



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS
CURSO DE BACHARELADO EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

GIOVANNI COPELLO E SILVA

**A PERCEPÇÃO DO PROCESSO MENSTRUAL ENTRE MULHERES JOVENS
DISCENTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL**

Porto Alegre

2021

GIOVANNI COPELLO E SILVA

**A PERCEPÇÃO DO PROCESSO MENSTRUAL ENTRE MULHERES JOVENS
DISCENTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Comissão de Graduação em Ciências Biológicas do Instituto de Biociências, como requisito parcial para à obtenção do grau de Bacharel em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Prof^a. Dra. Rosimeri Aquino da Silva

Porto Alegre

2021

CIP - Catalogação na Publicação

Silva, Giovanni Copello E
A PERCEÇÃO DO PROCESSO MENSTRUAL ENTRE MULHERES
JOVENS DISCENTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE
DO SUL / Giovanni Copello E Silva. -- 2021.
65 f.
Orientadora: Rosimeri Aquino da Silva.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação) --
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto
de Biociências, Bacharelado em Ciências Biológicas,
Porto Alegre, BR-RS, 2021.

1. Menstruação. 2. Percepções. 3. Tabu. 4.
Feminismo. 5. Educação sexual. I. Silva, Rosimeri
Aquino da, orient. II. Título.

GIOVANNI COPELLO E SILVA

**A PERCEPÇÃO DO PROCESSO MENSTRUAL ENTRE MULHERES JOVENS
DISCENTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Comissão de Graduação em Ciências Biológicas do Instituto de Biociências, como requisito parcial para à obtenção do grau de Bacharel em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Prof^a. Dra. Rosimeri Aquino da Silva

Aprovado em: Porto Alegre, 29 /11 /2021.

Banca Examinadora

Prof^a Dra. Helena Picolli Romanowski
Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS

Prof^a. Dra. Russel Teresinha Dutra da Rosa
Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS

Prof^a. Dra. Rosimeri Aquino da Silva
Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS



Criado por: Rafaela Pötter especialmente para este trabalho.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a minha mãe, Vera Copello, e meu pai, Jones Messa, pelo carinho, amor, confiança e apoio incondicional em todos os momentos de minha vida. Se não fossem vocês talvez hoje eu não teria chegado onde cheguei. Sempre amarei vocês!

À professora Rosimeri Aquino, por ter aceito ser minha orientadora e abraçado minha proposta de trabalho, sempre com muita serenidade e profissionalismo me apresentou os melhores caminhos a seguir, principalmente nos momentos de indecisão e dificuldade. Muito obrigado!

À todas as voluntárias por terem aceitado participar e compartilhar suas histórias e opiniões sobre menstruação. Se não houvessem vocês, este trabalho jamais teria existido. Gratidão!

À Maria Eduarda, Meyre Malaguês e Rejane Barcelos pelo companheirismo e por todos os momentos felizes que já vivemos e pelos muitos que ainda virão. Vocês são pessoas incríveis e muito importantes para mim. Agradeço por fazer parte da minha vida. Amo vocês!

À Cynthia Fiorin pela disponibilidade, auxílio e apoio nos momentos de dificuldades nesta aventura.

À Marcela Longhi que apesar de nos conhecer a pouco, fez contribuições e reflexões em meu trabalho.

À Rafaela Pötter por suas ilustrações que incrementaram e embelezaram este trabalho.

Também a todos as professoras e professores da UFRGS, em especial do Instituto de Biociências, minha segunda casa durante vários anos, que me ofereceram não somente um crescimento profissional, mas ensinamentos para me tornar um cidadão melhor.

RESUMO

Esta monografia busca apresentar as percepções das mulheres jovens discentes da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) sobre o fenômeno de menstruar. O entendimento da menstruação, ao menos do ponto de vista científico no campo biológico, está esclarecido: sabe-se de maneira aprofundada quais são os mecanismos fisiológicos que a envolvem, no entanto existe uma polêmica de natureza social que ainda a condiciona como um tabu. Argumenta-se que o surgimento da crença de apontar a menstruação como suja, impura e até mesmo nociva possa ser uma estratégia biopolítica de poder, favorecendo os ideais patriarcais e machistas (LAQUEUR, 2001; FOUCAULT, 1980). A escola, importante Instituição constituidora do pensamento reflexivo, parece fazer vistas grossas à problemática da menstruação, inclusive disciplinas de biologia e/ou ciências estão deixando de ofertar instrução julgada adequada sobre fisiologia e anatomia dos órgãos sexuais da mulher. Tendo em vista a menstruação praticamente como um acontecimento comum a todas as mulheres e ocorrer por longo período em suas vidas, faz-se importante avaliar quais estão sendo os entendimentos sobre este assunto, do ponto de vista da juventude; quais são os construtores desta compreensão atual. O presente estudo foi realizado junto a um grupo de mulheres aplicando a metodologia Bola de Neve (DEWES, 2013) para captação das voluntárias e a metodologia de entrevista semi-estruturada (BONI E QUARESMA, 2005) para obtenção dos depoimentos. Quais notou-se que as percepções sobre o menstruar estão em suma sendo positivas e atribuem muito esse fato a abertura de maior espaço de debate entre a sociedade, muito impulsionado pelas redes sociais (*internet*). Menstruar também vem sendo compreendida como sinônimo de saúde. No entanto, isso não significou que as voluntárias gostam de menstruar, inclusive desconfortos relativos a cólicas menstruais foram muito mencionados.

Palavras-chave: Menstruação; Percepções; Tabu; Feminismo; Sociedade; Educação sexual.

ABSTRACT

This monography intends to show the perception of young female college students from the Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) about the menstruation phenomena. The understanding of menstruation, at least from the scientific point of view in the biology field is well elucidated, the physiological mechanisms that it enfolds is extensively know, nonetheless there is an historical controversy of social nature that makes it remain as a taboo to this day. It is argued that the emergence of the belief that menstruation is dirty, impure or even harmful could be a biopolitical authority strategy that aims to maintain woman away for the public life (LAQUEUR, 2001; FOUCAULT, 1980), favoring patriarchal and sexist notions. The school, key institution for constituting reflective thinking, seems to turn a blind eye towards the menstruation issue, even biology or science classes aren't providing what is considered to be appropriate information about the physiological and anatomic female sexual organs, which could help instigating critical thinking about the social conditioning between men and women. Considering that menstruation is phenomena experienced by almost every woman and for an extensive period of their lives, from youth to menopause, it is important to evaluate what is understood about the subject, from the youth point of view; what are the factors that formed the current comprehension and how the school contributes to improve women's connection with their own bodies. This study was made with a small group of woman applying the snow ball method (DEWES, 2013) to acquire volunteers and the semi structured method (BONI E QUARESMA, 2005) to obtain answers, intending to achieve a qualitative evaluation of this theme.

Keyword: Mentruation; Perceptions; Taboo; Feminism; Society; Sexual education.

“O feminismo, movimento que tem como proposta combater o sexismo e suas formas de opressão é para todos, inclusive exige que os homens sejam aliados na luta pela desconstrução de todas as formas de opressão à mulher”

bell hooks

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
1.2 OBJETIVOS	13
1.2.1 GERAL	13
1.2.2 ESPECÍFICO	13
2. REFERENCIAL TEÓRICO	13
2.1 CICLO MENSTRUAL: O RESPONSÁVEL PELA MENSTRUACÃO	14
2.2 O TABU MENSTRUAL	17
2.3 MOVIMENTO FEMINISTA: HISTÓRIA E CONTEMPORANEIDADE	20
3. METODOLOGIA	24
4. RESULTADOS	26
5. DISCUSSÃO	30
5.1 MENARCA: ONTEM MENINA, HOJE MULHER	30
5.2 MENSTRUACÃO: VERGONHA E DESVERGONHA	34
5.3 A MENSTRUACÃO COMO PARÂMETRO DE SAÚDE	39
5.4 EMPATIA E SIMPATIA NO MENSTRUAR	43
5.5 ENSINO DE BIOLOGIA NA ESCOLA: ONDE FICA A MENSTRUACÃO?	46
5.6 MENSTRUACÃO: PERCEPÇÕES DE MUDANÇAS NA SOCIEDADE	52
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	56
7 BIBLIOGRAFIA	58
APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)	63
ANEXO A – PLANO DE ENSINO DA DISCIPLINA ELETIVA: BIOLOGIA, SEXO E GÊNERO	65

1. INTRODUÇÃO

A menstruação, um fenômeno comum que ocorre em ciclos em grande parte da vida das mulheres¹ ainda é um tanto incompreendida do ponto de vista social na sociedade moderna atual, como explana Fáveri & Venson (2007). Nessa perspectiva, a experiência de menstruar aparenta precisar sempre ser escondida, segregada, mesmo em conversas entre amigas, cônjuge e familiares e parece ser ensinada à mulher a aceitar a menstruação com resignação e sem questionamentos.

Tal concepção pode ser considerada enigmática e até mesmo antiga, entretanto, é possível verificar, de acordo com as autoras acima referidas, que ela está irrigada e mantida nos mais diferentes campos da vida moderna: mídia publicitária, consultórios médicos (medicina) e salas de aula (escola). A menstruação é quase sempre abordada pelo viés pejorativo, sinônimo de vergonha, não raro usa-se de eufemismos para referi-la que acabam por encobrir a fisiologia do corpo que, ao ser explicada, poderiam atenuar esse semblante de mistério. Os silenciamentos que pairam sobre o tema parecem evidenciar a existência de uma “etiqueta menstrual”, como Iris Young (2005) define: normas que prescrevem quem pode falar, onde se deve discutir, tipo de linguagem a ser usada e de que forma deve ser tratada. Tais condições sugerem a permanência de formas de controle sobre o corpo da mulher, as definições sobre a menstruação e a necessidade de escondê-la. Essas seriam algumas das formas usuais e, finalmente, estariam associadas à histórica opressão social das mulheres.

Foucault (2009) discute essa ideia pela perspectiva de o corpo passar a ser, agora, um instrumento do qual pode-se extrair poder. O poder agora não é mais visto como centralizado (monarquia ou Estado) e, sim, distribuído em uma rede de relações humanas onde diversas Instituições até então sem relevância, assumem a capacidade de emanar poder, por exemplo, a biologia, a medicina e a escola.

Trata-se de captar o poder em suas extremidades, em suas últimas ramificações [...] captar o poder nas suas formas e instituições mais regionais e locais, principalmente no ponto em que ultrapassam as regras de direito que o organizam e delimitam, [...] em outras palavras captar o poder na extremidade cada vez menos jurídica de seu exercício (FOUCAULT, 2009, p.48).

¹ O termo “mulheres” empregado neste trabalho está se referindo a “mulheres que menstruam”. Saliento não ignorar o fato de haver mulheres que não experienciam a menstruação ou então que não se identificam enquanto mulheres, mas que igualmente menstruam.

Para Foucault, quando o alvo do poder passa a ser o corpo, inaugura-se a ciência do sujeito, que passa a atingir os aspectos mais íntimos da vida. Nesse contexto, empregam-se justificativas respaldadas em estudos da biologia que, de acordo com o historiador Thomas Laqueur (2001), o útero se tornou o grande centro da mulher e passava a ser visto como o órgão que a regula e a define. A menstruação tornou-se a manifestação dos sinais de uma perturbação que a mulher não controlaria, ousa-se dizer haver uma patologização do corpo feminino, onde a partir dela, a biologia e a medicina instituem então um controle social (poder) que renega e reforça a ideia pré-existente do homem, ser racional e seu corpo o padrão².

O tema da menstruação também apresenta outros aspectos relevantes atualmente, como a falta de acesso a absorventes ou coletores menstruais, à água e a um ambiente adequado à higiene pessoal, chamado de pobreza menstrual. O que viola os Direitos Humanos à saúde e à dignidade, fazendo assim colaborar no reforço de estereótipos negativos que comumente podem levar a mulher a desenvolverem sentimentos de vergonha e nojo de seu próprio corpo (BARGE, 2018; BERNAL, 2021; NIEVAS, 2021). Esse fato ainda é reforçado também pelo imaginário popular atravessado por concepções errôneas e infundadas de crer a menstruação ser apenas uma degeneração, um resíduo que não “serve” para nada. Pinho & Lima e Souza (2014) também comentam a respeito da tangente educacional ao analisar livros didáticos de biologia disseram: “É ver um desfilar diante dos olhos o maior número de imagens de corpos masculinos” (PINHO & LIMA E SOUZA, 2014, p.161). Aparentemente, toma-se um papel neutro; porém, a mulher é invisibilizada, sendo seu corpo representado para mostrar o diferente.

No presente trabalho, busco entender as percepções das mulheres jovens quanto à menstruação, visto que essas mulheres passaram pelo processo de escolarização e estão inseridas no contexto histórico onde a menstruação é vista como “desvio” à norma³. No entanto, compreendo o fato de não ser atingido diretamente, afinal sou homem, mas estando inserido nesta sociedade que ainda pensa e pratica tais construções sociais e não haver nada que impeça de vir a me tornar um educador e, conseqüentemente, encontrar-me no ambiente escolar, precisarei explicar e lidar com o assunto em sala de aula. Frente às conjunturas, reconheço que para romper o ciclo é preciso transformar o incômodo em um espaço de fala. Entendo que algumas mulheres podem não se sentir representadas por eu ser homem, no entanto, venho, a

² Usar o corpo do homem como padrão, como a representação dos seres humanos, é uma prática que data pelo menos desde o Renascimento (o homem Vitruviano de Da Vinci e o esqueleto humano de Vesalius foram desenhados a partir do corpo do homem). (SCHIEBINGER, 2014, p. 98).

³ A palavra “norma” aqui empregada refere-se à construção social de representar o ser homem como exemplo de corpo a ser seguido e como modelo de racionalidade.

partir do lugar que ocupo (privilégio do homem), pensar criticamente sobre o assunto e usá-lo como um estopim à reflexão das responsabilidades e consequências. O debate é necessário para podermos entender e mostrar como essas construções históricas afetam a mulher, precisamos ouvir da mulher suas percepções, é preciso quebrar o regime de “autorização” que dita o que é apto ou não para discutir determinada pauta (SANTOS, 2017).

Para tanto, visando trazer esse espaço de fala, foram realizadas entrevistas semi-estruturadas, que é uma categoria dentro das técnicas de entrevistas qualitativas para buscar compreender os comportamentos do sujeito frente a um fenômeno por meio de perguntas abertas e fechadas (BONI E QUARESMA, 2005). Isso trouxe à tona, a partir da palavra das mulheres, suas percepções frente ao tema, buscando demarcar como a construção social aqui percorrida recai de fato sobre o menstruar da mulher atualmente. O público foi composto por cinco mulheres discentes da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), com idade entre 18 a 29 anos, consideradas como jovens pelo Estatuto da Juventude (EJ) (BRASIL, 2013). A escolha delas se deu por já terem vivenciado a menarca (primeira menstruação), vencido o processo de escolarização (ensino fundamental e médio) e estarem cursando a universidade.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 GERAL

Analisar entre as mulheres jovens discentes universitárias as percepções atuais em relação à sua menstruação e as influências que moldaram suas percepções.

1.2.2 ESPECÍFICO

Através da realização de entrevistas qualitativas e semi-estruturadas, realizadas de forma online, buscou-se extrair, junto às mulheres jovens, discentes da UFRGS, que tenham entre 18 e 29 anos, as suas percepções a respeito de sua menstruação e de que maneira essas percepções pessoais foram moldadas pela influência da construção social de nossa sociedade.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

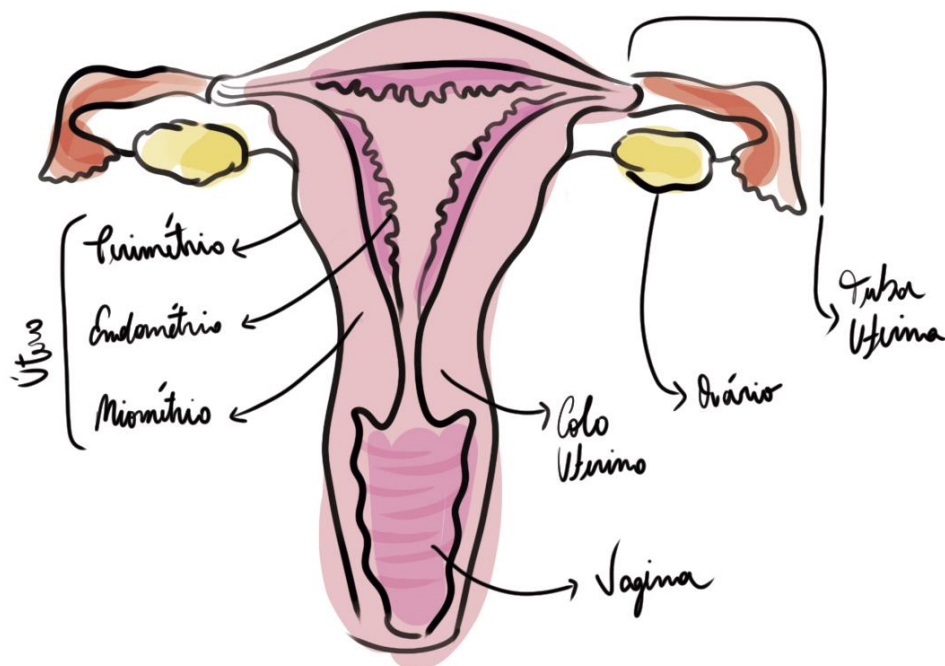
Frente à magnitude que o tema menstruação possui em nossa sociedade, que é o escopo desta monografia, faz-se relevante que se compreenda e se fundamente a discussão que virá. Portanto, é necessário contextualizar de modo científico de onde provém a menstruação, o tabu que a cerca e as contribuições que os movimentos feministas têm dado ao tema, visto que, o

conjunto desses fatores mostram-se intimamente entrelaçados principalmente quando se propõe a trata da problemática social que é a menstruação em nossa sociedade.

