



## PERCEPÇÃO ACERCA DA SAÚDE ÍNTIMA DE MULHERES EM CONTEXTO DE VULNERABILIDADE

Isabela Tatiane de Oliveira (UEM)

Sônia Trannin de Mello (UEM)

Giulia Menezes Menon (UEM)

Stella Martins Caldeiras (UEM)

isabelatatioliveira9@gmail.com

### Resumo:

A saúde íntima feminina é um aspecto de suma importância para a manutenção do bem estar feminino. **Objetivo:** Compreender a percepção acerca da saúde íntima em mulheres em situação de vulnerabilidade, internadas em uma casa de reabilitação para usuárias de álcool e drogas na cidade de Maringá, bem como o gerenciamento e as dificuldades enfrentadas no manejo da saúde íntima. **Metodologia:** Consiste em uma abordagem qualitativa, por meio da aplicação de um questionário em 21 mulheres internadas em uma casa de reabilitação, a fim de compreender experiências, percepções, hábitos e problemas enfrentados durante o manejo da higiene menstrual e na prevenção de doenças sexualmente transmissíveis. **Resultados:** Os resultados demonstram que a educação em saúde é essencial para que as pessoas que menstruam possam compreender melhor sobre seu corpo, processo fisiológico e sobre o manejo e cuidado com a higiene pessoal.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Menstruação; Produtos de higiene menstrual.

### 1. Introdução

A higiene íntima feminina e a gestão da menstruação são fatores fundamentais para a manutenção da saúde e bem-estar das pessoas que menstruam. Porém são cercadas de tabus e informações insuficientes que contribuem para práticas inadequadas que contribuem para alterar o pH vaginal favorecendo o surgimento de infecções como a candidíase e a vaginose bacteriana, por exemplo (Bezerra, 2022).

A definição de cuidado íntimo se refere ao conjunto de ações e práticas adotadas para manter a saúde da área genital, incluindo a escolha de produtos de higiene apropriados, o uso



de roupas adequadas, evitar procedimentos desnecessários, prática de sexo seguro e a adoção de hábitos que favoreçam o equilíbrio do pH vaginal (Murina, 2021).

Além disso, envolve também práticas diárias como a troca regular de absorventes. Em média, é recomendado trocar o absorvente a cada 4 a 6 horas, mas isso pode variar dependendo do fluxo menstrual de cada pessoa. Ademais, durante o período menstrual, é preferível o uso de roupas íntimas de algodão, que permitem a ventilação adequada e reduzem o risco de irritações e infecções. Esses hábitos contribuem para a prevenção de infecções, promovendo a saúde e o bem-estar da mulher. Infelizmente, apesar de ser uma prática diária, muitas mulheres não estão cientes das consequências geradas pela precariedade na higiene íntima e menstrual, e esse problema é ainda mais acentuado em pessoas em condições de vulnerabilidade.

A pobreza menstrual refere-se à falta de acesso a produtos menstruais, infraestrutura adequada e educação sobre a menstruação. A empresa Always, em 2020, desenvolveu uma pesquisa onde 1.124 mulheres foram ouvidas. Os resultados obtidos através de um formulário online, demonstraram que 50% das pessoas já precisaram utilizar medidas emergenciais para a contenção da menstruação como o uso papeis higienicos, papel toalha, miolo de pão, pedaços de tecidos e de plástico que podem trazer danos a sua saúde íntima acarretando em infecções urinárias e do trato genital (Beksinski et al, 2020).

Uma campanha realizada pela UNFPA em parceria com a UNICEF “Pobreza Menstrual no Brasil: desigualdade e violações de direitos”, indica que cerca de 732 mil meninas no Brasil, não têm acesso a banheiros em suas residências. Tais números demonstram que a pobreza menstrual vai muito além do que a falta de produtos de higiene íntima, mas também incluem fatores que dificultam a sua manutenção. (UNFPA, 2020).

## **2. Metodologia**

A metodologia consiste em uma abordagem qualitativa e quantitativa, exploratória-descritiva, onde foi utilizado um questionário estruturado como principal instrumento de coleta. O questionário continha perguntas relacionadas à higiene menstrual, conhecimentos anatômicos e fisiológicos, conhecimentos acerca da menstruação, práticas de higiene íntima,



utilização de absorventes ecológicos e impacto dos absorventes descartáveis no meio ambiente. A amostra foi composta por 21 mulheres internadas na casa de Nazaré na cidade de Maringá, em virtude do uso abusivo de drogas com ação no sistema nervoso. Antes da aplicação do questionário foi assinado um termo de consentimento, os dados coletados foram posteriormente analisados e tabulados através do *Microsoft Excel®* para que assim possam ser visualizados em forma de planilhas.

### **3. Resultados e Discussão**

A coleta de dados ocorreu na Casa de Nazaré, uma instituição de reabilitação financiada pelo governo, localizada em Maringá, que é dedicada a mulheres usuárias de álcool e drogas, onde elas permanecem internadas voluntariamente por um período de nove meses. Esta casa oferece um ambiente seguro e estruturado, proporcionando apoio psicológico, médico e social essencial para a recuperação das residentes. Além do tratamento para dependência química, a Casa de Nazaré foca na reintegração social e no fortalecimento da autoestima, preparando as mulheres para uma vida saudável e autônoma.

O projeto realizou visitas semanais à instituição e antes da realização das atividades foi assinado um termo de consentimento pelas participantes. Em seguida foi aplicado um questionário em uma amostra de 21 participantes, onde foram abordadas perguntas relacionadas à higiene menstrual, conhecimentos anatômicos e fisiológicos, conhecimentos acerca da menstruação, práticas de higiene íntima, utilização de absorventes ecológicos e impacto dos absorventes descartáveis no meio ambiente.

