

# ***"Vamos Estudar .... Licença Menstrual"***

**A Licença Menstrual no Brasil**

Vamos estudar...

**LICENÇA  
MENSTRUAL**

**29 MAIO / 18H**

**APMJ**  
Pelos Direitos Humanos das Mulheres

# A Licença Menstrual no Brasil



“Precisamos nos apropriar desses espaços que  
nos  
usurparam e recuperar a sabedoria que ainda  
permanece  
silenciada dentro de nós”.

(Martin, 2015 p.144)

*Maio é o mês da visibilidade menstrual.*



## ***Maio é o mês da visibilidade menstrual.***

Esse mês foi escolhido para trazer discussões sobre o tema a fim de desmistificar e naturalizar esse fenômeno biológico e periódico na vida da mulher.

Além disso, também para alertar sobre as condições sanitárias – ou a falta delas – que muitas mulheres e meninas passam durante esse período tão sensível do mês. É importante e cada vez mais urgente dar nome a esse processo fisiológico para romper os tabus que regem o pensamento e comportamento da sociedade, que afetam, e muito, a vida de muitas mulheres.

Vivemos em um período perigoso, em que o pensamento tende a se polarizar e não enxergar as nuances do que é verdade e do que é subjetividade.

Um governo que dita sobre um pensamento contra a “educação sexual” está obviamente ignorando a natureza humana sexual e cíclica e com isso nos afastando cada vez mais da nossa essência e negando nossas origens.

A menstruação é um evento natural.

É a menstruação que permite a fertilidade, a gestação, o nascimento, e portanto a VIDA.

Sem a menstruação, não existiria vida humana na TERRA. Na mitologia grega, Gaia é o nome da deusa da Terra, companheira de Urano (Céu) e mãe dos Titãs (gigantes). Gaia é a personificação do planeta Terra, representada como uma **mulher gigantesca e poderosa**.

"A menstruação foi transformada em algo "doloroso", "incômodo", "sujo", inclusive catalogada como "selvagem", digna de ser controlada e patologizada por conta do ritmo explorador da vida nas civilizações modernas. Por isso a ciência encontrou soluções que se resumem a sedativos e hormônios sintéticos para controlar nosso ciclo de maneira médica, efeito que repercute ainda mais na distância que temos com nosso próprio sangue e deste momento cósmico de conexão e renovação que possuímos".

*Pabla Pérez San Martín*  
*Manual Introdutório à Ginecologia Natural*



"É necessário esvaziar a nossa útera/coração da dor que atormenta o nosso equilíbrio, nos limpar da sombrias palavras, imagens e tabus que nos impedem de valorizar a nossa própria natureza. Nós, mulheres, precisamos empreender uma viagem até as nossas profundezas com os nossos sentidos expandidos. Precisamos nos apropriar desses espaços que nos usurparam e recuperar a sabedoria que ainda permanece silenciada dentro de nós mesmas."

*Pabla Pérez San Martín*  
*Manual Introdutório à Ginecologia Natural*



## O que é dismenorreia?

A maioria das mulheres que menstruam sente dor como parte do ciclo, mas algumas podem sofrer de **dismenorreia grave**, uma forma de dor que pode ser debilitante;

Geralmente consiste de fortes cólicas abdominais, que podem se espalhar para as costas e as coxas, assim como náusea, diarreia e enxaqueca;

Há várias causas para a dismenorreia — por exemplo, um desequilíbrio nos níveis do hormônio prostaglandina, produzido pelas células do revestimento do útero, pode fazer com que ele se contraia. Quanto mais alto for o nível, mais fortemente o útero se contrai, gerando a dor;

Pesquisas mostram que a dismenorreia é muito comum e pode ser forte o suficiente para interferir nas atividades diárias de **até 20% das mulheres**;

Uma pesquisa do YouGov de **2016** com mil mulheres para a BBC Radio 5 mostrou que **52%** haviam tido dismenorreia que afetava sua capacidade de trabalhar, mas apenas **27%** haviam dito à chefia que a cólica menstrual era a responsável.



