

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

SETOR LITORAL

DANIELE DOS SANTOS SILVA

**MEMORIAL DESCRITIVO: CAMINHOS PERCORRIDOS NOS ESPAÇOS FORMAIS E  
INFORMAIS DE EDUCAÇÃO E A IMPLANTAÇÃO DA LEI DE COMBATE À POBREZA  
MENSTRUAL NO MUNICÍPIO DE MATINHOS POR DANIELE DOS SANTOS SILVA**

MATINHOS  
2024

DANIELE DOS SANTOS SILVA

**MEMORIAL DESCRITIVO: CAMINHOS PERCORRIDOS NOS ESPAÇOS FORMAIS E  
INFORMAIS DE EDUCAÇÃO E A IMPLANTAÇÃO DA LEI DE COMBATE À POBREZA  
MENSTRUAL NO MUNICÍPIO DE MATINHOS POR DANIELE DOS SANTOS SILVA**

Memorial Descritivo apresentada ao Curso de Pós-Graduação em Questão Social na Perspectiva Interdisciplinar, Setor Litoral, da Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Questão Social na Perspectiva Interdisciplinar

Orientador(a): Prof. Dr. Rodrigo Mengarelli

MATINHOS  
2024

**RESUMO:**

O presente trabalho relata através de um memorial descritivo, experiências pessoais e coletivas de Daniele Dos Santos Silva, vivenciadas tanto dentro quanto fora da Universidade, relacionando seu percurso com pós-graduação em Questão Social na Perspectiva Interdisciplinar. O estudo foca na intersecção entre suas trajetórias de vida, destacando a importância da dignidade menstrual. A dignidade menstrual emerge como um tema central na pesquisa, destacando-se como uma questão crucial de saúde pública e direitos humanos que afeta profundamente a vida de pessoas que menstruam, especialmente em contextos de vulnerabilidade. A partir de uma análise crítica e reflexiva, o trabalho discute a importância do acesso a produtos menstruais e educação adequada, bem como as implicações sociais e econômicas da falta de dignidade menstrual. Este memorial descritivo não só reflete a trajetória acadêmica de Daniele, mas também busca contribuir para o debate sobre a dignidade menstrual, promovendo uma conscientização mais ampla e políticas públicas eficazes que garantam o respeito aos direitos das mulheres. Palavras Chave: Educação Continuada, Organização Comunitária, Dignidade Menstrual.

**ABSTRACT:**

This work reports, through a descriptive memorial, the personal and collective experiences of Daniele dos Santos Silva, lived both inside and outside the University, relating her journey to the postgraduate studies in Social Issues from an Interdisciplinary Perspective. The study focuses on the intersection of her life trajectories, highlighting the importance of menstrual dignity. Menstrual dignity emerges as a central theme in the research, standing out as a crucial public health and human rights issue that profoundly affects the lives of menstruating individuals, especially in vulnerable contexts. Through a critical and reflective analysis, the work discusses the importance of access to menstrual products and adequate education, as well as the social and economic implications of the lack of menstrual dignity. This descriptive memorial not only reflects Daniele's academic journey but also aims to contribute to the debate on menstrual dignity, promoting broader awareness and effective public policies that ensure the respect of women's rights. Key Words: Continuing Education, Community Organization, Menstrual Dignity.

**INTRODUÇÃO**

Seguindo as orientações da disciplina de Metodologia do Ensino Superior mediada pelo professor Valdo José Cavallet no curso de Especialização em Questão Social, orientada pelo Professor Rodrigo Mengarelli e com o apoio e a base construída

em meu primeiro convívio social, descrevo algumas passagens de minha história de vida relacionada ao processo de formação educacional.

Escrever nossa história é uma ferramenta que proporciona muita reflexão e autoconhecimento, recordar sentimentos, apreciar e planejar nossos almejos, é muito desafiador, mas possibilita muito aprendizado e me permite olhar de onde vim, onde estou e para onde pretendo ir.

Daniele, 42 anos, mãe, artesã, técnica em enfermagem, terapeuta comunitária e assistente social. Trabalho na produção e vendas do artesanato como principal forma de geração de renda, hoje exercendo em regime estatutário também a profissão de técnica em enfermagem na Maternidade Municipal Nossa Senhora dos Navegantes em Matinhos- PR. Participo como voluntária e ativista da dignidade menstrual e em ações que envolvem as práticas integrativas de cuidados com a saúde da mulher, resgate dos saberes da cultura popular brasileira e no autoconhecimento feminino. Mãe de dois filhos e artista de rua em Matinhos, Litoral do Paraná, profissão ligada aos aprendizados adquirido de meu pai, nos espaços culturais, festivais e feiras. Olhando para atuação profissional de minha mãe me identifico com as organizações comunitárias, hortas e saúde coletiva.

Me formei no curso técnico de enfermagem em 2008, em 2009 ingressei no curso de Serviço Social da Universidade Federal da Paraná (UFPR Litoral) e nesse curso desenvolvi um projeto de aprendizagem: “Os cuidados com a saúde bucal das crianças da rede municipal de ensino em Matinhos”. No ano de 2011, após o evento natural que atingiu o Litoral Paranaense e causou deslizamento de terra e enchentes que desabrigaram centenas de pessoas, iniciei minha vivência no Centro Espírita de Morretes, onde estavam abrigadas pessoas pertencentes às comunidades Morro Alto, Floresta e Sambaqui. Nesse momento foi criado o coletivo Águas de Março composto por estudantes, professores e equipe de técnicos administrativos para dar apoio às vítimas da enchente. Depois, algumas das famílias retornaram para suas casas e outras foram remanejadas para casas da COHAB, no centro de Morretes. Durante esse processo, enquanto coletivo, também trabalhamos outras questões sobre saúde, saneamento, moradia, educação e políticas públicas.

A fim de me aperfeiçoar no trabalho junto às comunidades, enquanto cursava a graduação de Serviço Social, me formei em Terapia Comunitária Integrativa. Retornando para trabalhar a organização comunitária através da terapia comunitária integrativa na comunidade de Morro Alto, em Morretes, ainda junto ao Coletivo Águas de Março a partir das oficinas de Educação em Espaços não formais ofertadas pelo Programa de Desenvolvimento Urbano Regional (PDUR), projeto de extensão universitária da UFPR, até o ano de 2015. Nesse mesmo ano, dirigi o documentário Águas de Março o filme, e participei como organizadora da I Conferência Livre de Direitos Humanos- Um olhar caiçara, que foi realizada nas dependências da UFPR Litoral, nesse evento foi apresentado o documentário, que fala sobre as ações do Coletivo Águas de Março, e eleitos os delegados para Conferência Nacional de Direitos humanos. Como uma das delegadas, representando Matinhos, estive em Brasília levando as demandas locais apontadas no relatório da Conferência.



