http://dx.doi.org/10.22420/rde.v20i47.2952

"Todos os meninos ficaram chamando ela de menstruação":
práticas de bullying durante o período menstrual e os impactos nas experiências escolares

"All the boys kept calling her menstruation":
bullying practices during the menstrual period and their impacts on school experiences

"Todos los chicos seguían llamándolo menstruación":
prácticas de acoso durante el período menstrual y los impactos en las experiencias escolares

MARIANA LIMA DE SOUSA[*]
Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa – PB, Brasil.

REBECKA WANDERLEY TANNUSS[**]
Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa – PB, Brasil.

RESUMO: O objetivo deste trabalho é analisar a ocorrência de bullying contra estudantes durante o período menstrual – com situações de constrangimento, vergonha e exposição – e suas possíveis implicações para a frequência e as experiências escolares. Para tanto, foi realizada uma pesquisa de campo junto a 21 pessoas que menstruam, em uma escola da rede municipal de educação em João Pessoa/PB. Os dados, examinados na perspectiva decolonial dos ativismos menstruais do Sul Global, apontaram a prática desse bullying no período menstrual como elemento negativo na experiência escolar, afetando autoestima, participação em atividades e tornando a escola um ambiente hostil. Ademais, a falta de discussão em sala de aula sobre a menstruação e a ausência de uma

[*] Mestra em Direitos Humanos, Cidadania e Políticas Públicas pela Universidade Federal da Paraíba. Graduada em Direito pelo Centro Universitário Unileão. *E-mail*: <mariana_lima15@outlook.com>.

[**] Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Professora no Departamento de Fundamentação e no Programa de Pós-Graduação em Direitos Humanos, Cidadania e Políticas Públicas da Universidade Federal da Paraíba. *E-mail*: <rebeckatannuss@gmail.com>.

agenda para erradicação do bullying no período menstrual reiteram os silêncios sobre o tema e fortalecem estigmas e mitos.

Palavras-chave: Menstruação. Bullying. Trajetória escolar.

ABSTRACT: The objective of this study is to analyze the occurrence of bullying against students during their menstrual period – involving situations of embarrassment, shame, and exposure – and its potential implications for school attendance and experiences. To this end, field research was conducted with 21 people who menstruate at a municipal public school in João Pessoa, in the state of Paraíba. The data, examined through the decolonial perspective of Global South menstrual activisms, indicated that bullying during the menstrual period negatively impacts the school experience, affecting self-esteem, participation in activities, and turning the school into a hostile environment. Furthermore, the lack of classroom discussion about menstruation and the absence of an agenda to eradicate period-related bullying reinforce silences regarding the topic while perpetuating stigmas and myths.

Keywords: Menstruation. Bullying. School Trajectory.

RESUMEN: El objetivo de este trabajo es analizar la ocurrencia de acoso contra estudiantes durante el período menstrual — con situaciones de incomodidad, vergüenza y exposición — y sus posibles implicaciones para la asistencia y las experiencias escolares. Para ello, se realizó una investigación de campo con 21 personas que menstrúan en una escuela de la red municipal de educación en João Pessoa, PB. Los datos, examinados desde la perspectiva decolonial de los activismos menstruales en el Sur Global, señalaron la práctica de este acoso durante el período menstrual como un elemento negativo de la experiencia escolar, que afecta la autoestima y la participación en actividades y convierte a la escuela en un entorno hostil. Además, la falta de discusión en el aula sobre la menstruación y la ausencia de una agenda para erradicar el acoso en la escuela durante la menstruación reiteran los silencios en torno al tema y fortalecen estigmas y mitos.

Palabras clave: Menstruación. Acoso. Trayectoria escolar.

Introdução

No plano individual, a pobreza menstrual pode ser compreendida como a falta de acesso a meios de higiene (absorventes, papel higiênico, sabonetes, medicamentos e serviços médicos para administrar as questões menstruais) e a falta de meios adequados de contenção do fluxo que obriga ao uso de meios alternativos (roupas velhas, jornal e até miolo de pão ou o uso prolongado do mesmo absorvente). Em nível estrutural, diz respeito à falta de banheiros seguros e conservados, saneamento básico, coleta de lixo, assim como informações incorretas ou insuficientes sobre o sistema reprodutivo e sobre a menstruação (UNICEF, 2021, p. 11). É um fator que incide no desenvolvimento pedagógico e social das pessoas que menstruam, uma vez que impactam sua participação em atividades físicas, brincadeiras, convivência em ciclos de amizade, com consequências para o pleno desenvolvimento de competências relevantes, como a evasão escolar (REYES, 2023, p. 108).

