

DIGNIDADE MENSTRUAL E SEUS EFEITOS SOBRE O BEM-ESTAR DE MENINAS JOVENS: UMA ANÁLISE NARRATIVA NO ÂMBITO DAS POLÍTICAS PÚBLICAS

Menstrual Dignity and its Effects on the Well-being of Young Girls: A Narrative Analysis within the Context of Public Policies

Dignidad menstrual y sus efectos en el bienestar de las niñas: Un análisis narrativo en el contexto de las políticas públicas

GT09 - Implementação e o Ciclo de Políticas Públicas

Ana Gabriela Ribeiro da Silva Martins, Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

Maria Angeluce Soares Perônico Barbotin, Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

RESUMO

Este artigo analisa as contribuições do Programa Dignidade Menstrual para a promoção do bem-estar e da qualidade de vida de adolescentes da rede pública de ensino, considerando a dignidade menstrual como dimensão dos direitos humanos e da saúde pública. A pesquisa adota abordagem qualitativa, com análise documental e revisão bibliográfica, articulando o debate sobre pobreza menstrual, políticas públicas e vulnerabilidade social. Os resultados indicam que a ausência de acesso a insumos de higiene menstrual compromete não apenas a saúde física, mas também o bem-estar psicológico, a autoestima e a permanência escolar das adolescentes. A implementação do Programa Dignidade Menstrual representa avanço significativo no enfrentamento das desigualdades sociais, ao reconhecer a menstruação como questão de política pública e não apenas como tema privado. Conclui-se que a garantia da dignidade menstrual contribui para a ampliação do acesso a direitos fundamentais, fortalecendo a cidadania, a equidade de gênero e a qualidade de vida das jovens em contexto de vulnerabilidade.

Palavras-chave: dignidade menstrual; políticas públicas; qualidade de vida

ABSTRACT

This article analyzes the contributions of the Menstrual Dignity Program to promoting the well-being and quality of life of adolescent girls in the public school system, considering menstrual dignity as a dimension of human rights and public health. The research adopts a qualitative approach, with document analysis and bibliographic review, articulating the debate on menstrual poverty, public policies, and social vulnerability. The results indicate that the lack of access to menstrual hygiene supplies compromises not only physical health but also psychological well-being, self-esteem, and school attendance among adolescent girls. The implementation of the Menstrual Dignity Program represents a significant advance in addressing social inequalities, recognizing menstruation as a matter of public policy and not just a private issue. It concludes that guaranteeing menstrual dignity contributes to expanding access to fundamental rights, strengthening citizenship, gender equality, and the quality of life of young women in vulnerable contexts.

Keywords: menstrual dignity; public policies; quality of life

RESUMEN

Este artículo analiza las contribuciones del Programa de Dignidad Menstrual a la promoción del bienestar y la calidad de vida de las adolescentes en el sistema escolar público, considerando la dignidad menstrual como una dimensión de los derechos humanos y la salud pública. La investigación adopta un enfoque cualitativo, con análisis documental y revisión bibliográfica, articulando el debate sobre la pobreza menstrual, las políticas públicas y la vulnerabilidad social. Los resultados indican que la falta de acceso a insumos de higiene menstrual compromete no solo la salud física, sino también el bienestar psicológico, la autoestima y la asistencia escolar de las adolescentes. La implementación del Programa de Dignidad Menstrual representa un avance significativo en

la lucha contra las desigualdades sociales, reconociendo la menstruación como una cuestión de política pública y no solo un asunto privado. Se concluye que garantizar la dignidad menstrual contribuye a ampliar el acceso a los derechos fundamentales, fortalecer la ciudadanía, la igualdad de género y la calidad de vida de las mujeres jóvenes en contextos vulnerables.

Palabras clave: dignidad menstrual; políticas públicas; calidad de vida

1. Introdução:

No Brasil, o debate acerca da pobreza menstrual e da dignidade menstrual ganhou relevância no cenário político e social a partir do Projeto de Lei nº 4.968/2019, de autoria da deputada federal Marília Arraes. A proposição impulsionou discussões que culminaram na instituição do Programa de Dignidade Menstrual no âmbito federal, por meio do Decreto Federal nº 11.432, de 8 de março de 2023, data alusiva ao Dia Internacional da Mulher, o qual regulamenta a Lei nº 14.215/2022.

O referido programa, conforme previsto na Lei Estadual nº 12.408/2021, lei essa do estado da Paraíba, tem como principal objetivo a distribuição gratuita de absorventes higiênicos para estudantes de baixa renda das redes públicas municipal e estadual, bem como para mulheres em situação de rua e privadas de liberdade. Paralelamente, outros estados brasileiros também regulamentaram políticas voltadas à dignidade menstrual, evidenciando a ampliação do tema na agenda pública nacional.

Apesar de a menstruação constituir um processo biológico natural do corpo feminino, ainda é permeada por tabus, estigmas e preconceitos, os quais dificultam o acesso à informação e contribuem para a perpetuação da desinformação (Andrade et al., 2024). O uso recorrente de eufemismos, como “estar naqueles dias”, contribui para a invisibilização do tema e reforça mitos socialmente prejudiciais (UNICEF, 2021). Essa realidade gera sentimentos de medo, vergonha e insegurança, especialmente entre adolescentes em fase de desenvolvimento, sendo agravada pela precariedade da infraestrutura básica, como a ausência de água, sabão e produtos de higiene menstrual (Andrade et al., 2024). Tais condições impactam negativamente tanto a saúde física (Assad, 2021) quanto a saúde mental (Andrade et al., 2024).

