

**POBREZA MENSTRUAL E SEUS IMPACTOS NA  
SAÚDE DA MULHER: UMA REVISÃO INTEGRATI-  
VA**

**MENSTRUAL POVERTY AND ITS IMPACTS ON  
WOMEN'S HEALTH: AN INTEGRATIVE REVIEW**

Cicera Eduarda Almeida de Souza<sup>1</sup>

Rosyely Gonçalves de Sousa<sup>2</sup>

Hellen Cristina Alves da Silva Lima<sup>3</sup>

José Henrique de Sousa Ribeiro<sup>4</sup>

Cicero Denilson Aurélio Soares<sup>5</sup>

Jackson Duarte Santana<sup>6</sup>

Irla Aguiar Tomé da Silva<sup>7</sup>

Samara Faustino Sarmiento<sup>8</sup>

Silmara Faustino Sarmiento<sup>9</sup>

Ankilma do Nascimento Andrade Feitosa<sup>10</sup>

**Resumo:** Introdução: O ciclo fertilidade e saúde feminina. A menstrual é um indicador da menstruação faz parte do ciclo

- 
- 1 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 2 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 3 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 4 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 5 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 6 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 7 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 8 Graduada em Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 9 Acadêmica de Enfermagem, Faculdade Santa Maria
  - 10 Acadêmica de Enfermagem, Enfermeira, Docente, Faculdade Santa Maria



reprodutivo da mulher e acontece todo mês devido a descamação das paredes internas do útero quando não ocorre a fecundação. Durante esse momento as mulheres necessitam de produtos básicos para manter uma boa higiene. A falta de acesso a recursos de higiene pessoal, infraestrutura e até informação sobre a própria menstruação são as principais características da pobreza menstrual. Objetivo: Identificar na literatura a dificuldade das mulheres de terem acesso aos seus direitos menstruais e o impacto da pobreza menstrual na saúde destas. Metodologia: O presente estudo refere-se a uma revisão integrativa de literatura, de caráter descritivo-exploratório, realizado a partir do levantamento bibliográfico nas bases de dados científicas SCIELO, MEDLINE e LILACS. Resultados e Discussões: Em suma, foi evidenciado

pela literatura que a menstruação ainda é incubida de paradigmas e tabus socioculturais ocasionados principalmente pela falta de informação. Esses dogmas são os principais agentes que interferem no acesso das mulheres aos seus direitos menstruais. A consequência dessa realidade são os sintomas da dismenorreia, caracterizados por cólicas, enxaquecas e dores nas pernas, fatores estes que por muitas vezes interferem no desempenho escolar e no trabalho. Conclusão: O objetivo do presente estudo foi alcançado, permitindo demonstrar que existem doenças causadas pela pobreza menstrual. Na trajetória da análise deste estudo, foi possível perceber também que a falta de conhecimento sobre a menstruação feminina intensifica ainda mais nos paradigmas e os tabus existentes.



**Palavras Chaves:** Precariedade Menstrual, Menstruação, Saúde da Mulher.

**Abstract:** Introduction: The menstrual cycle is an indicator of female fertility and health. Menstruation is part of a woman's reproductive cycle and happens every month due to shedding of the inner walls of the uterus when fertilization does not occur. During this time, women need basic products to maintain good hygiene. Lack of access to personal hygiene resources, infrastructure and even information about menstruation itself are the main characteristics of menstrual poverty. Objective: To identify in the literature the difficulty of women to have access to their menstrual rights and the impact of menstrual poverty on their health. Methodology: The present study refers to an integrative li-

terature review, of a descriptive-exploratory nature, carried out from the bibliographic survey in the scientific databases SCIELO, MEDLINE and LILACS. Results and Discussions: In short, it was evidenced by the literature that menstruation is still fraught with sociocultural paradigms and taboos caused mainly by the lack of information. These dogmas are the main agents that interfere with women's access to their menstrual rights. The consequence of this reality are the symptoms of dysmenorrhea, characterized by cramps, migraines and leg pain, factors that often interfere with school and work performance. Conclusion: The objective of the present study was achieved, allowing to demonstrate that there are diseases caused by menstrual poverty. In the trajectory of the analysis of this study, it was also possible to perceive that the



lack of knowledge about female menstruation intensifies even more in the existing paradigms and taboos.

**Keywords:** Menstrual Precariousness, Menstruation, Women's Health.

## INTRODUÇÃO

O ciclo menstrual é um indicador da fertilidade e saúde feminina. A menstruação faz parte do ciclo reprodutivo da mulher e acontece todo mês devido a descamação das paredes internas do útero quando não ocorre a fecundação. Cerca de metade da população feminina mundial menstrua uma vez por mês durante quatro a sete dias por um período de trinta a quarenta anos (PEIXOTO, 2021); (MARQUES et al, 2022); (ASSAD BEATRIZ, 2021).

