



**Os tabus da menstruação, a pobreza menstrual e os suas relações com o coletivo feminino: não falar sobre a menstruação já é um jeito de dizer algo sobre ela<sup>1</sup>**

**Menstruation taboos, menstrual poverty and their relationship with the female collective: not talking about menstruation is already a way of saying something about it**

Mariana Vallareto Nery

**Palavras-chave:** educação; menstruação; mídia; pobreza menstrual.

**1. Contextualização**

Abordaremos o tema tabu menstrual e pobreza menstrual, termo utilizado para tratar a “falta de infraestrutura, recursos e até conhecimento por parte de pessoas que

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado ao VII Seminário Internacional de Pesquisas em Mídia e Processos Sociais. POSCOM-UFSM. Santa Maria, RS. ECA-USP. São Paulo/SP.



---

menstruam para cuidados envolvendo a própria menstruação”, de acordo com o relatório da UNICEF: *Pobreza Menstrual no Brasil Desigualdade e Violações de Direitos*; e a relação dos temas com às mulheres cisgêneras e a produção midiática. Para refletirmos sobre as temáticas principais trazemos a definição de cisgeneridade de acordo com a autora Vergueiro (2016, p. 252) que menciona o significado de cisgeneridade e como o termo deve ser considerado a partir da “identidade de gênero daquelas pessoas cuja experiência interna e individual do gênero corresponda ao sexo atribuído no nascimento a elas.” Ademais, a autora (2016, p. 252) complementa que a definição de cisgeneridade não é um conceito imposto, mas trata-se de uma maneira de encontrar formas de refletir sobre às identidades de gênero “sem recorrer a terminologias que, de uma maneira ou outra, partem da naturalidade ou superioridade cisgênera – como, por exemplo, o uso de termos como biológico e de verdade para designar pessoas que não sejam trans travestis.” (VERGUEIRO, 2016, p. 252)

As mulheres cisgêneras sofrem com as questões sociais relacionadas ao seu corpo: a sexualização do corpo feminino, os padrões da beleza estabelecidos pela mídia, os tabus por trás da menstruação. Claramente, todos os fatos referentes aos direitos das mulheres cisgêneras em estudar, votar, trabalhar perpassam na questão do corpo feminino, este, um corpo para reprodução e até mesmo sexualizado, principalmente, após a primeira menstruação, conhecida como menarca, a mulher passa a ter seus significados incorporados socialmente.

De acordo com Alcantara; Torres (2020), o sangue proveniente da menstruação é associado a sujeira e a impureza, por conta de uma pedagogia social e cultural infiltrada



na sociedade, a partir do que a idealização de uma mulher com o corpo perfeito não libera sangue uterino (sangue que representa a descamação do útero e dos ovários). A partir de Bourdieu (1989), podemos refletir que o sangue considerado impuro e sujo foi constituído a partir de um poder simbólico, este poder simbólico desenvolvido em uma função social e política, onde os símbolos são os instrumentos da integração social, e são complementados pelos instrumentos de conhecimento e de comunicação, que tornam possível o consenso social, acerca do sentido, que posteriormente, contribuem fundamentalmente para a reprodução da ordem social: a integração da lógica com a moral.

Assim, constituíram que abordar sobre a menstruação era algo imoral e que deveria ser guardado e não expressado pelas mulheres. Por esse motivo, caso a mulher esteja menstruada e o sangue surja em suas roupas, existe uma problemática, pois o sangue impuro não deve ser visto em público. Este fator afeta as atividades diárias das mulheres, as tornando “inválidas” nestes períodos.

Ademais, as mulheres neste período não devem praticar atividades comuns ou aceitar falar abertamente sobre o assunto com outras pessoas. Destacando o assunto como um tabu incompreensível para sociedade e não um tema relacionado como uma questão física e natural do corpo humano. Para adentrar o tema sobre os tabus da menstruação e a pobreza menstrual e compreender os símbolos de poder que consistem sobre o tema, conforme Foucault (1999, p. 9) “sabe-se bem que não se tem o direito de dizer tudo, que não se pode falar de tudo em qualquer circunstância, que qualquer um, enfim, não pode falar de qualquer coisa”. Porém, dois temas se multiplicam e tornam



poderosos de acordo com o autor: a sexualidade e a política. Mesmo que o discurso ou a fala de algum sujeito referente a menstruação seja aparentemente apenas uma fala, de acordo com Foucault (1999), os discursos podem estar ligados ao desejo e ao poder. No caso do tabu da menstruação, o tema desde os primórdios está relacionado com os órgãos reprodutores e sexuais, afinal, quando a menina tem a sua primeira menstruação (menarca) ela torna-se uma “mulher”, não relacionada ao gênero, mas sim a sua disponibilidade de reprodução e a alusão do corpo sexualizado. Neste caso, os discursos sociais fomentam e possuem o poder de transformar uma menina em mulher, devido a um fenômeno fisiológico.