Conferência Livre e Regional de Direitos Humanos um olhar caiçara 12 dez 2015 Coletivo Águas de Março. Fonte: Coletivo Roda D'Água

Atualmente, atuo no Coletivo *Roda D'Água*. Movimento independente sem fins lucrativos que nasceu durante a pandemia e trabalha com a promoção de direitos ao acesso da saúde, educação e cultura no Litoral do Paraná. Dentro desse coletivo idealizei o projeto de Combate à Pobreza Menstrual no litoral do Paraná, realizado desde junho de 2021, organizado juntamente com Camila Valentim e Luana Lustosa.

A pobreza menstrual se caracteriza pela falta de acesso a recursos financeiros, saúde básica e condições mínimas de saneamento, esta situação atinge cerca de 900

mil meninas no país, segundo o relatório de pobreza menstrual, publicado em 2021. Ela não está relacionada somente à ausência de absorventes, mas à privação de direitos básicos que garantem a dignidade humana, como acesso a moradia, água, saneamento e educação. Segundo a ONU, 713 mil meninas vivem sem acesso a banheiro ou chuveiro em seu domicílio e mais de 4 milhões não têm acesso a itens mínimos de cuidados menstrual na escola.

A falta de recursos pode levar a mulher a utilizar utensílios prejudiciais à saúde. A dificuldade econômica ou de informação expõe milhares de mulheres e meninas à situação de risco. Sabemos que no Litoral do Paraná temos muitas famílias vivendo em vulnerabilidade Social, e no âmbito dessas famílias, muitas meninas sem as mínimas condições de gerir com dignidade sua higiene pessoal. Além das de 10 a 19 anos que não possuem renda ou participação no orçamento familiar, temos outra expressão: as mulheres em situação de rua, ainda invisibilizadas pelas políticas públicas e sociais.

Diante desse contexto o Coletivo Roda D'Água deu continuidade as ações enquanto coletivo Águas de Março.

Também como coletivo Roda D'Água, participei enquanto facilitadora terapeuta comunitária das atividades de cuidados acessíveis para a saúde da mulher nas rodas de conversas de diversas temáticas relacionadas ao cotidiano, sofrimento humano, resgate de identidade e fortalecimento de vínculos e superações envolvendo música, dança, poesias, plantas medicinais, entre outras manifestações culturais e a distribuição de kits de higiene contendo absorventes (descartável e reutilizável).

A formação continuada tem um lugar valoroso nesse caminhar, optando em dar continuidade aos projetos sociais. No ano de 2016, quando cursei a graduação em Agroecologia, também na UFPR Litoral, um tema que esteve presente em minha vida desde a infância voltou a assolar meus dias, a questão de enfrentamento à violência contra a mulher. Fui convidada a participar e mediar rodas de conversa entre estudantes de diferentes cursos e turnos da universidade, o assunto em comum era os abusos que vinham acontecendo dentro dos espaços da universidade, relatos de violência que eu anteriormente não havia presenciado por ali, pelo contrário, era um espaço onde me sentia acolhida e livre de violências. Durante a infância em minha

casa presenciei alguns episódios onde minha mãe era a vítima, fui protagonista do encerramento desse ciclo aos 12 anos, quando tive a iniciativa em procurar ajuda policial e, a partir daí, minha mãe nunca mais sofreu violência física no nosso âmbito familiar.

Já circulavam nas mídias informações sobre a criminalização da violência doméstica e a primeira delegacia da mulher. Mas alguns ciclos tendem a se repetir e no ano de 2012, minha irmã mais nova passou por uma situação muito grave que acabou contribuindo para o seu afastamento dos estudos na universidade. Em 2016, quando ouvi na roda de conversa os relatos das mulheres que não se conheciam e se queixavam de situações parecidas, senti novamente o peso de ser mulher, pois até a presidenta do nosso país, Dilma Rousseff, estava enfrentando o golpe político do Patriarcado. Já podia imaginar os enfrentamentos que esse assunto renderia, e não foi diferente. Algumas integrantes do grupo dessas rodas de conversa, não se sentiram contempladas com o espaço que estávamos construindo e decidiram paralelamente realizar um ato de enfrentamento a violência contra a mulher, este ato resultou em uma intimação para as manifestantes responderem para a polícia Federal. Porém teve como resultado positivo a criação do 1º Fórum de Enfrentamento à Violência contra à Mulher de Matinhos -PR e do coletivo Nós por Nós que realizou o evento.

Estas vivências me proporcionaram perceber a importância do assistente social estar inserido nas comunidades locais e junto aos movimentos sociais, pois nos permite, enquanto profissionais, perceber a urgência e a especificidade das demandas, criando estratégias condizentes com a realidade. Após me formar, continuei a trabalhar com as comunidades do Litoral, além de trabalhar como artesã em Matinhos, passei a utilizar as rodas de terapia como estratégia para dialogar com a comunidade, a fim de falar sobre saúde e direitos.

## **FORMAÇÃO ACADÊMICA**

- Técnico em Enfermagem - Colégio Rui Barbosa Curitiba – PR, 2008.

- Terapia Comunitária Integrativa - Ambulatório de Saúde Mental HC. Curitiba - PR, 2013.
- Curso Captação de recursos para o terceiro setor - UFPR, Setor de Ciências sociais. Curitiba – PR, 2013.
- Bacharel Serviço Social - UFPR Litoral. Matinhos - PR, 2015.
- Tecnóloga em Agroecologia – UFPR, Setor Litoral, 2016.

#### FORMAÇÃO COMPLEMENTAR

- Oficina Terapia Comunitária e os anfitriões da Bahia de Guaratuba. UFPR, Setor Litoral, Matinhos – PR, 2016.
- I Fórum de enfrentamento a violência contra a mulher de Matinhos. UFPR, Setor Litoral, Matinhos – PR, 2016.
- Seminário e encontro de Grupos de Agroecologia. UFSM, Santa Maria - RS, 2016.
- Conferência Nacional de Direitos Humanos – Brasília - DF, 2016.
- Conferência livre de Direitos Humanos Estadual representando o segmento mulher movimento social de Matinhos, Curitiba - PR, 2016.
- Conferência Livre Regional de Direitos Humanos: Um Olhar Caiçara. UFPR – Litoral. Matinhos – PR, 2015.
- Encontro Internacional de Terapia Comunitária; Abratecom – UFOP - Ouro Preto – MG, 2015.
- 14ª Jornada de Agroecologia. Irati – PR, 2015. disponível em:  
<https://mst.org.br/2015/07/28/carta-da-14a-jornada-de-agroecologia/>.
- Grupo de Trabalho 'Vivendo Projetos de Aprendizagem como articulação para o desenvolvimento Social e Sustentável: A Experiência Acadêmica em Morretes desde

as “Águas de Março” de 2011’ na VI Mostra de Projetos do Setor Litoral e II Semana Integrada de Ensino”. UFPR, Setor Litoral. Matinhos - PR, 2013.