Não falar sobre a menstruação também é uma forma de falar sobre ela, por omissão frente a um processo fisiológico recorrente, utilizando eufemismos para designá-lo, como 'estar naqueles dias' ou 'estar de chico'. Essa prática alimenta estigmas e tabus sobre o ciclo menstrual e impõe inúmeras restrições, gerando o sentimento de vergonha. O bullying no período menstrual configura-se como um dos fatores que impactam diretamente a trajetória escolar, incluindo a frequência e o aspecto emocional (UNICEF, 2021, p. 5).

Isto posto, o presente artigo tem como objetivo analisar a ocorrência de bullying, expresso em situações de constrangimento, vergonha e exposição vivenciadas por estudantes da rede municipal de educação de João Pessoa, na Paraíba, durante o período menstrual, e suas possíveis implicações para a frequência e demais experiências escolares.

Aspectos metodológicos

Trata-se de um estudo exploratório e qualitativo, desenvolvido a partir de pesquisa de campo com aplicação de questionário e realização de rodas de conversa com 21 pessoas que menstruam, integrantes da rede municipal de educação de João Pessoa. A pesquisa foi concebida como espaço de escuta e troca, no qual as pessoas participantes puderam compartilhar suas experiências e vivências relacionadas à menstruação, tanto no ambiente doméstico quanto no escolar.

As rodas de conversa constituíram o primeiro momento, pois foram um espaço de apresentação, partilha e acolhimento, no qual se expôs a motivação da pesquisa e iniciou-se a escuta. As rodas não seguiam um roteiro, mas alguns pontos essenciais foram previamente definidos, como a experiência com a primeira menstruação, menstruar e ir para a escola, bullying, menstruação como empecilho à participação nas atividades,

mudanças decorrentes da menarca, discussão do tema na escola e conhecimento sobre políticas públicas de distribuição de absorventes. Para o presente trabalho, priorizou-se a discussão sobre práticas de bullying. Por ser um tema ainda permeado por vergonha, esperava-se que algumas pessoas se mostrassem retraídas, dessa forma, paralelamente às rodas de conversa, aplicou-se um questionário com 13 perguntas.

Os critérios de inclusão na entrevista priorizaram pessoas que menstruam, estudantes da rede municipal de João Pessoa dos 6º, 7º, 8º ou 9º anos e que manifestaram interesse em participar. Os critérios de exclusão abrangeram meninos cis, meninas que ainda não iniciaram seu ciclo menstrual e estudantes que não pertenciam à rede municipal. Como a divisão das escolas municipais de João Pessoa ocorre em nove polos, selecionou-se uma escola localizada no bairro da Penha, para observar a temática no âmbito da educação municipal. A escola foi escolhida pela boa recepção, pela disponibilidade para a realização da pesquisa e pelo fato de já ter desenvolvido iniciativas sobre o tema, como palestras e distribuição de absorventes.

O diálogo com participantes buscou fomentar a discussão por meio de livros e materiais que utilizassem a perspectiva de uma educação menstrual libertadora, apresentando a menstruação como processo natural e como elemento para a construção da autonomia corporal. Por fim, os dados obtidos nas rodas de conversa e aplicação dos questionários foram examinados a partir da análise temática, a fim de articular as narrativas à literatura científica do campo.

A menstruação como alvo do *bullying*

A pobreza menstrual configura-se como um processo que deve ser analisado a partir de lentes interseccionais, ou seja, numa perspectiva que integre gênero, raça, etnia e classe, uma vez que se trata de uma problemática de saúde pública e de violações de direitos humanos. O perfil socioeconômico das pessoas participantes da pesquisa evidencia que eram, em sua maioria, pretas e pardas, de baixa renda e na faixa etária entre 11 e 16 anos, período marcado por intensas transformações próprias da adolescência, no qual surgem dúvidas e construções sociais que dificultam o diálogo sobre o tema.

Nesse contexto, a desigualdade social leva ao acesso precário a itens de higiene menstrual, condicionando corpos à utilização de meios impróprios para contenção do fluxo, o que gera consequências para a saúde, evasão escolar, pior desempenho no trabalho, insegurança e constrangimentos. Somam-se a isso a violação de direitos humanos e o apagamento da personalidade de corpos menstruantes, especialmente daqueles mais marginalizados socialmente (CÂNDIDO & SALIBA, 2022, p. 4). É nesse cenário que a prática do bullying relacionada à menstruação se insere como elemento que agrava tais vulnerabilidades.