Para além de um problema de saúde pública, entende-se que a pobreza menstrual se configura como *wicked problem*, por (i) envolver múltiplos atores, (ii) possuir um caráter multidimensional e de alta complexidade de resolução, bem como (iii) estar intimamente ligado a múltiplos fatores sociais, econômicos e culturais (Farah, 2018). Portanto, faz-se necessário cada vez mais debates e estudos acerca da pobreza menstrual visando, sobretudo, iniciativas concretas que proporcionem dignidade às pessoas mulheres, configurando-se como um campo de estudo promissor.

No âmbito acadêmico, o fenômeno da pobreza menstrual tem sido abordado por diferentes áreas do conhecimento, como as ciências sociais, o direito e os estudos em direitos humanos, ultrapassando os limites das ciências médicas e da saúde. Por se tratar de uma temática relativamente recente, diversos aspectos ainda carecem de investigação sistemática, especialmente no que se refere às implicações da dignidade menstrual para o bem-estar de adolescentes no contexto educacional.

Conforme destaca Rodrigues (2024), apesar do avanço recente das discussões sobre pobreza menstrual e da criação de políticas públicas voltadas à dignidade menstrual no Brasil, a produção acadêmica sobre o tema ainda é incipiente, sobretudo no contexto escolar. A literatura existente concentra-se em diagnósticos gerais e em análises normativas, mas carece de estudos empíricos que investiguem de forma sistemática as experiências de estudantes em escolas públicas, bem como os impactos dessas políticas na frequência e no desempenho escolar. Além disso, observa-se uma lacuna na abordagem interseccional, especialmente no que diz respeito às vivências de meninas negras e pessoas trans que menstruam, e na análise das dimensões pedagógicas e culturais que perpetuam estigmas sobre a menstruação. Além disso, conforme ressaltam Oliveira e Passador (2019) falta uma cultura de avaliação de políticas públicas no Brasil, o que evidencia a necessidade de estudos que monitorem seus resultados e impactos de longo prazo.

Diante desse cenário, apresenta-se a seguinte questão de pesquisa: como a relação entre dignidade menstrual e bem-estar de adolescentes tem sido abordada na literatura científica brasileira nos últimos anos? Assim, o presente estudo tem como objetivo geral analisar o desenvolvimento teórico e as principais abordagens da literatura científica sobre dignidade menstrual e bem-estar entre adolescentes, com ênfase nas produções nacionais.

Para alcançar o objetivo proposto, estabeleceram-se os seguintes objetivos específicos: (i) identificar e sistematizar os principais conceitos de pobreza menstrual e dignidade menstrual presentes na literatura nacional

recente; e (ii) analisar como os estudos científicos têm relacionado a pobreza menstrual aos impactos no bem-estar e na qualidade de vida de adolescentes, especialmente no contexto educacional brasileiro.

A relevância desta pesquisa fundamenta-se em sua potencial contribuição teórica, social e institucional, na medida em que a pobreza menstrual constitui um fenômeno que afeta mulheres e pessoas que menstruam de forma ampla, com impactos particularmente intensificados entre adolescentes em idade escolar. Ao sistematizar e analisar a produção científica sobre dignidade menstrual e bem-estar, o estudo fornece subsídios para a formulação, o monitoramento e a avaliação de políticas públicas voltadas à promoção da equidade, da saúde e da permanência escolar. Ademais, ao evidenciar as lacunas existentes na literatura e nas ações governamentais, a pesquisa contribui para o aperfeiçoamento de programas de distribuição de insumos, de educação em saúde menstrual e de melhoria da infraestrutura escolar.

Este estudo foi desenvolvido por meio de uma revisão narrativa da literatura, abordagem que possibilita uma análise ampla e interpretativa da produção científica, conferindo maior flexibilidade na seleção, organização e discussão dos estudos incluídos (Rother, 2007). Essa modalidade de revisão mostra-se adequada para a investigação de temas emergentes e multifacetados, como a dignidade menstrual, nos quais ainda há escassez de estudos sistematizados, permitindo a identificação de tendências, lacunas e diferentes perspectivas teóricas presentes na literatura.

2. Dignidade menstrual, pobreza menstrual e bem-estar

Pobreza menstrual é um conceito que reúne em duas palavras um fenômeno complexo, transdisciplinar e multidimensional, vivenciado por meninas e mulheres devido à falta de acesso a recursos, infraestrutura e conhecimento para que tenham plena capacidade de cuidar da sua menstruação (UNICEF, 2021). Ao trazer essa discussão para o campo acadêmico nacional, Brito et al. (2024) amplia essa definição ao caracterizá-la como expressão das desigualdades socioeconômicas estruturais, articulada à exclusão social e à violação de direitos fundamentais.