- Pré Conferência de Educação do Campo e II FOCO – Fórum Das Comunidades Litorâneas do Paraná. UFPR, Setor Litoral, 2012.

- Primeiro Seminário de Diálogos de Saberes no Litoral do Paraná, 2012.

- Oficineira da VII Semana de Educação, IV Seminário de alfabetização e III Encontro de Educação Infantil, 2012.

### **ATIVIDADES DE EXTENSÃO**

- Ações de combate e enfrentamento a pobreza Menstrual no Litoral do Paraná. Coletivo Roda D'Água Litoral do Paraná, 2021 a 2022.

- Organização da Celebração do dia mundial da dignidade menstrual, evento realizado pelo coletivo Roda D'Água e Rede Sorella, a convite da Câmara de vereadores de Matinhos-PR com apoio da Prefeitura Municipal, Provopar e Conselho Municipal da Mulher, 27 de maio de 2022.

- Organização do Fórum Popular da Juventude Caiçara realizado pelo coletivo Roda D'Água, Coletivo EduCultura e o Núcleo Periférico, na Igreja Viva Comunidade Labra-3 Paranaguá - PR com o apoio da UFPR Litoral, CRESS Litoral e União Brasileira das Mulheres, 21 de maio de 2022

- Projeto de Educação/Dignidade Menstrual. Em execução atualmente

### **COORDENAÇÃO DE PROJETOS**

- Coordenação Coletivo Roda D'Água – Litoral do Paraná, desde 2020

- Coordenação Coletivo Águas de Março – Litoral do Paraná, de 2011 a 2016

## RELATO DESCRITIVO DE TRAJETÓRIA

### APROXIMAÇÃO COM O TEMA DA DIGNIDADE MENSTRUAL

Acreditando que a informação e o diálogo são os caminhos mais eficazes para o enfrentamento, em 2016 foi realizado o I Fórum de Enfrentamento a violência contra a Mulher de Matinhos. A convite das estudantes que estavam à frente da organização e da professora Ana Cristina, do curso de Agroecologia da UFPR Litoral, fui uma das convidadas a compor a mesa, compartilhando minhas experiências relacionadas ao tema do enfrentamento à violência contra a mulher e participei, enquanto coletivo Águas de Março, do espaço pedagógico não-formal de cuidado com as crianças nomeado 'Maria da Restinga', para que as mães participassem do evento. No mesmo período, na formação em agroecologia pude vivenciar com a Prof. Ana Cristina sua rica pesquisa em fertilidade do solo. O dever de casa foi bem-feito, descobrir a semelhança da composição química do corpo humano e do solo me surpreendeu ainda mais com a chegada de mais um integrante nesse solo fértil!

Descobri que estava grávida naquele momento, e ressignifiquei a força feminina dentro de meu ser dando maior sentido para os movimentos do nascer melhor, que buscam tratar com dignidade a mãe e o bebê proporcionando pelo cuidado e respeito com a gestação e o nascimento, com os quais eu sempre me identifiquei e tive apreço em participar das rodas de gestante e da doulagem. O desejo da Maria Eduarda, a filha mais velha, estava sendo realizado, o irmão que pedia estava a caminho. Me vi gestando o nosso Davi, e decidi me dedicar à gestação e me preparar para o tão sonhado parto natural por meio do qual, com muita gratidão e cuidado, tivemos a graça de receber nosso pequeno no ninho. O segundo filho me deixou muito diferente, com novos aprendizados e descobertas e vontade de viver cada fase do seu crescimento da forma mais participativa possível, sentia muito que na minha primeira experiência materna precisei voltar ao trabalho e deixar meu bebê de quatro meses para uma pessoa sem vínculo algum cuidar. Com mais idade e o trabalho durante a temporada encontrei essa possibilidade e pude ter tempo para

brincar, aprendi a brincar mais e seguimos aprendendo uns com os outros nesse ninho cheio de diferenças e muito amor envolvido.

Participando dos movimentos sociais e coletivos e desenvolvendo as práticas da Terapia Comunitária Integrativa, em espaços de trocas das experiências e manifestações culturais, envolvendo práticas de cuidados acessíveis com a saúde e Saberes tradicionais, hoje compreendo que essas experiências se constituem através das orientações adquiridas em meu primeiro meio social, e que foi possível se organizar com base nos princípios da economia solidária. Sobre o Bem Viver Alberto Acosta diz:

“ Uma nova economia - solidária e sustentável- deve, então, permitir a satisfação das necessidades atuais sem comprometer as possibilidades das gerações futuras, em condições que assegurem relações cada vez mais harmoniosas do ser humano consigo mesmo, dos seres humanos com seus congêneres e dos seres humanos com a Natureza. É disso que fala o Bem Viver.” (ACOSTA 2016, p.166)

Reconheço e passo a admirar essa forma de trabalho durante o curso de formação em serviço social que, sem dúvidas, contribuiu para fortalecer minha identidade e valorização de minhas raízes. Gosto de citar que essas referências me oportunizaram reconhecer os espaços de empreendimento feminino e circular.

Nos períodos de Dezembro a Fevereiro, na alta temporada de verão e turismo no litoral Paranaense, o tempo de trabalho passa ser o das vendas de artesanatos, feitura de tranças, tatuagens de henna e os famosos tererês na orla da Praia de Matinhos, diariamente, por no mínimo 12 horas. Com a Pandemia em 2020 as inseguranças aumentaram, passamos duas temporadas de muitos desafios e vontades de se reinventar. O baixo fluxo de turismo durante as temporadas pandêmicas foi perceptível no orçamento familiar, desafio a ser encarado.

Naquele período de pandemia, recebi inúmeros pedidos que passaram a incluir absorvente, medicamento para cólica e calcinha, das mulheres catadoras, que trabalham com material reciclável e que frequentam o espaço de vendas de reciclagem próximo de minha casa. O que chamou ainda mais minha atenção para este tema e aumentou a vontade de agir de maneira prática, articulando projetos e sonhos.

Das carências nascem as competências, e esse foi o ponto de partida para as reflexões que levaram à proposição do projeto de educação menstrual, além de estar diante da dor do luto e buscando resiliência, pois perdi minha tia Josiane que, aos 43 anos, em fevereiro de 2019 partiu, 40 dias depois do diagnóstico, vítima de câncer no colo do útero.

## **TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA NA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DA VILA NOVA**

Nesse mesmo período eu estava participando dos encontros de mulheres na Associação de Moradores do Bairro Vila Nova, uma organização popular de bairro periférica em Matinhos que conta com diversas atividades integrativas para benefício dos próprios moradores. Mediado pela psicóloga Suzan Cavallet e o professor de dança Paulo Ricardo Carvalho, participei desses encontro com as mulheres da comunidade, propondo as dinâmicas da Terapia Comunitária Integrativa.