No âmbito dos hábitos de consumo conforme menciona Douglas e Isherwood (2004, p. 105) o consumo é parte da cultura do momento, assim, todas as posses provenientes do consumo “carregam significações sociais e concentram a parte principal da análise cultural”. Os autores (2004, p. 105) também mencionam, que “os bens têm uso importante: também estabelecem e mantêm relações sociais.” Assim, ao relacionar com o tema menstruação e pobreza menstrual, podemos refletir que consumir ou não consumir um produto de higiene menstrual ou algum conteúdo referente à educação menstrual poderá distinguir como as mulheres cisgêneras lidam com a menstruação, e consequentemente, socialmente, neste período, todos os meses.

Assim, a partir do consumo, podemos refletir que o fenômeno da menstruação é bem distinto para as mulheres cisgêneras de diferentes classes econômicas e sociais, inclusive geograficamente e culturalmente, no Brasil. Para algumas adolescentes, a



partir do momento que tem a sua primeira menstruação, chamada de menarca, de acordo com Alcantra; Torres (2020) o corpo e o contexto do mundo ao redor da adolescente começam a ganhar uma série de significados, de códigos e comportamentos que constituem dispositivos culturais sobre essa nova realidade. A partir deste contexto, o corpo e a identidade da mulher tornam-se parte de um sistema reprodutivo, maternal, inibido sexualmente, sexualizado, submisso e recatado. Ou seja, a partir desse momento, a menina começa a ser diferenciada, não sendo um ser similar ao menino, ela passa ser um objeto de desejo masculino, pois como o famoso jargão social expressa, ela torna-se uma “mocinha”, preparando-se para ser uma mulher.

Para outros contextos econômicos, sociais e culturais, conforme o relatório da UNICEF cerca de mais de 1 milhão (6,81%) das adolescentes cisgêneras em período fértil estão em lares em situação de insegurança alimentar, onde a renda familiar não garante a compra de alimentos durante todo o mês. Consequentemente, os gastos com absorventes e produtos voltados para higiene menstrual não se apresentam como prioridade, podendo até não serem considerados.

Assim, para cada mulher cisgênera brasileira o fenômeno menstrual tem um significado simbólico diferente, pois conforme menciona o relatório UNICEF: *Pobreza Menstrual no Brasil Desigualdade e Violações de Direitos* (2021, p.24) em lares em que a renda familiar é baixa, as questões menstruais são negligenciadas, pois “as condições mínimas para a garantia da dignidade da pessoa humana são ignoradas.” Ademais, o relatório menciona que nas situações em que a falta de utensílios básicos de higiene menstrual é vivenciada desde a infância, é observado o sofrimento emocional durante a



adolescência e até mesmo na vida adulta, pois a falta de condições de higiene básica no período menstrual, resulta na dificuldade do desenvolvimento das mulheres cisgêneras em frequentarem à escola e desenvolverem outras atividades em período menstrual, o que resulta em quase 200 mil alunas (meninas cisgêneras) brasileiras de 10 a 19 anos privadas de condições mínimas para cuidar da sua menstruação nas escolas. Em complemento, de acordo com a CNN Brasil<sup>2</sup>, uma em cada dez meninas no mundo deixam de ir à escola quando estão menstruadas, a falta de condição financeira para comprar absorventes, de estruturas sanitárias e educação menstrual estão entre as causas do problema.

## **2. Metodologia de pesquisa**

A metodologia desenvolvida proposta terá um caráter multimetodológico, ou seja, uma extensa revisão bibliográfica referentes aos temas propostos (consumo, mulheres, menstruação, tabu, análise do discurso, produção midiática sobre menstruação) que dialoguem com o campo da Comunicação, além de uma observação etnográfica (presencial e online, ou seja, netnográfica). A etapa metodológica com um olhar netnográfico, conforme menciona Polivanov (2013, p. 65) será utilizada para os

---

<sup>2</sup> Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/pobreza-menstrual-conheca-o-problema-que-leva-brasileiras-a-deixarem-de-estudar/>. Acesso em: 13/03/2024.



---

ciberespaços e o objetivo é “demarcar as adaptações do método etnográfico em relação tanto à coleta e análise de dados, quanto à ética de pesquisa. Relacionado aos estudos de comunicação com abordagens referentes ao consumo.” Em complemento as autoras Rocha e Montardo (2005, p. 13) descrevem netnografia “como o monitoramento de comunidades on-line a fim de se estabelecer hábitos de consumo.”

### 3. Análise da marca Inciclo no Instagram

Assim, refletimos sobre os discursos midiáticos na rede social digital (Instagram) da marca de coletores menstruais Inciclo<sup>3</sup> que abordam sobre as experiências referente ao tabu menstruação e a pobreza menstrual, e como estes temas adquirem conotações simbólicas entre as mulheres brasileiras cisgêneras. A marca, a partir das exemplificações do sangue vermelho como parte do sistema reprodutor feminino, como o caso da propaganda da marca *Inciclo*, sobre coletores menstruais, que utiliza um discurso de desmitificação do tabu menstruação e faz postagens nas redes sociais com imagens retratando a realidade das mulheres no período menstrual.