## "Lei! Ora, a lei"

A primeira legislação sobre licença menstrual remonta à **União Soviética**, onde foi introduzida em 1922.

São poucos países ao redor do mundo que garantem legalmente alguma forma de licença menstrual para mulheres no mercado de trabalho — **a maioria está na Ásia**, incluindo **Japão, Taiwan, Indonésia e Coreia do Sul**, além da **Zâmbia**.

## O caso da Indonésia

Muitas mulheres na Indonésia não estão cientes da existência de uma lei que permite às mulheres tirar dois dias de licença remunerada quando estão menstruadas. Há mulheres que trabalham na área de média na Indonésia que não foram informadas sobre a política e, portanto, se obrigam a trabalhar sofrendo com cólica. Os empregadores têm que fornecer até 24 dias de licença menstrual remunerada por ano na Indonésia, mas a política é mal aplicada. A concessão é, na prática, arbitrária. Muitos empregadores permitem apenas um dia por mês, outros nenhuma licença menstrual, segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT). As mulheres que trabalham no setor informal muitas vezes não sabem sobre o direito à licença menstrual. Uma das barreiras para essas mulheres é que elas primeiro precisam obter um atestado médico. Elas podem enfrentar assédio sexual ou se sentir muito constrangidas ao solicitar a licença. E tem mais: muitas empresas não querem pagar salário durante a licença menstrual.

## O caso da Japão:

A licença menstrual existe há mais de 70 anos — foi concedida como um direito industrial para mineiras e trabalhadoras de fábrica na ausência de banheiros adequados em seus locais de trabalho. Ativistas dizem que a adoção é atualmente baixa. Uma percentagem muito pequena de mulheres tira licença menstrual no Japão.

De acordo com os dados mais recentes do governo, apenas 0,9% de toda a força de trabalho feminina solicitou licença menstrual de abril de 2019 a março de 2020. Há um estigma em torno da menstruação, as mulheres que menstruam acham difícil se abrir sobre isso, especialmente em um ambiente de trabalho dominado por homens.

A maioria das empresas não oferece licença menstrual remunerada, o que significa que muitas mulheres apenas tiram férias remuneradas, em vez de usar o direito à licença menstrual. É quase como se não valesse a pena pedir por causa do tabu.

## O caso da Coreia do Sul:

Adotou a licença menstrual em 1953. Em 2001, o país ratificou o artigo 73 da sua Lei de Normas Trabalhistas, que garante um dia de licença sem vencimento por mês, concedido a pedido do empregado. Em 2021, um ex-CEO de uma companhia aérea que se recusou a permitir que funcionárias tirassem a licença menstrual, protegida pela lei trabalhista, foi obrigado por um tribunal da Coreia do Sul a pagar uma multa de US\$ 1,8 mil.

A Coreia do Sul é uma sociedade altamente competitiva que considera que você deve ser capaz de controlar a dor, então é esperado que você suporte (a dor). A maior barreira é a atmosfera social — é difícil falar sobre licença menstrual na Coreia do Sul.

# O Brasil está muito longe de aprovar uma licença menstrual em lei?



- No país, há um *Projeto de Lei* que teve como objetivo o afastamento de três dias de trabalho a mulheres e pessoas menstruantes que tenham graves sintomas durante o período menstrual.
- Sabemos que é preciso desestigmatizar o assunto, combater a pobreza menstrual e propor mais Políticas Públicas para garantir o direito às brasileiras.