2.1 CICLO MENSTRUAL: O RESPONSÁVEL PELA MENSTRUACÃO

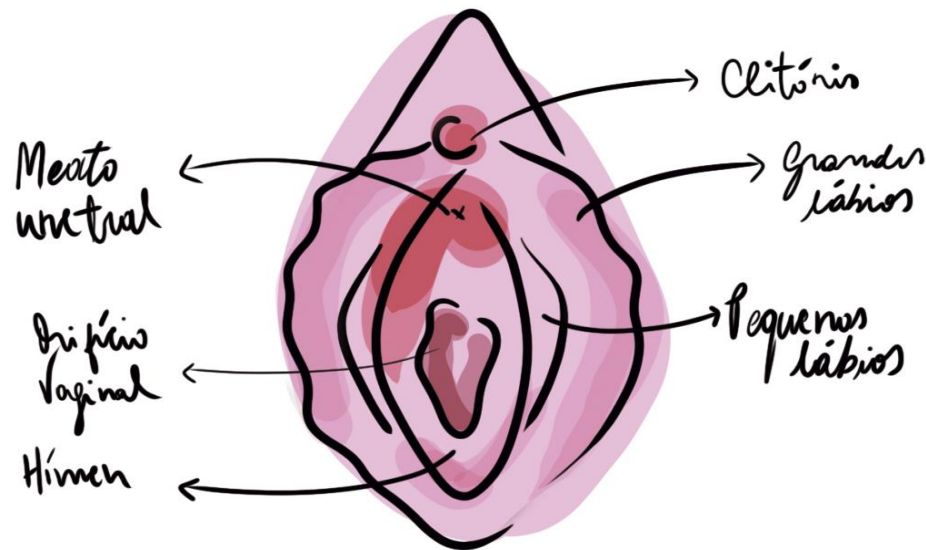
Para entender o ciclo menstrual e o processo de menstruar, é preciso, inicialmente, compreender a anatomia do corpo da mulher, em especial a dos órgãos incumbidos na reprodução. Nas mulheres encontramos um par de ovários que produzem os ovócitos, popularmente chamados de óvulos, e os hormônios: estrogênio e progesterona; um par de tubas uterinas que conectam os ovários ao útero; um útero que está dividido em três camadas (do exterior para o interior): perimétrio, miométrio e endométrio; uma vagina que se estende desde o colo uterino (porção transitória entre útero e vagina) até a vulva; por fim, a vulva, que é parte da genitália externa da mulher, qual é composta pelo meato uretral, clitóris, orifício vaginal, pequenos e grandes lábios e o hímen (SADALA, 2018; HOFFMAN, 2014).

Figura 1 – Anatomia interna dos órgãos sexuais da mulher



Fonte: PÖTTER, 2021.

Figura 2 – Anatomia da genitália externa da mulher



Fonte: PÖTTER, 2021.

Molina (2014) refere que o ciclo menstrual inicia na transição entre a infância e a adolescência ocorre a menarca (primeira menstruação). A partir de então, mensalmente, a mulher passará por ciclos que irão variar de 21 a 35 dias, sendo a média de 28 dias. A contagem dos dias do ciclo é sempre dada pelo aparecimento da menstruação, ou seja, conta-se o primeiro dia do ciclo no primeiro dia de menstruação. O ciclo menstrual por completo envolve o funcionamento interligado de vários órgãos do corpo. No entanto, os principais desencadeadores dele são os ovários e hormônios por eles produzidos. No ovário estão os ovócitos, que sofrem a ação de hormônios provindos da hipófise (estrutura encontrada no cérebro) e que estimulam a maturação de um determinado ovócito que passa a produzir e secretar outros dois hormônios: o estrogênio e a progesterona que, em conjunto, interagem de modo direto no útero.

O útero é um órgão composto por três camadas musculares (perimétrio, miométrio e endométrio), além disso, esse órgão é extremamente resistente quanto a capacidade de suportar carga, visto que é nele onde o feto crescerá e se desenvolverá até o nascimento. No entanto, ele é excepcionalmente sensível ao efeito do estrogênio e da progesterona. O estrogênio faz com que a espessura do endométrio (média de 2 mm) passe a ter 4 a 5 vezes o seu tamanho inicial e retome toda a circulação sanguínea da região. A progesterona, de modo geral, é produzida abundantemente por uma estrutura transitória chamada de corpo lúteo, que surge após a

ovulação, fenômeno que libera o ovócito de dentro do ovário. Esse hormônio será o responsável por manter o endométrio íntegro e viável para que possa vir a receber um embrião, ou seja, uma gravidez. Caso não haja a gravidez, este corpo lúteo que produz progesterona regride e os níveis de estrogênio também decaem, provocando modificações no útero que levam a uma descamação do endométrio que faz com que ele regrida a seu tamanho anterior. Essa descamação é visível e percebida na forma de um sangramento, o qual chamamos de menstruação que, eventualmente, pode vir acompanhada de pequenos fragmentos de tecido uterino.

De acordo com Passos et al. (2017), a menstruação perdura em média de 2 a 5 dias, tendo de 5 a 80 ml de sangue perdidos a cada ciclo menstrual. Com a chegada da menstruação, é dado por encerrado o ciclo menstrual atual e, ao passo que ele se encerra, um novo ciclo iniciará e seguirá todos os mesmos processos, exceto se houver a gravidez ou se o ciclo for interrompido por via medicamentosa com uso de anticoncepcionais hormonais (ACO), ou por procedimento cirúrgico de retirada dos órgãos como útero ou ovários ou ambos. O ciclo menstrual, se não interferido pelos fatores acima referidos ou por alguma patologia ou outro distúrbio que afete a produção de hormônios e o comprometa, tem seu fim na vida de uma mulher somente com a chegada da menopausa por volta dos 45 a 50 anos de idade. Nesse período ocorre uma perda gradual e definitiva da função ovulatória em consequência do envelhecimento e a falta de ovócitos viáveis, o que leva à diminuição geral dos níveis hormonais e modificações fisiológicas como o cessar total da menstruação.

Importante salientar que o ciclo menstrual não possui apenas a finalidade de preparar o corpo para uma gravidez. Ele também colabora para a manutenção de uma série de reações bioquímicas características da fisiologia do corpo da mulher, por exemplo, tem-se o conhecimento de diversas ações do hormônio estrogênio em regulação de rotas metabólicas do fígado, maturação e conservação óssea e efeitos neuroprotetores. Já a progesterona é vista como um dos mais potentes relaxantes naturais que o corpo da mulher produz. Reconhece-se, também, que a menstruação pode ser um incômodo. É dos fatores mais referidos em consultas médicas: as dores provocadas por cólicas menstruais, as chamadas dismenorreias, e os sintomas emocionais característicos da SPM⁴ (síndrome pré-menstrual). Em ambos os casos (quando a sintomatologia ultrapassa a barreira do suportável, passando a ser um sofrimento para a mulher,

⁴ SPM (Síndrome pré-menstrual) é a nova terminologia médica utilizada em substituição ao termo TPM (Tensão pré-menstrual), pois o entendimento por síndrome é uma combinação de vários fatores que podem ser transitórios ou persistentes, caracterizando, assim, uma síndrome (PASSOS et al., 2017, p. 81).

dificultando-a de levar uma vida normal ou se o aparecimento passa a ser frequente em todos os ciclos menstruais), é recomendado que se procure auxílio médico para uma avaliação de suas causas (HOFFMAN, 2014; PASSOS et al; 2017).

2.2 O TABU MENSTRUAL

Demarcar onde se deu o início da polêmica acerca da menstruação é uma tarefa um tanto labiríntica. O historiador Thomas Laqueur em seu livro: *Inventando o Sexo, Corpo e Gênero dos Gregos a Freud* (2001) aponta partes de suas raízes estarem na concepção do campo metafísico dos Deuses, que vem desde a antiguidade Grega. Laqueur (2001) alega ter sido naquela época que se tornou institucional a retirada da mulher da vida pública, delegando-a aos cuidados internos (do lar) e, ao homem, os cuidados externos (o trabalho). Além disso, discutia-se a condição da interpretação do corpo da mulher, que era vista como uma imperfeição do corpo do homem⁵. O homem, por suas características e virtudes provindas do plano espiritual, passou a ser o modelo padrão; vale lembrar que este corpo não menstrua (LAQUEUR, 2001). Todo o cenário corroborou para a criação de papéis sociais de mulheres (passivo) e de homens (ativo).

No escrutínio desse assunto, não se pode deixar de lado a Igreja Católica, que tem grande influência no mundo ocidental e incorporou tais valores. Por exemplo, a Bíblia traz em várias de suas passagens a associação do sangue menstrual à contaminação e impureza conforme observado no Levítico, 15:9: “Quando uma mulher tiver fluxo de sangue que sai do corpo, a impureza da sua menstruação durará sete dias e quem nela tocar ficará impuro até à tarde” (DE SOUZA, 2017). Tais ideais também foram reforçados durante o período conhecido como Revolução Científica (século XVI ao XVIII), que é o período de nascimento das ciências biológicas e médicas como a conhecemos até hoje, que partem da prerrogativa da desvinculação da teologia e da metafísica.

Durante a Revolução Científica, com a perda da hegemonia da Igreja, a ascensão das ciências passou a ser um dos centralizadores dos ideais. Usou-se das ciências para poder buscar e justificar o porquê de ser necessária a manutenção do papel social da mulher, agora sob a luz da racionalidade. Muito se estudou acerca do corpo da mulher, sobretudo do útero, questionava-se sobre a necessidade (ou não) da mulher precisar da estimulação ou do gozo para que houvesse

⁵ Os órgãos genitais da mulher têm uma configuração estranhamente inversa aos dos homens. [...] De fato, a parte situada debaixo do púbis é côncava e não saliente, como a do homem (ARISTÓTELES, 2014, p. 142-143).

a concepção⁶(LAQUEUR, 2001). Os desfechos foram todos negativos, concluindo-se que apenas ao homem o estímulo e o gozo era necessário, o que criava um cenário perfeito para que a mulher passasse a ser vista agora como frígida. A mulher pode copular, no entanto, não deve apreciar o prazer. Isso corroborou para o distanciamento da mulher de seu próprio corpo, portanto, não há a necessidade de tocar-se ou de masturbar-se, em outras palavras: o corpo da mulher passou totalmente ao regalo do homem.

Laqueur (2001) prossegue seu raciocínio discorrendo que foi em meados do século XIX que médicos começaram a relacionar o útero também a um fenômeno que, segundo eles, desencadeava distúrbios comportamentais, as chamadas histerias. Esse descontrole nervoso/emocional, característico da mulher, causava irritação ou até apetite sexual insaciável e que se exacerbava no período antecedente à menstruação. Sigmund Freud (1856 – 1939), nessa época, liderava extensas análises sobre essa patologia, concluindo que as mulheres possuem naturalmente a tendência ao descontrole nervoso por terem uma maior predisposição em relação ao homem de experienciar o “sentir”, ou seja, elas são muito emotivas. Atribui-se como o desencadeador desse transtorno o fato de possuir útero e a menstruação era a manifestação dessa patologia. A representação das mulheres como seres descontrolados, dominados por emoções, foi usada na modernidade como justificativa para que as mulheres ficassem restritas ao âmbito privado (do lar), inaugurando uma nova fase de institucionalização dos papéis sociais como argumenta Foucault (2009):

“O controle da sociedade sobre os indivíduos não se opera simplesmente pela consciência ou pela ideologia, mas começa no corpo. O corpo é uma realidade biopolítica. A medicina é uma estratégia biopolítica”.
(FOUCAULT, 2009, p. 80)

Com o conceito de biopolítica, Foucault descreve principalmente sobre o papel que a medicina e a biologia passaram a assumir desde a Revolução Científica até os dias atuais. Isso se deve pela sua capacidade de lidar e influenciar o ser em seu individual, em sua última instância, o subjetivo; por essas ciências serem capazes de recomendar e até mesmo impor condutas, estilo de vida e práticas corretas de higiene, por exemplo. A história do surgimento dos absorventes descartáveis partilha deste rol de estratégia biopolítica aplicada à prática

⁶ Na antiguidade grega e, até mesmo durante períodos da idade média, acreditava-se que, para que a mulher concebesse, era preciso que tanto a mulher quanto o homem tivessem o prazer do gozo. Manuais recomendavam a aplicação de massagens ou cócegas na região genital para a mulher alcançar o gozo (LAQUEUR, 2001, p. 51).

consumista, onde seu cerne está centrado na temática da higienização, mas que analisado pelo ponto de vista, supracitado, mascara também o período de “descontrole” da mulher.

O tabu menstrual ainda se reflete hoje, Fáveri & Venson (2007) verificaram isso em seus estudos. Na época (2005), as pesquisadoras realizaram uma série de entrevistas com mulheres que tinham entre 50 e 85 anos e se constatou que conversar sobre menstruação era algo inimaginável. Muitas dessas senhoras complementam dizendo que nem suas mães tratavam do assunto e, quando precisava, esse era colocado em eufemismos como: os dias chegaram, estou nos meus dias, estou de *chico*⁷, pois era preciso reservar isso apenas ao íntimo.

É pertinente também salientar que um dos grandes centralizadores do tabu social sobre o menstruar na atualidade corre junto a questão da pobreza menstrual. O conceito de pobreza menstrual: se caracteriza quando qualquer mulher em situação menstrual não tenha acesso ao saneamento básico (água encanada e rede coletora de esgoto) e a produtos de higiene menstrual como: absorventes ou coletores menstruais; principalmente por não ter condições financeiras de arcar com os custos desses produtos, aliadas a carência do fornecimento de saneamento básico na região onde reside. Por exemplo, no Brasil os produtos utilizados para a higiene menstrual, principalmente absorventes, estão na tabela de tipificação de produtos na categoria supérfluos/cosméticos. Sendo assim, a tributação que incide sobre os absorventes é maior, que se esses fossem enquadrados na tipificação de produtos essenciais, o que faz com que o preço desse produto seja alto (SILVEIRA E FLOSS, 2021). As consequências dessa precariedade menstrual são: o absenteísmo escolar, sendo uma das causas de reprovações e de evasão escolar, restringindo o direito à educação de mulheres e a perda da dignidade, elemento fundamental qual contribui diretamente para que essa mulher se autoidentifique como pertencente e atuante dentro da sociedade em que vivemos. Por fim e não menos importante favorece o surgimento de sentimentos de nojo e vergonha que podem a longo prazo levar até mesmo a quadros de depressão.

Nesse sentido a Organização da Nações Unidas (ONU) em cooperação com uma de suas agências: o Fundo das Nações Unidas para Criança (UNICEF), reconheceu em 2014 que o direito a higiene menstrual é uma questão de saúde pública e de Direitos Humanos. A negativa dos itens básicos para os cuidados menstruais à mulher ferem gravemente o direito a dignidade da pessoa humana, que tem como escopo a proteção aos chamados direitos à vida, à honra, à integridade física, à saúde, à imagem e intimidade e, ainda, às liberdades físicas e psicológicas

⁷ Alusão a chiqueiro, lugar onde se abrigam os porcos (animais).

(LIMA E OLIVEIRA, 2015). Torna-se válido também frisar que esse melindre vem sofrendo algumas transformações. No presente discute-se mais abertamente sobre a menstruação do que antigamente, no entanto, por exemplo, no tocante a questão da pobreza menstrual quase nada mudou pelo menos quando tratamos do tema no Brasil. Ainda não existem políticas públicas voltadas a diminuir ou solucionar as problemáticas em torno do assunto o que ainda favorece o surgimento de desigualdades entre homens e mulheres. Ainda é fácil notar os impactos que essa construção histórica deixou em nossa sociedade, sobretudo na brasileira. Por esses motivos, é muito comum observar pessoas relacionando fenômeno de menstruar a ao “feio” e desagradável ou ainda que relaciona o comportamento de mulheres como se qualquer sinal de tristeza ou raiva estivesse associado aos sintomas de síndrome pré-menstrual, por exemplo. Na tangente educacional que delega a disciplina de biologia e/ou ciências o papel de explanar sobre o tema ainda esbarra muito no despreparo e insegurança dos docentes, reforçando, assim, os desconfortos e silenciamentos sobre o corpo da mulher e a menstruação (TAVARES E PIAGGE, 2020).

2.3 MOVIMENTO FEMINISTA: HISTÓRIA E CONTEMPORANEIDADE

O feminismo é definido como a luta das mulheres pelo fim do sistema patriarcal⁸, pela equidade e igualdade de direitos civis e educativos, reivindicando a transformação social através da denúncia de que a experiência do homem tem sido privilegiada. Enquanto que a da mulher é negligenciada e desvalorizada, assinalando assim as desigualdades entre os dois sexos e desvelando as formas de opressão e seus mecanismos de ocultamento nas relações entre homens e mulheres. Cabe ressaltar que o feminismo não pode ser entendido como ódio aos homens ou que procura a dominação das mulheres sobre os homens e nem mesmo o oposto de machismo, uma vez que machismo é um sistema de dominação, enquanto que o feminismo luta por equidade e igualdade de direitos político-sociais (SACHS et al., 2016).

Seu surgimento deu-se, oficialmente, a partir do século XVIII sob influência de movimentos liberais entrelaçados e dos movimentos sufragistas da Inglaterra, França e outros países, impulsionados pelos movimentos ocorridos na Revolução Francesa (1789) e a criação da política da representatividade ou república representativa. Os primórdios dessas lutas tinham como interesse pleitear o direito à cidadania, voto e questionar o histórico de exclusão da mulher

⁸ O patriarcalismo é uma das estruturas sobre as quais se assentam as sociedades contemporâneas. Caracteriza-se pela autoridade, imposta institucionalmente, do homem sobre a mulher e os filhos no âmbito familiar. Esse patriarcalismo permeia toda a organização da sociedade, da produção e do consumo à política, à legislação e às culturas (SILVEIRA, 2014, p. 169).

da vida pública que é marcante desde a antiguidade Grega. O período também foi frisado pelo surgimento das primeiras teorias políticas e filosóficas, onde podemos encontrar as célebres escrituras de Olympe de Gouges: *Declaração dos Direitos da Mulher e da Cidadã* (1791) (SACHS et al., 2016), que foi o primeiro documento a exigir a igualdade jurídica e legal das mulheres, que inclusive foi apresentado na Assembleia Nacional Francesa após os eventos da Revolução Francesa. No entanto, a adoção dos escritos foram rejeitados, mas foram suficientes para se tornarem um dos primeiros marcos legais de resistência das mulheres. Outra teórica de igual importância foi Mary Wollstonecraft com o livro: *Reivindicação dos Direitos das Mulheres* (1792), no qual fazia uma análise crítica do sistema educacional excludente da época (SACHS et al., 2016; SILVEIRA, 2014). Foram necessários cerca de cem anos de esforços feministas para que as primeiras reivindicações fossem atendidas, por exemplo, no Brasil as mulheres somente passaram a frequentar escolas públicas a partir de 1880 e o direito de votarem e se candidatarem a eleições foi conquistado em 1932 (LOBÔ, 2010).