As seguintes imagens mostram uma mulher sentada, provavelmente no vaso sanitário com o coletor menstrual com sangue em mãos, como aconteceria no dia a dia de uma mulher que opta por esse uso para os dias em que estiver menstruada. Nos posts

---

<sup>3</sup> Marca de coletores menstruais. Disponível em: <[https://www.inciclo.com/pages/mes-da-menstruacao-inciclo?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQjwu8uyBhC6ARIsAKwBGpRZe4GLoViKJjJFJOx5tpgOHJ\\_jhqTLvjCxNOs0ImU\\_hySpC6li6hoaAkJvEALw\\_wcB](https://www.inciclo.com/pages/mes-da-menstruacao-inciclo?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwu8uyBhC6ARIsAKwBGpRZe4GLoViKJjJFJOx5tpgOHJ_jhqTLvjCxNOs0ImU_hySpC6li6hoaAkJvEALw_wcB)>. Acesso em: 24/04/2024.



também é possível ver uma imagem do sangue escorrendo do coletor menstrual, conforme ocorre quando as mulheres limpam os seus coletores. Nestes dois casos, a marca reforça sem tabus o cotidiano das mulheres com imagens representando a realidade.

Imagem 1 e 2 – Campanha sobre menstruação da marca Inciclo no Instagram



Fonte: Instagram Inciclo

Os posts acompanham de legendas explicando o uso e os benefícios do coletor menstrual, sem tabu ou minimizando as palavras sobre menstruação:

Legenda: “*Você sabia que o coletor menstrual da Inciclo é perfeito para quem tem fluxo intenso? A capacidade do copinho de coletar sangue é de 2 a 3 vezes maior que os absorventes descartáveis. Ele coleta até 30ml de sangue.*”



Assim, conforme Alcantra; Torres (2020, p. 9) a visibilidade menstrual nas redes sociais digitais se torna um movimento emergente, dotado da responsabilidade sobre uma retomada histórica sobre o que é a menstruação e os tabus envolta do tema, procurando não fomentar os mesmos preconceitos do passado “mas levantar questionamentos, dividir relatos, abrir a ágora online para debates provocados a partir da fala do corpo estigmatizado por seus fenômenos físicos.” (ALCANTRA; TORRES, 2020, p. 9)

#### 4. Conclusão

Assim, esta proposta é motivada por estudar o fenômeno “tabu da menstruação”, na ótica, onde, este tabu é constituído por símbolos de poder, culturais e sociais, que determinam fatores relevantes na vida das mulheres em idade menstrual, como: o direito a educação, ao trabalho, aos esportes. Com o objetivo de atualizar as pesquisas sobre o tema, a partir da análise dos depoimentos, das percepções e das produções midiáticas direcionadas para o coletivo feminino sobre a menstruação.

### Referências

ALCANTRA, Izabela Santana de; TORRES, Velda Gama Alves. **#Menstruação: Do tabu à visibilidade menstrual online**. 43º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação – VIRTUAL – 1º a 10/12/2020. GP Estéticas, Políticas do Corpo e Gênero.



---

BOURDIEU, Pierre. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Editora Bertrand Brasil S.A. 1ª edição: 1989.

DOUGLAS, Mary; ISHERWOOD, Baron. **O mundo dos bens: para uma antropologia do consumo**. Rio de Janeiro: UFRJ, 2004.

FOUCAULT, Michel. **A Ordem do Discurso**. São Paulo: Loyola. 5ª edição: setembro de 1999.

ROCHA, Paula; MONTARDO, Sandra. **Netnografia: incursões metodológicas na cibercultura**. E-Compós, dez. 2005.

POLIVANOV, Beatriz. **Etnografia virtual, netnografia ou apenas etnografia? Implicações dos conceitos**. Esferas, 1(3). <https://doi.org/10.31501/esf.v1i3.4621>

UNICEF, Fundo das Nações Unidas para a Infância. **POBREZA MENSTRUAL NO BRASIL: DESIGUALDADES E VIOLAÇÕES DE DIREITOS**. Mai. 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: 03/04/2024.

UNICEF, Fundo das Nações Unidas para a Infância. **POBREZA MENSTRUAL NO BRASIL: DESIGUALDADES E VIOLAÇÕES DE DIREITOS**. Mai. 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: 03/04/2024.

VERGUEIRO, Viviane. **Pensando a cisgeneridade como crítica decolonial**. In: **MESEDER, S., CASTRO, M.G., and MOUTINHO, L., orgs. Enlaçando sexualidades: uma tessitura interdisciplinar no reino das sexualidades e das relações de gênero** [online]. Salvador: EDUFBA, 2016, pp. 249-270.