O bullying foi definido de forma pioneira pelo psicólogo Dan Olweus, no fim da década de 1960, como um fenômeno de violência caracterizado pelo desequilíbrio de poder, manifestando-se por agressões repetidas, contínuas e intencionais dirigidas a uma pessoa ou grupo. Trata-se de um fenômeno que varia conforme o contexto, mas apresenta prevalência global (LEMBO *et al*., 2023, p. 3). O Brasil instituiu o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (bullying) conceituando essa intimidação como todo ato de violência, física ou psicológica, de forma intencional e repetitiva, praticada contra uma ou mais pessoas, para gerar dor e angústia às vítimas (BRASIL, 2015). A lei aponta que essa prática ocorre sem motivo evidente, entretanto, o bullying pode ser concebido como expressão da violência de gênero situada nas desigualdades de poder entre homens e mulheres, já que é onde a violência se fundamenta (GUIMARÃES, 2019, p. 5).

> A maioria das representações evocadas pelos estudantes não fazem referência à violência física, mas sim à violência de gênero, de orientação sexual e de aparência física, que se manifestam em tom de brincadeira e piadas, em xingamentos e em pixações nos espaços privativos. Portanto, tornam-se invisíveis na (e pela) escola e, embora não causem danos aparentes, desrespeitam a identidade e a singularidade da vítima, promovendo nela transtornos ou desconfortos psíquicos e emocionais (FERREIRA *et al*, 2024, p. 6).

As consequências do bullying na saúde das vítimas incluem distúrbios do sono, dificuldades nas atividades escolares, propensão ao abandono escolar, piora da autoestima e autoimagem e até mesmo tentativas suicidas (MALTA, 2026, p. 2). Os sentimentos negativos advindos do bullying retiram a esperança de uma existência digna e coloca as vítimas em dúvida sobre suas potencialidades (FERREIRA, 2024, p. 7).

Quando investigada a incidência dessa prática entre meninos e meninas, observa-se uma discrepância significativa. No Brasil, a Pesquisa Nacional de Saúde Escolar – PeNSE, de 2015 indicou que dentro da amostra de 102.321 estudantes do 9º ano, 19,8% afirmaram ter praticado bullying. Considerando o recorte de gênero, 24,2% dos meninos admitiram tal prática, ante 15,6% das meninas. Na quarta edição da PeNSE realizada em 2019, constatou-se uma queda na prática do bullying, entretanto, o comportamento continuava sendo praticado majoritariamente por meninos, que representavam 20,4%, ante 12,0% das meninas (UNICEF, 2021, p. 8).

Não possuir meios de conter o fluxo menstrual e ainda assim ter que ir à escola pode gerar medos, angústias e constrangimentos: medo de vazamento, de zombarias e de bullying. Pesquisa realizada no Reino Unido apontou que 43% das meninas sofrem provocações de meninos e afirmam sentir-se desconfortáveis com o assunto (BODYFORM, 2018). Na África, a falta de suprimentos de higiene pessoal força muitas meninas a permanecerem em casa, privando-as de quase um quarto de sua educação formal (NALEBUFF, 2012). Somando a vergonha relacionada ao período menstrual à falta de discussão e à persistência de estigmas que moldam a forma hegemônica como a sociedade enxerga a menstruação, o bullying influencia essas

faltas escolares. A decisão de permanecer em casa ocorre porque o ambiente escolar é percebido como hostil. Isso se intensifica pelo fato de, no início da puberdade, o corpo está se adaptando às mudanças hormonais, com ciclos menstruais irregulares. Nesses casos, o sangue menstrual na roupa torna as pessoas que menstruam alvo de brincadeiras maldosas e desrespeitosas (GATO *et al*., 2023, p. 18).

> "*É, dos meninos e da vergonha, dos meninos ficarem olhando*" (Participante grupo 1, 2025).

> "*Igual o que aconteceu com a própria* [nome da estudante]. *Ela foi no banheiro, aconteceu isso, ela limpou, só que vazou, aí o povo tava chamando a aluna de cabelo de menstruação e tal e as próprias amigas dela também*" (Participante grupo 1, 2025).

> **"***Já... Tipo, quando... Às vezes, tipo, eu não venho porque uma vez aconteceu comigo de, tipo, vazar, aí esse menino ficou falando coisa comigo e, tipo, tirando onda com a minha cara. Aí isso me deixou muito constrangida. Tipo, em sala. Aí quando eu saí, os meninos ficaram falando. Aí foi uma agonia do caramba*" (Participante grupo 4, 2025).

