
A QUEBRA DE TABUS RELACIONADOS AO COLETOR MENSTRUAL.

**Adrieny Melissa da Silva Pizapio
Dallila Gabriele Barbosa da Silva
Daniela Moura dos Santos
Edivânia Correia Vitorino
Sheila Maria de Oliveira Pereira
Tainara Cristina da Silva Bonfim
Viviane Fernandes de Souza Bonfim**

**Nome da professora orientadora
Karla Zeponi**

RESUMO

Introdução: A menstruação, é o processo natural que quase todas as mulheres experimentam ao longo de sua vida e é culturalmente considerada um “mal necessário”. Dentre muitos absorventes fabricados até a atualidade, este trabalho enfatiza os coletores menstruais. Ao contrário dos absorventes descartáveis, são uma alternativa segura para a saúde da mulher e não provocam alergias e doenças causadas por fungos e bactérias, mas seu uso ainda é um tabu, pois proporciona à mulher uma experiência íntima. **Objetivo:** Analisar a relação entre a saúde da mulher, esclarecendo as dúvidas sobre o coletor menstrual e informar a população feminina acerca dos benefícios do uso do coletor menstrual por meio de um banner virtual, que será disponibilizado em aplicativos e redes sociais. **Método:** Foi realizado um levantamento em base de dados e selecionados cerca de dez artigos sobre “coletores menstruais” dos quais quatro foram selecionados. Realizamos pesquisas sobre o desenvolvimento histórico do coletor menstrual, identificamos seus prós e contras e, posteriormente, levantamos hipóteses com base no artigo. A partir disso, foi criado um formulário com sete questões online no *Google* no qual foi disponibilizado um *link* nos grupos do *whatsapp*, usando as ferramentas do *Google forms*, os dados puderam ser tabulados automaticamente e os resumos apresentados em tabelas e gráficos. **Resultado e Discussão:** por meio dos resultados coletados no questionário, foi possível avaliar que houve uma maior porcentagem de mulheres que conhecem ou já ouviram falar sobre o coletor menstrual, mas expressam alguns receios e dúvidas sobre tal método. Outras, por outro lado, não conheciam, porém tinham o interesse de saber mais sobre o coletor menstrual, mostrando que devem ser disponibilizadas

mais informações, além disso aumentar a divulgação do coletor para que conheçam sobre seus benefícios e esclarecer dúvidas. **Considerações finais:** Na verdade, é preciso mais informações, divulgações e quebra de tabus para mudar a forma como as mulheres pensam sobre a menstruação. Dessa forma, as mulheres podem utilizar produto sustentável e reduzir a geração de resíduos, pois, por meio da informação e do empoderamento feminino, é possível se afastar do paradigma cultural do sangue menstrual e das vaginas.

PALAVRAS-CHAVE: Ciclo Menstrual; Coletor Menstrual; Mulher; Tabus

SUMMARY

Introduction: Menstruation is the natural process that almost all women experience throughout their lives and is culturally considered a “necessary evil”. Among many sanitary pads manufactured to date, this work emphasizes menstrual cups. Unlike disposable pads, they are a safe alternative for women's health and do not cause allergies and diseases caused by fungi and bacteria, but their use is still taboo, as it provides women with an intimate experience. **Objective:** To analyze the relationship between women's health, clarifying doubts about the menstrual cup and informing the female population about the benefits of using the menstrual cup through a virtual banner, which will be made available on apps and social networks. **Method:** A database survey was carried out and about ten articles on “menstrual collectors” were selected, of which four were selected. We conducted research on the historical development of the menstrual cup, identified its pros and cons, and subsequently hypothesized based on the article. From this, a form with seven questions was created online on Google in which a link was made available in whatsapp groups using Google forms tools, data could be automatically tabulated and summaries presented in tables and graphs. **Results and**

Discussion: Through the results collected through the questionnaire, it was possible to assess that there was a higher percentage of women who know or have heard about the menstrual cup, but express some fears and doubts about it. Others, on the other hand, did not know, but were interested in knowing more about the menstrual cup, showing that more information should be made available and increasing the disclosure of the cup so that they know about its benefits and clarify doubts. **Final Thoughts:** In fact, it takes more information, disclosures and breaking taboos to change the way women think about menstruation. In this way, women can use a sustainable product and reduce waste generation, because through information and female empowerment it is possible to move away from the cultural paradigm of menstrual blood and vaginas.