- Só no Brasil, estima-se que mais de **80%** das mulheres tenham dismenorreia, de acordo com um levantamento realizado em **2020** com **10.070** mulheres cisgênero, divulgado pelo departamento de fisioterapia da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar).
- **Cisgênero (Cis)** é o termo utilizado para se referir ao indivíduo que se identifica, em todos os aspectos, com o seu "gênero de nascença". Em outras palavras, na pessoa cisgênero a identidade de gênero (a forma como a pessoa se vê) corresponde ao gênero que lhe foi conferido ao nascer.
- **Mulher Cisgênero: é uma pessoa que nasceu com o órgão sexual feminino, tem atitudes e comportamentos relacionados ao papel de gênero feminino e se identifica como mulher.**
- Para compreender melhor a definição de cisgênero, deve-se analisar a origem etimológica desse prefixo: **cis** significa “do mesmo lado” ou “ao lado de”, em latim. Ou seja, **esse termo faz referência à concordância da identidade de gênero do indivíduo com a sua configuração hormonal e genital de nascença.**

- **Cisgêneros** são pessoas que se identificam com o sexo biológico que lhes foi atribuído ao nascer. Elas também se identificam com o padrão normativo de atitudes e comportamentos que a sociedade espera dos gêneros masculino ou feminino.
- Já **transgêneros** são pessoas que não se identificam com o seu sexo biológico, mas, com um gênero diferente daquele que lhes foi atribuído no nascimento.

Sabemos que, a Espanha se tornou o primeiro país ocidental a criar uma lei que garante a licença menstrual a pessoas que comprovem sofrer de sintomas graves durante o período menstrual.

**O quê animou o debate sobre a possibilidade de se implementar essa mesma política em outros países, como o Brasil?**

O **Projeto de Lei (PL) 12499/22**, de autoria da deputada federal Jandira Feghali (Partido: PCdoB – RJ. - Federação PT-PCdoB-PV), tencionou incluir na **CLT** – Consolidação das Leis do Trabalho a licença de três dias consecutivos, por mês, às mulheres que comprovem sintomas graves relacionados ao [fluxo menstrual](#).



- É extremamente positivo olhar para a realidade de brasileiras em situação de dismenorreia, com quadro agudo e de muita dor, e é importante que consigamos cobrir legalmente essa especificidade da Saúde da Mulher para que esse acontecimento biológico seja amparado pela lei.
- **Apesar de uma licença menstrual soar animadora, o quanto realmente próximo está o Brasil de aprovar uma medida como esta, levando em conta o atual cenário social e político do país?**

## Por que brasileiras precisam da licença menstrual?

Por mais que a licença menstrual **não** seja oficialmente reconhecida, no Brasil, o afastamento derivado de dores menstruais pode ser concedido por meio de atestado médico.

A Consolidação das Leis Trabalhistas (CLT) prevê e garante que uma funcionária/empregada que **sofra de dores** ou acidentes que a impeça de trabalhar **pode se ausentar se tiver uma licença médica comum**.

No entanto, a cultura atual das empresas enxerga a questão como de menor importância.

Sem a compreensão necessária sobre o assunto, as mulheres se sentem inseguras ou não pedem o direito em prol da produtividade – e, quando pedem em excesso, podem ser demitidas.

Existe uma estrutura sólida e secular que relega o **sangue menstrual e a menstruação à proibição, desinformação e estigma.**

O sangue menstrual e a menstruação são tidos como algo que a mulher tem de administrar sozinha, que faz parte do âmbito privado da vida dela.

Por se tratar de um fenômeno que se repete a cada mês, o argumento é que **os corpos de pessoas que menstruam são mais vulneráveis, inconfiáveis ou impróprios para o local de trabalho** – já que essa abstenção recorrente seria vista como um “prejuízo” às empresas.

**Esses estereótipos contribuem para a intensificação da desigualdade de gênero.**

Enquanto os corpos dos homens são considerados completos, as mulheres têm partes de suas vidas que não são objetivo de análise pública, como **o parto, a maternidade, o cuidado, o direito reprodutivo e a dignidade menstrual.**

No trabalho, por exemplo, sentem que precisam expor pontos considerados íntimos ao falar em menstruar. Assim, se cria esses estigmas.