Em pesquisa realizada com adolescentes do 9º ano do ensino fundamental no âmbito do Programa de Residência Pedagógica, meninas e meninos questionadas/os sobre a percepção da menstruação como algo vergonhoso, observou-se que todas as meninas afirmaram não a considerar dessa forma, enquanto todos os meninos declararam perceber o processo como constrangedor (LIMA et al., 2023, p. 11). Resultado semelhante foi identificado na presente pesquisa, especialmente quando participantes abordaram as diferenças na percepção social dos ciclos naturais do corpo.

> "*Tipo, ele, ele, tipo... Ele acha aquilo estranho que ele sai de dentro da mulher e aí fica tirando onda com a pessoa*" (Participante grupo 4, 2025).

> "*Ele acha aquilo, assim, uma coisa sebosa, sei lá*" (Participante grupo 4, 2025).

> "*Mas é natural do corpo da mulher*" (Participante grupo 4, 2025).

A experiência escolar deixa uma marca permanente no corpo de estudantes, incorporando-se às suas identidades e constituindo-os/as como sujeitos/as escolarizados/as. Essa marca identitária diz respeito a como se olha para o/a outro/a e para si e como se desenvolve uma postura física. Nesse processo, podem ser reproduzidos estigmas, tabus, mitos sobre a natureza dos corpos que estão se formando e a perpetuação sobre o tema da menstruação, o que gera bullying e constrangimento.

> "*Teve uma reação de bullying até de uma menina da minha sala mesmo. Que ela disse que não queria virar ketchup*" (Participante grupo 1, 2025).

> "*Fizeram bullying com a menina, porque ela foi no banheiro, aí menstruou, aí ela limpou tudo direitinho, aí ela contou pra algumas amigas que o banheiro tinha melado um pouco. Ai alguma dessas amigas, ela disse que espalhou pra escola toda, aí todos os meninos ficaram chamando ela de menstruação e as próprias meninas chamando ela de menstruação*" (Participante grupo 1, 2025).

> *"Tava dentro de sala, os meninos do nada começaram a mexer na bolsa de uma menina, atrás, eu não sei do que mulesta era, parece que era de uma bendita, de uma caneta, foram e acharam absorvente dentro dessa bolsa. Começaram a rir, ia coisar. Eu percebi que a menina tentou, assim, ficar séria, mas ao mesmo tempo ela tava constrangida*" (Participante grupo 4, 2025).

> "*Chama a pessoa de seboso, sebosa né? Fica chamando a pessoa de um monte de coisa. Fala que a pessoa fez o número 2 na roupa, com um monte de coisa*" (Participante grupo 4, 2025).

A vergonha pode gerar a restrição da participação em atividades esportivas, limitar brincadeiras e a convivência com amigos/as. Tais vivências são imprescindíveis para o desenvolvimento da criatividade, coordenação motora, percepção espacial, socialização, entre outras competências, impossibilitadas às pessoas que menstruam (UNICEF, 2021; UNFPA, 2021, p. 5).

Para Foucault, o corpo está imerso em relações de poder que atuam não apenas por meio da violência física, mas também por uma violência sutil, capaz de disciplinar os corpos e transformá-los em dóceis e facilmente controláveis (FOUCAULT, 1988). Ainda que esse corpo seja constantemente mencionado em discursos médicos, poéticos ou políticos, ele permanece opaco. Isso ocorre porque as pessoas que menstruam não falam e porque, socialmente, não devem falar a respeito, uma vez que o pudor relacionado aos órgãos femininos constitui uma das principais marcas da 'feminilidade' (PERROT, 2006, p. 14).

O corpo menstruante é igualmente submetido a esse processo de docilização. Por meio de imagens, da imposição de tabus e do ocultamento, o corpo que menstrua é disciplinado a sentir vergonha. A menstruação é representada como um castigo e passa a ser associada à ideia de marca ou ferida. Essa percepção, somada a discursos muitas vezes religiosos, confina o corpo menstruante à exclusão e ao silenciamento (VÁSQUEZ, 2022, p. 13). Quando questionadas sobre a dificuldade de falar sobre o tema, e se consideram que a menstruação ainda é tabu, 76,19% das pessoas participantes da pesquisa afirmaram sentir dificuldade para abordar o assunto.