KEYWORDS: Menstrual Cycle; Menstrual Cup; Women; Taboos

INTRODUÇÃO

A menstruação é um processo natural em que ocorre a esfoliação do revestimento do útero quando não há fertilização. Este ciclo existe na vida de milhares de mulheres e em cada organismo acontece de uma forma diferente, isso ocorre por milhares de fatores. (AMABIS; MARTHO,2006)

O ciclo menstrual leva em torno de 3 a 7 dias e pode levar em média 28 dias o ciclo. A mulher, quando chega aproximadamente aos 50 anos, deixa de menstruar passando pelo período denominado menopausa. (AMABIS; MARTHO,2006)

Culturalmente mulheres foram ensinadas que a menstruação era algo sujo e trazendo uma enorme carga de regras para esse período, que constam por exemplo, como não lavar os cabelos ou não tocar massas de bolos e pães, pois do contrário estragaria os alimentos.

A estrutura patriarcal sempre interferiu muito na vida e no corpo da mulher, tornando processos naturais do corpo feminino como tabus, algo punitivo ou nojento.

O tabu da menstruação se relaciona a uma idealização do corpo perfeito: que não sangra, não sente, não tem processos naturais. Esconde-se, então, tudo o que é tido como 'imperfeito' e, conseqüentemente, tudo o que está vinculado à vagina. (RATTI, et al,2015)

Métodos como coletor menstrual e absorventes reutilizáveis modificam a visão da mulher em relação ao seu fluxo menstrual, pois a utilização de produtos ecológicos aproximam a mulher da naturalização do ciclo.

Alguns pontos foram levantados por RATTI. (2015)

- I. Mulheres que utilizam absorventes descartáveis têm mais dificuldades em lidar com seu ciclo menstrual, do que aquelas que utilizam produtos ecológicos.
- II. Mulheres que não usam produtos descartáveis demonstram mais preocupação com o meio ambiente.
- III. Algumas mulheres se sentem mais confortáveis ao falar da menstruação, por usarem o coletor menstrual.

Em virtude da quebra de tabus RATTI (2015) enfatizou os pontos anteriores para demonstrar o quanto o coletor menstrual trouxe liberdade a mulher, conhecimento sobre o próprio corpo, saúde e bem-estar no período menstrual, eliminando a cultura machista implantada na sociedade e nas mulheres de que a menstruação era algo sujo e punitivo, trazendo uma nova visibilidade para o sexo feminino e implantando uma visão inovadora sobre o uso do coletor menstrual.

O coletor menstrual foi inventado em 1937, tentando ser comercializado de diversas maneiras. Somente na última década, alcançou os consumidores brasileiros, sendo conhecido como "copinho". O coletor menstrual é um produto de silicone no formato de um cálice, é reutilizável e tem durabilidade de três a dez anos. Ele tem, como função, coletar o sangue menstrual em vez de absorvê-lo. (WONS, 2020)

Em virtude dos tabus da sociedade relacionados ao uso do coletor menstrual, este estudo tem como objetivo esclarecer as mulheres acerca do uso do copo coletor e seus benefícios para esse ciclo, além de ser econômico o coletor menstrual proporciona menores gastos e é um aliado ao meio ambiente (reduzindo o consumo de plástico e resíduos que degradam o planeta).

OBJETIVO

- Esclarecer as dúvidas sobre o coletor menstrual.
- Informar a população feminina acerca dos benefícios do uso do coletor menstrual por meio de um banner virtual, que será disponibilizado em aplicativos e redes sociais.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi feito o levantamento em base de dados, com aproximadamente dez artigos acerca do tema “coletor menstrual” e, por meio destes, foram selecionados quatro deles. Realizamos uma pesquisa sobre o desenvolvimento histórico do coletor menstrual, apuração dos seus benefícios e malefícios, posteriormente foram levantadas hipóteses com base nos artigos.

Para fornecer um panorama dos perfis das mulheres que participaram do estudo, foi criado um formulário online no *Google* entre os dias 08 e 15 de agosto no qual foi disponibilizado um *link* nos grupos do *whatsapp*.