## Uma lei que leve em conta especificamente o período menstrual poderia garantir que “a mulher seja tratada com dignidade”?

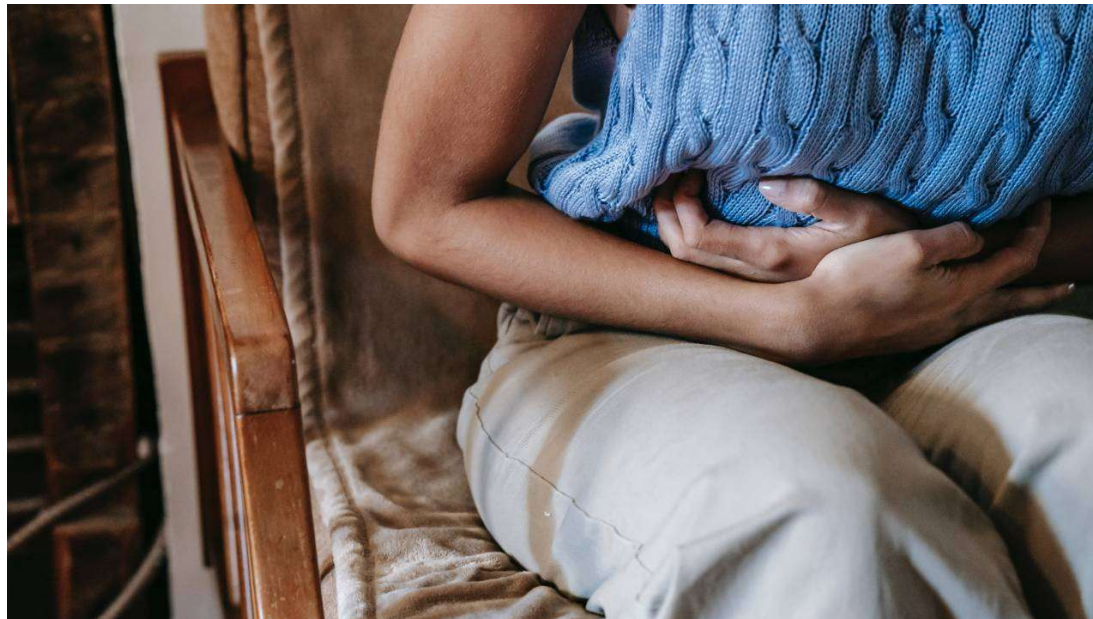
Esse reconhecimento é fundamental para a **garantia da cidadania da mulher**, pois temos necessidades específicas e somos pessoas detentoras de direitos. A igualdade de gênero passa pelo reconhecimento dessa diferença e de um tratamento mais isonômico.

Uma licença menstrual também ampliaria a perspectiva sobre direitos sexuais e reprodutivos de mulheres e pessoas que menstruam – incluindo alguns homens trans, pessoas intersexo e não binárias –, iniciaria um **debate sobre a normalização do trabalho com dor e sobre o estigma em torno da menstruação – tanto no mundo corporativo como na sociedade.**

Uma licença menstrual não só contribuiria para um acolhimento e conforto maior para funcionárias, mas também se estende às empresas: além do aumento da produtividade, aquele ecossistema demonstra responsabilidade em relação ao comprometimento com o combate à desigualdade de gênero.

Não se vê mais apenas as qualidades empresariais sob a perspectiva econômica, mas também as iniciativas que demonstrem comprometimento em relação a vários aspectos.

**A licença influenciaria diretamente na rotina de trabalho e na melhora da produtividade.**



Depois da aprovação da medida pela justiça espanhola, houve um tímido – mas significativo – movimento de empresas brasileiras que, ao entenderem a demanda, passaram, por conta própria, a disponibilizar o direito às funcionárias.