Durante esse momento as mulheres necessitam de produtos básicos para manter uma boa higiene no período da menstruação. Entretanto, segundo uma estimativa do Banco Mundial, 2018, cerca de 500 milhões de mulheres no mundo não dispõem de instalações adequadas para a higiene na fase menstrual.

A falta de acesso a recursos de higiene pessoal, infraestrutura e até informação sobre a própria menstruação são as principais características da pobreza menstrual. Defini-se como pobreza menstrual a situação de precariedade e vulnerabilidade econômica e social à qual bilhões de mulheres menstruantes ao redor do mundo estão submetidas por não terem acesso adequado à informação, saneamento básico, banheiros e itens de higiene pessoal, incluídos os protetores menstruais (BEAUVOIR, 2019).



A pobreza menstrual pode ocasionar consequências para a saúde e bem-estar da mulher como o surgimento de vulvovaginites, vaginose bacteriana, candidíase, infecção do trato urinário e diversas outras complicações, visto que o agravamento de alguns destes quadros podem, até mesmo, levar à morte (PEIXOTO, 2021).

Além dos riscos à saúde das mulheres que encaram a pobreza menstrual, é de suma importância destacar o desgaste psicológico atrelado a falta de recursos para lidar com o ciclo menstrual. Quando não se pode atravessar este período com dignidade, menstruar se torna um fardo que deve ser carregado mensalmente. As incertezas ligadas à precariedade menstrual como a falta de absorventes e de banheiros, o medo de revelar estar menstruada, assim como a

necessidade de investir dinheiro nesses produtos, geram uma carga mental pesada e recorrente para as mulheres menstruantes (ASSAD BEATRIZ, 2021).

A precariedade menstrual, além de afetar a saúde física e psíquica de inúmeras mulheres, ocasiona também a desigualdade entre homens e mulheres. Por não conseguirem controlar a menstruação, meninas deixam até de ir à escola, o que evidentemente prejudica seu desempenho educacional (ROSA et al, 2021).

Portanto, a pobreza menstrual é um problema de saúde pública e precisa ser abolida. A saúde de muitas mulheres está em risco devido à carência de absorventes descartáveis, falta de acesso às condições dignas para o manejo do período menstrual, a ausência de saneamento básico e o valor excessivo cobrado sobre os absorventes (ABREU et al,



2021).

## **OBJETIVO**

Identificar na literatura a dificuldade das mulheres de terem acesso aos seus direitos menstruais e o impacto da pobreza menstrual na saúde destas.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo refere-se a uma revisão integrativa de literatura, de caráter descritivo-exploratório, seguindo as etapas da metodologia proposta por Mendes, 2008. A realização do estudo ocorreu entre os meses de dezembro de 2021 e janeiro de 2022, com o intuito de reunir informações de diferentes estudos de maneira sistemática, ordenada e abrangente sobre a pobreza menstrual e seus impactos na saúde da mulher.

A pesquisa para o estudo procedeu-se a partir do levantamento bibliográfico nas bases de dados científicas das bibliotecas virtuais: Scientific Electronic Online Library (SCIELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) sob a aplicação dos descritores: “Precariedade Menstrual”, “Menstruação” e “Saúde da Mulher”. Selecionados pelo Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) pela aplicação do operador booleano AND.

A partir do levantamento bibliográfico foram encontrados 240 resultados distribuídos entre as bases mencionadas. Como inclusão, foram estabelecidos critérios de elegibilidade, estudos disponíveis de forma gratuita, nos idiomas português dentro do recorte temporal do



ano de 2021 e que respondessem ao objetivo delineado. Como critérios de exclusão foram definidos artigos pagos nos idiomas inglês e espanhol e que não responderam ao objetivo proposto. Com essa delimitação emergiram na literatura 7 artigos que abordavam discussões sobre os objetivos do estudo, portanto foram selecionados para compor a

amostra final.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os artigos selecionados para a amostra deste estudo, foram organizados na tabela 1, compostos em informações referentes a títulos, autores, ano de publicação e objetivos.