Usando as ferramentas do *Google forms*, os dados puderam ser tabulados automaticamente e os resumos apresentados em tabelas e gráficos.

O formulário emprega um método de pesquisa qualitativa, realizada por meio da aplicação de questionário, contendo sete questões, sendo respondidas por um total de 112 mulheres da instituição Etec Araçatuba.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada inicialmente pela elaboração de um questionário na plataforma *Google forms* (Tabela 1), seu *link* foi disponibilizado via *whatsapp* (Figura 1), objetivando identificar conhecimentos relacionados ao coletor menstrual.

A primeira questão abordada, a respeito do conhecimento das mulheres sobre o coletor menstrual, e apontou que 93% das mulheres conhecem o coletor menstrual e houveram 7% das mulheres não conhecem o coletor menstrual, o que possibilitou com que as participantes seguissem respondendo ao questionário.

Na segunda questão, aborda o conhecimento das participantes sobre os benefícios que esse método traz, e 65% das mulheres relataram ter conhecimento sobre os benefícios do método utilizado, 35% não o conhecem, sendo um número expressivo, demonstrando que se faz necessária uma divulgação bem elaborada do tema.

A terceira questão, foi abordada algum medo ou receio em utilizar o coletor menstrual, tendo como resultado 53% afirmando ter medo ou receio de utilizar o coletor menstrual, e 47% afirmam não ter medo ou receio de utilizar o coletor menstrual.

“Inicialmente, existe uma resistência em aceitar o coletor menstrual, tanto por parte das pacientes como também pelos próprios ginecologistas. Culturalmente, as mulheres brasileiras têm dificuldade e preconceito para manipular a própria vagina, gerando medo e aflição para tentar introduzir e, principalmente retirar o coletor da vagina (têm medo que fique “perdido” lá dentro). Porém, o conforto, a higiene e a discricção acabam atraindo novas adeptas. Para as mulheres que têm alergia ao absorvente tradicional de calcinha, esse método pode ser uma ótima alternativa”. (MARON, 2015 p. 2)

Por meio da quarta questão, obtivemos que 53% das mulheres relatam sentir medo de usar o coletor menstrual, quase metade tem esta preocupação. 11,6% de mulheres acreditam que possa trazer dificuldades ao urinar, 25% das mulheres têm receio de que o coletor cause dor durante o uso, 32% das mulheres têm medo de não conseguir retirá-lo do canal vaginal, 39,2% das mulheres sofrem com medo de que a menstruação vaze durante o uso do coletor menstrual, 8,9% têm receio de colocar as mãos em seu canal vaginal, 14,28% têm medo de que cause alguma infecção, 15,7% têm um fluxo menstrual grande e têm medo de que, ao usar o coletor, a menstruação vaze.

“Conforme aumenta o diálogo entre mulheres sobre menstruação, aumenta também o espaço para questionamento em torno do comportamento induzido de reclusão nesse período e sobre o funcionamento de seu próprio corpo. Assim, o feminismo é a chave que liberta e incentiva a mulher a explorar o seu próprio corpo. No caso, sua vagina. Por isso o alvoroço em torno do coletor menstrual pode ser considerado parte desse processo”. (RATTI, et al.2015 p. 11).

Foi obtido na quinta questão que 96% dessas mulheres sabem que o coletor deve ser higienizado após o uso e que 4% não sabem que ele precisa ser higienizado após o uso, 43% dessas mulheres usariam o coletor menstrual para dormir e 57% não usariam, cerca de 83% gostariam de saber os benefícios desse método e 17% não sentem interesse em saber.

Dentre as 112 participantes do questionário, obtivemos através da sexta questão o resultado de 43% das mulheres que utilizariam o coletor menstrual ao dormir e 57% não o utilizariam ao dormir por receio de terem vazamento ou terem desconforto.