Uma delas foi o **Grupo Mol**, que reúne organizações de aceleração à cultura de doação no país. Em março de 2023, o grupo implantou oficialmente a licença menstrual remunerada. Como a empresa é formada 84% por mulheres, esse já era um costume informal. (**Grupo Mol**, com sede em São Paulo e 84% de mulheres na equipe, passou a oferecer o benefício a todas as pessoas com menstruação dolorosa). Pessoas saudáveis e contentes são mais produtivas. Então, não faz sentido que se peça a uma pessoa que está sentindo fortes dores, como enxaqueca e cólica, estar 100% presente no trabalho.

Sei de uma funcionária desta empresa que me disse que, mesmo com o aval da direção da empresa, chegou a sentir-se vergonha de pedir a licença. Mas, se sentiu compreendida e acolhida ao perceber que havia um entendimento sobre o impacto que as dores têm em seu corpo.

“Em dias que tenho sintomas mais intensos, é impossível me concentrar no trabalho. Eu mesma me impunha muita pressão para desenvolver igualmente aos outros dias. A frustração era imensa. Depois da licença, com certeza senti melhora na produtividade e no meu foco.”

Então, produtividade não é uma questão de quantas horas você passa no seu trabalho, mas do quanto você é capaz de executar enquanto está envolvida com as suas funções. Menstruação não é uma doença, mas sintomas fortes menstruais podem ser terrivelmente imobilizantes, paralisantes e dolorosos, e não faz sentido exigir que alguém trabalhe nessas condições.

## Estigma, pobreza menstrual e falta de políticas públicas estão entre impasses

Não é possível quantificar exatamente quanto tempo o Brasil pode levar para aprovar uma licença menstrual em lei.

No entanto, analiso que o cenário ainda não é tão favorável a este projeto.

O processo para chegar até esse **cenário pode ser demorado por envolver o desmantelamento de questões estruturais em torno da mentalidade sobre a menstruação.**

As mulheres só começam a falar sobre os próprios corpos em **1950 e 1960**, principalmente depois da chegada da pílula anticoncepcional. Mesmo assim, **temos um grande e antigo processo de subjetivação do período menstrual, colocando-o como tabu.**



Ainda não é possível saber qual é a real demanda das mulheres sobre isso, pois falta a possibilidade de se discutir publicamente o assunto.

As próprias mulheres não saem para a luta com esse tema de maneira clara, no sentido da formulação de direitos.

Esse cenário ganha ainda mais camadas pelo aspecto dos **altos números de extrema pobreza, falta de saneamento básico e dificuldade de acesso à água potável** em determinadas regiões. Esses são indicadores que demonstram a intensificação do cenário da pobreza menstrual no Brasil.

# Comportamento

Pesquisas apontam que faltas ao trabalho por pobreza menstrual geram prejuízo de 2,4 bi de reais ao Brasil.

Essas pessoas ficam submetidas a pouco ou nenhum saneamento básico, inexistência de banheiros para um momento privado e a inexistência de itens de higiene pessoal, que não são incluídos na vida familiar ou nas unidades básicas de saúde. Essa precariedade impede que as **pessoas menstruantes** passem por períodos de menstruação de maneira digna.

Essa realidade mais complexa não diminui a importância de cobrar por outras demandas do direito à dignidade menstrual.

No entanto, **mais do que medidas individuais, é necessário que se pense soluções que alcancem as pessoas que menstruam de maneira coletiva** – o que é pouquíssimo feito no Brasil.

Um lado bom é que a **popularização do termo pobreza menstrual**, nos últimos cinco anos, **colocou o assunto como uma questão social e de saúde pública**.

Assim, gradativamente, vai gerar a possibilidades de pensar novas representações e políticas sobre o assunto, **deslocando-o do espaço privado à concepção da saúde pública e do coletivo**.

Houve avanços nos últimos dois anos, quando alguns estados (são 26 estados, além do Distrito Federal e do distrito insular de Fernando de Noronha) e alguns dos 5.568 municípios passaram a criar programas e legislações próprias que se voltam à dignidade menstrual.