**TABELA 1.** Informações dos artigos selecionados para o estudo.

| TÍTULO   | AUTOR /ANO          | OBJETIVOS  |
|--|---------------------|--|
| Pobreza Menstrual: Uma questão de Saúde Pública.   | VIEIRA et al, 2021  | Analisar a realidade das mulheres brasileiras que menstruam, a dificuldade de acesso aos seus direitos menstruais e o impacto gerado na vida destas.         |
| Pobreza Menstrual e Políticas Públicas para Mulheres e Meninas   | PEIXOTO, 2021       | Compreender a relação entre a desigualdade de gênero e pobreza menstrual e a necessidade da criação de políticas públicas para o combate à pobreza menstrual |
| Políticas Públicas Acerca da Pobreza Menstrual e Sua Contribuição Para o Combate à Desigualdade de Gênero. | ASSAD BEATRIZ, 2021 | Demonstrar, através de método dedutivo e qualitativo, como a precariedade menstrual está estreitamente conectada com a desigualdade de gênero e              |



|   |                    |   |
|---|--------------------|---|
|   |                    | como tais problemas poderiam ser solucionados   |
| Perfil das Famílias Brasileiras que Necessitam de Doação de Absorventes.      | ROSA et al, 2021   | Identificar se há pessoas que necessitam de doação de absorventes e o seu perfil.   |
| Há Impactos da Menstruação no Cotidiano de Vida das Mulheres em Idade Fértil? | TOLEDO et al, 2021 | Investigar os impactos da menstruação no cotidiano de vida das mulheres em idade fértil, identificar os fatores ligados à menstruação que podem afetar a vida das mulheres em idade fértil, conhecer as dificuldades enfrentadas pelas mulheres em situação de vulnerabilidade social e econômica durante o período menstrual e apresentar as implicações que podem comprometer o desenvolvimento pleno da mulher no período menstrual. |
| Os Impactos da Pobreza Menstrual na Saúde da Mulher                           | AMORIM et al, 2021 | Compreender os impactos negativos causados pela pobreza menstrual na saúde da mulher.   |
| A Pobreza Menstrual no Sistema Prisional Brasileiro                           | ABREU et al, 2021  | Identificar as dificuldades enfrentadas pela mulher no sistema prisional durante o período menstrual.   |

**Fonte:** Elaborado pelos autores, 2022.

Com base na análise feita nos estudos, a menstruação representa um momento marcante na vida da mulher, caracterizada pelo fluxo sanguíneo decorrente

da descamação das paredes internas do útero quando não há fecundação (AMORIM et al, 2021).

Em suma, foi evidenciado pela literatura que a mens-





truação ainda é incubida de paradigmas e tabus socioculturais ocasionados principalmente pela falta de informação. Esses dogmas são os principais agentes que interferem no acesso das mulheres aos seus direitos menstruais (ASSAD BEATRIZ, 2021).

A higiene menstrual é um direito humano reconhecido pela Organização das Nações Unidas (ONU) desde 2014, mas está longe de ser uma realidade. No Brasil milhares de mulheres não têm infraestrutura nem suporte básico para cuidados menstruais, a consequência dessa realidade são os sintomas da dismenorrea, caracterizados por cólicas, enxaquecas e dores nas pernas, fatores estes que por muitas vezes interferem no desempenho escolar e no trabalho (TOLEDO et al, 2021) e (AMORIM et al, 2021).

É notório que a pobreza

menstrual acarreta imensas complicações na saúde e no bem-estar feminino. A ejeção do fluido menstrual tornou-se uma abjeção na qual está estreitamente conectada com a desigualdade de gênero, tal realidade é um mal que assola todos os continentes, estando presente em países desenvolvidos, em desenvolvimento e subdesenvolvidos (ASSAD BEATRIZ, 2021).

Durante o período de menstruação a higiene feminina precisa ser intensificada, o órgão genital feminino possui uma microbiota em constante equilíbrio e, assim, demanda uma higiene correta para a prevenção de infecções. Nesse momento a mulher precisa, por exemplo, trocar de absorvente descartável – caso seja este o método utilizado – algumas vezes ao dia para conter o fluxo e evitar doenças (ASSAD BEATRIZ, 2021).



Apesar dessas necessidades ainda é alto o número de meninas que não possuem condições dignas de manter sua higiene íntima, tamanha precariedade impede as mulheres menstruadas de passarem por seus períodos de menstruação de maneira digna. (ASSAD BEATRIZ, 2021).

## CONCLUSÃO

O percurso desta pesquisa teve como objetivo identificar na literatura as dificuldades das mulheres de terem acesso aos seus direitos menstruais e o impacto da pobreza menstrual na sua saúde. Priorizou-se esse campo de investigação, pelo fato de existirem dificuldades e lacunas no conhecimento sobre as doenças e a carência do uso de absorventes durante a menstruação.

O objetivo do presente estudo foi alcançado, permitindo

demonstrar que existem doenças causadas pela pobreza menstrual. Na trajetória da análise deste estudo, foi possível perceber também que a falta de conhecimento sobre a menstruação feminina intensifica ainda mais nos paradigmas e os tabus existentes.

A presente revisão integrativa também evidenciou, por meio da literatura científica, a importância da incorporação de políticas públicas. Portanto, sugere-se que tais problemas poderiam ser solucionados ou, ao menos, atenuados, com ações do poder público e das políticas de saúde.