O desconhecimento sobre o cuidado da saúde menstrual pode afetar mesmo as pessoas que não estão em situação de pobreza, que podem enfrentar a falta de produtos para a adequada higiene menstrual. Isso ocorre por uma compreensão do absorvente como um produto supérfluo ou ainda porque, em geral, meninas de 10 a 19 anos não decidem sobre a alocação do orçamento da família, sobrando pouca ou nenhuma renda para ser utilizada para esse fim UNICEF, 2021.

Portanto, pode-se inferir que o desconhecimento acerca dos cuidados com a saúde menstrual está estreitamente associado às condições socioeconômicas da população brasileira, repercutindo na ausência de práticas adequadas de autocuidado. Tal situação não decorre, predominantemente, de negligência individual, mas da limitação de recursos financeiros e educacionais, bem como da insuficiente compreensão sobre o fenômeno da pobreza menstrual e sobre seus impactos no cotidiano das mulheres.

Nesse contexto, o contraste entre a precariedade menstrual e a escassez de dados sistematizados torna-se ainda mais preocupante quando associado ao cenário socioeconômico brasileiro. De acordo com dados da UNICEF (2021), aproximadamente 13,6 milhões de pessoas (cerca de 6,5% da população) vivem em situação de extrema pobreza, sobrevivendo com menos de US\$ 1,90 por dia, o que correspondia, em 2019, a cerca de R\$ 151,00 mensais. Além disso, estima-se que cerca de 51,5 milhões de brasileiros estejam abaixo da linha da pobreza, o que representa aproximadamente um em cada quatro indivíduos vivendo com renda inferior a R\$436,00 por mês. Esses indicadores evidenciam a vulnerabilidade estrutural de parcela significativa da população e reforçam a urgência de políticas públicas voltadas à garantia da dignidade menstrual.

Outro fator que contribui para a falta de acesso aos absorventes está relacionado ao poder de compra dos brasileiros em relação ao custo do produto. Embora, popularmente, o absorvente seja um item higiênico conhecido, nem sempre ele será acessível, por ser um produto com alta tributação (Brito, 2024). Em uma realidade de muitas famílias que mal possuem o básico para comer, o absorvente acaba tornando-se um item de uso individual que pode passar despercebido. Uma pesquisa feita pelo Ensino Social Profissionalizante (ESPRO), em parceria com a Inciclo mostra que uma a cada cinco jovens já deixou de frequentar a escola por falta de absorventes e insumos íntimos, ao menos 20% de jovens de 14 a 24 anos já deixaram de ir à escola por não possuírem absorventes (Basílio, 2022).

Dados da Organização das Nações Unidas (ONU, 2021) apontam que, no mundo, uma em cada dez estudantes faltam às aulas durante o período menstrual. De acordo com a pesquisa feita pela “Sempre Livre” acerca da menstruação, 16% afirmaram que sempre ou quase sempre já deixaram de ir à escola quando estavam

menstruadas porque o banheiro é muito sujo e não tem condições de uso, enquanto que 12% afirmaram que sempre ou quase sempre já deixaram de ir à escola quando estavam menstruadas, por não estarem com absorvente, e 38% concordaram que “Quando tenho que ir à escola menstruada fico péssima, porque na minha escola o banheiro não tem condições adequadas para esses períodos: nem sempre tem água ou papel higiênico”. (Sempre livre, 2021).

A evasão escolar de meninas e adolescentes durante o período menstrual constitui um indicativo relevante dos efeitos diretos da precariedade menstrual sobre o desempenho e a permanência escolar de estudantes que menstruam, comprometendo seus processos de aprendizagem e produzindo impactos duradouros em suas trajetórias de vida (Sousa, 2022). Do ponto de vista da saúde emocional, a ausência de condições adequadas para o cuidado menstrual pode gerar desconforto, insegurança e estresse, além de intensificar situações de discriminação e estigmatização (UNICEF, 2021). Esse quadro é agravado pela irregularidade dos ciclos menstruais na adolescência, a qual, conforme aponta Lima (2021), favorece a ocorrência de fluxos inesperados, resultando em constrangimentos, como o manchamento do uniforme, e na exposição das estudantes a práticas de bullying e preconceito.

Diante dessas circunstâncias, muitas meninas passam a restringir sua participação em atividades escolares, sociais e de lazer, seja por vergonha, constrangimento ou pela ausência de acesso a condições básicas de higiene. Tais limitações configuram uma violação de direitos fundamentais, na medida em que comprometem o exercício da igualdade, da dignidade e da segurança, assegurados pelo artigo 5º da Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988).

O conceito de dignidade menstrual emerge no debate contemporâneo como desdobramento da noção de direitos humanos aplicados à saúde menstrual. No contexto brasileiro, o relatório elaborado pelo UNICEF e UNFPA (2021) define dignidade menstrual como a garantia de condições materiais, informacionais e estruturais adequadas para que pessoas que menstruam possam vivenciar o ciclo menstrual com segurança, privacidade, autonomia e respeito.

Pode-se adicionar que dignidade menstrual é compreendida como um conjunto de estratégias voltadas a assegurar o acesso a produtos menstruais, infraestrutura adequada e informações de qualidade para que a menstruação seja vivida de forma digna (UNFPA, 2021).