O principal foco é a distribuição gratuita de absorventes para “populações chave”.

O grande desafio está em fazer valer essas leis (federal, estaduais e municipais) e que os produtos realmente cheguem a quem precisa.

Em março do ano passado (2022), após o Congresso Nacional derrubar vetos do ex-presidente Jair Messias Bolsonaro sobre ampliação das ações de distribuição de absorventes, o parlamento brasileiro promulgou a lei que criou o ***Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual*** – sancionada por Jair Bolsonaro, em março de 2022.

O programa expandiu a distribuição para:

- estudantes do **ensino fundamental e médio**,
  - mulheres em privação de liberdade ou em unidades socioeducativas,
  - em situação de vulnerabilidade (moradoras em situação de rua),
- em todo território brasileiro.

## **A pobreza menstrual não deve ser uma desculpa para deixar outros temas elementares para depois...**

podemos citar, como exemplo:

- a diminuição de impostos sobre produtos de higiene,
- a inserção de absorventes nas cestas básicas,
- a criação de campanhas de conscientização em peças publicitárias,
- divulgação de informações em agendas escolares
- **além da própria licença menstrual.**

## o Estado precisa ir além:

Deve-se tirar o assunto do âmbito privado, posicionar os corpos das mulheres e pessoas menstruantes no centro da criação de políticas públicas e pensá-lo enquanto um assunto coletivo.

- O direito à higiene menstrual é um direito humano.
- É uma questão de saúde pública que se combate à partir de políticas não isoladas.
- É necessário que se comece a forjar uma outra cultura e, para isso, deve-se estabelecer ações estratégicas contínuas.
- Apenas as *leis gerais* são completamente ineficazes.

## Absorvente, água, sabão e direitos humanos para acabar com a pobreza menstrual

A pobreza menstrual vai muito além da falta de absorventes e envolve um contexto em que **pessoas menstruantes** não têm acesso a condições básicas para cuidar da própria higiene.



## Projeto de Lei 4.968/2019

**Situação atual:** Transformada na **Lei Ordinária 14214/2021**

O PL foi analisado com mais outros três textos que tratavam do tema.

O texto foi apoiado sem modificações e tratado com *regime de urgência*.

Principais preocupações deste **PL** foram os impactos que o uso de outros materiais inadequados podem causar na saúde das **pessoas menstruantes**.

Foram mostradas as consequências do uso do papel higiênico e de outros produtos utilizados para substituir o absorvente. Isso tudo leva à infecção do trato urinário. Sem falar na vaginite [*inflamação infecciosa na mucosa vaginal*], enfim, não é só o aspecto psicológico que é afetado.



Um estudo encomendado pela *Sempre Livre*, mostrou que **73%** das mulheres que precisaram recorrer a outros métodos, não recomendados, tiveram problemas de saúde, como candidíase, infecção urinária, cistite, infecção vaginal por fungo ou bactéria. Os materiais utilizados vão desde papel higiênico, miolo de pão, jornal, sacola plástica, filtro de café e peças de roupas.

A pesquisa da *Sempre Livre* mostrou que 4 em cada 10 mulheres no Brasil são afetadas ou conhecem alguém que precisa lidar com a pobreza menstrual. Sendo que essa é uma questão que atinge até 28% das mulheres de baixa renda. Medir o quanto uma pessoa é afetada por este problema não se resume em verificar se ela pode ou não comprar absorventes, mas se está imersa num contexto em que tem acesso a condições básicas de higiene.

Falta absorvente, mas também faltam água, sabão e moradia digna para acabar com essa adversidade.

Segundo dados da *Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF)*, 6,5 milhões de meninas vivem em locais em que não há ligação com a rede de esgoto. Assim, precisam utilizar fossas ou valas. Quanto ao abastecimento de água, mais de 570 mil pessoas não têm acesso à água canalizada, no Brasil.