Além disso, os marcos recentes da rediscussão da condição da mulher ocorreram a partir da metade para o fim da segunda guerra mundial (1939 – 1945), onde, por consequências dos esforços de guerra, a demanda fabril exigiu que mulheres assumissem papéis trabalhistas até então pouco usuais ou inalcançáveis para mulheres. Tais eventos desencadearam, principalmente nos Estados Unidos, grandes embates a estruturas sociais e familiares, passando a exigir o direito pleno ao trabalho e o direito à propriedade por parte das mulheres (SACHS et al., 2016). O levante foi rapidamente exportado e incorporado às pautas feministas em vários outros países das Américas e Europa, tendo o ápice atingido na década de 1960. Foi naquele período, também, que se passou a compreender o corpo da mulher como lugar onde ocorrem e se estabelecem relações de poder entre os sexos. Portanto, um dispositivo de essência política. Foucault (2009) discorre a respeito do conceito de biopolítica, por exemplo. O sexo deixou de ser apenas uma função natural, mas passou a ser visto como um ponto de rompimento com os valores morais da família e do puritanismo ao corpo. Nesse contexto, surgiram novas bandeiras de lutas: contra o estupro conjugal, a violência doméstica, a liberdade sexual, os direitos reprodutivos e a refutação de ideias que atribuíam ser da natureza da mulher a histeria (NARVAZ & NARDI, 2007; SACHS et al., 2016). Além disso, impulsionadas pelos questionamentos supracitados, um processo de reaproximação da mulher com seu próprio corpo e o redescobrimto do prazer aflorou. Do mesmo modo, as descobertas realizadas no campo científico a respeito dos hormônios culminaram no advento da pílula contraceptiva ou os

anticoncepcionais (ACO) em 1960. Apesar de todas as controvérsias, ela auxiliou a mulher na conquista de autonomia econômica e familiar.

A partir dos anos 70, os movimentos feministas são marcados pelo alvorecer da diversidade e pluralidade, principalmente dados pela incorporação de correntes de pensamento provindas dos movimentos de resistência de mulheres negras e de grupos GLS⁹, especialmente de mulheres lésbicas. No Brasil, por conta da situação ditatorial em que o país se encontrava na época, tanto os movimentos feministas como os de resistência negra e GLS passaram à ilegalidade, fator que corroborou para sua maior aproximação, pois todos tornaram-se movimentos de resistência contra a construção histórica de opressão a mulher e ao regime militar. Também foi em meados do final da década de 1970 que ocorreu um crescimento do número de homens dentro da luta contra a supremacia do homem e de violência: esses homens, em suma, eram homossexuais e se encontravam acudados quase que pelas mesmas construções sociais de opressão que a mulher enfrentava (SILVEIRA, 2014). Estreitamente no Brasil, o feminismo também atuou ao lado das lutas por direito à saúde pública que, na década de 1980, culminaram na criação de políticas de planejamento familiar e no Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher.

De acordo Narvaz & Nardi, (2007), atualmente o feminismo é visto como uma corrente político-cultural crítica da filosofia e da sociologia que procura contribuir com perspectivas que contrapõem àquelas vistas como tradicionais dessas áreas. Um dos pontos chave foi o dobrar-se sobre si que o movimento sofreu, passando a perceber não haver a premissa de uma única verdade generalizante, admitindo que há diferentes experiências que são relevantes e igualmente válidas, negando a existência de um bloco unitário. Essa visão converge para o sentimento de empoderamento, cada vez mais presente na atualidade, onde através dos discursos feministas pede-se que as mulheres olhem de modo crítico para si mesmas e em seu redor, passando a enxergarem-se como virtuosas e com poder de transformação.

Os grandes temas de luta dos movimentos feministas, atualmente, são: contra a violência à mulher, a favor da equidade salarial, identidade de gênero, sexualidade e do prazer. A respeito da violência, por exemplo, no Brasil após inúmeros embates e anos de lutas, em 2006 houve a aprovação da Lei nº 11.340/06, que ganhou o nome de Lei Maria da Penha. Outra questão bastante presente na pauta contemporânea é o desconstruir dos tabus e a colocação, em

⁹ GLS, que significava gays, lésbicas e simpatizantes, a partir da década de 1990 até o atual, a nomenclatura LGBTQ+ (Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transgênero) é usada para identificar estas pessoas.

debate, de questões como a menstruação, a fisiologia e a anatomia da mulher, desconstrução de padrões de beleza, a livre opção pela maternidade e a virgindade.

Não se pode ocultar também o fato da coexistência do movimento feminista atual à crescente ascensão dos computadores, *smartphones* e as redes de comunicação via *internet*. Todos esses elementos possibilitaram uma abertura massiva de debates e interconexões, onde ideias e aspirações passaram a se difundir de forma mais interativa entre os diversos agentes que os compõem, o que deixa o movimento cativante ao passo que, hoje, praticamente qualquer pessoa que tenha um equipamento com acesso à *internet* pode tornar-se um criador de conteúdo e um debatedor (RODRIGUES et al., 2014). Um dos meios mais utilizados para os debates e divulgação de conteúdos feministas são as redes sociais. Nelas, é possível nos depararmos com centenas ou até mesmo milhares de contas/perfis de mulheres que nem sempre se intitulam feministas, mas têm uma postura feminista quando se dispõem a compartilhar suas próprias histórias, discutir sobre autoconhecimento acerca do corpo, explicar o ciclo menstrual e experiências sobre o menstruar, o que colabora para a desmistificação dos tabus arraigados ao assunto. Interessante também notar a crescente divulgação de forma online nesses novos meios de comunicação e correntes de pensamento que aliam o autoconhecimento do corpo a um modo de vida mais saudável, a partir do resgate de práticas naturalistas ou conhecimentos de sociedades matrifocais¹⁰.

As lutas e os embates dados pelas lutas feministas modificaram e estão ainda modificando profundamente nossa sociedade e certamente influenciaram, de algum modo, as entrevistadas aqui neste trabalho para a tomada de uma consciência e para o surgimento de posições consideradas liberais a respeito do tema da menstruação. É importante enfatizar que não existe um feminismo unívoco e totalizante, mas um feminismo plural e coexistente, que deve considerar o contexto histórico de onde este movimento ocorre, pois as pautas e lutas variam e não seguem uma padronização (NARVAZ & NARDI, 2007).

¹⁰ Sociedades matrifocais são aquelas onde se tem o papel central na figura da “mãe” (mulher) para aquela comunidade, sendo no entendimento comum o contrário de uma sociedade patriarcal, qual tem a figura central o papel do “pai” (homem) (CORDOVIL, 2015).

3. METODOLOGIA

O método usado foi de entrevistas semi-estruturadas, que é um modo dentro das entrevistas qualitativas que visa obter dados da relação de um sujeito e um fenômeno com o objetivo de entender detalhadamente seu comportamento frente a esse fenômeno. Para buscar essa tal compreensão do sujeito, é lançado mão do emprego de perguntas abertas e fechadas que levam a uma liberdade do sujeito para discorrer sobre seus pensamentos, tendo como vantagem a possibilidade de interação entre entrevistado e entrevistador. (BONI & QUARESMA, 2005).

Para a admissão dos participantes ao estudo, fez-se necessário atenderem aos seguintes critérios:

- Estar matriculada em algum curso de graduação da UFRGS;
- Possuir entre 18 a 29 anos de idade;
- Ter vivenciado a menarca.

Foram realizadas cinco entrevistas com discentes da UFRGS, pois busca-se a qualidade e detalhamento nas informações, o que é acessível e possível ao focar em uma amostragem pequena. Outro fator a ser considerado para essa decisão é em relação ao tempo disponível para a realização desta monografia, haja vista que, ao trabalhar com uma corte maior, o processo de entrevista se estenderia em demasiado. A captação do público se deu através da amostragem em bola de neve, método que pressupõe que haja uma ligação entre os membros da população, dada pela característica de interesse (neste caso ser mulher), onde o primeiro passo é encontrar indivíduos pertencentes à população-alvo do estudo (DEWES, 2013). A fim de facilitar o transcorrer dos processos, foi convidada uma amiga do pesquisador para ser a voluntária *semente* da amostra e então a mesma indicou a próxima amiga voluntária e, assim, sucessivamente até o limite.

As entrevistas foram realizadas apenas uma vez com cada voluntária de forma individual por videoconferência via *software* Skype em data e hora mais cômoda para a voluntária. Se lançou mão da gravação audiovisual e as balizadoras da entrevista foram as seguintes indagações:

- Como foi experienciar a menarca?
- Como é para você o fato de menstruar todo o mês?
- Recebeu alguma vez orientação ou instrução do que se tratava a menstruação?

Como foi para você receber tais informações e quem as deu?

- Nos ambientes em que está inserida (círculo de amizade, familiar, educacional, entre outros) você consegue se expressar e dialogar sobre o menstruar?
- Você já vivenciou alguma situação de constrangimento ou exclusão pelo fato de estar menstruada?
- Você percebe haver alguma mudança na sociedade atual em relação à pauta menstruação?
- Você acredita que o fato de menstruar pode favorecer o surgimento de um vínculo de colaboração com outras mulheres?

As respostas obtidas passaram por uma observação buscando identificar as influências e as percepções dessas voluntárias, formando, a partir delas, a discussão das possibilidades do porquê de terem tais posicionamentos e pensamentos a respeito do tema e contextualizando com a bibliografia.

Visando a transparência, todas as voluntárias foram previamente informadas do seu papel e das etapas: entrevista para obtenção dos depoimentos, análise dos discursos e utilização de material bibliográfico para contextualização da discussão, sendo papel da voluntária atuar no fornecimento do depoimento no ato da entrevista. As informações supracitadas foram disponibilizadas aos participantes através de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) criado na plataforma Google Forms (Apêndice A) encaminhado individualmente via e-mail, no qual a voluntária, apesar de ser amiga/conhecida do pesquisador, teve de concordar demonstrando, assim, estar ciente do estudo, além de que atuaria sem ganho ou custo financeiro. Também foi enviada uma cópia deste TCLE para que fique a salvo com a participante. Os riscos da entrevista foram mínimos, visto que não haveriam respostas certas ou erradas e nem mesmo se buscava questionar ou julgar valores morais ou religiosos. A opção de retirar-se do estudo a qualquer momento ou de não responder a entrevista estava livre sem que houvesse penalidades. Como acordado, o resguardo e sigilo das informações pessoais foi cumprido, mesmo quando a fala de alguma das voluntárias foi transcrita, seja parcialmente ou integralmente; elementos

reveladores que possibilitassem a identificação por terceiros foram ocultados. Exemplo de identificação usado: E1¹¹, 26 anos.

Ao final de cada entrevista, foi realizado *download* da gravação em um sistema de armazenamento removível de computadores (HD externo), não restando nenhum registro no *software* Skype, evitando assim possíveis “vazamentos” por ataques cibernéticos à plataforma. Somente o pesquisador teve acesso a essas gravações e coube a ele proteger os dados. Em caso de desistência de alguma das voluntárias, todos conteúdos gravados e/ou transcritos que houvessem seriam deletados ao manifestar esse desejo. Deixo claro não ter conflito de interesse com empresas públicas ou privadas, não tendo inclusive apoio financeiro para realização do trabalho.

4. RESULTADOS

Neste capítulo, passo a apresentar o perfil das mulheres que se voluntariaram a participar deste estudo, apresentando também as percepções que essas mulheres estão tendo a respeito do assunto aqui discutido.

Apesar deste estudo não ter limitado que as voluntárias das entrevistas precisassem estar matriculadas em um específico curso de graduação da Universidade, ocorreu que as selecionadas, mesmo que seguindo os critérios da metodologia Bola de Neve, acabaram por serem todas do curso de Ciências Biológicas, muito influenciado talvez pelo vínculo de convivência do pesquisador e de elas se cruzarem no referido curso. Houve apenas variação quanto à ênfase escolhida por essas entrevistadas dentro do curso, sendo quatro delas do bacharelado e uma da licenciatura. Assim, atingiu-se o número limite de participantes inicial ao que tinha sido previamente proposto. Faço saber que não houve a desistência de nenhuma das entrevistadas durante e depois do processo de elaboração desta monografia. Igualmente, saliento que o empenho e engajamento de todas as entrevistadas em compreender a proposta do estudo foi fundamental para que, no processo de entrevistas, essas mulheres se sentissem muito mais confortáveis para trazer seus relatos pessoais de forma mais natural e despretensiosa. Em relação aos relatos dados pelas entrevistadas, eles mostraram vários aspectos distintos, o que é esperado, visto que cada pessoa traz consigo uma bagagem de vida singular.

¹¹ A letra “E” foi usada como forma de abreviatura à entrevistada. A numeração identifica a entrevistada, não refletindo necessariamente a ordem em que foram realizadas as entrevistas.

De modo abrangente, a menstruação está sendo compreendida atualmente como um processo natural pela totalidade das mulheres aqui entrevistadas. Mas reconhecem ainda haver um tabu social sobre o tema. No entanto de modo contrário é de extrema importância salientar a constante tendência à desinibição e desvergonhar que as voluntárias demonstraram durante as entrevistas, além de um ímpeto de empoderamento de querer cada vez mais conversar e colocar em debate essa problemática social da menstruação.

Antes eu tinha um bloqueio para falar e já perdi muita oportunidade de falar sobre menstruação pra outras pessoas, sabe, mas agora não perco mais. Às vezes as pessoas ficam me olhando assim, às vezes acham estranho, mas definitivamente não dou mais bola para isso. (E1, 20 anos).

Mesmo aquelas entrevistadas que disseram no passado sentirem vergonha de menstruar, fato esse que levava, por exemplo, antigamente a atitudes como: esconder absorventes, como se estivessem portando algo ilícito dentro de sua bolsa ou mochila. Hoje percebem que essa vergonha era principalmente por conta de terceiros, em outras palavras tinham medo do que as outras pessoas iriam pensar se parecesse estar menstruada.

Eu acho muito engraçado, principalmente na época da escola as guriinhas¹² escondendo absorvente e a menstruação e eu era bem afrontosa nesse sentido. Eu pegava o absorvente na mão e não fazia nenhum esforço para esconder [...] (E4, 22 anos).

[...] Não tenho nenhuma vergonha de estar pegando absorventes e dizer que estou menstruada, esconder é uma coisa muito cringe¹³, ficar tratando isso como uma coisa de outro mundo. Precisamos, sabe, falar disso, mulher sangra (E3, 22 anos).

Menstruar também se mostrou ser um fenômeno capaz de gerar empatia e simpatia, uma vez que infelizmente ainda é visto pela sociedade como algo nojento, impuro e sujo. Não foram escassos os relatos de situações vivenciadas, onde as voluntárias disseram ter recebido ajuda de alguma mulher que nem se quer conheciam muito bem ou presenciaram outras mulheres sendo ajudadas com a doação de absorventes, por exemplo. Nota-se que esse espírito de colaboração está muito arrefecido ao fato de a menstruação ser um fenômeno intrínseco à

¹² Guria ou seu diminutivo guriinha é uma gíria comumente usada no Estado do Rio Grande do Sul/Brasil para se referir a uma menina/mulher.

¹³ Cringe é uma gíria jovem, em tradução livre, significa vergonha alheia e está sendo muito utilizada por jovens da geração atual para se referir aos costumes dos jovens de gerações anteriores. (O que é Cringe? Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=BEBdHee7tvc&ab_channel=UOL. Acesso em: 27 ago. 2021).

mulher, o que torna facilmente possível que as mulheres consigam se verem menstruadas e se colocar no lugar da outra. Além disso, temos o tabu social a cerca deste tema, porque conseguem também compreender o “peso” que é estar, por exemplo, andando na rua com uma mancha de sangue menstrual na roupa, por mais que menstruar seja um processo fisiológico natural do corpo da mulher.

Com toda certeza as mulheres se unem! Lembro de uma vez que uma amiga minha mobilizou uma festa inteira para conseguir um absorvente para uma menina que não tinha (E2, 25 anos).

[...] Mesmo que elas não te conheçam, te dão o mundo se for preciso. Tipo qualquer mulher em qualquer banheiro por aí que tu tiver vai acontecer isso. Os homens não têm a noção dessa experiência [...] (E5, 24 anos).

Incômodos também foram mencionados, principalmente relacionados a dismenorrias (cólicas menstruais). As voluntárias disseram sentir cólicas e algumas também referiram ter o volume menstrual, principalmente nos primeiros dias de menstruação, muito abundante, o que é desconfortável. No entanto, percebem o menstruar também como um sinônimo de saúde, no sentido de conseguirem fazer inferências sobre sua saúde corpórea e quiçá mental.

Sinto muita dor e meu fluxo pelo menos nos primeiros dias é muito intenso [...]. Mas não vejo ser vantajoso não menstruar, porque tem benefícios de saúde em ter esse ciclo né. Se pudesse escolher manter os benefícios e não menstruar escolheria esse, mas se não fico assim e, beleza [...] (E5, 24 anos).

Pra mim a menstruação agora me ensina sobre meu corpo sabe assim, eu uso coletor¹⁴ Com isso, consigo ver a cor real da minha menstruação, ver se tem cheiro anormal e tal [...] (E1, 20 anos).