A dignidade menstrual tem se consolidado como pauta prioritária nas políticas públicas, especialmente em países em desenvolvimento como o Brasil, onde o acesso a produtos de higiene menstrual ainda representa um desafio para milhões de mulheres e pessoas com útero UNICEF e UNFPA (2021).

No entanto mesmo com os avanços tecnológicos e a ampliação dos debates em torno da dignidade menstrual, muitas jovens em situação de vulnerabilidade, especialmente aquelas que frequentam escolas públicas, ainda recorrem a alternativas inadequadas e inseguras, como papéis, trapos ou sacolas plásticas, para conter o fluxo menstrual, em razão da falta de acesso a absorventes, o que pode acarretar prejuízos à saúde física (Assad, 2021).

Esse cenário evidencia um problema estrutural mais amplo, marcado pela insuficiência de condições básicas para a adequada gestão do ciclo menstrual. A ausência de recursos essenciais, como água, sabão e produtos higiênicos apropriados, compromete não apenas o cuidado corporal, mas também a vivência digna desse processo biológico. Nesses contextos, configura-se o que a literatura denomina pobreza menstrual, entendida como a condição de pessoas que menstruam e não dispõem dos meios materiais indispensáveis para a manutenção da higiene durante o período menstrual, revelando uma expressão concreta das desigualdades sociais (Brito et al., 2024).

Além de afetar a saúde física, a pobreza menstrual também afeta a saúde mental dessas pessoas. Um estudo realizado na França, no contexto do primeiro *lockdown* feito no país, evidenciou que as mulheres que enfrentam a pobreza menstrual sofriam mais com ansiedade e depressão entre as mulheres que vivenciaram a pobreza menstrual, 49,4% relataram sintomas de depressão e 40% relataram sintomas de ansiedade, em comparação com as mulheres que não enfrentam essa dificuldade ,28,6% e 24,1%, respectivamente, (Andrade *et al.*, 2024)

De acordo com a UNICEF, a média de idade da menarca entre meninas brasileiras é de aproximadamente 13 anos, ocorrendo entre os 11 e 15 anos para cerca de 90% das mulheres e antes dos 12 anos para aproximadamente 42%, sendo pouco frequente após os 17 anos. Esse evento biológico pode repercutir significativamente na qualidade de vida, sobretudo quando vivenciado em contextos marcados por desinformação e ausência de preparo, estando associado a manifestações como menorrágia, dismenorreia e alterações de humor (Castro, 2023).

Em relação aos sintomas físicos, a dismenorreia, que é, por definição, uma dor pélvica ou abdominal inferior, cíclica ou recorrente, associada à menstruação, é a queixa ginecológica mais comum em mulheres jovens, com

uma prevalência que varia entre 43% e 93%. De acordo com a intensidade dos sintomas, é também uma causa importante de absenteísmo escolar ou laboral (David Ar, 2001; Muse Kn, 2000; Banikarin 2000)

Para além da dor pélvica isolada, essa condição pode afetar até 95% das adolescentes e mulheres adultas (Iacovides et al., 2015), é frequentemente acompanhada de sintomas como náuseas, cefaleia e irritabilidade (Harel, 2006). Conforme aponta Araújo (2024), essa condição compromete de maneira significativa o sono, o rendimento escolar, a saúde mental e, de modo geral, a qualidade de vida, com impactos que variam de acordo com a intensidade e a duração da dor.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a qualidade de vida corresponde à percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida, no contexto dos sistemas culturais e de valores nos quais está inserido, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (OMS, 1998). Essa definição enfatiza o caráter multidimensional e subjetivo do conceito, ao considerar a influência da saúde física e mental, do nível de autonomia, das relações sociais, das crenças pessoais e das condições ambientais na avaliação individual da qualidade de vida.

No campo científico, observa-se uma intensificação das pesquisas relacionadas à qualidade de vida (QV), especialmente a partir da consolidação do conceito nas ciências da saúde e sociais. Embora os estudos sobre o tema tenham se ampliado nas últimas décadas, há indícios de que o termo tenha sido introduzido na literatura médica ainda na década de 1930 (Seidl & Zannon, 2004). A qualidade de vida de uma população está diretamente relacionada às suas condições materiais e sociais de existência, bem como ao acesso a bens e serviços fundamentais, como emprego e renda, educação básica, alimentação adequada, serviços de saúde, saneamento, habitação e transporte de qualidade (Adriano et al., 2000).

Os dados apresentados evidenciam que os transtornos menstruais e a pobreza menstrual ultrapassam a dimensão biológica, configurando-se como questões que impactam diretamente a qualidade de vida e a saúde mental de adolescentes e mulheres. Assim, ao compreender qualidade de vida como um constructo relacionado às condições materiais e sociais de existência (Adriano et al., 2000) e como conceito em consolidação na literatura da saúde (Seidl & Zannon, 2004), torna-se evidente que a ausência de condições dignas para o manejo menstrual potencializa vulnerabilidades físicas, emocionais e sociais, reforçando a necessidade de políticas públicas integradas.

A partir da análise da evolução do debate científico acerca da dignidade menstrual, da pobreza menstrual e de sua relação com o bem-estar, apresenta-se, a seguir, uma tabela síntese que sistematiza os principais conceitos e as discussões contemporâneas da literatura sobre essas temáticas, destacando suas inter-relações e abordagens predominantes.