A **pobreza menstrual** é um fenômeno caracterizado pela falta de recursos, de infraestrutura, de saúde, mas também pela falta de conhecimento por parte de mulheres e meninas em relação aos cuidados que envolvem a própria menstruação.

Uma das ferramentas para enfrentar o problema é o **investimento em educação sexual**.

O desconhecimento do assunto leva a situações de medo, de sofrimento emocional, reforça mitos e tabus.



## **Não é possível presumir que todos saibam o que é a menstruação.**

No meu início do Magistério eu ministrava aulas no curso supletivo, a maioria das minhas alunas eram mulheres mais velhas. Havia ali uma discussão pública sobre o cancro de mama e, em determinada aula, decidi abrir o espaço para perguntas sobre o corpo e o tópico da menstruação não demorou muito para aparecer.

Tive que desenhar na lousa para explicar o que era menstruação. Muitas alunas diziam que menstruação era sangue sujo. Algumas alunas já eram avós e não sabiam por que menstruavam e o que isso significava, eu tive que explicar.

Lembro que uma aluna-senhora me disse: “Nossa, você é uma menina e eu sou avó e eu nunca soube disso”. (nos idos de 1975).

A “**I Mostra de Cinema: Luz, Câmera, MenstruAÇÃO**” aconteceu em Brasília e apresentou filmes ficcionais e documentais que abordaram as múltiplas abordagens, entendimentos e práticas a respeito da menstruação e os direitos das pessoas que menstruam. (novembro/2022).



## **Fórum** - Paralelamente à mostra de cinema, aconteceu um **fórum de discussão** com cinco eixos temáticos:

1. “Aprofundamento situacional e ascensão do tema da dignidade menstrual na agenda pública”;
2. “Iniciativas da gestão pública na promoção da dignidade menstrual”;
3. “Insumos menstruais e as diferentes alternativas para a provisão da dignidade menstrual e o meio ambiente”;
4. “Menstruação e espaço escolar” e
5. “A menopausa no âmbito da dignidade menstrual: poder, sexualidade e autocuidados”.

## Filmes e Documentários sobre a temática

### Documentário Pobreza Menstrual (Brasil)

Curta-metragem que apresenta um panorama completo dos dados e conceitos relativos à temática da dignidade menstrual.

<https://youtu.be/0mcGvg4CTyg>

### Documentário Menarca (Brasil)

Luísa é proibida de sair na rua por sua mãe depois de sofrer um assédio. Dentro de casa, a imaginação é o limite. MENARCA fala sobre a estigmatização da menstruação e fazemos um paralelo com o que era ser mulher nos anos 70 com os dias atuais.

<https://youtu.be/rXQS5yE19M0>

## **Documentário Carne (Brasil)**

Um filme de animação que acompanha cinco mulheres e explora como as relações delas com seus corpos da infância até a maturidade tomam forma na CARNE.

<https://youtu.be/8MW4EbAB7Sg>

## **Documentário La Eterna Noche de las Doce Lunas (Bolívia)**

Doze luas, um ano — o tempo em que a menina indígena, “Pili” (Fila Rosa Uriana), permaneceu isolada, de acordo com os rituais indígenas tradicionais da cultura Wayuu. Um documentário antropológico delicado que nos leva numa viagem ao centro das terras Wayuu no litoral colombiano.

<https://youtu.be/yEAu2XENrH8>

## **Documentário Imaculada - Spotless (Países Baixos)**

Quando a Ruby de 15 anos percebe que está menstruada, ela não quer pedir à mãe para comprar seus produtos, porque sabe que a situação financeira deles não o permite. Para não incomodar ninguém com seu problema, ela tenta resolvê-lo por si mesma.