Na totalidade, as voluntárias geraram uma grande reflexão sobre as lutas feministas e descortinamento do tabu menstrual no hoje. Em algumas entrevistas o feminismo foi evocado de modo especial como responsável por fomentar o debate e emponderar as mulheres a si perceberem virtuosas. Que sua fisiologia e anatomia é absolutamente natural, fazendo dessa forma com que passem a se relacionar melhor com seu próprio corpo cirando uma autoimagem

¹⁴ Coletor menstrual é um dispositivo criado em 1942, porém no Brasil somente chegaram na década de 2000, sendo um substituto aos absorventes tradicionais descartáveis. Esses dispositivos são posicionados no fundo da vagina em contato com o colo uterino, dessa forma coletando a menstruação proveniente deste.

positiva, rompendo de igual maneira com os padrões de beleza e corporeidade de nossa sociedade. A *internet*, sobretudo as redes sociais, de acordo com as entrevistadas são as grandes ferramentas da atualidade para o promover o desconstruir dos tabus e levar ao pensar crítico sobre as posições sociais da mulher na sociedade. Entretanto ainda entendem que a temática da menstruação é um tanto difícil de ser tratada com homens, muito por conta das concepções errôneas e o preconceito que estes ainda possuem. Mas as entrevistadas declaram que mudanças estão acontecer, visto que, antigamente nem se explanava sobre menstruação com outras mulheres ou até mesmo com a própria família e agora se discute isso de modo relativamente aberto nas redes sociais como: *Instagram* e *Youtube*, por exemplo.

No geral, as mulheres estão mais empoderadas a discutir e isso é um sinal que este assunto é mais natural, elas estão cada vez mais se apropriando disso e não tendo mais vergonha. Tipo no Youtube tem várias mulheres que vejo que discutem sobre seus corpos, menstruação e outras coisas (E2, 25 anos).

Há uma desconstrução. Pode ver, nós, mulheres, estamos discutindo isso tudo, bom o teu trabalho é uma grande desconstrução, ainda mais tu sendo guri (E3, 22 anos).

No entanto, quando as entrevistadas foram questionadas a respeito da tangente educacional, de modo generalizado demonstraram frustração com a abordagem ou até mesmo a ausência de explicações e debate sobre o tema da menstruação dentro da escola. Segundo os relatos as entrevistadas dizem não ter recebido uma instrução julgada necessária para que pudessem compreender sobre a fisiologia e anatomia de seus corpos, o que de certa forma até não prejudicou no desenvolvimento da autoimagem das mulheres aqui entrevistadas, pois conseguiram contornar essa falta de conhecimento de outras maneiras como: indo a consultas médicas, conversando com familiares (principalmente as mulheres da família) e lendo conteúdos publicados em revistas e na *internet*.

Acho que se falassem de uma maneira aberta sem vergonha, não lembro de ter aprendido isso na escola [...] seria interessante e ajudaria todo mundo. Porque acho assim, que tratam muito como um tabu, sabe. (E3, 22 anos)

Seria muito interessante se aprendêssemos sobre sexualidade e o corpo a fundo na escola, porque isso ajudaria em muitas coisas. [...] Gostaria que todos tivessem aulas sobre ciclo menstrual, entender como

funciona, como acontece, se fosse assim as coisas seriam mais fáceis (E5, 24 anos).

Me foi surpreendente discutir sobre esse assunto, pois muitas dos questionamentos e reflexões sequer, talvez um dia, iria pensar por tais ópticas apresentadas e/ou conseguir imaginar ter a chance de experienciar aquilo explanado, muito pelo motivo de minha fisiologia, pois sou homem. Portanto, considero que as expectativas quanto às entrevistas e os relatos foram satisfatórios e muito disso se deu pelo fato da metodologia empregada, que fez com que, durante as entrevistas, novas perguntas surgissem que ajudaram a compor este cenário que será discutido a seguir.

Por fim, deste capítulo, é pertinente citar o aspecto idade. Sendo assim, apresento que a mais jovem tinha 20 anos e a mais velha 25, portanto a média etária se encontra em 22,5 anos. A partir dos relatos da ocorrência da menarca, constatou-se que ela aconteceu em praticamente todas elas entre os 11 a 13 anos de idade, dado esse que se enquadra na média referida pela literatura médica das áreas de pediatria e ginecologia.

5. DISCUSSÃO

A partir deste momento, passo a discorrer propriamente trazendo o cerne que este trabalho propõe a avaliar, as percepções das mulheres entrevistadas sobre a menstruação. A fim de alcançar a melhor compreensão e um dimensionamento completo das percepções, acredito ser pertinente realizar a organização em tópicos, sendo cada um desses direcionado a um determinado aspecto. Os balizadores dessa distribuição por tópicos foram as perguntas propostas na metodologia (ver capítulo 3 – metodologia). No entanto, elas não necessariamente seguiram a ordem em que se encontram descritas no capítulo referido, inclusive houve aglutinamento de algumas questões e a criação de novas ao longo do presente trabalho.

5.1 MENARCA: ONTEM MENINA, HOJE MULHER

Início este capítulo me apropriando da célebre frase da ativista feminista Simone de Beauvoir (1908 – 1986): “*Não se nasce mulher, torna-se mulher*”, sob uma análise extra contextual, pode-se assumir algumas interpretações. Do ponto de vista biológico, transformar-se numa mulher pode ser o processo que inicia por volta dos 7 a 8 anos de idade, motivado pelo desencadeamento e amadurecimento dos eixos hormonais cérebro-ovarianos e de outros sistemas fisiológicos do organismo (MOLINA, 2017). Culminam no aparecimento de seios, pelos, deposição de gordura nas regiões pélvicas e maturação uterina, que resulta por volta dos 11 aos 13 anos no fenômeno da menarca, demarcando o início da aptidão do corpo à reprodução.

O que pode expor a riscos físicos e sociais que implicam numa gestação precoce, por exemplo. Nesse sentido, no Brasil, a gravidez na adolescência é uma das principais causas do abandono escolar porque não existem creches públicas em quantidade e qualidade suficiente. Girolami (2014), ao comparar a situação de jovens de favelas cariocas e de vilas de Buenos Aires, afirma que a gravidez levaria mais ao abandono dos estudos no Brasil do que na Argentina, pela falta de creches em território brasileiro. Além disso, analisando a menarca pelo viés historiográfico nota-se que essa menina assume um papel social que faz surgir um novo e diferente status entre o grupo de amigas e família dessa menina, o que torna esse momento, inclusive, ser celebrado por algumas delas.

Eu menstruei um pouco depois das minhas amigas da escola e eu tenho irmã mais velha, então eu já estava bem ciente de tudo que era aquilo, inclusive eu estava um pouco ansiosa para chegar aquele momento por estar me achando um pouco atrasada comparada com as outras menininhas, mas era férias e eu estava na casa da minha tia e não foi nenhuma surpresa, eu já sabia o que era, já estava esperando, e eu contei para minha prima que estava comigo na hora e ela fez toda uma festinha, “nossa agora ela é mocinha”! (E4, 22 anos).

Foi um momento de muita festa, pela minha mãe principalmente. Eu sabia que tinha algumas colegas da aula que eram bem minhas amigas que já tinham menstruado, mas eu não tinha, então tinha toda aquela expectativa por trás de não saber como é. E a reação da minha mãe foi muito diferente do que acredito que seja para a maioria das meninas né. Minha mãe ficou muito feliz, eu liguei e contei para minha madrinha e para minhas amigas e recebi muito amor nesse momento (E1, 20 anos).

Interessante nas memórias que algumas delas vieram à tona de forma sólida, como a reação familiar de apoio naquele momento, que inclusive gerou surpresa principalmente a uma das entrevistadas ao receber esse acolhimento por parte não só de sua mãe, mas de vários de seus familiares. Brêtas et al. (2012) argumenta que, independentemente do seu segmento social, a menarca caracteriza-se como um dos poucos ritos de passagens que ainda permanece valorizado nas sociedades modernas, porém esse tornar-se “mocinha”, mulher madura nesse momento não se confirma, porque quando analisado o comportamento, não raro nessa idade se remete (mesmo que em alguns momentos), ainda à inocência e incipiência de uma criança.

Brêtas et al. (2012) complementa que com base em seus estudos realizados junto a adolescentes para os perigos que esses discursos podem criar, dependendo de qual modo a menina é preparada, pode fazer com que essa jovem seja vista como um objeto erótico. Isso é reforçado com a exacerbação natural dos caracteres secundários (aumento dos seios, aumento dos glúteos, entre outras mudanças), dados pela relação hormonal da puberdade e pode se impor a ela um ideário fora de sua realidade, por ainda não ter total discernimento de uma adulta.

Foi todo mundo assim, nossa agora ela é madura, agora ela é uma mulher, foi tudo muito assim (E1, 20 anos).

O comportamento de proferir essas metáforas e querer transformar uma menina em uma mulher antes da hora, segundo Foucault (1980), a resposta está quando analisamos o miolo das relações de poder da construção social de nossa sociedade, a qual está calcada na figura do homem, e o patriarcalismo, que pode fazer, por exemplo, perceber a menina que transita pela menarca como pronta para o casamento e para ser mãe. Tal conduta pode favorecer a violência e abusos, principalmente de natureza sexual contra essas meninas. No Brasil cerca de 70% dos casos de violência sexual contra crianças e adolescentes costuma acontecer dentro das próprias casas e desta porcentagem a grande maioria destes abusos ocorrem entre meninas de 7 a 15 anos de idade, segundo dados de relatório emitido em 2019 do Disque Direitos Humanos (Disque 100), que é um serviço de disseminação de informações sobre direitos de grupos vulneráveis e de denúncias de violação dos Direitos Humanos. O mais alarmante é que apenas 10% dos casos são reportados a autoridades policiais e/ou judiciário, evidenciando assim que os números que temos hoje estão defasados (BRASIL, 2019). Somente neste ano de 2021 o Disque 100 recebeu mais de 6 mil denúncias de violência sexual contra crianças e adolescentes (BRASIL, 2021).

De certa forma, compreendo que a parabenização recebida por essas mulheres não tinha, em seu fundo, a maldade de um abuso ou querer fazer que essa menina venha a ter um relacionamento forçado ou algo similar, como pode-se observar, por exemplo, na Índia, Kenya e Uganda. Onde por questões culturais, mas de grave violação a Declaração dos Direitos Humanos (em especial de seu artigo III) que diz respeito ao direito à liberdade, a menina que adentra a menarca quase sempre é forçada a um matrimônio, o que coloca essa menina em condição de vulnerabilidades como: à gravidez, abandono escolar, intimidação e violência sexual (PRAKASH et al. 2017; WODON & NHUYEN, 2019).

Na grande parte dos relatos, também se evidenciou muito a questão de já conhecerem do que se tratava a menarca, ao menos de modo teórico. No entanto, não tinham a prática e ficavam ansiosas por não saberem se ela era boa ou ruim. Percebe-se, além disso, que nesse momento de transição, foi de extrema importância a elas a influência das mulheres (mãe, prima, irmã mais velha, entre outras), dadas como mais experientes da família, visto por grande parte delas como um reduto para entender o que estava acontecendo em seus corpos e, assim, auxiliá-las no processo de introdução e compreensão da menstruação.

Lembro que estava na escola e cheguei em casa, minha prima estava lá e contei. Ela me ajudou, me explicou e tal. Mas eu vi como uma coisa natural, porque eu sabia que acontecia e tal, mas não sabia como, tipo, colocar absorvente e tal e minha prima e minha mãe me explicaram e julgo que esse apoio familiar foi essencial (E3, 22 anos).

Quando minha mãe teve essa conversa comigo e com minha irmã eu era muito nova, mas lembro de tudo. Talvez não tenha entendido muito bem na época, mas acho que assim, pelo menos eu sinto que não me faltou informação, eu sabia que ia acontecer, que era natural e não cai de paraquedas tipo aí meu Deus o que é isso. Eu estava preparada! (E5, 24 anos).

Alega, Brêtas et al. (2012), que quando a conversa sobre o assunto menstruação provém da família, ela carrega um peso maior, pois nessa idade ainda se costuma a recorrer à figura materna e/ou paterna para aconselhamentos, que são canalizadores da direção mais correta a seguir e, na ausência desse diálogo, pode acontecer de surgir sentimento de que o menstruar possa ser algo vergonhoso.

Até pouco tempo eu tinha um pouco de vergonha, assim né, de menstruar, coisas que não entendia. Não tive muita instrução dos meus pais sobre isso, meio que aprendi assim sozinha e depois indo na ginecologista que daí sim tive uma instrução, mas da parte dos meus pais não tive nada (E2, 25 anos).

Faz-se interessante, que a prática de conversar sobre a menarca e menstruação no ambiente doméstico ser uma exceção na realidade brasileira, portanto, denotar negativamente aquelas meninas que não tiveram essa instrução não contribuirá para o debate, mas nos faz refletir o que precisa ser mudado para que possamos desmistificar o evento de menstruar (BRÊTAS, 2012). Apesar de todas narrarem que naquele período transicional estavam nas

séries finais do ensino fundamental ou já se encontravam no ensino médio, elas afirmaram não ter recebido um saber aprazível a respeito da menarca ou da menstruação no ambiente escolar. Neste caso, discorrerei sobre o sistema educacional a seguir (ver tópico 5.5 – Ensino de biologia na escola: Onde fica a menstruação?).

Analisando o panorama da menarca trazido pelas entrevistadas, parece haver uma tendência de mudança na forma de abordagem que familiares têm adotado ao discutir sobre esse período da menarca e menstruação. Percebe-se que tais atitudes possam ter uma correlação com a conjuntura formada pelos movimentos feministas. Por mais que ainda existam as lacunas e os discursos de estereotipação, muito provavelmente as mães dessas entrevistadas foram influenciadas e sofreram os reflexos dados pelas pautas feministas de alguma forma, o que corroborou para uma abordagem mais crítica sobre o assunto, trazendo, assim, o ímpeto de perceber ser necessário conversar com suas filhas a respeito da menstruação. Muito provavelmente, por exemplo, as avós dessas entrevistadas não teriam esse discernimento e desenvoltura para falar sobre o assunto, pois, como percebe-se no curso da história, as construções sociais eram diferentes, como Fáveri & Venson (2007) argumentaram em seus estudos realizados em 2005. Senhoras com idades entre 50 e 85 anos, quase em unanimidade, relataram para as autoras que conversar sobre menstruação ou a menarca para uma menina (ou mesmo uma mulher) era algo inimaginável. No entanto, não se pode generalizar radicalmente e acreditar que por essas entrevistadas terem vivenciado, em sua maioria, um ambiente que possibilitou a instrução e o acolhimento familiar, significará que elas, agora, passarão aceitar e criar um sentimento de estima pelo fenômeno ou que não possam a vir a sentirem-se debilitadas ou envergonhadas. Tendo isto em mente, é válido considerar que estamos ainda inseridos em uma sociedade fundamentada numa construção histórica de afastamento da mulher da vida pública e de valorização do homem. Portanto, tais eventos incidem ainda no presente e as mulheres estão sujeitas a sofrerem suas consequências apesar das lutas de combate e das mudanças de pensamentos.

5.2 MENSTRUACÃO: VERGONHA E DESVERGONHA

Como foi exposto, a grande maioria das entrevistadas passou pelos processos da menarca com um certo assessoramento, o que tornou o momento mais aprazível. No entanto, mesmo que as entrevistadas tenham tido essa conversa mais franca, os desfechos provocados pelo tabu menstrual e do silêncio, sobretudo da sociedade em si, trazem sentimentos que impactam de diferentes formas na vida dessas mulheres. No tocante à menstruação, foi

constatado, em duas das cinco entrevistadas, aspectos psicológicos ligados a sentimentos de medo e vergonha, e é curioso que a problemática não está em si na questão fisiológica da mulher menstruar, pois essas entrevistadas demonstraram ter consciência e saber que tal processo pertence à natureza do corpo e não é uma anormalidade ou doença. O problema está no âmbito da patologização e repulsa ou na visão errônea que prerroga a menstruação como um assunto restrito apenas a mulheres. Portanto, tais tópicos impregnados e replicados em nossa sociedade ainda fazem surgir sentimentos que podem facilmente acabar por desencadear baixa autoestima e uma autoimagem corporal deturpada.

Eu falava [de menstruação] só entre minhas colegas. Na hora de comprar absorventes mesmo, eu até tinha vergonha, assim de pegar em público. Eu lembro também que quando era criança, minha irmã que é mais velha, quando menstruava eu saía na janela e gritava – nome da irmã – tá menstruada, como se fosse uma coisa de vergonha sabe. Que ela se sentiria envergonhada, era algo que eu via e achava horrível (E2, 25 anos).

Eu via que quando estava menstruada e precisava sair, ficava com um pouco de receio. Nunca se iria sair com uma calça branca, sempre colocava uma roupa que tapasse nesses dias, como se fosse a pior coisa do mundo alguém descobrir que está menstruada. Esse desconforto era por causa das outras pessoas, e foi um tempo até aprender que é apenas sangue, só sangue, como aquele que tira lá no intravenoso (E1, 20 anos).

Estes sentimentos somente existem por causa de terceiros (do outro), a vergonha é apontada como uma falha na imagem do sujeito, como um defeito de fabricação (FÁVERI & VENSON, 2007). Laqueur (2001) discute a visão estereotipada da mulher estar atrelada a fortes influências ainda acerca dos desdobramentos da patologia das histerias, que foi retirada dos tratados de medicina, por exemplo, apenas na década de 1970 após a reforma psiquiátrica, o que leva ao argumento de que todos esses meandros reproduzidos, além de manterem a mulher em sua posição social confortável ao homem, fazem parte do processo de expansão dos dispositivos de sexualidade que abrem, dessa forma, novas possibilidades para a infiltração do poder nos aspectos mais particulares e íntimos da vida da mulher.

Sanabria (2011) coloca as questões das fronteiras do corpo, os limites do dentro e fora como um marcador de pertencimento e reconhecimento, e essa administração é rompida quando essa fronteira é transpassada, situação plenamente retratada durante a menstruação, o que gera vergonha, pois a mulher parece ser anti-higiênica, não ter cuidado consigo mesma. Esse sentido se interliga com o viés do padrão de beleza esperado que a mulher deve seguir, de ser sempre higiênica, discreta e pura. Obviamente, não se está dizendo que as mulheres não devem banhar-se ou usar perfumes, mas é cobrado pela sociedade que ela deve seguir um “padrão”, que inclusive é muito exposto em propagandas midiáticas, onde as mulheres sempre estão muito bem trajadas e límpidas, com cabelos esvoaçantes e maquiadas, desconsiderando totalmente aspectos intrínsecos do corpo humano. Elas não podem ter seus fluídos externalizados por caracterizarem-se como nojentas, sem os costumes da boa prática, mesmo sabendo que a menstruação é um atributo natural do corpo da mulher (SANABRIA, 2011).