Tabela 01:
Síntese conceitual: dignidade menstrual, pobreza menstrual e bem-estar

Dignidade Menstrual	
AUTORES	CONCEITOS
UNICEF e UNFPA (2021)	Dignidade menstrual: a garantia de condições materiais, informacionais e estruturais adequadas para que pessoas que menstruam possam vivenciar o ciclo menstrual com segurança, privacidade, autonomia e respeito.
Pobreza Menstrual	
UNICEF (2021)	Pobreza menstrual é um conceito que reúne em duas palavras um fenômeno complexo, transdisciplinar e multidimensional, vivenciado por meninas e mulheres devido à falta de acesso a recursos, infraestrutura e conhecimento para que tenham plena capacidade de cuidar da sua menstruação
Brito et al (2024)	Pobreza menstrual: a condição de pessoas que menstruam e não dispõem dos meios materiais indispensáveis para a manutenção da higiene durante o período menstrual, revelando uma expressão concreta das desigualdades sociais.
Dignidade Menstrual e Bem-estar	
Andrade, et al, 2024	Além de afetar a saúde física, a pobreza menstrual também afeta a saúde mental dessas pessoas.
Castro, 2023	A menarca (primeira menstruação) pode causar impactos na qualidade de vida, como menorrágia, dismenorreia e alterações de humor, especialmente entre jovens mal preparadas para esse momento

Araújo, 2024	A dismenorreia compromete o sono, o desempenho escolar, a saúde mental e, de forma geral, a qualidade de vida, variando conforme a intensidade e duração da dor.
--------------	--

Nota: dados da pesquisa (2025)

Diante das evidências apresentadas, é possível afirmar que a pobreza menstrual, bem como os transtornos associados ao ciclo, não se restringem a uma dimensão biológica, mas configuram-se como expressões marcadas de desigualdades sociais que impactam diretamente o bem-estar, a saúde mental, o desempenho escolar e a qualidade de vida de adolescentes. A literatura analisada demonstra que a ausência de condições adequadas para o manejo menstrual, que inclui acesso a produtos de higiene, infraestrutura sanitária e informação qualificada, compromete a vivência digna desse processo natural, reforçando ciclos de vulnerabilidade e exclusão.

Assim, ao reconhecer a dignidade menstrual como desdobramento dos direitos humanos e como componente indissociável da promoção da saúde e da equidade social, impõe-se a necessidade de respostas institucionais capazes de enfrentar esse fenômeno de forma estruturada. É nesse contexto que se insere a formulação de políticas públicas específicas, especialmente o Programa Dignidade Menstrual, cuja institucionalização representa um marco na tentativa de transformar evidências sociais e científicas em ações concretas de promoção do bem-estar e garantia de direitos.

3. Políticas públicas e bem-estar: o Programa Dignidade Menstrual

A temática da dignidade menstrual ganhou projeção no Brasil a partir das denúncias relacionadas à pobreza menstrual, especialmente no que diz respeito à precariedade vivenciada por mulheres e outras pessoas que menstruam em situação de privação de liberdade, à elevada carga tributária incidente sobre produtos de higiene menstrual e ao absenteísmo escolar de meninas durante o período menstrual (UNFPA, 2022; UNICEF, 2021).

Essas denúncias foram inicialmente impulsionadas por agências internacionais que já discutiam a temática em outros países, como o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e a Organização das Nações Unidas (ONU), e posteriormente passaram a integrar a agenda de diversos grupos e instâncias sociais. Entre eles, destacam-se ativistas e militantes da menstruação.

Com a publicação do Relatório da UNICEF (2021) o discurso sobre a necessidade de assistência na pauta menstrual feminina ganhou muita força. A junção do Relatório do UNFPA (2021) e do UNICEF (2021) realizou um quantitativo assustador da realidade menstrual vivida pelas meninas brasileiras, refletindo até o espaço da escola. Essas condições ultrapassaram do simples mal-estar físico e atingiram até o absenteísmo (ausência) escolar dessas pessoas que menstruam. Esse documento foi denominado “Pobreza Menstrual no Brasil: desigualdade e violações de direitos”, e levantou o quantitativo de 713 mil meninas em condição de inacessibilidade sanitária, principalmente banheiro ou chuveiro em seu domicílio, e mais de 4 milhões de meninas não tendo itens mínimos de cuidados menstruais no espaço da escola (Rodrigues, 2024)

De acordo com os estudos realizados por Lago e Luis (2025) os primeiros projetos relacionados à dignidade menstrual começaram a surgir em 1993. Contudo, tratava-se de iniciativas pontuais, com baixa incidência e reduzida articulação política, o que resultou em seu arquivamento sem avanços significativos no processo legislativo. A partir de 2014, observou-se um discreto aumento no número de proposições; ainda assim, essas propostas continuaram enfrentando entraves semelhantes, sendo novamente arquivadas. Nesse cenário de crescente visibilidade da temática, a pauta da dignidade menstrual passou a adentrar também o campo institucional e legislativo.

Entre 2017 e o primeiro semestre de 2024, foram apresentadas 211 proposições legislativas sobre o tema nos estados e no Distrito Federal. Entretanto, foi somente a partir de 2019 que os projetos, majoritariamente de âmbito estadual, mas também municipal, passaram a demonstrar maior viabilidade de tramitação. Esse movimento gradual de amadurecimento legislativo culminou na consolidação de uma política pública em âmbito federal.