A Terapia Comunitária Integrativa é um espaço de encontro de troca de experiências de vida, valorização das vivências pessoais, resgate das raízes e dos valores culturais que despertam no ser humano o sentido de pertencimento. Reconhecida pelo ministério da saúde desde 2011 como prática integrativa de cuidado com a saúde, estima-se o atendimento, à escuta com qualidade e cuidado nas rodas. As rodas são únicas, com início, meio e fim, podendo ser oferecidas uma vez na semana, com temas específicos ou livres. Trata-se de um espaço de diálogo em que os participantes relatam seus problemas e partilham soluções dentro do contexto apresentado. Além de retratar diversas demandas da Questão Social. A metodologia de referência para realização das rodas é embasada nos pilares da Teoria sistêmica, teoria da comunicação, Pedagogia de Paulo Freire e Resiliência. A metodologia foi desenvolvida pelo Dr. e Prof. pela Universidade Federal da Paraíba, Adalberto de Paula Barreto

O professor Paulo já realizava o trabalho de dança e a Suzan as rodas de conversa e atendimento psicológico. Com a pandemia e o isolamento as questões de sofrimento se multiplicaram mundialmente, e na nossa região não foi diferente. Na busca por meios de socializar e ter espaço de partilha, conversamos, combinamos e

nos planejamos para encontros semanais, de forma híbrida (semipresencial), as mulheres e voluntários da Associação preparavam marmitas que eram distribuídas por toda região de Matinhos para as pessoas em situação de rua e vulnerabilidade, quem estava nos preparos já participava da conversa e outras pessoas da comunidade participavam de casa. Foram várias tentativas nesse método, com muito aprendizado no decorrer. A dificuldade de acesso à tecnologia evidenciava a dificuldade de algumas pessoas em participar, mas mesmo a distância foi possível acontecer.

Quando a Organização Mundial de Saúde permitiu promover encontros com, no máximo, 10 pessoas em espaço amplo e ventilado, passei a ir até a Associação. Todas de máscara e bastante álcool em gel, sem se ter muito contato pessoal



Terapia Comunitária Integrativa na Associação de Moradores do Vila Nova, em 2020. Fonte: pessoal.

Muitas histórias de vida, sentimentos, necessidades, potencialidades, e modos de fazer foram partilhados durante os encontros, muitos temas surgiram dentre eles. O tema relacionado a educação menstrual surgiu em uma das rodas de conversa na associação de moradores do Vila Nova, o que me tocou profundamente a refletir e buscar propor alternativas para possibilitar espaços de trocas de saberes, dignidade da saúde da mulher e quebras de tabu.

Receber a titulação de Bacharel em Serviço Social Graduação em uma universidade Pública inclusiva e de qualidade perdura e me faz lembrar sobre o compromisso da devolutiva social. Sendo a única da família a me formar, reconheço

a importância em participar dos movimentos sociais e ser ponte aos que desconhecem as possibilidades de inserção nesses espaços formativos educacionais e de decisão, a força de participar nos coletivos que oferecem trocas de informações e problematização das expressões da questão social conectando as necessidades e possibilidades entre comunidades e poder público, de juntos estar visando emancipação e soluções sustentáveis para se viver melhor.

“Somos doutores de nossas próprias dores, não existe saber mais ou saber menos, há saberes diferentes, aprendemos uns com os outros” (BARRETO, 2005)

Os espaços educacionais são veículos para retomar parcerias e projetos que por vezes pareciam distantes, mas sempre estiveram em sintonia. A participação nas comunidades periféricas com a Terapia Comunitária Integrativa é uma maneira de estar em constante aprendizado e trocas das questões pertinentes à realidade e transformação social.

## **COLETIVO RODA D'ÁGUA**

O nome já traz a simbologia da criação e a força da água que está associada com nossos desejos e movimentação, sentimentos, dor e prazer, ligado à lua e nossos líquidos. Idealizado por três mulheres em junho de 2020, desde a criação da logo pensamos nas características e semelhança das mulheres com os ciclos da natureza, a simbologia de pertencimento regional e abrangendo as diversidades. Um movimento social sem fins lucrativo que procurou incluir e possibilitar a participação pontual, a distância, presencial, ecumênico e rotativo, comprometido com as demandas sociais nas quais muitas instituições e pessoas estiveram envolvidas possibilitando visualizar a proporção e dimensão das necessidades reais.

Com o anseio de diminuir os impactos da pandemia estruturamos um material informativo, no formato de um folder educativo relacionado a educação menstrual. Em julho de 2021 iniciamos uma campanha virtual com cartazes solicitando doações de produtos de higiene íntima e feminina (como por exemplo absorventes), colocamos caixas de arrecadação nos estabelecimentos comerciais, organizamos as ações e parcerias para as arrecadações e fizemos visitas nas comunidades onde foram

realizadas rodas de conversa sobre educação menstrual, com a participação de profissionais e temas relacionados à saúde. Ao término de cada roda era feita a distribuição dos produtos arrecadados. Esta foi a força e motivação para seguirmos na militância pela dignidade menstrual, estivemos presente em espaços significativos de decisão de políticas públicas que visam a dignidade humana.

**TELEFONES ÚTEIS**

Disque saúde da mulher: 0800-611-997.

Disque- denúncia a violência contra mulher: 181 (atendimento 24 horas).

Central de atendimento a mulher em situação de violência: 180 (serviço gratuito e confidencial, 24 horas disponível).

Emergência e política militar: 190.

Conselho Estadual dos Direitos da mulher:(41) 3210-2581

**ORGANIZAÇÃO**

**COLETIVO RODA D'ÁGUA**

**APOIO**

**ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DA VILA NOVA**

**VAMOS FALAR SOBRE POBREZA MENSTRUAL?**

Entenda um dos problemas que afeta milhares de mulheres no Brasil...

**O QUE É?**

Não está relacionada somente a ausência de absorventes. Mas a privação de direitos básicos que garantem a dignidade humana, como acesso à moradia, água, saneamento e educação. Segundo a ONU 713 mil meninas vivem sem acesso a banheiro ou chuveiro em seu domicílio e mais de 4 milhões não têm acesso a itens mínimos de cuidado menstrual na escola. É a falta de recursos podem levar a mulher a usar utensílios prejudiciais à saúde.

**DIFICULDADE DE ACESSO ECONÔMICO**

A dificuldade de acesso econômico ou informativo expõe milhares de mulheres a situação de risco. A ausência de itens básicos de cuidado com a higiene íntima pode influenciar no aparecimento de problemas de saúde como: cistite, candidíase, vaginose bacteriana, vaginite, síndrome do choque tóxico, e, em casos mais graves, câncer do colo do útero que pode levar a morte.

Para que essas doenças possam ser evitadas, os absorventes devem ser trocados com frequência, além de evitar mau cheiro, também evita problemas recorrentes do uso prolongado.