A história é vasta e diferentes vertentes são usadas por estudiosos para analisar o assunto, mas o que se mostra é que a explicação pode ser, talvez, realizada pela junção de todos esses fatores. Quando passamos a analisar as percepções das outras três mulheres entrevistadas, mostrou-se mais proeminente o sentimento de desinibição e reconhecimento de que a menstruação é, por si só, higiênica e limpa.

Eu acho muito engraçado, principalmente na época da escola as guriazinhas¹⁵ escondendo absorvente e a menstruação e eu era bem afrontosa nesse sentido. Eu pegava o absorvente na mão e não fazia nenhum esforço para esconder, porque eu já era feminista desde pequeninha. Eu pegava os absorventes e andava pelo corredor, que mal vai ter, o que vão falar se me verem segurando... Se um menino ver ele pode ter um pequeno choque e se a menina ver, ela vai ver que aquilo ali é natural sabe (E4, 22 anos).

Esse relato foi um dos mais incríveis, pois foi algo interessantíssimo perceber o quanto a influência feminista se faz presente nessa mulher, a menos para mim se evidenciou assim. A entrevistada trouxe um ímpeto feminista misturado com a grande vontade de romper o silêncio ao tentar fazê-lo através do ato simbólico de apenas portar um absorvente em público, assim demonstrando para outras meninas e mulheres que a menstruação é algo natural e que não precisa e nem deve ser escondida. Por essa via, percebe-se o quanto os efeitos dos movimentos

¹⁵ Guria ou seu diminutivo guriazinha é uma gíria comumente usada no Estado do Rio Grande do Sul/Brasil para se referir a uma menina/mulher.

feministas e, em especial, um dos seus ramos, a Revolução Sexual, que teve seu início nos anos de 1960, que está espalhada em nossa sociedade e nem percebemos. Essa vertente surgiu em ataque aos modelos tradicionais familiares e à moral comportamental normatizadora da mulher, pregando que o corpo da mulher é livre e saudável por si só. Todo esse contexto vem trazendo um certo resultado positivo. Reforça-se também que, hoje em dia, com o feminismo presente no mundo *online*, da *internet* de forma extremamente ativa, chama à atenção os diversos vídeos propagados na rede social Youtube. Por exemplo, em uma pesquisa rápida colocando a pequena frase – tabu da menstruação, são encontrados rapidamente mais de trinta vídeos direcionados exclusivamente em desmistificar e empoderar mulheres a perceberem as suas próprias peculiaridades sobre a menstruação, mostrando ser algo limpo e sinônimo, inclusive, de saúde, ajudando a lidar melhor com seu próprio corpo, e isso tem influência para o aparecimento de pensamentos como das entrevistadas abaixo:

Não, eu sei inclusive que o sangue da menstruação é super limpo e não tenho nojo nem nada do tipo da minha menstruação (E5, 24 anos).

Nunca tive problema com isso, não tenho nenhuma vergonha de estar pegando absorventes e dizer que estou menstruada, esconder é uma coisa muito cringe¹⁶, ficar tratando isso como uma coisa de outro mundo. Precisamos, sabe, falar disso, mulher sangra (E3, 22 anos).

Frente a tais respostas e seguindo as perguntas balizadoras, passei a perguntar às entrevistadas: como é para elas o fato de menstruar todo o mês? Pois, dado que elas têm consciência e muitas delas entendem que o fenômeno é limpo, higiênico e absolutamente natural e normal, talvez a experiência do menstruar possa ser algo interessante para essas mulheres.

Eu acho que ter sido tratado como algo tão natural influenciou em continuar tratando como algo que faz parte, eu reconheço que tem mulheres que tratam como algo positivo e acho que vale a pena ser celebrado e tem aquelas que tratam como negativo e acho que dependendo da razão que se vê como algo negativo é errado, mas em outros casos não. Por exemplo, eu

¹⁶ Cringe é uma gíria jovem, em tradução livre, significa vergonha alheia e está sendo muito utilizada por jovens da geração atual para se referir aos costumes dos jovens de gerações anteriores. (O que é Cringe? Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=BEBdHee7tvc&ab_channel=UOL. Acesso em: 27 ago. 2021).

particularmente, não gosto de menstruar, é algo que faz parte do meu corpo eu sei, trato como natural, mas ainda não é o que eu gosto (E4, 22 anos).

Cara eu acho que essa visão de negativizar é a visão que as pessoas tentam colocar muito, tipo muitas mulheres ficam com essa visão, por isso que muitas até recorrem aos métodos contraceptivos para bloquear o ciclo. Mas eu ainda estou tentando ver a menstruação com um olhar mais acolhedor sabe, isso faz parte do ciclo, faz parte do corpo, então eu tenho uma relação boa com ela [menstruação] (E3, 22 anos).

Não acho que é prejudicial, mas é um incômodo, é chato. Eu gostaria que não acontecesse, mas menstruar é um sinal bom, diz que não engravidei, por exemplo, e também que meu corpo está bem (E2, 25 anos)

Em suma, podem parecer contraditórios os discursos proferidos, mas errôneo seria acreditar que o simples fato de não se envergonharem ou encararem a menstruação com naturalidade seria um divisor de águas que, a partir de então, fizesse todas mulheres gostarem de menstruar. Obviamente, cada mulher tem suas particularidades e motivos do porquê de não gostar de menstruar. Toda conjuntura deve ser considerada e é válida. A maioria das entrevistadas alegou como desconfortos da menstruação os sintomas físicos e emocionais que ocasionalmente ocorrem, como os casos de dores causadas pelas cólicas pré-menstrual e mudança de humor característicos de SPM (Síndrome Pré-menstrual). No entanto, ressalvo que, apesar disso, nenhuma das entrevistadas (até mesmo aquelas que dizem ter certa vergonha do fenômeno), optariam cessar a sua menstruação por vias medicamentosas. Inclusive, uma das entrevistadas disse que faz uso de anticoncepcional oral combinado (ACO), medicamento que une dois hormônios: estrogênio e progesterona e que, quando administrado continuamente, acaba por cessar a menstruação por completo (PASSOS et al., 2014). No entanto, ele pode ser administrado com uma pausa que pode variar de 3 a 7 dias, dependendo de qual fármaco usado e que possibilita que nessa intermitência haja um período de sangramento; e essa foi a opção elegida pela entrevistada pois, assim, poderia ter um controle melhor de sua menstruação e de seu estado de saúde, além de deixar o processo mais aproximado do natural, mesmo que ela diga que, particularmente, não gosta de menstruar.

Os motivos de não gostar de menstruar não parecem estar interligados diretamente à construção social patologizante da menstruação, mas por uma opção própria de seu livre arbítrio, pois se evidenciou e foi citado que não cederiam a pressões externas ou algo relacionado a isso. Inclusive, foi perguntado se em consultas médicas, especialmente com ginecologistas, algumas delas recebeu orientação contra a vontade favorável a supressão da menstruação e a resposta unânime foi negativa. Igualmente, à exceção dessa única entrevistada que faz uso do anticoncepcional oral combinado (ACO), nenhuma outra entrevistada declarou usar atualmente esse medicamento, apesar de a grande maioria já ter feito uso, ao menos, alguma vez no passado. Portanto, julgar a mulher e não reconhecer que ela tem opções e total direito de ter suas opiniões não colaborará para uma desconstrução dos tabus de nossa sociedade, muito pelo contrário, continuará a propagá-los e/ou reforçá-los.

5.3 A MENSTRUÇÃO COMO PARÂMETRO DE SAÚDE

Nos dias de hoje, as mulheres têm experimentado um maior convívio e contato com o menstruar, ou seja, é uma condição que ocorre mais ao longo de suas vidas quando comparadas às suas antepassadas que passavam por várias gestações que, em consequência, longos períodos de amamentação que suprimem, a menstruação. No Brasil, a pouco mais de 20 anos, ocorreu um debate científico motivado pelos estudos publicados no livro: *Menstruação, a Sangria Inútil* (1996) do médico baiano Elsimar Coutinho, que, em suas investigações, buscou desassociar a menstruação da natureza do corpo da mulher, expondo ser algo desnecessário e sua supressão seria benéfica, não somente para mulheres, mas também desejável pela sociedade (CIRIBELLI, 2017, p. 51). Retoma-se, aqui, a questão da “higiene” e da patologização corpórea da mulher. Apesar de ainda haver estudos nesse sentido, a pauta está em grande parte superada e, cada vez mais, a menstruação está sendo encarada como um novo parâmetro de saúde para as mulheres.

Especialmente, a partir dos anos 2000, têm acontecido novos debates junto à comunidade científica e médica, totalmente contrário ao exposto acima. Estudos que levam ao entendimento de que o ciclo menstrual não serve exclusivamente para a concepção de um feto estão cada vez mais difundidos. Eles mostram o quão é importante o ciclo menstrual também para os outros sistemas do corpo: o sistema nervoso, o sistema cardíaco e até mesmo para a saúde mental, pois os hormônios envolvidos neste processo são capazes de interferir em diferentes rotas bioquímicas do corpo, por exemplo, o hormônio estrogênio. Além das suas funções no útero, ovários e mamas, ele realiza modulações no fígado e diminui níveis de

colesterol. Nos ossos, evita a perda de massa óssea e, no cérebro, age como neuroprotetor prevenindo inclusive a depressão (MOLINA, 2014). Nesse sentido, o College of Obstetricians and Gynecologists (em português: Faculdade Americana de Obstetras e Ginecologistas), em 2015, divulgou o parecer: Menstruação em meninas e adolescentes: usando o ciclo menstrual como sinal vital¹⁷, onde se apresentou que ter ciclos menstruais saudáveis, sem a interferência de medicamentos ou de patologias e menstruar regularmente são indicativos de que o corpo está tendo um funcionamento correto e está em equilíbrio com a produção hormonal e absorção de nutrientes, podendo desta maneira realizar inferências sobre a saúde desta mulher.

Uso anticoncepcional não pelo motivo de querer barrar a menstruação, mesmo não gostando de menstruar, mas sei que menstruar significa estar saudável! Por exemplo, quando a gente perde muito peso a gente para de menstruar, acontece todo aquele problema de gordura para formar os hormônios e não menstruamos, outro momento é quando se vivencia fases de estresse muito intensas, a menstruação costuma atrasar (E4, 22 anos).

Até não sou uma guria que sente cólicas na vida, mas sei que tem outras gurias que sentem e isso é ruim, entendo. Pra mim a menstruação agora me ensina sobre meu corpo sabe assim, eu uso coletor¹⁸ Com isso, consigo ver a cor real da minha menstruação, ver se tem cheiro anormal e tal. Também vejo que no mês que como muita besteira eu tenho uma menstruação mais agitada e desconfortável, inclusive sinto cólicas que não é meu costume (E1, 20 anos).

Existem trabalhos científicos como os da pesquisadora Helena Sampaio (2002) e Beatriz Vale (2014) que buscam entender melhor como o corpo reage frente a adversidades, por exemplo, sobre a desnutrição. Em casos extremos, a desnutrição é capaz de cessar por completo a menstruação pelo motivo do corpo não ter condições nutricionais para compor os hormônios; também está comprovado que níveis elevados de ansiedade aumentam a produção do hormônio cortisol (hormônio do estresse) que pode levar a uma não ovulação ou atraso que,

¹⁷ A publicação original encontra-se em inglês sob o título: Menstruation in girls and adolescents: Using the menstrual cycle as a vital sign. Disponível em: <<https://www.acog.org/Resources-And-Publications/Committee-Opinions/Committee-on-Adolescent-Health-Care/Menstruation-in-Girls-and-Adolescents-Using-the-Menstrual-Cycle-as-a-Vital-Sign>>. Acesso em: 07 set. 2021.

¹⁸ Coletor menstrual é um dispositivo criado em 1942, porém no Brasil somente chegaram na década de 2000, sendo um substituto aos absorventes tradicionais descartáveis. Esses dispositivos são posicionados no fundo da vagina em contato com o colo uterino, dessa forma coletando a menstruação proveniente deste.

consequentemente, gera um desaparecimento ou retardo no aparecimento da menstruação (PASSOS et al; 2017). A relação com a alimentação também se confirma, visto que, sabe-se que alimentos que passam por alto grau de industrialização com adição de diversos condimentos sintéticos: óleos, gorduras, sal e açúcares, chamados de ultraprocessados, alimentos que a entrevistada se referiu como “besteiras”, são capazes de provocar inflamações no corpo que até não interferem ao nível de cessarem a menstruação, mas podem promover o surgimento de cólicas menstruais nas mulheres que não as tinham ou exacerbar tal sintomatologia por conta de uma maior ativação de prostaglandinas (moléculas lipídicas que atuam de modo similar a hormônios) (SADALA, 2018). Bebidas estimulantes como derivados da cafeína e refrigerantes encontram-se também nesse mesmo rol; da mesma forma, alimentos ricos em açúcares, quando consumidos em muito excesso, podem influenciar negativamente a microbiota vaginal, favorecendo o aparecimento de bactérias patogênicas (HOFFMAN et al., 2014; PASSOS et al., 2017). Notável, também, foi a questão trazida pela entrevistada a respeito da coloração e cheiro da menstruação. Normalmente, ela costuma variar em tons de vermelhos intensos nos primeiros dias, passando a tons mais rosados e clarificados nos últimos dias. A menstruação a fresco pode apresentar um cheiro férrico ocasionado pela presença da hemoglobina no sangue, mas nunca deve ter odor fétido (HOFFMAN et al., 2014). É comum e inclusive é relatado na literatura médica sobre mulheres que se queixam de sentirem um certo cheiro ruim da menstruação retida pelo absorvente. No entanto, esse desconforto pode não ser causado pela ação infecciosa de um patógeno especificamente, mas pelos próprios componentes químicos presentes em alguns absorventes que, quando em contato com este sangue e o calor produzido pelo corpo que acaba por esquentar o absorvente, desencadeiam reações químicas. Mas é importante sempre estar alerta e, ao perceber corrimentos ou cheiros desagradáveis, recomenda-se a procura mais breve de assistência médica para uma avaliação dos reais implicadores. Nessa conjuntura, o menstruar pode ser usado como indicativo para a mulher sobre infecções ou outros distúrbios uterinos ou vaginais, por exemplo.

Sobre as cólicas menstruais, várias entrevistadas abordaram o assunto, dizendo senti-las. Essa manifestação é conhecida na área médica pelo nome de dismenorreia, e se caracteriza por dores localizadas na região pélvica, que surgem antes da menstruação, e tendem a desaparecer ao logo em seguida do começo da menstruação. Os desencadeadores da dismenorreia são, a relação conjunta natural de mecanismos bioquímicos do corpo, que, em resumo, atuam na indução da movimentação uterina para levar o endométrio à "descamação" da parte superficial (endométrio). Quando essas dores são de alta intensidade e frequência, é

recomendada a investigação por um especialista necessitando, talvez, da intervenção medicamentosa ou mudança de hábitos de alimentação e estilo de vida (MOLINA, 2014; PASSOS et al., 2017). Tendo tal assunto muito relatado nas entrevistas e entendendo as cólicas menstruais serem um grande incômodo para as mulheres, passei a perguntar o que gostariam de mudar na sua menstruação, visto que, seguir o ciclo menstrual pode não ser tão interessante por esse desconforto.

Mudaria as cólicas é claro, eu sofro de cólicas e estou pensando em recorrer a anticoncepcionais, mas não sei ainda, tenho um pouco de receio, tem toda essa questão hormonal e não quero assim. Eu sei direitinho meu ciclo, meu volume menstrual, até sei que se eu menstruar muito num mês ou essa [menstruação] ficar muitos dias a mais do que meu normal pode ter alguma coisa de errado. Talvez então por isso ainda não quis interromper, apesar da dor [das cólicas] é suportável sabe (E3, 22 anos).

Sinto muita dor e meu fluxo pelo menos nos primeiros dias é muito intenso, então isso é muito ruim. Mas não vejo ser vantajoso não menstruar, porque tem benefícios de saúde em ter esse ciclo né. Se pudesse escolher manter os benefícios e não menstruar escolheria esse, mas se não fico assim e, beleza, até porque já usei anticoncepcional um tempo e sentia umas mudanças de humor e não usaria por causa da menstruação. (E5, 24 anos).

Apesar de reconhecerem os incômodos, as entrevistadas seguem resilientes em persistir e seguir menstruando por acreditar que os benefícios de ter um ciclo menstrual regular e normal é melhor que se o suprimissem. De modo geral, a menstruação evidencia ser assimilada pelas entrevistadas como um indicativo de bem-estar a sua própria condição de saúde, pois, quando se toma conhecimento do que é habitual para o corpo, pode-se usar isso como um parâmetro de normalidade, facilitando a identificação das fugas a esse padrão fisiológico do corpo. Salienta-se que existiram manifestações favoráveis à supressão, especialmente motivada pela dor das cólicas menstruais, mas nenhuma dessas mulheres relatou terem sido coagidas ou sofrido imposições por médicos e/ou outros profissionais de saúde a fazer a supressão menstrual contra sua vontade.

5.4 EMPATIA E SIMPATIA NO MENSTRUAR

A menstruação é um fator preponderante a praticamente todas as mulheres, no entanto a experiência de menstruar é compreendida de diversas formas entre elas, pois, para cada uma, o assunto é entendido e vivido de formas distintas. Além disso, ainda existe o estigma comumente negativo do tabu e da nossa construção social que, por vezes, como apontado, faz com que a mulher tenha vergonha ou sinta nojo de menstruar. Tendo isso em mente, a questão a seguir foi perguntada a todas as entrevistadas: Você acredita que o fato de menstruar pode favorecer o surgimento de um vínculo de colaboração entre as mulheres?

Com toda certeza as mulheres se unem! Lembro de uma vez que uma amiga minha mobilizou uma festa inteira para conseguir um absorvente para uma menina que não tinha. Então sim, cria um vínculo de cooperação (E2, 25 anos).