O poder público pode desenvolver políticas de inclusão desde o acesso à informação, a distribuição gratuita de protetores menstruais, e o acesso a condições adequadas de água, saneamento e higiene, garantindo a dignidade menstrual e possibili-



tando bem-estar, confiança e autoconhecimento durante o ciclo menstrual.

## REFERÊNCIAS

ABREU, Ana Ivylla de Oliveira de; TOMÉ, Semiramys Fernandes. A POBREZA MENSTRUAL NO SISTEMA PRISIONAL BRASILEIRO. Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC), [S.l.], v. 8, nov. 2021. ISSN 2446-6042. Disponível em: <<http://publicacoesacademicas.unicatolica-quixada.edu.br/index.php/eedic/article/view/4911>>. Acesso em: 30 Dec. 2021.

ASSAD, Beatriz Flügel. Políticas públicas acerca da pobreza menstrual e sua contribuição para o combate à desigualdade de gênero. Revista Antinomias, v. 2, n. 1, p. 140-160, 2021.

AMORIM, Carolina Melo et al. OS IMPACTOS DA POBREZA MENSTRUAL NA SAÚDE DA MULHER. SEMPESq-Semana de Pesquisa da Unit-Alagoas, n. 9, 2021.

ARRAES, Marília. Projeto de Lei. 2019. Disponível em: [https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/prop\\_mostrarintegra;jsessionid=1666AF0CDEBA02162AF1E7E9EB706FFB.proposicoesWebExternal?codteor=1819075&filename=PL+5474/2019](https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/prop_mostrarintegra;jsessionid=1666AF0CDEBA02162AF1E7E9EB706FFB.proposicoesWebExternal?codteor=1819075&filename=PL+5474/2019) Acesso em 8 dez. 2021.

BEAUVOIR, Simone de. O Segundo Sexo. 6. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2019.

BRASIL. Câmara dos Deputados. Projeto de Lei nº 4.968 de 2019. Institui o Programa de Fornecimento de Absorventes



Higiênicos nas escolas públicas que ofertam anos finais de ensino fundamental e ensino médio. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/proposicoesWeb/fichadetramitacao?idProposicao=2219676> Acesso em 8 dez. 2021.

Hillard PJ. Puberty, menarche, and the menstrual cycle: what do we know, and what do we teach? *J Pediatr Adolesc Gynecol.* 2018;31:331-2. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2018.05.004>

Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: Princípios e Diretrizes. Disponível em: Acesso em: 20 dez. 2021.

Marques, Patrícia, Madeira, Tiago e Gama, Augusta Menstrual cycle among adolescents: girls' awareness and influence of age at

menarche and overweight. *Revista Paulista de Pediatria* [online]. 2022, v. 40 [Acessado 14 Janeiro 2022], e2020494. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020494>>. Epub 05 Jan 2022. ISSN 1984-0462. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020494>.

ONU MULHERES. Financiamento Transformador pode acabar com a desigualdade de gênero até 2030, destaca ONU Mulheres. 2015. Disponível em: <http://www.onumulheres.org.br/noticias/financiamento-transformador-pode-acabar-com-adesigualdade-de-genero-ate-2030/> Acesso em 30 de janeiro de 2021.

PEIXOTO, Mariana Alves da Rocha Brito. Pobreza menstrual e políticas públicas para mulheres e meninas. 2021. 99 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Gradu-



ação) – Unidade Acadêmica Especial de Ciências Sociais, Aplicadas, Universidade Federal de Goiás, Cidade de Goiás, 2021.

ROSA, Luana Sobreira; DA SILVA ALMEIDA, Mayara; PINTOS-PAYERAS, José Adrian. PERFIL DAS FAMÍLIAS BRASILEIRAS QUE NECESSITAM DE DOAÇÃO DE ABSORVENTES. Anais do Pró-Ensino: Mostra Anual de Atividades de Ensino da UEL, n. 3, p. 157-157, 2021.

Secretaria de Políticas para as Mulheres. Estudantes negras são as mais afetadas pela pobreza menstrual no Brasil. Disponível em: Acesso em: 8 dez. 2021

TOLEDO, Lizianny; MACIEL, Maria Izadora; SANTOS, Silmara Mendes Costa. HÁ IMPACTOS DA MENSTRUÇÃO NO COTIDIANO DE VIDA DAS

MULHERES EM IDADE FÉRTIL?. SEMPESq-Semana de Pesquisa da Unit-Alagoas, n. 9, 2021.

VIEIRA de PIAU, Lorena Marques Heck; LOPES, Luíza Pereira; CARVALHO, Maria Gabriela Ferreira. POBREZA MENSTRUAL: UMA QUESTÃO DE SAÚDE PÚBLICA. RAHIS-Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde, v. 18, n. 4, p. 161-161, 2021.

