometendo sua dignidade e qualidade de vida. Muitas mulheres relataram dificuldades no acesso a produtos de higiene básicos, corroborando com dados da UNICEF (2021), que aponta a vulnerabilidade socioeconômica como um fator determinante para a precariedade menstrual.

Nos relatos de pessoas mais velhas, constatou-se que a primeira menstruação foi marcada pela falta de acesso a absorventes, levando muitas a utilizarem panos, papel



higiênico ou outros materiais improvisados para conter o fluxo. Esse contexto foi analisado com base em Silva (2019), que destaca como a carência de recursos adequados afeta diretamente a saúde mental e física das pessoas que menstruam.

Verificou-se também o interesse das participantes em obter informações sobre onde poderiam conseguir absorventes gratuitos. Esse ponto foi amplamente discutido, com as facilitadoras fornecendo orientações sobre políticas públicas existentes e iniciativas locais que distribuem produtos de higiene menstrual.

Houve uma interação entre pessoas da mesma família: mãe, filha e avó, permitindo que o tema fosse dialogado, fato nunca ocorrido entre elas e que permitiu conhecerem suas histórias, assim como trocar informações/orientações sobre o tema. Isso ficou evidente no relato de uma jovem, que mencionou que a conversa havia sido muito boa, pois nunca tinha parado para ouvir e dialogar com sua mãe e sua avó, presentes naquele momento, sobre como havia sido a primeira menstruação delas. Logo, a presença de diferentes gerações no mesmo espaço de discussão, incluindo mulheres idosas, jovens, crianças e homens, mostrou ser um aspecto positivo na intervenção.

Além disso, a confecção da “Pulseira do Ciclo Menstrual” trouxe uma abordagem criativa, que não apenas facilitou o entendimento do ciclo menstrual, mas também incentivou o engajamento das participantes.

Essa atividade ilustra como a integração entre elementos simbólicos e pedagógicos pode promover reflexões profundas e significativas, alinhando-se às diretrizes de educação em saúde defendidas por Silva (2019). Por fim, os resultados da oficina Dignidade Menstrual reafirmam a necessidade de ações comunitárias que integrem ciência, saúde mental e educação para o empoderamento de populações vulneráveis.

Portanto a utilização da roda de conversa como ferramenta metodológica mostrou-se eficaz para facilitar a fala e a escuta, promovendo o acolhimento e a expressão de sentimentos e experiências. O formato assumiu uma forma circular que permitiu expressões das singularidades e a escuta de diversidades de lugar de fala, possibilitando a troca de vivências e caráter reflexivo.

É importante destacar que a oficina contou com a presença de dois homens cis, que confeccionaram a pulseira (apenas com bolinhas vermelhas) e que um deles trouxe



como relato a importância de ouvir sobre a primeira menstruação de sua mãe, demonstrando como a intervenção gerou reflexões também para participantes masculinos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta ação reflete a necessidade e o impacto de intervenções psicossociais no âmbito comunitário. Dessa forma, a oficina evidenciou a relevância de criar espaços de diálogo e reflexões, para tomada de consciência.

Ao longo do processo, a roda de conversa se mostrou uma ferramenta eficaz para explorar os aspectos biopsicossociais relacionados ao ciclo menstrual, rompendo estigmas e mitos para fomentar ponderações entre as participantes. O envolvimento dessas mulheres, juntamente com outros membros, como crianças e homens, corroborou para ampliar a discussão sobre os impactos emocionais, culturais e políticos da menstruação, destacando a necessidade de diálogos abertos e acolhedores.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei nº 14.214, de 6 de outubro de 2021. Institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Brasília, DF, 7 out. 2021.

BUSSINGUER, Elda Coelho de Azevedo; SALVADOR, Raíssa Lima e. O impacto da pobreza menstrual e da desinformação na dignidade da pessoa humana e no direito à saúde das mulheres no Brasil. *Revista de Gênero, Sexualidade e Direito*, Vitória, v. 8, n. 1, p. 49-64, jan./jul. 2022.

BASTOS, Alice Beatriz B. Izique. A técnica de grupos-operativos à luz de Pichon-Rivière e Henri Wallon. *Psicólogo in Formação*, São Bernardo do Campo, v. 14, n. 14, p. 161-169, jan./dez. 2010.

DISTRIBUIÇÃO DE ABSORVENTES. Rádio Senado Federal, 23 jan. 2024. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/radio/1/noticia/2024/01/23/distribuicao-de-absorventes-via-farmacia-popular-reforca-programa-aprovado-pelo-congresso>. Acesso em: 30 set. 2024.



FIGUEIREDO, Regina. Conquistas femininas, direitos sexuais e reprodutivos e a necessidade de reorientação do feminismo identitário atual. *Sexualidade, Gênero e Saúde Sexual e Reprodutiva I*, BIS, v. 22, n. 1, p. 4-15, jul. 2021.

GONÇALVES, M. A.; PORTUGAL, F. T. Análise Histórica da Psicologia Social Comunitária no Brasil. *Psicologia & Sociedade*, v. 28, n. 3, p. 562-571, set. 2016.

MAGAN, Eugênio Daniel Alencar et al. Os impactos da pobreza menstrual na saúde das pessoas que menstruam. *Revista Brasileira de Educação, Saúde e Bem-estar*, Itabuna: Faculdade Santo Agostinho, p. 252-265, 2023.

NEIVA, Kátia Maria. Elaboração do projeto de intervenção Psicossocial. In: NEIVA, Kátia et al. *Intervenção Psicossocial: aspectos teóricos, metodológicos e experiências práticas*. Editora Vetor Psicopedagógica, 2010.

ONU. Relatório sobre dignidade menstrual no mundo. Nova York: ONU, 2018.

PICHON-RIVIÈRE, Enrique. O processo grupal. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

SILVA, Maria. Dignidade menstrual e direitos humanos. Rio de Janeiro: FGV, 2019.

SOUZA, Cicera Eduarda Almeida de et al. Pobreza menstrual e seus impactos na saúde da mulher: uma revisão integrativa. *Health and Society*, v. 10, n. 2, p. 45-60, 2022.

UNICEF. 37% dos adolescentes e jovens que menstruam têm dificuldades de acesso a itens de higiene. 2024. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/dignidade-menstrual>. Acesso em: 30 set. 2024.

UNICEF. Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e violações de direitos. Brasília: Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA); Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), 2021.

ZANELLO, Valeska. Saúde Mental, Gênero e Dispositivos: Cultura e Processos de Subjetivação. 1. ed. São Paulo: Vozes, 2018.