**PRIMEIRA MENARCA - Menstruação Não é Sujeira!**

É a eliminação mensal de sangue e tecidos do útero pela vagina. No Brasil, as meninas menstruam pela primeira vez entre 11 e 16 anos. É importante conhecer o funcionamento do seu próprio corpo, em caso de dúvidas, você buscar ajuda na unidade de saúde mais próxima.

**GRAVÍDEZ NA ADOLESCÊNCIA**

A gravidez pode acontecer no período em que acontece a primeira menstruação (menarca). E fique espertal! Mesmo antes de menstruar, já existe a possibilidade de engravidar se ocorrer alguma relação sexual desprotegida. Sua primeira ovulação, que é o processo em que o óvulo é liberado pelo ovário para que seja fecundado, pode ocorrer antes da sua menarca.

**SERVIÇOS GRATUITOS QUE VOCÊ PODE ACESSAR NAS UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE**

Para evitar doenças ou gravidez indesejada: Preservativos, contraceptivos injetáveis, pílula, diafragma, DIU de cobre.

Para manter a saúde em ordem: exames preventivos, vacinação HPV, caderneta da saúde da adolescente.

**FIQUE DE OLHO!**

Em maio de 2021, a Lei estadual 944/2019, foi aprovada no Paraná, dispondo da distribuição de absorventes higiênicos nas escolas e unidades de saúde. Fique atenta se essa lei será cumprida na sua escola e nas unidades de saúde próximas da sua residência, pois cada conquista que se refere à saúde da mulher é fruto da luta de mulheres que sangram, assim como você. Juntas somos mais fortes!

**RECURSOS QUE PODEM SER UTILIZADOS DURANTE O PERÍODO MENSTRUAL**

Absorventes descartáveis (externos e internos);

Bio absorventes (feitos de pano lavável e reutilizável);

Coletor menstrual (copo de silicone ou disco flexível de uso interno).

Material informativo sobre a pobreza menstrual. Fonte: Coletivo Roda D'Água.

Durante os anos de 2021 e 2022, quando realizamos as rodas de conversa e troca de saberes acessíveis para a saúde da mulher, conversamos com a lara, líder comunitária da Associação de Moradores da Vila Nova, para saber se ela gostaria de receber o projeto e ela sugeriu fazer uma roda com a comunidade e as mães para oferecer a proposta do tema. A primeira roda, no dia 13 de agosto de 2021, contou com a participação de 113 pessoas e fizemos a entrega de 134 kits de produtos de higiene. Também já tínhamos o compromisso com a comunidade da Labra, em Paranaguá, e lá a roda aconteceu com a participação de 117 pessoas.



Elementos dispostos na roda de aproximação na Associação de Moradores de Vila Nova, 2021. Fonte: pessoal.

Os convites não paravam de chegar e conseguimos dar conta de estar presentes nas comunidades da Labra em Paranaguá, da Associação dos Moradores da Vila Nova em Matinhos, no Balneário Currais, no Centro de Referência de Assistência Social (CRASS) Rio da Onça, no assentamento do Movimento Sem Terra (MST) de Antonina, no Balneário Perequê e na Ilha das Peças.



Ação comunidade Labra Paranaguá 05 de outubro de 2021. Fonte: Coletivo Roda D'Água.



Ação Balneário Currais bar da Zenilda em outubro de 2021. Fonte: Coletivo Roda D'Água



Ação outubro Rosa Crass mangue seco outubro de 2021. Fonte: Coletivo Roda D'Água.



Ação roda de Mulheres assentamento José Lutzemberg Antonina PR novembro de 2021 Fonte: Coletivo Roda D'Água.



Ação dignidade menstrual associação de moradores do Perequê novembro 2021. Fonte: Coletivo Roda D'água.

Participamos da implantação de Lei Municipal de combate à pobreza menstrual junto às associações de bairro do litoral, nos Conselhos Municipais da Mulher de Matinhos e Paranaguá, da votação da Lei na Assembleia Legislativa do Paraná e na Câmara de Vereadores em Matinhos, Paranaguá e Curitiba. Com isso, fui também convidada para contar a experiência de acompanhar a aprovação da Lei aqui em Matinhos durante o Movimento pela implantação da lei em Curitiba com a Dra. Maria Letícia. Também ganhamos um espaço oferecido pela gestão municipal nas instalações da Provopar, em Matinhos, para atender a população. Tivemos a parceria da União Brasileira de Mulheres (UBM), e mesmo com a desafiadora conjuntura política, veto de lei de distribuição gratuita dos absorventes, as ações e envolvimento com os movimentos sociais continuaram atendendo as comunidades periféricas em maior vulnerabilidade por reparação e Bem Viver



Espaço Provopar Matinhos reunião do conselho municipal das mulheres de Matinhos junho 2022. Fonte: Coletivo Roda D'Água.

“Nossa sociedade é constituída de sofrimentos exploração, não podemos fechar os olhos precisamos de espaço de comunicação, para que possamos falar dessas desigualdades. Precisamos fortalecer os espaços que discutem as necessidades das políticas públicas. E nós temos o papel participativo para essa transformação’ (DAVIS, 2016)

Com essas ações, me questiono diversas vezes como a mulher pode desenvolver o autocuidado sendo multitarefa e sem o direito a saúde menstrual, sendo que desde muitas gerações somos induzidas a não gostar do nosso corpo, do nosso ciclo por questões culturais e tabus, mesmo se tratando de processos naturais fisiológicos. A educação sobre o tema, pode normalizar e trazer mais acesso sobre os ciclos dos corpos com útero e trazer para as mulheres a dignidade menstrual.

A região Sul e Sudeste do Brasil são as regiões que mais enfrentam questões de Tabu em relação a saúde menstrual, pela cultura hegemônica e patriarcal serem dominantes. Isso dificulta o acesso aos cuidados e serviços trazendo como consequência as doenças, a negligência, a dificuldade de aceitação do próprio corpo e falta de empoderamento, incentivando a produtividade e o consumo e afastando as pessoas que menstruam do auto conhecimento. Davis traz essa força da mudança

desse modelo que está colocado e que é insustentável, substituindo-o pelo Bem Viver.

## **ESPECIALIZAÇÃO EM QUESTÃO SOCIAL E AS AÇÕES LIGADAS AO PROJETO DE DIGNIDADE MENSTRUAL**

### **ILHA DA COTINGA**

Durante a especialização em Questão Social na Perspectiva Interdisciplinar na UFPR realizei saídas de campo para comunidades litorâneas, comunidades essas em que a questão social relacionada aos corpos que menstruam estavam presentes. Com o apoio da turma, pude realizar ações ligadas à dignidade menstrual, contribuindo com meu projeto.