Eu acredito que sim, porque eu percebo que quando as mulheres precisam, por exemplo, de um absorvente ou algo relacionado à menstruação, elas se unem de uma forma que é inacreditável. Elas vão te estender a mão, mesmo que elas não te conheçam, mas te dão o mundo se for preciso. Tipo qualquer mulher em qualquer banheiro por aí que tu tiver vai acontecer isso. Os homens não têm a noção dessa experiência, então eles nunca vão saber que isso acontece e é muito real (E5, 24 anos).

Menstruar pode conectar outras pessoas que menstruam pelo fato de passarem por uma situação comum. Existe uma certa camaradagem entre mulheres, inclusive eu passei por isso quando percebi que tinha descido [a menstruação] e eu não tinha absorvente, então pedi para uma colega que nem era minha amiga, nunca falei com ela, talvez nem com minha cara fosse, mas ela me deu um absorvente por ela também saber o chato que é a situação de tu não ter o absorvente nesse momento (E4, 22 anos).

Sim, existe uma ligação entre as meninas. Concordo que a menstruação é algo que todas nós temos, claro, tirando aquelas que já tá na menopausa ou tomam anti [anticoncepcional]. Então existe uma cooperação e quando tu tá ali menstruada e precisa de um absorvente, por exemplo, elas vão te ajudar, já passei por isso (E1, 20 anos).

Tem um grande tabu nesse assunto, assim cara, nunca precisei de ajuda ali no momento, mas já vi em banheiros às vezes uma mulher dando absorvente para outra que ficou menstruada para poder ajudar, porque ainda tem todo aquele lance do constrangimento né (E3, 22 anos).

A partir das respostas das entrevistadas, sem haver divergências, o fato de todas as mulheres menstruarem e conseguirem se ver menstruadas é capaz de criar um sentimento comum entre elas que levam a atitudes de cooperação e ajuda. Esse sentimento de conseguir se colocar no lugar de terceiros, de acordo com Gaspar (2014), se chama empatia. A empatia vem sendo cada vez mais estudada e recentemente reconhecida como um mecanismo biológico que contribui para o estabelecimento do equilíbrio social e sucesso das sociedades humanas. O sentimento de empatia só é possível por causa de uma ativação emocional involuntária que leva o indivíduo a desenvolver reações miméticas e respostas fisiológicas automáticas com o objetivo de espelhar a experiência emocional do outro. A experiência de sentir empatia e o processamento cognitivo inconsciente da informação contextual do fato que se presencia podem acrescer também outro componente, a simpatia. Ela está ligada ao sentimento de pena e/ou preocupação que surge ao se reconhecer a situação da outra pessoa e possibilita perceber do que é que o outro necessita naquele momento, julga-se, pois, que é resultante dessas duas interações que são gerados os comportamentos de ajuda e solidariedade (GASPAR, 2014, p.162).

Destaco as falas de duas das entrevistadas que frisaram o fator constrangimento e vergonha que é estar menstruada em público. Sobre isso, retorna-se à questão do tabu menstrual, que dificulta fazer as pessoas perceberem a menstruação como algo que é absolutamente natural da fisiologia do corpo da mulher e, além disso, é um fenômeno imprevisível, já que pode acontecer em qualquer ambiente ou situação do cotidiano. A mulher, de modo algum, pode ser responsabilizada ou culpada e nem tão pouco possuir a obrigação de prever quando sua menstruação chegará, inclusive realizar a previsão, por mais que hoje se saiba muito melhor

acerca da fisiologia e da biologia do corpo e se tenham criado programas computacionais operados em computadores ou *smartphones* que realizam estimativas a partir da inserção de dados como aparência e textura do muco cervical. As previsões de quando virá a menstruação ainda são falhas. O motivo principal para esses erros é a existência de fatores externos, que fogem à capacidade da inteligência artificial desses programas de computadores, como por exemplo: alimentação, consumo de líquidos em especial açucarados e alcoólicos, níveis de estresse, entre outras questões e particularidades dos corpos, afinal, ninguém é igual e todo o corpo está interligado, o que pode interferir no prazo em que a menstruação ocorrerá. Reforça-se que, se a menstruação fosse encarada de uma maneira mais natural dentro das estruturas de nossa sociedade e se conseguisse atenuar ou eliminar a patologização do imaginário popular de ver esse fenômeno como uma sujeira ou aberração, talvez não seria nada estranho a situação de ser pega de surpresa pela menstruação.

Isso não significa que a mulher deveria andar com manchas de sangue menstrual em suas roupas ao andar pelas ruas, apenas argumento que se fosse tratada e entendida de uma forma natural não seria incomum haver, por exemplo, dispensadores com absorventes em banheiros públicos ou até mesmo em lugares de uso comum sem haver segredos. Felizmente, já surgiram iniciativas que visam justamente disponibilizar absorventes a quem precisar (como é o caso do projeto criado por alunas da Universidade Federal Viçosa que ofertam o item gratuitamente em banheiros da Instituição de ensino¹⁹), mas é preciso a criação de uma estratégia de política pública para a pauta, uma vez que ter acesso a itens de higiene menstrual (absorventes ou coletores menstruais) é reconhecido pela ONU desde 2014 como questão de saúde pública e um direito humano fundamental para garantir a dignidade e igualdade entre os sexos e essa deixa claro que é dever do Estado ou nação promover e fomentar estratégias públicas para solucionar essa demanda. Nesse sentido, pode-se dizer que no Brasil, sinais de avanço chegaram a ocorrer quando a Câmara dos Deputados aprovou em 26 de agosto deste ano o projeto de lei 4.968/19 que previa a distribuição de absorventes gratuitamente a estudantes, mulheres de baixa renda, pessoas em situação de rua e reclusas no sistema prisional (BRASIL, 2021). O referido projeto chegou a ser aprovado e passou a ser a partir de outubro a lei 14.214 de 2021 qual institui o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual. Mas o entanto, quase nada mudou, pois todos os trechos que diz respeito ao fornecimento gratuito

¹⁹ Alunas criam campanha na Universidade Federal de Viçosa de doação de absorventes femininos. O projeto espalha caixas com absorventes nos banheiros da instituição. Disponível em: <<http://g1.globo.com/mg/zona-da-mata/noticia/2016/04/alunas-da-ufv-criam-campanha-de-doacao-de-absorventes-femininos.html>> Acessado em: 16 set. 2021.

de absorventes a essa população e tentativa de promover uma melhor dignidade foram vetados em sua totalidade pelo presidente da república. Restando nesse documento apenas trechos que prevêem a obrigatoriedade das secretarias de educação e saúde dos municípios criarem campanhas educacionais que expliquem e/ou demonstrem como usar os absorventes e quais cuidados com a saúde devem ter.

Encerro este capítulo frisando que a união que as mulheres são capazes de criar é inimaginável, parece que praticamente todas são capazes de cooperar e ter empatia e simpatia umas com as outras, ao menos neste momento e, para mim, isso é algo incrível e interessantíssimo, pois pode ser um ponto unificador comum para um levante com vistas a desconstruir este tabu que é a menstruação na sociedade e até lutar essa problemática para que de fato se criem políticas públicas que visem acabar ou ao menos reduzir as desigualdades e promover a dignidade e a segurança às mulheres. “*Os homens não têm a noção dessa experiência, então eles nunca vão saber que isso acontece e é muito real*” (E5, 24 anos).

5.5 ENSINO DE BIOLOGIA NA ESCOLA: ONDE FICA A MENSTRUACÃO?

Nossa, agora que tu me perguntou sobre a escola, recém saí dela, lembro que não tive nada sobre isso [menstruação]. Lembro que tinha aulas de biologia que falavam um pouco sobre anatomia, tipo isso é um útero, um canal vaginal, mas tinham muitas coisas que não falavam e era difícil para nós meninas falar. Quando falavam disso [menstruação] era meio que só explicar que era porque o óvulo não tinha sido fecundado e por isso tinha a menstruação e era praticamente só (E1, 20 anos).

A escola sempre possui um grande papel social. É nessa Instituição que os indivíduos, desde a sua infância à adolescência, irão interagir e aprender a conviver em sociedade, será nela onde se apresentarão diversos e diferentes saberes, culturas, pluralidade de opiniões e corporeidades (pessoas pretas, brancas, altas, baixas...). No Brasil, a escola é dividida em níveis hierárquicos (educação infantil, ensino fundamental e médio) e em cada um deles há seriações que determinam os conteúdos e saberes que os alunos devem adquirir para poder avançar dentro do sistema educacional (PINHO & LIMA E SOUZA, 2014).

O sistema educacional ainda é regido por vários aparatos legais, sendo uns dos mais importantes as Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação (DCNs), documento que estabelece normas obrigatórias para a chamada educação básica que compreende o ensino fundamental e médio; e a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) que detalha os conteúdos

e conhecimentos que devem ser ministrados em cada etapa de seriação educacional (BRASIL, 2018). Interessante notar que em todos estes documentos se enfatiza a necessidade da promoção do debate e o desvelar das condições de opressão social, considerando os princípios dos Direitos Humanos como uns de seus norteadores. Dessa forma tentar desenvolver nos indivíduos um caráter emancipador e crítico ao longo de sua trajetória enquanto indivíduos da sociedade. No entanto, não se pode esquecer que a Instituição escolar é composta por pessoas que provêm de lugares, costumes e de culturas distintas. Portanto, é de se esperar que cada uma tenha suas próprias opiniões e concepções a respeito da política e da sociedade à sua volta. Contudo, é compreensível, inclusive necessário e desejável que seja desta forma, pois somente por tal modo é possível criar o debate plural e diverso que se pretende fazer no ambiente escolar. Entretanto, a problemática escolar no tocante ao tema aqui abordado, é evidenciada quando opiniões são derivadas, deturpadas e influenciadas por concepções de cunho machistas, patriarcais e patologizantes sobre a fisiologia do corpo da mulher, carregado por um senso comum marcado por estereótipos de vistas à manutenção repressiva a mulher.

Na escola tem um fato que não me esqueço. Um das pessoas acho que eram do postinho [posto de saúde], deram uma aula um dia de educação sexual e levaram camisinha e mostraram para a gente como colocava; levaram bonecos também que era um de corpo masculino e outro feminino para mostrar a anatomia. Nisso tudo lembro que a professora, era na oitava série isso, queria separar a turma em meninos para um lado e meninas para outro e ficava interrompendo várias vezes o que estavam explicando. Na época nem notei, mas hoje tenho certeza que não gostou da aula (E4, 22 anos).

Tavares & Piagge (2020) argumentam: o despreparo, o atravessamento de ideais sexistas e insegurança ou concepção errônea dos professores levam à não compreensão do que consiste a prática educacional da sexualidade, fazendo com que um abismo se abra, gerando desconfortos e dificuldades na criação de identidade e personalidade pessoal, resultando em uma invisibilidade do indivíduo. A BNCC deixa clara a delegação da disciplina de ciências das séries finais do ensino fundamental (8ª e 9ª) e de biologia no terceiro ano do ensino médio a apresentar o corpo humano de modo dinâmico, dando enfoque à integração dos vários sistemas fisiológicos (sistema nervoso, digestório, circulatório, entre outros) que o compõem e possibilitam o seu funcionamento harmonioso (BRASIL, 2010). Deve ser abordado, e, nessas aulas, também os órgãos sexuais de ambos os sexos e demais temas relacionados à reprodução humana e sexualidade de modo amplo e contextualizado.

No entanto, a BNCC qual prevê a explanação a respeito dos temas supracitados em sua completude, deixa a desejar no que tange a gradação desse assunto dentro da seriação escolar. A exemplo, em seu texto não esclarece em nenhum trecho a importância de fomentar esse debate, nem tão pouco sugere metodologias e/ou estratégias pedagógicas para a abordagem deste assunto em sala. De acordo com Megid Neto (2018), qual elaborou um parecer analítico sobre a BNCC especificamente atentando para o currículo de ciências da natureza descreve: A BNCC, apresentada em 2018 e vigente até o presente, traz consigo alguns avanços relevantes como: maior preocupação para o desenvolvimento científico e tecnológico com vistas a uma maior interrelação do indivíduos com a natureza e o desenvolvimento social. Mas ao mesmo tempo que essa aborda tal perspectiva, ignora temáticas como a da educação sexual e questões de corporeidade como a fisiologia e anatomia. Inclusive possui sérios problemas quanto a falta de integração da aprendizagem, não propondo uma continuidade dos assuntos tratados em uma sequência lógica, como coloca o pesquisador afirma.

Portanto o que era esperado, ao terminar de cada fase de escolarização, os alunos estivessem aptos a compreenderem o funcionamento de seus corpos, abrangendo de forma total sua fisiologia, bem como interpretarem as condições físicas e emocionais que o acompanham acaba frustrado. O que limita também que os alunos consigam identificar e reconhecer potenciais perigos, por exemplo, quanto a Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs), gravidez entre outros tópicos de saúde individual e coletiva.

Na escola ninguém falou de menstruação em aula. E vou dizer que as aulas de biologia eram bem ruins, não ensinavam essas coisas do corpo. Eu também não tive instrução em casa né, eu aprendi muito lendo Capricho²⁰ (E2, 25 anos).

Por mais que ainda nas diretrizes educacionais brasileiras existam algumas políticas públicas que incentivem e ofereçam cursos a educadores e gestores escolares para que implementem e realizem atividades e didáticas a respeito de educação sexual e sobre o corpo humano, o que ainda se observa, sobretudo desde a última redação da BNCC (2018) é uma desvalorização e desprezo. Principalmente quanto aos conteúdos relacionados à sexualidade, os órgãos sexuais, à fisiologia e à anatomia, especialmente do corpo da mulher (FURLANI, 2008). Por exemplo, analisando o que a última entrevistada falou, de ter aprendido muito lendo

²⁰ Capricho é uma revista brasileira destinada aos jovens, sobretudo a meninas. Foi criada em 1952 pela Editora Abril e até hoje é distribuída e comercializada.

a revista *Capricho*, Furlani (2008) discute que quem está a fazer o papel da escola nessa temática são em grande parte as mídias (imprensas audiovisuais e *internet*). Por exemplo, a sexualidade é colocada de forma ampla em discurso nesses meios de comunicação. A pesquisadora alerta que, enquanto essa mídia estiver sozinha, sendo o único canal de discussão e demonstração de uma série de conceitos, entendimentos e a escola só reclamar ou nem sequer atacar o problema de forma madura, passando a usar essa mídia como seu aliado, ela continuará, sozinha, a ter seu efeito na forma de pensar desses jovens. Não quer dizer que a mídia atrapalhe. No entanto, o que a autora expõe é que é preciso criar um ponderador e esse é possível através da escola, trazendo o que os jovens veem nessas mídias para dentro da escola, tentando fazer uma articulação entre os conteúdos apresentados e as aulas ministradas no ambiente escolar, principalmente de ciências.

Por exemplo, a respeito da menstruação, que é um fenômeno que decorre do funcionamento dos órgãos sexuais da mulher, Pinho & Lima e Souza (2014) revelam que, de modo geral, em livros didáticos escolares, é de praxe ainda dedicar pouquíssimas páginas para a explicação dos órgãos sexuais da mulher e os autores ainda complementam que o corpo da mulher é muito representado para ilustrar apenas o diferente e a imagem do corpo do homem é usado para representar o “padrão”. Aparentemente, toma-se uma posição neutra ao realizar tal abordagem, porém acaba por inviabilizar uma parcela dos indivíduos que não se veem ali representados. Entretanto no escrutínio dos livros didáticos houve um certo avanço após a implantação do Programa Nacional do Livro Didático (PNLD), iniciado em 2007. Houve uma melhoria na qualidade dos livros didáticos de Biologia, distribuídos entre 2009 e 2018, em razão dos critérios de avaliação do PNLD. Nesse sentido, um ponto bastante positivo do PNLD foi remover associações, por exemplo, a menstruação apenas ser provocada pela falta de fecundação e, assim, o útero se desfaz como trazia o livro didático de Sônia Lopes (2004) usado no ensino de biologia do ensino médio. O que levava à criação da ideia da desnecessidade da menstruação, já que a menstruação é uma degeneração. Portanto os livros didáticos atuais até trazem o tema de forma mais aberta e clara, mas ainda assim de nada adianta um livro melhorado se o assunto não é tratado em sala de aula, pois a contextualização e discussão com os alunos é mais essencial do que apenas um texto em um livro

Tenho amigas hoje que não sabem, por exemplo, que a menstruação sai de um lugar e a urina de outro, elas acham que é tipo do mesmo canal e isso é muito triste (E1, 20 anos).

Teve uma vez que estava na aula de educação física e os guri²¹ queriam que eu jogasse com eles e eu disse que tava menstruada e eles começaram a rir, sabe. Não entendi o porque eles riram de estar menstruada (E5, 24 anos).

Nesse sentido, ainda tratando sobre o campo educacional, agora a respeito do ensino superior, uma das entrevistadas me fez o seguinte questionamento:

Nunca vi na biologia estudos relacionados a isso [menstruação], [...] sabe alguma cadeira que aborde mais de perto isso? Eu lembro só de embriologia que ela fala um pouco (E3, 22 anos).

Frente a essa indagação, revirei minhas recordações e, até o momento, dentro da graduação, não tive cadeiras/disciplinas que realizassem uma abordagem crítica sobre sexualidade, fisiologia e/ou anatomia, inclusive concordo muito com o exposto pela entrevistada que a experiência mais aproximada a isso ocorreu na disciplina de embriologia, onde foi lecionado, com detalhes, tanto sobre os órgãos sexuais da mulher quanto do homem e se discutiram alguns tópicos sobre sexualidade humana e de alguns animais. No entanto, compreendo poder estar equivocado no que digo por não ter, talvez, explorado todas as possibilidades disponíveis dentro do curso de Ciências Biológicas. Todavia, acredito ser pertinente salientar que algumas mudanças no ensino de biologia, pelo menos no que compete a UFRGS, está acontecendo. Exemplo disso foi a criação da disciplina eletiva: Biologia, sexo e gênero (Anexo A), que é ofertada como eletiva, ou seja, optativa do(a) aluno(a), mas que propõe: atualizar os conhecimentos biológicos sobre determinação, desenvolvimento, comportamentos e orientação sexual; aprofundar saberes sobre os gêneros e as sexualidades e questionar construções sociais acerca deles; instrumentar o aluno com visões históricas e sociais sobre esses conhecimentos biológicos e suas configurações contemporâneas; fomentar reflexões críticas sobre as questões de gênero e sexualidade no âmbito da formação e atuação do biólogo. Apesar disso, seria interessante que todos experienciassem a oportunidade de ter disciplinas que discutissem esse cenário, visto que, o que ocorre dentro da Universidade, acaba por se refletir posteriormente no ambiente escolar, pois uma das principais unidades formadoras de novos professores é a Universidade. Além disso, de acordo com o Conselho Nacional de

²¹ Guri ou seu diminutivo gurizinho é uma gíria comumente usada no Estado do Rio Grande do Sul/Brasil para se referir a um menino/homem.