Nesse contexto destaca-se a apresentação do Projeto de Lei Federal nº 4.968/2019, de autoria da deputada federal Marília Arraes (Solidariedade/PE), com apoio da bancada feminina, conhecida como “bancada do batom”. Esse movimento culminou, em 2021, na promulgação da Lei Federal nº 14.214/2021, que instituiu o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, prevendo a distribuição gratuita de absorventes para pessoas em situação de vulnerabilidade social. Para além da esfera federal, observa-se que os estados brasileiros também passaram a desenvolver iniciativas próprias no enfrentamento da precariedade menstrual.

Foi a partir da iniciativa do Projeto de Lei (PL) de Marília Arraes e de sua posterior aprovação que estados e municípios passaram a adotar um olhar mais atento e crítico em relação à temática, promovendo debates e iniciativas locais sobre o tema, entre eles Curitiba, Fortaleza e Maceió (Rodrigues, 2024).

De acordo com o mapeamento legislativo elaborado por Rodrigues (2024), verifica-se uma mobilização nacional significativa no enfrentamento da pobreza menstrual, com estados de todas as regiões do país instituindo leis e programas voltados ao combate da precariedade menstrual. De modo geral, as iniciativas concentraram-se na distribuição de absorventes em escolas públicas, unidades prisionais e para populações em situação de extrema vulnerabilidade social.

Rodrigues (2024) aponta que Goiás, Amazonas, Roraima e São Paulo passaram a adotar expressamente o termo “dignidade menstrual” em seus textos normativos, alinhando suas propostas aos princípios constitucionais de proteção à pessoa humana. O Acre, por sua vez, inovou ao determinar a disponibilização dos itens diretamente nos banheiros escolares, medida que favorece maior autonomia as estudantes. No Nordeste, destacam-se Paraíba e Pernambuco na implementação de políticas voltadas à temática. No caso paraibano, além da distribuição de absorventes descartáveis, foram incorporadas alternativas como calcinhas absorventes reutilizáveis, bem como medidas que contemplam a população trans, demonstrando sensibilidade às múltiplas identidades de gênero que vivenciam a menstruação.

O estudo de Rodrigues (2024) também evidencia que a formulação dessas políticas ultrapassa a simples entrega de insumos, envolvendo dimensões educativas e estruturais. Argumenta-se que a efetividade das ações depende da articulação entre o fornecimento de produtos, a melhoria das condições sanitárias nas escolas e a ampliação do acesso à informação qualificada sobre saúde menstrual, reforçando a capilaridade territorial da política de dignidade menstrual no país e sua incorporação às agendas governamentais em diferentes níveis federativos.

Por fim, conclui-se que, diante dos avanços na seara política, o Brasil passou a se movimentar no sentido de minorar os efeitos da pobreza menstrual, que atinge meninas, adolescentes e crianças, impactando significativamente seu aprendizado e seu desenvolvimento enquanto sujeitas de direitos. As legislações estaduais, ao instituírem a distribuição de absorventes, passaram a contemplar também mulheres em situação de rua, pessoas privadas de liberdade e adolescentes em cumprimento de medidas socioeducativas (Rodrigues, 2024). Desse modo, observa-se que, embora o avanço legislativo represente um marco importante no reconhecimento da dignidade menstrual como direito, a efetividade dessas políticas está condicionada à existência de instrumentos regulatórios que assegurem sua implementação prática.

Para assegurar a efetiva implementação da Lei nº 14.214/2021, tornou-se necessária à sua regulamentação, concretizada por meio do Decreto nº 11.432/2023, sancionado em 8 de março de 2023 pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva. Esse decreto reforça a institucionalização da política pública e a consolidação do Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, com o objetivo de assegurar a oferta gratuita de absorventes higiênicos e de outros cuidados básicos relacionados à saúde menstrual, visando à promoção da dignidade menstrual. Conforme dispõe seu parágrafo único, o programa passa a ser denominado, no âmbito do Poder Executivo federal, Programa de Proteção de Saúde e Dignidade Menstrual.

Nos termos do Art. 1º, o decreto regulamenta o referido programa, instituído pela Lei nº 14.214/2021, com vistas à garantia do acesso gratuito a insumos e serviços essenciais à saúde menstrual. De acordo com o Art. 2º, o programa tem como objetivos combater a precariedade menstrual, assegurar cuidados básicos de saúde e promover a inclusão de pessoas que menstruam nas políticas públicas, de modo a resguardar sua dignidade.

Além da normatização jurídica, o governo federal disponibilizou, em seu site oficial, uma cartilha explicativa sobre o programa, abordando aspectos como o conceito de dignidade menstrual, o público-alvo e os pontos de apoio. Nesse sentido, ao reconhecer a saúde menstrual como um direito, o Estado amplia a compreensão de bem-estar para além da dimensão estritamente biológica, incorporando fatores sociais, institucionais e estruturais.