<https://youtu.be/bukgQuIO4E4>

## **Documentário Sangue da Lua - Moon Blood (Israel)**

Um filme de animação surrealista que segue o fluxo de consciência de uma adolescente, enquanto ela lida com o mistério da menarca. Lentamente, ela começa a compreender seu corpo, sua natureza, a lua e a conexão entre eles.

<https://filmfreeway.com/MoonBlood>



## **Documentário Sangra Comigo - Bleed with me**

Como posso contribuir para o feminismo? O feminismo é um movimento para acabar com a opressão sexista. Como a menstruação é esperada e associada às mulheres, desestigmatizar a menstruação é uma importante questão feminista. Aproximadamente metade do mundo menstrua em algum momento de suas vidas, no entanto, a menstruação continua sendo estigmatizada e silenciada em muitas partes do mundo. Para desafiar o estigma menstrual, a cineasta criou um filme que pede conversas abertas sobre menstruação. Ao combinar gravações de som de entrevistas com visuais envolventes, ilustra tanto na mensagem quanto no meio que uma conversa aberta é a chave para acabar com o estigma da menstruação.

<https://youtu.be/pzF8oZSDNi8>

## **Documentário Um Drama Menstrual - A Period Drama (EUA)**

Drama de época é uma série de esboços cômicos historicamente precisos sobre mulheres em seus períodos em diferentes períodos de tempo. Tia Flo nos visita na América Colonial, durante a Primeira Guerra Mundial, no final da Lei Seca, em algum lugar vagamente nos anos 60/70, 1985, e um futuro não tão distante. Cada episódio apresenta um marco em como as mulheres lidaram com a perda de seu revestimento uterino - porque se fôssemos viajar no tempo, isso envolveria piadas sobre menstruação.

<https://youtu.be/IIWo3P0qoBc>

## Documentário Escassez - Absent (Reino Unido)

Como a pobreza menstrual no Reino Unido está impedindo as meninas de irem à escola Assista Absent, um curta-metragem que aborda a vergonha e a ignorância em torno da menstruação “Eu não tinha ideia do que era quando começou. Achei que estava doente”, lembra Ellie\* sobre sua primeira menstruação aos 10 anos. Ela ainda não havia conversado com a mãe sobre menstruação, e isso não era algo ensinado em sua escola em Leeds. “Minha mãe não podia me dar nenhum produto porque só recebia na sexta-feira, e era terça-feira”, lembra ela em nossa conversa.

Para Ellie, isso significou recorrer a uma meia embrulhada em papel higiênico na primeira noite, até o dia seguinte na escola, quando ela informou uma professora que posteriormente a levou à enfermaria. A enfermeira conseguiu dar um suprimento limitado de absorventes: “Usava um por dia até minha mãe poder comprar mais”.

No início deste ano, o governo prometeu dois milhões de libras e £ 2 milhões para acabar com a pobreza menstrual em todo o mundo e prometeu disponibilizar produtos menstruais para todas as crianças em idade escolar na Inglaterra até setembro – uma promessa que os conservadores não cumpriram. Além dos compromissos vazios do governo, várias instituições de caridade apontaram que muito mais deve ser feito para dissipar a vergonha e a ignorância em torno do assunto, com 48% das meninas no Reino Unido dizendo que se sentem envergonhadas por seus períodos.

Absent é um curta-metragem produzido por Dog Eat Dog baseado em várias histórias verdadeiras que retratam francamente o constrangimento, a sensibilidade e muitas vezes a humilhação que caracterizam muitas experiências iniciais da menstruação. Por meio de uma série de momentos cotidianos, mas carregados de emoção, o filme segue a história de uma jovem, Chloe, que, sentada em um ônibus escolar, percebe uma mancha em sua roupa por outro menino que, para a diversão de sua amigos, deixa-a visivelmente mortificada.

<https://vimeo.com/361067869>

Muito Obrigada !!!

**Tania Teixeira Laky de Sousa**

[tate.adv@gmail.com](mailto:tate.adv@gmail.com)

Tlm.: 910.753.564