Educação, órgão que aprova as Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Ciências Biológicas (BRASIL, 2001) o formando em Ciências Biológicas deverá ser capaz de:

- Reconhecer formas de discriminação racial, social, de gênero, etc. que se fundem inclusive em alegados pressupostos biológicos, posicionando-se diante delas de forma crítica, com respaldo com pressupostos epistemológicos coerentes e na bibliografia de referência;
- Estabelecer relações entre ciência e sociedade;
- Utilizar os conhecimentos das ciências biológicas para compreender e transformar o contexto sócio-político;
- Portar-se como educador, consciente de seu papel na formação e poder de influenciar outros cidadãos.

Ao ler esta passagem nota-se também o forte apelo ao desenvolvimento social, o que vai de encontro com a matriz dos Direitos Humanos, de garantir a dignidade a todos os cidadãos e de garantir a manutenção do direito a liberdade e a vida.

De modo geral, ao se observar o panorama, evidencia-se que os temas menstruação, anatomia, fisiologia e o corpo da mulher são, de certa forma, negligenciados pelos professores em salas de aula em praticamente todo o período escolar. Não são realizadas abordagens adequadas que forneçam explicações ditas como plausíveis para um entendimento completo do que ocorre em diferentes etapas da vida, principalmente na fase escolar, onde muitas dessas mulheres passam por transições decorrentes da menarca. Brêtas et al. (2012) concorda que os efeitos da negligência são terríveis que levam a um mal-estar emocional. Inclusive Furlani (2008) discorre que a temática da educação sexual pode e deve ser discutida em todas as disciplinas e em todos os níveis de seriação educacional, desde a infância à adolescência, independente da área de formação do profissional docente e isso pode ser feito de maneira bem prática, por exemplo um professor de ciências ou até de língua portuguesa pode ao invés de trabalhar com uma gravura ou texto específico do livro didático, trazer uma reportagem de uma revista ou ainda uma propaganda de televisão onde se fala sobre sexualidade e as problemáticas a cerca deste. As abordagens precisam ser realmente informativas e esclarecedoras.

Seria muito interessante se aprendêssemos sobre sexualidade e o corpo a fundo na escola, porque isso ajudaria em muitas coisas, inclusive entender sobre gravidez, como um ciclo menstrual influencia uma mulher, se cuidar de ISTs, e acho que falta muito isso sabe. Gostaria que todos tivessem aulas sobre ciclo menstrual, entender como funciona, como acontece, se fosse assim as coisas seriam mais fáceis (E5, 24 anos).

Acho que se falassem de uma maneira aberta sem vergonha, falar mais sobre os métodos contraceptivos, não lembro de ter aprendido isso na escola, por exemplo, falar também desses novos métodos de coleta do sangue [menstrual], os coletores, as calcinhas absorventes, seria interessante dar isso em aulas, ajudaria todo mundo. Porque acho assim, que tratam muito como um tabu, sabe (E3, 22 anos).

A curiosidade, o querer aprender e compreender o corpo, sua fisiologia, a menstruação e sexualidade podem dizer ser inatas ao comportamento humano, pois são potentes instrumentos formadores de identidade, onde o indivíduo passa a se perceber como um atuante único dentro da sociedade. Entretanto, a menstruação e os assuntos a ela atrelados continuam sendo tratados pelo viés do tabu dentro do ambiente escolar, o que tornará cada vez mais dificultoso o caminho para que a mulher construa sua identidade. Por fim, encerro este capítulo trazendo o que a entrevistada da licenciatura diz:

Eu tentaria encaixar esse assunto [menstruação], com a área curricular que tratasse da fisiologia humana, para que no momento que falasse do sistema reprodutor eu pudesse tratar de uma maneira natural, apresentando detalhes e assim tirar os tantos estigmas negativos e aqueles que tentam desviar para um lado místico do menstruar que deixa o assunto suscetível a pseudociências. Eu quero tentar tratar esse tema como algo normal e que acontece a partir de certa idade e vai até outra, quero tratar de maneira natural, positiva e científica (E4, 22 anos).

5.6 MENSTRUÇÃO: PERCEPÇÕES DE MUDANÇAS NA SOCIEDADE

Diferente de qualquer outro fenômeno fisiológico do corpo humano, a menstruação quase sempre é acompanhada de preceitos e condutas. No ambiente escolar e ainda em várias esferas de nossa sociedade, sobretudo a brasileira, a menstruação é tratada como um grande tabu que exige até um certo malabarismo e discrição ao se falar em alguns ambientes. Entretanto, parece que esse cenário pragmático está sofrendo modificações. O movimento feminista, de forma generalizante, abrangendo todas as suas correntes de pensamento, é um expoente constituidor dessa mudança de paradigmas e da criação de uma nova mentalidade entre muitas mulheres, além de também atingir os homens. Foucault (1980) argumenta: “Os sujeitos são o resultado de uma construção histórica, então em cada momento histórico temos determinados sujeitos diferentes”. A mulher, frente a todas as transformações promovidas pelo

agitar de longa data, impulsionadas pelas reivindicações feministas de liberalização e normalização de seus corpos, contra as formas de opressão que as impedem de progredir entre outras questões de natureza político-sociais, tem resultado na produção de uma autoidentidade. Esta autoidentidade, por sua vez, tem sido estimulada pelos próprios movimentos feministas, como em um efeito de retroalimentação, a ser cada vez mais manifestada e apresentada nos diferentes cenários da vida cotidiana. Desta forma, pode-se dizer que é neste instante que o empoderamento da mulher se inicia e que faz deslanchar um amplo debate acerca da desconstrução dos tabus que a rodeiam.

Há uma desconstrução. Pode ver, nós, mulheres, estamos discutindo isso tudo, bom o teu trabalho é uma grande desconstrução, ainda mais tu sendo guri. É interessante também que quando abre o Instagram, tem várias pessoas falando de como lidar com a menstruação, falando de sexo, não no sentido de ensinar a fazer é claro, mas tu vê que as pessoas estão empoderadas a discutir e isso é super bacana (E3, 22 anos).

Eu acho que a sociedade está mais aberta a ver de um modo diferente a menstruação. Porque pessoas como eu que não se envergonhavam, que não se davam ao trabalho de esconder um absorvente é um sintoma de que com o passar do tempo esse assunto vem deixando de ser um tabu generalizado. Até a maneira como a mídia trata esse tema já vem sendo uma reação do feminismo e dos questionamentos que a nossa geração que agora está se tornando adulta vem produzindo. Sem dúvidas mudanças estão ocorrendo (E4, 22 anos).

No geral, as mulheres estão mais empoderadas a discutir e isso é um sinal que este assunto é mais natural, elas estão cada vez mais se apropriando disso e não tendo mais vergonha. Tipo no Youtube tem várias mulheres que vejo que discutem sobre seus corpos, menstruação e outras coisas (E2, 25 anos).

Vejo que isso de hoje tem a ver com o empoderamento da mulher junto com os movimentos feministas. Nós cansamos e agora começamos a falar e no momento que falamos e alguém começa a ouvir a gente, se começa a abrir a mente das pessoas para isso e juntar mais pessoas para que deem suas opiniões (E5, 20 anos).

Um dos grandes impulsionadores dessa nova fase do feminismo (promoção do autoconhecimento e autoidentidade entre as mulheres com vistas ao rompimento dos tabus), é o tema da menstruação, que ocorre quase que exclusivamente pela ascensão e consolidação da *internet* e das redes sociais que com ela surgiram. Esses novos instrumentos são incrivelmente poderosos, pois viabilizaram uma comunicação ampla e plural com diversas pessoas de modo simultâneo a nível global (RODRIGUES et al, 2014). Nas redes sociais que as entrevistadas citaram (Youtube e Instagram, por exemplo), realmente existem inúmeras pessoas independentes como os perfis: *@mulherprafrente* (Instagram), *@ginecologicas* (Instagram), *Lasciva Lua* (Youtube); organizações sem fins lucrativos, como o canal da Organização das Nações Unidas (ONU), que está vinculado no Youtube, qual é possível encontrar conteúdos que abordam o tema principalmente pelo viés social. É expressivo também o número de profissionais da área da saúde, estudiosos ou apenas curiosos que estão divulgando, muitas vezes, a partir de suas próprias experiências, conteúdos informativos e/ou reflexivos sobre o ciclo menstrual, acontecimentos que ocorrem com o corpo durante a vida com intenções de esclarecer e desmistificar as ideias equivocadas sobre a mulher. O interessante também das redes sociais é a sua interatividade e sua autoconfiguração, que estabelecem uma via menos compartimentalizada, criando uma associação ampla, participativa e democrática, pois agora todos podem colocar suas opiniões e discuti-las. E é por esse motivo que se percebe uma maior representação. Agora, várias pessoas têm voz e liberdade para difundir suas constatações e descobrimentos e atuar de modo colaborativo na vida em sociedade (RODRIGUES et al, 2014).

Antes eu tinha um bloqueio para falar e já perdi muita oportunidade de falar sobre menstruação pra outras pessoas, sabe, mas agora não perco mais. Às vezes as pessoas ficam me olhando assim, às vezes acham estranho, mas definitivamente não dou mais bola para isso. Vejo que tem muitas pessoas receptivas a aprender e posso ajudar essas pessoas, por exemplo, quando comprei meu coletor postei no Instagram e uma amiga minha comentou que o namorado dela viu isso e perguntou pra ela o que era coletor, como usava, ficou curioso sabe. Fiquei muito feliz de saber que homens estão começando a se interessar (E1, 20 anos).

Principalmente, com base no relato da entrevistada acima (que menciona a respeito de homens se mostrarem estarem interessados em compreender melhor sobre o assunto) passei, portanto, a realizar a seguinte questão às entrevistadas: como é ver homens (que não necessariamente são da área da saúde) se interessando por esse assunto?

Fico feliz, obviamente, mas é um pouco estranho não vou te mentir, é uma coisa que não estamos acostumados a ver e daí causa um certo estranhamento, ainda mais quando a pessoa não é tipo um médico ou algo assim. Mas a partir do momento que tu fala sobre [o assunto] sem julgamentos principalmente e tu debate sobre o assunto e passa conhecimento sobre isso é muito diferente (E1, 20 anos)

É uma desconstrução! É muito interessante porque é muito difícil conversar sobre isso [menstruação] com homens, muitos não entendem ou não querem porque é um assunto de menina (E3, 22 anos).

Acho muito legal quando homens tratam desse assunto e se interessam sabe, querem estudar sobre, até porque às vezes a natureza feminina é tratada com um certo ar místico o que ajuda a reforçar estereótipos. Vejo como uma maneira de “dá acabo” a essa, porque somos reprimidas de muitas formas entre elas pela menstruação (E4, 22 anos).

Analisando o que foi respondido, ocorre, em um primeiro momento, um impacto ao se deparar com homens discutindo esse assunto de forma crítica, pois efetivamente é difícil encontrar homens abordando-o e, quando são encontrados, comumente eles estão ligados a áreas da saúde. Não que isso seja inconveniente, mas deve-se observar o foco dessas pessoas que, em geral, está voltado a patologias ou a elas relacionadas, deixando, por vezes, para trás o enfoque social que envolve a presente demanda.

Entretanto, com o movimento feminista, sobretudo os desenvolvidos nas últimas décadas, vem aumentando a tendência a uma maior conscientização e criticidade, não só de mulheres, mas passando a afetar também os homens, pois eles estão acompanhando o desenvolver do empoderamento da mulher, além de cada vez mais estudos antropológicos incluírem, na pauta feminista, o papel do homem. Analisando de forma totalizante, essas mudanças de papéis sociais vêm ocorrendo com homens, ao passo que as mulheres conquistam suas reivindicações (SILVEIRA, 2014). Em outras palavras, até mesmo o movimento feminista

está sendo mais participativo e antenado em um processo contínuo de fortalecimento, voltando-se para o homem não o vendo como outrora apenas como um tirano, mas que pode ser um aliado junto às mulheres. Desde que reconheça seus “privilégios” de ser homem: ter amplo espaço de falar, ser escutado e respeitado. O homem deve cativar de forma crítica outras pessoas, em especial, levando outros homens a perceberem a existência de desigualdades, violência, exclusão e outros fatores degradantes como o tabu da menstruação, fazendo tornar possível uma transformação que, em um primeiro momento, será pontual, mas que conforme vai se dialogando, poderá alcançar maiores proporções e novos agentes.

Apesar de ainda haver fortes resistências ao movimento feminista (contra a ocupação das mulheres nos espaços públicos dentro da sociedade, pela manutenção do modelo patriarcal e machista), há também inúmeras pessoas de ambos os sexos e setores da sociedade comprometidas em questionar este atual modelo social de políticas tanto públicas quanto privadas e as oportunidades de crescimento pessoal e assegurar a dignidade da mulher. Estamos vivendo uma época de mudanças nos códigos de moral e tais mudanças, infelizmente, levarão tempo e continuarão a necessitar de muitos embates para se consolidarem, entretanto, uma vez que essas transformações já foram iniciadas, retrocessos serão cada vez menos tolerados.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Analisando, de maneira geral, o exposto pelas entrevistadas, parece que falar sobre menstruação está deixando de certa forma ser um tabu. As entrevistadas se mostraram abertas e desenvergonhadas em tratar sobre o assunto, até mesmo aquelas que alegaram no passado sentirem certo constrangimento. Destaco, também, que está tomada de consciência e a aprendizagem sobre o menstruar, em suma, não foram transmitidas pela via escolar tradicional (sistema educacional), inclusive tornando essa situação um ponto comum a praticamente todas as entrevistadas. Houve um desapontamento generalizante no tocante ao quesito escola, pois julgaram que essa Instituição falhou ao realizar a abordagem dos assuntos referentes aos órgãos sexuais e sua fisiologia, o que colabora para a manutenção de estereótipos irrigados pela construção social do patriarcalismo e machismo, que geram desconfortos à mulher. Apesar dessas circunstâncias, em geral não houve um desamparo completo, visto que, a participação familiar, principalmente das mulheres dessas famílias, ter se mostrado muito forte e se apresentou como um porto seguro para a transmissão de conhecimento e informações a respeito das mudanças corporais (o que de fato é a menstruação e sobre a utilização de absorventes),

colaborando na atenuação dos males que se formariam se o assunto fosse totalmente negligenciado por todas as esferas de vínculo dessas mulheres.

Atualmente, um dos elementos que foi citado e compreendido como importante para a formação da autoidentidade e desenvoltura da consciência do que é ser mulher e o menstruar, segundo as entrevistadas, foi o resultado das lutas, reflexões e ensinamentos que os movimentos feministas deixaram e continuam deixando na sociedade. De modo abrangente, sobretudo nos dias de hoje com a *internet* e as redes sociais, democratizou-se e tornou-se muito mais possível a discussão de assuntos que até então eram menos abrangidos pelo próprio movimento feminista. Por exemplo, sobre o desmistificar e o apresentar a fisiologia corpórea da mulher sem apontar distúrbios ou patologias, fazendo, assim, melhorar a relação das mulheres com seus próprios corpos, trazendo confiança a elas. Menstruar também se mostrou um indicador de saúde corporal e, até mesmo, mental para as entrevistadas, apesar de haver vários relatos de incômodos causados pelas cólicas menstruais. No entanto as voluntárias acreditam que os benefícios da não supressão menstrual sejam garantidores de qualidade de vida, principalmente porque se mostraram receosas ao aderirem ao uso de anticoncepcionais; não se vale o risco da exposição a hormônios sintéticos apenas para tal finalidade. Entretanto, saliento que, mesmo que se afirme a menstruação ser entendida como indicador positivo de saúde, não significou que as entrevistadas gostam de passar pelo fenômeno de menstruar todos os meses, o que ficou bastante evidente nos depoimentos.

A sociedade está atravessando uma grande mudança de paradigmas no tocante à mulher, acentuando as reflexões (principalmente nas últimas décadas), onde o feminismo foi impulsionado pelas redes sociais e a *internet* de modo sem precedentes. O tabu sobre o menstruar, a percepção de sujeira, nocividade e desvio de padrão estão sendo combatidos, mas, por ainda existir, também cria um sentimento de cooperação fortíssimo e único entre as mulheres que homens provavelmente não conseguem nem mensurar. Pois praticamente todas as mulheres, ao menos alguma vez na vida, menstruam e, sabendo que tal fenômeno não é bem compreendido nessa construção social em que vivemos, a empatia e a ação de mulheres de ajudar outras mulheres que menstruam passa a ser um mecanismo de proteção a mulher.

A jornada para findar as problemáticas sociais acerca desse assunto está distante de seu término, mas resultados já aparecem. As mulheres estão cada vez mais sentindo-se empoderadas e estão passando a discutir, por exemplo, sobre seus corpos, sobre fisiologia, anatomia, acontecimentos ocorridos com elas mesmas, que fazem despertar sentimentos de identidade, pertencimento e união. É o momento de questionarmos os códigos morais

patriarcais e machistas buscando o rompimento. A escola pode e deve ser aliada, fomentando o pensar crítico sobre as condições atuais entre homens e mulheres. Ministrando aulas que abordem sexualidade, explicitem a anatomia, a fisiologia dos órgãos das mulheres e a menstruação também devem ser consideradas, pois toda a conjuntura contribuirá positivamente na construção dessa nova concepção do que é ser mulher. Os homens também devem participar, uma vez que o feminismo pode ser entendido como um projeto de sociedade, visto que não luta por uma supremacia ou dominação da mulher sobre os homens, nem tão pouco é o contrário de machismo. Os homens envolvidos devem fazer de seu lugar um ponto de contraposição, principalmente usando seu espaço de fala para debater com outros homens tal problemática, pois o tema não costuma ser de interesse dos homens, por ainda acreditarem que não os interfere. Portanto é preciso sensibilizar de toda forma, mostrando que determinadas atitudes são violentas e não cabem no hoje. Nesse sentido se sugere também que estudos nessa perspectiva sejam propostos, que poderiam entrevistar homens sobre as suas percepções acerca da menstruação a fim de traçar estratégias para sensibilizar essa parcela da população e engajá-la na luta por direitos, maior equidade e dignidade as mulheres.