A análise dos dados mostrou que 50% das mulheres não sabiam por que uma mulher com útero menstrua, 40% responderam que sim e 10% responderam "talvez". Destas, 45% afirmaram possuir conhecimento sobre as estruturas que compõem o aparelho reprodutivo feminino, 35% alegaram não possuir nenhum conhecimento e 20% conhecem apenas algumas estruturas. Esses resultados revelam uma lacuna significativa no conhecimento sobre saúde reprodutiva entre as participantes, destacando a necessidade urgente de programas educacionais específicos. A falta de conhecimento das mulheres na manutenção da saúde menstrual e na compreensão do seu ciclo menstrual, pode afetar não somente aquelas pessoas que vivem em situação de vulnerabilidade, mas todas as pessoas que menstruam. Já que vai



além de questões financeiras, envolvendo fatores econômicos, sociais e culturais. ( UNICEF, 2021).

Além de problemas relacionados à saúde menstrual, a falta de conhecimento pode gerar ansiedade, estigmatização, problemas psicológicos e sociais, impedindo com que as pessoas que menstruam discutam sobre os problemas menstruais. Das participantes 70% referem conseguir falar abertamente, com qualquer pessoa, sobre temas referentes à menstruação. 25% se sentem constrangidas e 5 % conseguem abordar essa temática com pessoas de confiança. Embora a pesquisa indique que a maioria das participantes se sintam à vontade para falar sobre esse tema, a realidade para inúmeras mulheres é marcada pela opressão e estigmatização.

De acordo com Sommer et al. (2015), tradicionalmente a sociedade vê a menstruação como um rito de passagem para a vida adulta. A Partir da sua primeira menstruação a menina deve ser instruída a seguir uma “etiqueta menstrual”, reforçando a ideia de que a menstruação seja algo impuro, impondo restrições e vergonha a essas pessoas que menstruam, contribuindo para a criação de estigmas. 45 % das entrevistadas antes de menstruar pela primeira vez, ouviram falar sobre a menstruação com seus familiares. 35% nunca ouviram falar sobre o assunto antes da sua primeira menstruação. 10% receberam instruções na escola. 5% com alguma amiga e 5% não se lembram.

Percebe-se através dos dados apresentados, que a educação em saúde é essencial para que as pessoas que menstruam possam compreender melhor sobre seu corpo, processo fisiológico e sobre o manejo e cuidado com a higiene pessoal, uma vez que muitas dessas pessoas não possuem acesso ao conhecimento adequado. A escola desempenha um papel fundamental na educação em saúde, sendo um dos principais veículos para a transmissão de conhecimento. A inclusão de conteúdos sobre menstruação no currículo escolar é essencial para garantir que as pessoas que menstruam recebam informações precisas e desmistificadas sobre esse processo natural. 100% das participantes afirmam que a Universidade deve estar engajada e debater temas como esse, referentes aos cuidados da saúde íntima das pessoas que menstruam (Conceição, 2020).

#### **4. Considerações**



Em conclusão esse estudo, destaca a importância da higiene íntima feminina e os problemas relacionados à falta de informação sobre a menstruação e a pobreza menstrual. As experiências dessas mulheres revelam desafios únicos, exacerbados pela vulnerabilidade socioeconômica e o estigma associado ao uso de substâncias.

Políticas públicas devem ser formuladas para garantir acesso a produtos de higiene menstrual e instalações adequadas, além de programas educacionais que desmistificam a menstruação. A promoção da saúde íntima feminina é essencial não apenas para a saúde física, mas também para a recuperação e empoderamento dessas mulheres, facilitando sua reintegração plena na sociedade.

## **5. Agradecimento**

Gostaria de expressar meu mais sincero agradecimento à Fundação Araucária e à Professora Sônia Trannin pela oportunidade incrível de participar deste projeto de extensão e pesquisa.

## **6. Referências**

CONCEIÇÃO, DS et al. A EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO INSTRUMENTO DE MUDANÇA SOCIAL. Revista Brasileira de Desenvolvimento , v. 6, n. 8, pág. 59412–59416, 2020.7

Marni Sommer, Jennifer S. Hirsch, Constance Nathanson e Richard G. Parker, 2015 : Confortavelmente, com segurança e sem vergonha: definindo a gestão da higiene menstrual como uma questão de saúde pública American Journal of Public Health 105 , 1302\_1311, <https://doi.org/10.2105/AJPH.2014.302525>.

MURINA, PROF. F. et al. Real-World Practices and Attitudes Towards Intimate Self- Care: Results From An International Women’s Survey. Journal of Gynecology Obstetrics and Human Reproduction, v. 50, n. 10, p. 102192, dez. 2021.

UNFPA/UNICEF. “Pobreza Menstrual No Brasil: Desigualdade e Violações de Direitos.” Disponível em: [www.unicef.org/brazil/relatorios/pobreza-menstrual-no-brasil-desigualdade-e-violacoes-de-direitos](http://www.unicef.org/brazil/relatorios/pobreza-menstrual-no-brasil-desigualdade-e-violacoes-de-direitos). Acesso em: 18 de agosto de 2023. “Conheça Mais Sobre O Projeto #MaisAbsorventeMenosFaltas.” [www.alwaysbrasil.com.br](http://www.alwaysbrasil.com.br), sempre, [www.alwaysbrasil.com.br/pt-br/sobre-nos/nossa-batalha/always-contra-a-pobreza-menstrual](http://www.alwaysbrasil.com.br/pt-br/sobre-nos/nossa-batalha/always-contra-a-pobreza-menstrual).