“A mulher percebe sensorialmente (em especial visualmente) seu fluxo menstrual e lhe retira o aspecto negativo que a sociedade impõe, pois constata que apesar de ser sangue não está vinculado à doença ou sujeira, mas a um ciclo natural de seu corpo. Há um rompimento com a ideia de que o fluxo menstrual deve ficar longe da pele e que menstruação deve ser um incômodo”. (RATTI et al, 2015 p. 11)

No último item do questionário, foi abordado o interesse das participantes sobre saberem mais dos benefícios do uso do coletor menstrual, totalizando sete questões. Dentre as participantes 83% afirmam terem interesse em saber mais, tanto dos benefícios quanto do uso em si do coletor menstrual, e 17% afirmam não terem interesse sobre os benefícios do uso do coletor menstrual.

Tabela 1: Dados obtidos na pesquisa

	Questões	N	(%)
1	Você sabe o que é coletor Menstrual?		
	Sim	104	93%
	Não	8	7%
2	Sabe os benefícios que esse método traz?		
	Sim	73	65%
	Não	39	35%
3	Você teria algum medo ao utilizar o coletor menstrual?		
	Sim	59	53%
	Não	53	47%
4	Se sim, identifique as respostas abaixo:		
	Não sei se atrapalha urinar	13	11,60%
	Receio que cause dor durante o uso	28	25,00%
	Tenho medo de não conseguir retirá-lo	36	32,14%
	Tenho medo de que vaze a menstruação	44	39,20%
	Tenho receio de colocar a mão na vagina para retirar	10	08,96%
	Medo de dar alguma infecção	16	14,28%
Meu fluxo é grande, o coletor não resolverá	17	15,17%	
5	Você sabia que o coletor deve ser higienizado após o uso?		
	Sim	107	96%
	Não	5	4%
6	Ao dormir faria a utilização dessa peça		
	Sim	48	43%
	Não	64	57%
7	Tem interesse em saber os benefícios do uso do coletor menstrual?		
	Sim	93	83%
	Não	19	17%

Figura 1: Banner com informações sobre o uso e os benefícios do copo coletor, o qual foi disponibilizado via *WhatsApp*.



MULHER EM FOCO



Quando se trata de sua menstruação, **CONHECIMENTO É PODER.**


use produtos não tóxicos + coletor menstrual


higienização correta a cada 12 horas


eficaz e seguro


durma segura e confortável


mais praticidade no dia a dia


mais econômico e sustentável

i Informe-se sobre os benefícios do uso do coletor, cuide de sua saúde e sinta-se bem!

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O patriarcado e o capitalismo atuam diretamente na relação das mulheres com seus corpos, saúde, e liberdade, afetando o consumo desnecessário de produtos que já são populares e prejudicando a saúde da mulher, além do machismo que torna a menstruação uma cultura de processo antinatural e punitivo.

Por meio deste trabalho, pode-se obter um perfil das mulheres participantes do formulário, todas as alunas da instituição Etec Araçatuba.

Apesar da urgência dessa situação, infelizmente a menstruação e a relação da mulher com seu próprio corpo continuam sendo um tabu, mesmo neste século. Por outro lado, esses temas, antes considerados polêmicos, estão diminuindo, ainda que lentamente, e cada vez mais sendo questionados. De um modo geral, qualquer mudança histórica leva muito tempo para acontecer de forma efetiva. O que estamos vivenciando é uma prévia do que vem sendo melhor estruturado ao longo dos anos. De fato, há a necessidade de uma mudança na percepção das mulheres sobre a menstruação, construída por meio de informações e quebra de tabus. Dessa forma, as mulheres podem utilizar produtos sustentáveis, diminuindo a geração de resíduos, pois, por meio da informação e do empoderamento feminino, é possível se afastar do paradigma cultural do sangue menstrual e da vagina.

REFERÊNCIAS

AMABIS, J. M; MARTHO, G, R. Fundamentos da Biologia Moderna. Editora: Moderna, 4ª Edição, 2006.

RATTI, C. R et al. Tabu da menstruação reforçado pelas propagandas de absorventes. In: Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, XXXVIII. 2015 p. 15.

WONS, L. “Introduzindo o primeiro produto menstrual que não absorve na”: Coletores menstruais e transformações nas ordens prático-simbólicas da menstruação. 2020.

MARON, Cristina Sá Oliveira. Você usaria coletor menstrual? ISaúde Bahia, Salvador, 4 de jun. de 2015. Disponível em: <https://www.isaude.com.br/noticias/detalhe/noticia/voce-usaria-coletor-menstrual/> Acesso em: 03/11/2022.