As Ciências Biológicas têm um papel essencial na vida dos cidadãos, pois, assim como em qualquer outra ciência, está envolvida na vida cotidiana de todos nós e pode ser uma criadora e/ou sustentadora de construções sociais. Entretanto essa pode operar de modo oposto sendo um ponto disruptivo às construções sociais: basta que as pessoas que as constituem passem a analisar de forma crítica e minuciosa o que está acontecendo no mundo à sua volta.

7 BIBLIOGRAFIA

ARISTÓTELES. **História dos Animais**, 1ed. São Paulo: WFM Editora. 2014.

BONI, V; QUARESMA, S.J. **Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em ciências sociais**, v. 2, n. 1, p. 68-80, janeiro, 2005. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/18027/16976>>. Acessado em: 24 mai. 2021.

BRASIL, **Lei nº 12.852, de 5 de agosto de 2013. Dispõe sobre o Estatuto da Juventude.** Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, 6 de agosto de 2013. Seção 1, p.1. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/lei/12852.htm>. Acessado em: 23 jun. 2021.

BRASIL, **Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006. Dispõe sobre os mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher.** Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, 8 de agosto de 2006. Seção 1, p. 1. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/11340.htm> Acessado em: 31 ago. 2021.

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, 7 de outubro 2021. Seção 1, p. 3. Disponível em: <<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-14.214-de-6-de-outubro-de-2021-350926301>> Acessado em: 19 nov. 2021.

BRASIL. **Projeto de Lei Nº 4.968/19. Prevê a distribuição de absorventes higiênicos para estudantes dos ensinos fundamental e médio, mulheres em situação de vulnerabilidade e detidas.** Brasília, Câmara dos Deputados, Coordenação de Publicações, 2021. Disponível em: <<https://www.camara.leg.br/noticias/799998-camara-aprova-distribuicao-gratuita-de-absorventes-higienicos-para-estudantes-e-mulheres-de-baixa-renda/>>. Acessado em: 16 set. 2021.

BRASIL. **Conselho Nacional de Educação; Câmara de Educação Básica. Parecer nº 11, de 7 de julho de 2010. Diretrizes Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental de 9 anos.** Diário Oficial da União, Brasília, 9 de dezembro de 2010, Seção 1, p. 28. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=6324-pceb011-10&category_slug=agosto-2010-pdf&Itemid=30192>. Acessado em: 19 set. 2021.

BRASIL. **Conselho Nacional de Educação; Câmara de Educação Superior. Parecer nº 1.301, de 6 de novembro de 2001. Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Ciências Biológicas.** Diário Oficial da União, Brasília, 7 de dezembro de 2001, Seção 1, p. 25. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CES1301.pdf>> Acessado em: 30 set. 2021.

BRASIL. **Disque Direitos Humanos. Relatório 2019.** Brasília: 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/disque-100/relatorio-2019_disque-100.pdf> Acessado em: 20 nov. 2021.

BRASIL. **Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Disque 100 tem mais de 6 mil denúncias de violência sexual contra crianças e adolescentes em 2021.** Brasília: 2021. Disponível em: <<https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2021/maio/disque-100-tem-mais-de-6-mil-denuncias-de-violencia-sexual-contra-criancas-e-adolescentes-em-2021>> Acessado em: 20 nov. 2021.

BRASIL. **Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular.** Brasília: 2018. Disponível em: <<http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>> Acessado em: 30 set. 2021.

BRÊTAS, J. R. S; TADINI, A. C; FREITAS, M. J. D; GOELLNER, M. B. **Significado da menarca segundo adolescentes.** Acta Paulista de Enfermagem, V. 2, n. 25, p. 14–21, maio, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ape/a/5Qy4wVLFR8BZ6GgrwPqb5mL/?lang=pt>>. Acessado em: 09 ago. 2021.

DE SOUZA, T.M. **Perspectivas sobre a menstruação: análise das representações na publicidade e na militância feminista online.** Revista Eletrônica de Ciências Sociais. V. 1, n. 23, p. 295-314, janeiro, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/csonline/issue/view/692>>. Acessado em: 23 ago. 2021.

DEWES, J.O. **Amostragem em Bola de Neve e Respondent-Driven Sampling: uma descrição dos métodos.** Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso) – Instituto de Matemática, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013.

- FÁVERI, M. de; VENSON, A. **Entre vergonhas e silêncios, o corpo segregado. Práticas representações que mulheres produzem na experiência da menstruação, Anos 90.** Porto Alegre, V. 14, n. 25, p. 65-97, julho, 2007. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/anos90/article/viewFile/5403/3060>>. Acessado em: 15 jul. 2021.
- FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA, **Dignidade menstrual. Todas as pessoas que menstruam têm direito à dignidade menstrual, o que significa ter acesso a produtos e condições de higiene adequados.** Reportagens UNICEF Brasil, 2021. Disponível em: <<https://www.unicef.org/brazil/dignidade-menstrual>> Acessado em: 22 nov. 2021.
- FOUCAULT, M. **História da sexualidade I: A vontade de saber**, tradução Albuquerque, M. T. C. 3 ed. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1980.
- FOUCAULT, M. **Vigiar e punir: nascimento da prisão.** 36 ed. Petrópolis: Vozes, 2009.
- FURLANI, J. **Programa Nós da Educação. Sexualidade humana na escola.** 2008. (20m57s). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=gBk6tj-9ngY&t=346s>> Acessado em: 06 set. 2021.
- GASPAR, A. **Neurobiologia e psicologia da empatia, pontos de partida para a investigação e intervenção da promoção da empatia.** Revista Povos e Culturas, V. 1 n°. 18, p. 159-174, janeiro, 2014. Disponível em: <<https://revistas.ucp.pt/index.php/povoseculturas/article/view/8947>> Acessado em: 22 ago. 2021.
- GIROLAMI, M. C. **Educação e trabalho: um olhar dos jovens de baixa renda do Brasil e da Argentina.** Centro de Pós-Graduação das Américas, Universidade de Brasília, Brasília, DF, 2014. Disponível em <<https://repositorio.unb.br/handle/10482/17364>> Acessado em: 20 nov. 2021.
- HOFFMAN, B.L; SCHORGE, J. O; SCHAFFER, J.L; HALVORSON, L.M. **Ginecologia de Williams.** 2 ed. Porto Alegre, Artmed, 2014.
- LAQUEUR, T. **Inventando o sexo. Corpo e gênero dos Gregos a Freud**, tradução Whately, V. Rio de Janeiro: Relume Dumará, 2001.
- LIMA, V. M. S; OLIVEIRA, A. J. **Dignidade da pessoa humana e sua interpelação com os direitos humanos.** Jus.com, V. 1, n. 1, p. 1 – 7, março, 2015. Disponível em: <<https://jus.com.br/artigos/37016/dignidade-da-pessoa-humana-e-sua-inter-relacao-com-os-direitos-humanos>> Acessado em: 22 nov. 2021.
- LÔBO, Y. **Bertha Lutz. Ministério da Educação**, Brasília: 2010. Disponível em: <http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select_action=&co_obra=205196> Acessado em: 08 out. 2021.
- MEGID NETO, J. **Parecer analítico sobre a BNCC – Ciências da natureza.** Dissertação (Tese de mestrado) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2018.
- MOLINA, P. **Fisiologia Endócrina**, 4 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- NARVAZ, M; NARDI, H. C. **Problematizações feministas à obra de Michel Foucault.** Revista Mal-Estar e Subjetividade, V. 2, n. 1, p. 45-70, março, 2007. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482007000100005>. Acessado em: 10 ago. 2021.

PRAKASH R. et al. **Correlates of school dropout and absenteeism among adolescent girls from marginalized community in north Karnataka south India**. Journal of Adolescence, ;61, p. 64–76, december, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.09.007>>. Acessado em: 29/04/2021.

PASSOS, E.P. **Rotinas em Ginecologia**, 7 ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

PINHO, M. J. S; LIMA E SOUZA, A. M. F. **Gênero em coleções de livros didáticos de biologia**. Revista Feminismos. V. 2, n. 3, dezembro, 2014. Disponível em: <<https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/viewFile/30040/17772>>. Acessado em: 28 jun. 2021.

RODRIGUES, A.G; GADENZ, D. DE LA RUE, L. A. **Feminismo.com: O movimento feminista na sociedade em rede**. Fundación Dialnet. V. 1, n. 36. abril, 2014. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5472578>> Acessado em: 11 set. 2021.

SACHS, J. P. D; DE SOUZA, D. C; ROMMAZZINA FILHO; SALVI, R. F. **Perspectivas feministas modernas e pós-modernas e educação científica equânime quanto aos gêneros**. Anais V Simpósio Nacional de Ensino de Ciência e Tecnologia. novembro, 2016. Disponível em: <<http://www.uel.br/grupo-pesquisa/ifhiecem/arquivos/SACHSetal2016>>. Acessado em: 16 ago. 2021.

SADALA, F. O. **Análise sobre o ciclo menstrual juntamente com um estudo sobre alimentos funcionais para a melhoria da qualidade de vida feminina**. Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso), Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Amapá, Laranjal do Jari, 2018.

SANABRIA, E. The body inside out. **Menstrual management and gynecological practice in Brazil**. Berghahn Journals, V.1 n. 55, p. 94–112, março, 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.3167/sa.2011.550105>>. Acessado em: 10 ago. 2021.

SAMPAIO, H. A. C. **Aspectos nutricionais relacionados ao ciclo menstrual**. Revista Brasileira de Nutrição, Campinas, V. 15, n. 3, p. 309-317, setembro, 2002. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/PjnypW5yJBdwg7yPYkXG6tQ/?format=pdf&lang=pt>>. Acessado em: 23 nov. 2021.

SANTOS, D.T.R. **Precisamos romper com os silêncios**. 2016. (10m01s). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=6JEdZQUmdbc&ab_channel=TEDxTalks>. Acessado em: 23 jun. 2021.

SCHIEBINGER, L. **Expandindo o kit de ferramentas agnotológicas: Métodos de análise de sexo e gênero**. Revista feminismo, V. 2, n. 3, p. 85-103, setembro, 2014. Disponível em: <<https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/download/30035/17767>>. Acessado em: 14 jul. 2021.

SILVEIRA, B. N; FLOSS, M. **Pobreza menstrual – O filme**. 2021. (5m15s). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=0mcGvg4CTyg&list=WL&index=19&t=5s>> Acessado em: 19 nov. 2021.

SILVEIRA, G.N. **A pós modernidade nos movimentos feministas: novos atores, novos desafios**. 18° REDOR, Universidade Federal Rural de Pernambuco. novembro, 2014. Disponível em: <<http://www.ufpb.br/evento/index.php/18redor/18redor/paper/viewFile/7>>. Acessado em: 10 ago. 2021.

TAVARES, R.L.J; PIAGGE A.C.M.D. **Dossiê educação sexual hoje: Reflexões e perspectivas**. Revista on line de Política e Gestão Educacional, Araraquara, V. 24, n. 3, p. 1679-1688, novembro, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.22633/rpge.v24iesp3.14587>>. Acessado em: 16 jul. 2021.

VALE, B; BRITO, S; PAULOS, L; MOLEIRO, M. **Distúrbios menstruais em adolescentes com transtornos alimentares – meta de percentil de índice de massa corporal para resolução dos distúrbios menstruais**. Revista Einstein. Coimbra, V. 12, n. 2, p. 175-180, março, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/eins/a/cqSxyVntWw5sVzx4cwwWCGb/?lang=pt&format=pdf>>. Acessado em: 23 nov. 2021.

WODON Q; NGUYEN M.C; TSIMPO C. **Child marriage, education, and agency in Uganda**. Feminist Economics. v. 22, n. 1, p. 54-79, october, 2015. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/13545701.2015.1102020>>. Acessado em: 28/04/2021

YOUNG, I. M. **On female body experience: “Throwing like a girl”**. Oxford: University Press, 2005.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

O estudo: A PERCEPÇÃO ATUAL DO PROCESSO MENSTRUAL ENTRE MULHERES JOVENS DISCENTES DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL constitui no Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) do aluno GIOVANNI COPELLO E SILVA, graduando do bacharelado em Ciências Biológicas, sob orientação da professora Dra. ROSIMERI AQUINO DA SILVA, qual é lotada no Departamento de Ensino e Currículo (Faculdade de Educação - FACED).

1. OBJETIVO E JUSTIFICATIVA - Esse estudo buscar compreender as SUAS PERCEPÇÕES ATUAIS EM RELAÇÃO A MENSTRUÇÃO, procurando entender como foi e prossegue sendo (caso ainda) para você vivenciar e lidar com tal fenômeno. Desse modo busca-se avaliar como a construção histórica da sociedade moderna, do não falar sobre o assunto, de se veicular a algo negativo ou desnecessário, de precisar ser escondido entre outros aspectos sociais de interferências como: família, escola, amigos e propagandas midiáticas influenciou e/ou influência nas suas percepções atuais a respeito do tema. O estudo JUSTIFICA-SE pelo motivo de em nossa sociedade ainda prevalecer a construção do corpo masculino como um modelo e haver um silenciamento da mulher principalmente quanto a menstruação, qual é o foco aqui, por vezes renegando esse a algo impuro, sujo ou como se fosse causada pela falta de sexo pro criativo.

2. PÚBLICO ALVO E ETAPAS - O público alvo são as estudantes discentes da UFRGS com idade entre 18 a 29 anos, consideradas como jovens pelo Estatuto da Juventude (EJ). A escolha se dá por já terem vivenciado a menarca (primeira menstruação), o processo de escolarização e ter contato com os elementos sociais dispostos acima. A função será VOLUNTÁRIA e não haverá PAGAMENTO ou COBRANÇA de valores. AS ETAPAS que seguem serão: entrevista para obtenção dos depoimentos, análise dos discursos e posterior contextualização com auxílio de bibliografia para uma discussão.

3. ENTREVISTA - Essa será realizada via Skype uma ÚNICA vez e de forma INDIVIDUAL pelo aluno GIOVANNI COPELLO E SILVA. Perguntas serão realizadas afim de instigar a discussão e atingir os objetivos. A entrevista será GRAVADA para possibilitar uma melhor análise posterior.

4. RISCOS - Os riscos serão mínimos, não haverá respostas CERTAS ou ERRADAS, nem se busca QUESTIONAR valores morais ou religiosos, NÃO RESPONDER ou DESISTIR ficará livre.

5. CONFIDENCIALIDADE - A gravação audiovisual ficará sob responsabilidade do aluno cabendo esse armazenar, proteger e manter sigilo das informações. Caso sua fala seja transcrita, seja de forma parcial ou integral, NÃO será mencionado seu nome ou qualquer informação que possa servir de identificação. Caso desista da participação o conteúdo gravado e/ou transcrito será EXCLUÍDO.

Declaro não receber financiamento e usar as informações prestadas apenas neste estudo. Uma CÓPIA deste TCLE será enviada ao e-mail informado por você.

Porto Alegre, 29 de junho de 2021.

E-mail *

E-mail válido

Nome completo

Texto de resposta curta

Idade *

Texto de resposta curta

Qual seu curso de graduação? *

Texto de resposta curta

Declaro estar ciente de como minhas informações serão usadas e que tenho o direito de desistir da participação do estudo a qualquer momento. *

SIM

NÃO

Declaro estar ciente e autorizo a gravação audiovisual para tal finalidade *

SIM

NÃO

DECLARO TER LIDO E ACEITO OS TERMOS DESTES TCLE *

SIM

NÃO

Fonte: Autoria própria, formulário criado via plataforma Google Forms.

ANEXO A – PLANO DE ENSINO DA DISCIPLINA ELETIVA: BIOLOGIA, SEXO E GÊNERO



PLANO DE ENSINO

Data de Emissão: 04/10/2021

Instituto de Biociências Departamento de Zoologia			
Dados de identificação			
Disciplina: BIOLOGIA, SEXO E GÊNERO			
Período Letivo: 2019/1			
Professor Responsável pelo Plano de Ensino:			
Sigla: BIOD4044		Créditos: 2	
Carga Horária: 30h		CH Autônoma: 0h	CH Coletiva: 30h CH Individual: 0h
Súmula			
Sexo e gênero: animais não humanos e humanos, biologia e cultura. Gênero nas Ciências Biológicas: ensino, formação, academia, gestão, políticas públicas, história, dia-a-dia.			
Currículos			
	Currículos	Etapa Aconselhada	Natureza
	LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS		Eletiva
	BACHARELADO EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS		Eletiva
	LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS		Eletiva
Objetivos			
1. Atualizar conhecimentos biológicos sobre determinação, desenvolvimento, comportamentos e orientação sexual;			
2. Aprofundar saberes sobre os gêneros e as sexualidades, questionar supostas "verdades absolutas" baseadas na Biologia;			
3. Instrumentar o aluno com visões históricas e sociais sobre estes conhecimentos biológicos e suas configurações contemporâneas;			
4. Fomentar reflexões críticas sobre as questões de gênero e sexualidade no âmbito da formação e atuação do biólogo;			
5. Estimular uma visão ampla e responsável sobre o papel da/o profissional formada/o em Ciências Biológicas "seja qual for sua área de atuação - na não perpetuação de conceitos hegemônicos que negam as múltiplas realidades de sexo e gênero.			

Fonte: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Biociências, planos de ensino graduação em Ciências Biológicas. Disponível em: http://www.ufrgs.br/ufrgs/ensino/graduacao/cursos/exibeCurso?cod_curso=307> Acessado em: 22 set. 2021.