Para além da criação da lei e de todo seu respaldo para assegurar os direitos e promoção da saúde durante o período menstrual, as ações desenvolvidas em parceria da Unicef e Unfpa têm um papel importante na promoção da dignidade menstrual e no combate à pobreza menstrual. No Brasil, as organizações se preocupam em combater o estigma e os muitos tabus relacionados à menstruação, oferecer acesso a produtos menstruais, ampliar a infraestrutura sanitária, trabalhando para fornecer instalações adequadas de higiene menstrual, incluindo banheiros com água limpa, saneamento básico e locais seguros para a troca e descarte de produtos menstruais, além de oferecer programas educacionais voltados a menstruação, saúde reprodutiva e higiene menstrual, por exemplo (Tavares et al, 2025).

Diante desse percurso normativo e institucional, evidencia-se que a dignidade menstrual deixa de ocupar um lugar periférico no debate público para se consolidar como pauta de direitos e de política pública estruturada. A

promulgação da Lei nº 14.214/2021 e sua regulamentação pelo Decreto nº 11.432/2023 representam não apenas a institucionalização de um programa de distribuição de insumos, mas o reconhecimento estatal de que a menstruação constitui uma dimensão concreta da cidadania, da saúde pública e da igualdade de gênero. Ao dialogar diretamente com os dados apresentados no relatório *Pobreza Menstrual no Brasil: desigualdade e violações de direitos* (UNICEF, 2021), o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual materializa uma resposta governamental a evidências empíricas que associam precariedade menstrual à exclusão escolar, à vulnerabilidade social e à violação de direitos básicos.

Nesse sentido, a criação de marcos legais e decretos regulamentadores fortalece a ampliação do debate público, rompe com o silêncio histórico em torno da menstruação e estabelece bases institucionais para a promoção da qualidade de vida de meninas e adolescentes, ao reconhecer que o acesso a condições adequadas de manejo menstrual impacta diretamente sua permanência escolar, sua saúde física e mental e seu desenvolvimento social. Assim, o programa não se limita à provisão de absorventes, mas se insere em uma agenda mais ampla de enfrentamento das desigualdades estruturais que atravessam a experiência menstrual.

Em síntese, o Programa Dignidade Menstrual e as legislações correlatas representam um avanço significativo no reconhecimento da pobreza menstrual como problema público. Contudo, conforme apontado ao longo desta discussão, a efetividade dessas políticas deve ser analisada não apenas pelo critério da distribuição de absorventes, mas sobretudo por sua capacidade de promover bem-estar, reduzir desigualdades e impactar positivamente a qualidade de vida de adolescentes e mulheres em situação de vulnerabilidade. Dessa forma, a articulação entre políticas públicas e indicadores de qualidade de vida constitui elemento central para compreender os reais alcances da dignidade menstrual no contexto brasileiro.

4. Considerações finais

A análise da literatura recente permite verificar que, embora tenha havido ampliação do interesse acadêmico e institucional em torno da dignidade menstrual e da pobreza menstrual nos últimos anos, a produção científica ainda se concentra predominantemente na formulação normativa e na institucionalização do Programa de Dignidade Menstrual, dedicando menor atenção à investigação empírica de seus impactos diretos na qualidade de vida de adolescentes.

Observou-se que a literatura reconhece a pobreza menstrual como fenômeno multidimensional, articulado às desigualdades socioeconômicas estruturais e à violação de direitos fundamentais. Os estudos analisados indicam que a precariedade no manejo menstrual está associada ao aumento da evasão escolar, ao comprometimento do desempenho acadêmico, ao sofrimento psíquico e à intensificação de sintomas físicos, como a dismenorreia, especialmente em contextos de vulnerabilidade social.

Os dados demonstram que a questão ultrapassa a mera distribuição de absorventes, envolvendo também infraestrutura sanitária adequada, acesso à água potável, produtos de higiene e educação sexual e reprodutiva. A ausência desses elementos compromete não apenas a saúde física, mas também a saúde mental e o bem-estar geral das adolescentes, impactando diretamente sua qualidade de vida.

Embora os objetivos desse estudo tenham sido contemplados por meio da sistematização conceitual e da análise das evidências empíricas disponíveis, identificou-se lacuna relevante na literatura quanto à mensuração direta da relação entre pobreza menstrual e qualidade de vida entre adolescentes brasileiras, indicando a necessidade de investigações mais aprofundadas e metodologicamente robustas.

Em relação aos principais resultados encontrados, os estudos mostram uma consolidação conceitual da pobreza menstrual como fenômeno multidimensional e o reconhecimento da dignidade menstrual como direito humano emergente, a literatura também apresenta associação entre a pobreza menstrual e evasão escolar, comprometimento do desempenho acadêmico, ansiedade e depressão e dismenorreia e impactos físicos. Além disso, apontam evidências de que a infraestrutura e educação menstrual são tão relevantes quando a distribuição de absorventes e por fim identifica uma lacuna referente a correlação direta entre pobreza menstrual e qualidade de vida em adolescentes.

Esta revisão contribui ao integrar dimensões conceituais, normativas e empíricas do debate sobre dignidade menstrual, evidenciando lacunas na produção científica nacional e reforçando a necessidade de avaliações de impacto das políticas públicas implementadas.