A mobilização para a saída de campo até a Ilha da Cotinga possibilitou estender as atividades de enfrentamento a pobreza menstrual no Litoral do Paraná. Conversei previamente com a professora Gisele, coordenadora dessa especialização, que se fez parceira desde as primeiras ações do coletivo, e com a professora Taciana, da escola indígena a qual visitamos, para saber se havia interesse em receber a doação de itens de higiene menstrual.

No grupo de estudantes e professores da Pós fizemos o levantamento e distribuição dos itens que iríamos levar para as doações, várias pessoas do curso se envolveram na coleta dos itens, eu fiquei responsável por arrecadar o valor, comprar o material e costurar os bioabsorventes - absorventes de pano reutilizável - foi uma semana intensa de trabalho, e muito aprendizado, não imaginei que aprenderia a costurar bioabsorventes durante a Pós em questão social. Além dos bioabsorventes levamos sabonetes, papel higiênico, shampoo, absorventes descartáveis e alimentos que foram destinados para a aldeia.

Das histórias de vidas relatadas, o que me chamou atenção foi o Tio do Cacique Dionísio, atual liderança da comunidade, que, coincidentemente em português, no idioma brasileiro, como ele disse, se chama Sebastião da Silva, coincidentemente mesmo nome de meu avô paterno, o qual não conheci pois morreu aos 36 anos vítima de alcoolismo, deixando minha avó com quatro filhos. Ele relatou várias passagens de suas vivências ali na Cotinga, como seus ancestrais chegaram

e como foi a chegada dos Jesuítas na região e que seu maior problema de convivência ali era o alcoolismo e a dificuldade de manter as áreas de plantio.

Pude ouvir o riquíssimo relato da professora responsável pela escola, a Taciana, que falou sobre a importância da doação e da dificuldade das meninas da aldeia em acessar os itens de higiene. Ela contou também o valoroso cuidado e a sensibilidade da equipe pedagogia em se comprometer em preservar a cultura local, mantendo os costumes e cuidados com as que menstruam durante o período de aulas. Durante as atividades subimos o morro onde foi construída a igreja dos Jesuítas no século XIV, uma caminhada e tanto, o cheiro de mata e mar compensou, sem falar no visual, aula incrível! Dancei com as crianças e mulheres, ameiiii conhecer um pouco mais do modo de educar dos nossos parentes (como eles nos chamam), sem contar o passeio de barco, que foi incrível!



Bioabsorventes confeccionados artesanalmente. Fonte: registro pessoal. 2022



2022. Saída de Campo para a Ilha da Cotinga, pós graduação em Questão Social. Fonte: registro pessoal.



2022. Saída de Campo para a Ilha da Cotinga, pós graduação em Questão Social. Fonte: registro pessoal.

### **CONFERÊNCIA NACIONAL DE ALTERNATIVAS PARA UMA NOVA EDUCAÇÃO - (CONANE) CAIÇARA 2022**

A Conferência Nacional de Alternativas para uma Nova Educação (CONANE CAIÇARA) aconteceu na UFPR no ano de 2022 fornecendo um espaço de trocas de saberes e discussões sobre temas relevantes da educação libertária com diversos agentes sociais e pesquisadores sobre o tema oriundos de todos os cantos do Brasil.

No mesmo período em que ia acontecer, conversando com minha amiga Ana Lucia (hoje mestranda UFPR Litoral 27/07/23) professora de biologia em Cubatão,

Guaratuba, ela me perguntou se teria alguma atividade cultural na universidade e se existia a possibilidade de trazer os alunos, contactei a intérprete Waldo que já mostrou interesse e possibilitou a vinda dos alunos secundaristas para a UFPR Litoral, em um evento acadêmico de educação de âmbito nacional.

Particpei da recepção dos alunos no restaurante universitário, passamos pela beira da praia, alguns nunca tinham almoçado em um restaurante e outros nunca viram o mar antes. Foi um dia fantástico, seguimos a caminhada para a UFPR Litoral e adentramos pelo mesmo portão em que pisei lá pela primeira vez, foi muito emocionante participar da alegria contagiante daqueles jovens que estavam conhecendo e sabendo da possibilidade de estudar em uma universidade pública. As apresentações de teatro, danças e a feira de artesanato, envolveram todos os visitantes, e no dia seguinte participei também expondo meus trabalhos de artesanato tendo um bom retorno. Meus filhos e companheiro estiverem presentes, assistimos juntos as apresentações artísticas. No sábado pela manhã ouvimos os relatos de enfrentamento e superação do Alex Catador, que foi uma injeção de coragem. Foi um final de semana diferente em Matinhos, para minha família um final de semana cultural, no finalzinho de sábado prestigiamos a cantoria do Bruno do Gaia Pia, músicas de reflexão que gostamos de ouvir.







Conane Caiçara e a participação dos estudantes da escola estadual do Cubatão Guaratuba na UFPR setor Litoral em 24 de junho de 2022. Fonte: registro pessoal.

### **VISITA A MANDIRITUBA – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE APOIO À INFÂNCIA (ABAI)**

Tivemos uma recepção calorosa com música e uma mesa com partilha de café da manhã maravilhoso, ouvimos os relatos dos participantes sobre a vivência nos espaços da ABAI, almoço na parte externa e visita à casa de sementes crioulas, ganhamos bombas de sementes para plantar confeccionadas com as crianças. Tendo várias reflexões e vivências sobre agroecologia e bem viver.

Reencontrei o Jean, Psicólogo e Terapeuta da ABAI, participamos de espaço em comum durante a formação em TCI. As instalações me fizeram recordar o estágio em terapia comunitária que realizamos nos espaços Terapêuticos da Copiosa redenção, em Matinhos.

Me sensibilizei ao presenciar o poder da educação afetuosa que transforma em oportunidades de boas escolhas, pude ver concretizado um modo de educar que envolve os sentidos da vida e da natureza e a importância de cuidar de si para cuidar do outro, envolvendo meio ambiente, saúde, arte, educação, espiritualidade, olhar

integral e sistêmico para o ser. Vivência revigorante e esperançosa, dias antes de decidirmos as eleições de segundo turno para presidente, me senti muito bem, pude acolher a ansiedade que me consumia naquele período. Não é para menos, vivemos os últimos quatro anos desmontes de direitos elementares e um genocida no poder, ameaçando a vida e a democracia. Encontrar espaços de cuidados autogestionários permite refletir sobre as diversas alternativas de educar com consciência para o bem viver com autonomia. Faz sentido a importância de identificar como e com quem é possível caminhar para essas construções sociais de humanização. Os recomeços sempre serão possíveis. Na universidade encontrei o melhor caminho para criar a minha filha, tive que fazer escolhas e fiz a melhor.



Saída da Campo a ABAI com a Pós Graduação em Questão Social. 2022. Fonte: registro pessoal.

