

Chá da Tarde: um diálogo sobre dignidade menstrual

Natália Strahi Luzia, Ana Caroline Sorgato, Eduarda Da Silva Bohrer, Cristina De Souza Franca, Vanessa Carla Neckel*

Orientador(a)*

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - Campus Sertão. Sertão, RS

A dignidade menstrual é um tema de grande relevância social, por envolver o direito à saúde, à informação e ao acesso a condições adequadas de higiene. Trata-se ainda de uma questão cercada por tabus, preconceitos e silenciamento, que afeta diretamente a permanência e o bem-estar de estudantes no espaço escolar. Nesse sentido, a atividade “Chá da Tarde” foi organizada como espaço de integração, sensibilização e informação, aproximando as estudantes residentes do campus da temática de forma reflexiva e acolhedora. A atividade integra o projeto de ensino “Eventos de Sensibilização: Diversidade e Inclusão no IFRS - Campus Sertão”, e também se articula ao Projeto de Promoção da Dignidade Menstrual do IFRS, que institui a distribuição gratuita de absorventes higiênicos e coletores menstruais, reconhecendo-os como itens de necessidade básica para a saúde e higiene. O objetivo do “Chá da Tarde” foi promover um espaço de diálogo e de acolhimento sobre a dignidade menstrual, desconstruindo preconceitos e ampliando o acesso às informações. A metodologia foi construída coletivamente pelas três bolsistas e servidoras integrantes do projeto, pelas das servidoras do restaurante do campus e da residência estudantil, além de parcerias com o projeto Arte e Diversidade e do projeto Farmácia Verde, do Campus Bento Gonçalves. As bolsistas realizaram estudo sobre o tema e confeccionaram os materiais, o que permitiu aliar informação e acolhimento. O encontro aconteceu em um ambiente aconchegante, marcado pela partilha de chá e de bolo, preparados com a intenção de resgatar a memória afetiva dos chás das avós e suas conversas. Para garantir o acesso à informação e orientação de saúde, foi realizado um diálogo com a técnica de enfermagem Cristina de Souza França, que abordou sobre saúde menstrual, ciclo reprodutivo, métodos contraceptivos, práticas de higiene íntima e cuidados necessários para o bem-estar no período menstrual, destacando ainda a importância de conhecer o próprio corpo e de buscar informações. Além disso, as estudantes participantes do “Chá da Tarde” confeccionaram seus próprios porta-absorventes em feltro, oficina conduzida pelo projeto de Arte e Diversidade. Como gesto de autocuidado, cada estudante recebeu um composto de chá natural com propriedades calmantes para alívio das cólicas menstruais. A partir da observação, identifica-se que a atividade contribui para a desconstrução de tabus, a socialização de informações sobre menstruação no espaço escolar, a aproximação entre as estudantes e ampliação da percepção da dignidade menstrual como pauta de saúde pública e de inclusão social. Conclui-se que a atividade “Chá da Tarde” cumpriu seu papel educativo, respondendo aos objetivos de reflexão, empatia e diálogo, fortalecendo a permanência estudantil e confirmando a relevância do projeto de ensino para a promoção da cidadania e da igualdade de gênero.

Palavras-chave: Menstruação; Informação; Acolhimento.

Nível de ensino: Ensino Técnico - Oral

Área do conhecimento: Ciências Humanas