Apesar disso, por se tratar de uma revisão de natureza narrativa (não sistemática) o estudo não realizou meta análise quantitativa dos dados, estando sujeita a possíveis vieses de seleção inerentes ao método, além disso a

ausência de dados primários limita a capacidade de estabelecer relações causais entre pobreza menstrual e qualidade de vida.

Por fim sugere-se estudos quantitativos com aplicação de instrumentos validados de qualidade de vida (WHOQOL, por exemplo), além de investigações longitudinais que analisem os impactos concretos do Programa de Dignidade Menstrual no contexto escolar brasileiro. Há também os estudos que busquem integrar indicadores de saúde mental e os de avaliações de implementação de políticas públicas.

Agradecimentos

A autora agradece à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo apoio financeiro concedido por meio de bolsa de estudos de mestrado.

"O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001".

Referências:

Andrade, D., et al. (2024). *Pobreza menstrual e dignidade humana: Desafios para políticas públicas inclusivas*. UFPB.

Adriano, J., et al. (2000). Condições de vida e qualidade de vida: Interfaces conceituais e sociais. *Revista de Saúde Pública*.

Araújo, D. (2024). *Dores menstruais e qualidade de vida: Implicações no cotidiano de adolescentes*. UFPE.

Assad, L. (2021). *Pobreza menstrual no Brasil: A desigualdade que sangra em silêncio*. Instituto Pólis.

Banikarim, C., et al. (2000). Prevalence and impact of dysmenorrhea in adolescents. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*.

Basílio, R. (2022). *Jovens e a falta de acesso a absorventes nas escolas brasileiras*. ESPRO/Inciclo.

Brasil. (1988). *Constituição da República Federativa do Brasil*. Senado Federal.

Brito, L., et al. (2024). *Pobreza menstrual: Implicações sociais e econômicas no Brasil contemporâneo*. UFMG.

Castro, M. (2023). *Menarca e qualidade de vida: Dados e impactos entre adolescentes brasileiras*. UNICEF.

Cavalcanti, S. (2023). *Programa de dignidade menstrual: Ações e dados no estado da Paraíba*. Governo da Paraíba.

Coutinho, M. (2021). *Tabus e saúde menstrual: Desafios para os direitos sexuais e reprodutivos*. UFBA.

David, A. R. (2001). Dysmenorrhea: Epidemiology and management in adolescents. *Journal of Reproductive Medicine*.

Farah, M. F. S. (2018). O desafio das políticas públicas diante dos wicked problems. *Revista de Administração Pública*, 52(6), 1143–1166.

Harel, Z. (2006). Menstrual disorders in adolescents: Diagnosis and management. *Adolescent Medicine Clinics*, 17(1), 103–128.

Iacovides, S., Amlie, M. N., & Baker, F. C. (2015). Dysmenorrhea in adolescents: Prevalence, impact and management. *International Journal of Women's Health*, 7, 865–874.

Lago, R., & Luis, M. (2025). Evolução legislativa da dignidade menstrual no Brasil: Análise das proposições estaduais e federais (1993–2024). [Trabalho acadêmico / Artigo científico].

Lima, C. A. (2021). *Saúde emocional e bullying menstrual: O impacto do fluxo inesperado nas escolas públicas*. UFRN.

Muhr, T. (1991). ATLAS.ti – A prototype for the support of text interpretation. *Qualitative Sociology*, 14(4), 349–359.

Muse, K. N. (2000). Dysmenorrhea and menstrual disorders in adolescents. *Clinical Obstetrics and Gynecology*.

Nunes, A. (2021). Regulamentação do Programa de Dignidade Menstrual na Paraíba. *Diário Oficial do Estado da Paraíba*.

Oliveira, L. R. de, & Passador, C. S. (2019). Ensaio teórico sobre as avaliações de políticas públicas. *Cadernos EBAPE.BR*, 17(2), 324–337.

OMS – Organização Mundial da Saúde. (1998). WHOQOL: Measuring quality of life. World Health Organization.

Rahimi, M., et al. (2024). Saturation in qualitative research: A concept under threat. *Qualitative Research Journal*, 24(2), 88–103.

Rodrigues, M. (2023). João Pessoa firma parceria para fortalecer ações da campanha de dignidade menstrual. *Prefeitura Municipal de João Pessoa*. <https://www.joaopessoa.pb.gov.br>

Rodrigues, C. M. T. (2024). *Pobreza menstrual e políticas públicas no ambiente escolar* [Dissertação de Mestrado, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira].

Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, 20(2), v–vi.

Seidl, E. M. F., & Zannon, C. M. L. C. (2004). Qualidade de vida e saúde: Aspectos conceituais e metodológicos. *Cadernos de Saúde Pública*, 20(2), 580–588.

Sempre Livre. (2021). *Pesquisa sobre menstruação no Brasil*. Johnson & Johnson. <https://www.semprelivre.com.br>

Sousa, L. A. (2022). *Menstruação e evasão escolar: A realidade silenciosa das estudantes brasileiras*. UnB.

Tavares, A., et al. (2025). Parcerias institucionais e promoção da dignidade menstrual no Brasil. [Instituição/Periódico].

UNFPA, & UNICEF. (2021). *Pobreza menstrual no Brasil: Desigualdade e violações de direitos*.

UNFPA/UNICEF. <https://www.unicef.org.br>