## **FESTA DA REFORMA AGRÁRIA NO ASSENTAMENTO DO MST EM ANTONINA**

No dia 10 de dezembro, no encerramento de um dos módulos da Pós-Graduação em Questão Social, tivemos a oportunidade de participar, enquanto estudantes, da Festa da Reforma Agrária em Antonina no assentamento José Lutzemberg, que reúne assentados, agricultores e pessoas do movimento. Havia recebido o convite do Jonas, uma das lideranças do local, para participar e vender meus artesanatos no evento, mas estava sem condições de transporte para ir até lá.

Fiquei muito contente quando surgiu a possibilidade da ida com a pós, reencontrei muitos amigos e sonhos, almoçamos, conversamos, entramos no rio, celebramos. Foi uma festa e havia no ar um clima de alegria e alívio em compartilhar dessa vivência, lindo de ver a satisfação dos assentados que, por fim, receberam o título de uso da terra.

Foi notável a necessidade de mais espaços de cuidado com a saúde e roda de fortalecimento e vínculo entre mulheres da área rural, que geralmente não tem nenhum tipo de acesso a essas informações e serviços. Sabendo dessas dificuldades das mulheres do campo em acessar os itens de higiene, fiquei responsável em contribuir com 9 kits de higiene para as mulheres do assentamento, como forma de agradecimento a parceria das nossas primeiras ações em que tivemos alimentos para a distribuição fornecidos pelas mulheres assentadas.

Eu encontro nesses espaços, nutrição para seguir compartilhando e concretizando sonhos e parcerias, buscando respeitar as diferenças e trocando saberes da diversidade. Um eterno educar-se, para criar com e para a comunidade, a partir das histórias de vida que os indivíduos se constituem e a partir do convívio com as diferenças é que podem vir a reconhecer sua identidade.



Festa da Reforma Agrária, Assentamento José Lutzemberg. 2022. Fonte: registro pessoal.

## MARÇO MULHERES MATINHOS

Promovido através do Conselho Municipal das Mulheres de Matinhos, em parceria com a UFPR Litoral, com o Poder Público Municipal e com as organizações sociais, no dia 10 de março de 2022 foi realizado o encontro Março Mulheres Matinhos. Tive a honra em mediar a roda de conversa e apresentações das organizações presentes, cujo tema foi: “A Participação Popular e a Importância da Mulher nas Representações”, descrevendo em pequenas falas o objetivo de atuação dos espaços participativos. Cada pessoa que tomava a fala se identificava e colava a logo da sua instituição ou do seu coletivo em um quadro em que estava desenhado o símbolo do infinito.





Março Mulheres Matinhos Celebração do dia das mulheres na UFPR , Litoral Matinhos, 2023. Fonte: registro pessoal.

Tivemos a presença de várias instituições e formas de articulação popular, entre elas:

**Conselho municipal de Direito das Mulheres de Matinhos :** tem a finalidade de promover junto à rede de apoio, políticas públicas de igualdade e proteção à mulher, lembrando que todos os cidadãos podem e devem participar do trabalho em conjunto com o governo.

**Associações de moradores de bairros de Matinhos:** é uma forma de unir força popular para reivindicar direitos. Essas iniciativas contribuem para tornar a vida em comunidade mais prazerosa.

**Movimentos Sociais:** reivindicam, formulam e acompanham a execução das políticas sociais, buscam compreender e identificar as raízes dos problemas sociais e dialogar em questões como saúde, educação, moradia e lazer.

**ONGs e fundações:** promovem ações sociais como alternativa para a resolução que o Estado não dá conta de resolver sozinho. Além de desenvolver a defesa dos direitos humanos, promoção da igualdade, combate à violência na proteção dos animais e do meio ambiente.

**Procuradoria da mulher:** visa a garantia do acesso às políticas públicas em ações efetivas tem o objetivo de zelar pelos direitos da mulher, receber denúncia, examinar e encaminhar as instituições competentes e apoiar os projetos que estão tramitando.

**Os 3 poderes:** o poder é dividido em 3. O Legislativo propõe leis e fiscaliza as ações tomadas pelo executivo. Executivo executa, fiscaliza e faz a gestão das demandas e

dos interesses públicos. O Judiciário defende a ordem jurídica e o regime democrático manifestado pelo direito da maioria.

**Universidade:** oferece atividades de ensino, pesquisa e extensão que são serviços de atendimento à comunidade, nas diferentes áreas de universalização da cultura a socialização do saber e formação de profissionais e pesquisadores.

Acosta nos traz o conceito de Bem Viver:

“ Todas as pessoas tem direito a uma vida digna, que assegure saúde, alimentação, nutrição, água potável, moradia, saneamento básico, educação, trabalho, descanso e ócio, cultura física, vestimenta, seguridade social e outros serviços sociais. Todos estes direitos, para que sejam cumpridos, exigirão ajustes na distribuição de riqueza e da renda, já que não podem ser garantidos com subsídios aos grupos marginalizados” (ACOSTA, 2006)

Todos nós temos capacidade de mobilização e engajamento da sociedade, podemos ser ponte entre as necessidades da população e as políticas públicas. Todos nós juntos somos instrumentos para este Bem Viver. Nós somos do tamanho dos nossos sonhos. Muitas mãos, cada uma no seu processo, mas estamos juntas .

## **INTERAÇÃO CULTURAL E HUMANÍSTICA (ICH)**

Interações Culturais e Humanísticas, espaço educacional inovador da UFPR Litoral, que possibilita a construção coletiva nas mais diversas linguagens. Espaço de autonomia, criatividade e construção de conhecimento, a partir das especificidades e realidade de cada envolvido, possibilita aproximação, afetuosidade e apresentações artísticas culturais envolvendo música, poesia, histórias de vida, conectividade.

Foi realizada no mês de maio em que celebramos o mês das mães, como atividade do módulo, junto com Marina Chiva, minha companheira de formação e de momentos da vida. Propusemos uma apresentação de músicas populares relacionadas à luta das mulheres por direitos e dignidade, celebrando nossos ancestrais com trechos de músicas em memória das que lutaram pelos direitos que temos hoje e resistência.



Interações Culturais e Humanísticas  
UFPR Litoral, Pós Graduação em Questão Social pela Perspectiva Interdisciplinar. 2022 (Fonte: registro pessoal)

## CELEBRAÇÃO DIA MUNDIAL DA DIGNIDADE MENSTRUAL CINE PROSA

No dia 26 de maio de 2023, realizamos um Cine Debate com o filme 'Absorvendo Tabu' na UFPR Litoral. Tivemos como público-alvo estudantes da rede estadual de Matinhos, alunas das escolas públicas Tereza Ramos e Gabriel de Lara.

O transporte para mobilidade foi garantido através do projeto mediado pelo Professor Rodrigo Mengarelli, por meio do projeto de extensão "Tecendo teias e alternativas para uma nova educação" e com a UFPR.

Muitos questionamentos e anseios pelo tema foram explícitos através das falas após a apresentação do documentário.

Foram feitas doações de 230 kits de higiene para as estudantes e participantes do Cine Prosa.

Este espaço foi importante para pensar políticas públicas e demandas da base comunitária. Também houve solicitação das estudantes por mais espaços de informação sobre combate à violência de gênero na escola.



Cartaz Cine Prosa na UFPR. 2023. Fonte: Denise Veiga



Cine Prosa na UFPR. 2023. Fonte: registro pessoal.

## RODA DE CONVERSA SOBRE DIGNIDADE MENSTRUAL CRASS ALBATROZ

A convite da equipe de assistência social do Crass Albatroz, Patrícia Chagas e a psicóloga Luciana, realizamos a roda de conversa de Terapia Comunitária Integrativa e acompanhamos a entrega dos kits de absorvente que acontecem na instituição a cada três meses para as mulheres cadastradas nos programa municipal. A roda aconteceu no período da manhã contando com a participação das mulheres da comunidade do Albatroz, Balneário do município de Matinhos.



Roda de conversa Crass Albatroz programa municipal de dignidade menstrual julho de 2023



Roda de conversa sobre dignidade menstrual na Escola Estadual Tereza Ramos. outubro de 2023. Fonte: registro pessoal.



Outubro de 2022 associação de moradores do Vila Nova. Fonte: registro pessoal.



Coletivo Roda D'água na UFPR Litoral, 2022. Fonte: registro pessoal.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

“Em razão disto é ir a luta e garantir os nossos espaços que evidentemente nunca nos foram concedidos” (GONZALES, 2022)

Neste trabalho pude relatar, através de um memorial descritivo, as atividades que realizei de combate à pobreza menstrual no Litoral do Paraná conectadas com as vivências na Pós-Graduação em Questão Social pela Perspectiva Interdisciplinar, realizadas pelo Coletivo Roda D'Água, junto as organizações da sociedade civil, em comunidades periféricas e de vulnerabilidade social.

Nas rodas de conversas foram trabalhadas diversas temáticas relacionadas a dignidade menstrual no cotidiano e sofrimento humano, resgate de identidade, fortalecimento de vínculos e superações, através da música, dança, poesia, plantas medicinais entre outras manifestações culturais, além de informações referentes a rede de serviços disponíveis e acessíveis de cuidados com a saúde da mulher.

Essas atividades são entendidas por mim como uma estratégia de enfrentamento a essa expressão da questão social, que atinge principalmente a população feminina. Por isso é preciso refletir sobre como é desigual o acesso às condições básicas de saúde e higiene íntima no Brasil. O quanto falar sobre menstruação é um tabu principalmente nas cidades do Sul e Sudeste do País. Um processo Natural fisiológico e que deveria ser tratado com urgência, cuidado e naturalidade, pois todas que nascem com úteros, devem menstruar. Porém, em quais condições?

Precisamos de Política emancipatória, que permita à pessoa escolher a forma como quer gerir o ciclo menstrual. Pouco se fala sobre a saúde íntima da mulher periférica, sabendo das limitações dos serviços públicos em atender toda a população. Realizamos esse trabalho e acompanhamos a execução da lei Municipal de combate a pobreza Menstrual no Município de Matinhos. Fizemos a distribuição de uma média de 1.200 kits de higiene menstrual durante as ações educativas. Contamos com uma grande rede envolvida nesse processo que nos permitiu falar sobre educação, direitos, saúde e políticas públicas que garantem a dignidade.

Quando se tem o básico, torna-se mais viável pensar em consumo consciente, o caminho é educar-se e educar para enfrentar o dia a dia com possibilidades de práticas que resultem em soluções para o bem-estar. Nossa luta tem sentido porque os nossos antepassados descansam em paz enquanto lutamos por justiça social.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a todos que colaboraram e acreditaram que era possível em especial minha família que sempre me incentivou: Mãe e irmãs, tia Maria Antônia e prima Karla Cunico que fizeram as primeiras doações, ao meu Pai que foi motorista do projeto em diversas ações, as companheiras de várias jornadas Camila Valentim e Luana

Lustosa, a Professora Cristiane Rocha que acompanhou e orientou o início dessa caminhada, a Professora Édina Vergara que mesmo a distância nos incentivou a seguir lutando pelos invisibilizados, a professora Giselle Meirelles pela oportunidade de estar relatando essa experiência durante a Especialização em questão social além da confiança e contribuições para as ações, ao professor e mediador Rodrigo Mengarelli pela paciência, a Lara e Leda da AMNV que sempre estiveram de portas abertas a nos receber, a todas todos e todes que estiveram juntos nos fortalecendo e construindo esse caminhar.

Em memória de minha tia Josiane Alves Coutinho Martinoski, presente.

## REFERÊNCIAS

ACOSTA, Alberto: **O bem viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos** / Alberto Acosta: tradução de Tadeu Breda. - São Paulo: Autonomia Literária. Elefante. 2016.

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DO PARANÁ. Projeto de Lei nº 944, de 2 de dezembro de 2019. **Dispõe sobre o fornecimento de absorventes higiênicos nas escolas públicas e nas unidades básicas de saúde no âmbito estado do Paraná, e dá outras providências.** Diário Oficial nº. 11027, 27 set. 2021. Disponível em: <http://portal.assembleia.pr.leg.br/index.php/pesquisalegislativa/proposicao?idProposicao=88664> . Acesso em: 21 nov. 2023.

CRESS. **Conferência Livre do litoral contou com participação do CRESS-PR.** Conselho Regional de Serviço Social, 2015. Disponível em: <https://cresspr.org.br/2015/12/17/conferencia-livre-do-litoral-contou-com-participacao-do-cress-pr/> > Acesso em: 02 out. 2023.

DAVIS, Angela. **Mulheres, raça e classe.** Tradução de Heci Regina Candiani. São Paulo: Boitempo, 2016

GONZALEZ, Lélia. Primavera para as Rosas Negras. Site da Casa da Mulher Trabalhadora, 13 de Maio de 2022. Disponível em: <https://camtra.org.br/13-de-maio-dia-de-luta-contra-o-racismo/#:~:text=%E2%80%9CEm%20raz%C3%A3o%20disto%20%C3%A9%20ir,L%C3%A9lia%20Gonzalez%E2%80%9D>

UNICEF; UNFPA. **Pobreza Menstrual no Brasil: Desigualdades e Violações de Direitos.** UNICEF, 2021. Disponível em: [https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual\\_relatorio-unicef-unfpa\\_maio2021.pdf](https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf) >. Acesso em: 21 set. 2021

14ª JORNADA DE AGROECOLOGIA, Plenária. **Carta da 14ª Jornada de Agroecologia.** Site do MST, 2015. Disponível em: <https://mst.org.br/2015/07/28/carta-da-14a-jornada-de-agroecologia/> > Acesso em: 02 out. 2023.