Para a garantia de uma efetiva Educação em Direitos Humanos, torna-se imperativo compreender que o direito à educação é frequentemente negado às pessoas que menstruam, especialmente diante da ausência de políticas públicas eficazes ou da divulgação insuficiente. De tal modo, torna-se necessário que tais políticas cheguem de fato às comunidades, ampliando sua visibilidade e tornando-se efetivas. Além disso, a educação precisa promover uma revisão crítica das bases conservadoras que se expandiram e provocaram retrocessos significativos. A temática da dignidade menstrual deve ser abordada como instrumento de empoderamento, fortalecimento da autonomia corporal e enfrentamento das desigualdades de gênero, que tendem a se aprofundar quando o tema é silenciado (LEDUR, MENEGOTTO & GIONGO, 2024, p. 458).

A esse respeito, Yonier Marín e Suzani Cassiani propõem uma abordagem crítica para o ensino sobre a menstruação, ultrapassando o viés exclusivamente biológico e fomentando discussões sobre relações de poder, justiça social e direitos humanos (MARÍN & CASSIANI, 2021, p. 99). Para isso, defende-se que a educação sexual rompa com abordagens médico-higienistas, morais, religiosas e conservadoras que historicamente reduziram os debates sobre gênero e sexualidade (LEDUR, MENEGOTTO & GIONGO, 2024, p. 458). Ao afirmar que a menstruação é um tema mais importante para mulheres, solidifica-se a perspectiva de que ela demarca apenas os corpos femininos. Como consequência, reforça a tendência cultural que coloca a menstruação e suas responsabilidades de forma desproporcional sobre as mulheres, bem como faz a separação entre o que é feminino e masculino.

> "*Eu já. Isso é besteira, isso é frescura, isso é só uma dorzinha. E uma mulher disse assim, ó, você não entende a dor da mulher. E o homem disse, isso é frescura, nada de mais não, é só uma dorzinha, isso não mata não. Foi isso*" (Participante grupo 3, 2025).

Existe uma 'etiqueta menstrual', uma norma sutil determinando que o controle do sangue menstrual deve ser discreto e escondido, principalmente dos meninos e professores. Segundo essa etiqueta, o sangue menstrual é algo impuro, sujo e que gera constrangimento. Constatou-se que mesmo as pessoas que possuem meios de fazer o descarte dos produtos menstruais ainda se preocupam com a ideia de que esse sangue vaze e as outras pessoas vejam, gerando o "imperativo da ocultação menstrual" (LIMA *et al*., 2023, p. 11).

Frequentar a escola durante o período menstrual pode ser perturbador. O medo constante de ser alvo de discriminação por conta de um vazamento menstrual ou mesmo de ter o absorvente descoberto constituem fatores que afetam o desempenho escolar, já que manter a concentração quando se está em constante vigília e com medo se torna uma tarefa difícil. O permanente estado de vigilância faz com que adolescentes desenvolvam hábitos sistemáticos que geram inquietações diversas (GADELHA & FONTELES FILHO, 2024, p. 13).

A saúde mental e a questão menstrual

Com respeito aos impactos emocionais dessa situação, o estudo de Lauren Cardoso *et al*. (2021) constatou que 68,1% das pessoas que menstruam consultadas apresentaram sintomas de depressão moderada ou grave, além de ansiedade relacionada ao ciclo menstrual, seja pela incerteza de conseguir itens adequados para conter o fluxo, seja pelo medo de constrangimento ao utilizar meios alternativos aos absorventes. Pela ótica da saúde emocional, a pobreza menstrual pode causar desconforto, insegurança e estresse, contribuindo para intensificar a discriminação vivenciada por pessoas que menstruam. Compromete o bem-estar, o desenvolvimento e as oportunidades de estudantes,

que dormem mal, perdem momentos de lazer e evitam atividades físicas. Além disso, enfrentam queda na concentração e na produtividade (UNICEF, 2021, p. 11).

A exposição a comentários discriminatórios e situações de exclusão pode acarretar consequências ainda mais graves. Em 2020, uma estudante queniana de 14 anos cometeu suicídio após ter sido publicamente exposta pela professora ao vivenciar sua primeira menstruação – a docente chamou-a de 'suja' e a expulsou da sala diante de colegas (GADELHA & FONTELES FILHO, 2024, p. 13). Situações de provocação, exclusão e vergonha relacionadas ao sangramento menstrual violam diretamente o princípio da dignidade humana (MOTTA & BRITO, 2022, p. 36). O impacto na saúde mental que a exposição a comentários ofensivos causa foi percebido também pelas pessoas entrevistadas:

> "*Aí, a menina, ela estava menstruada dentro do banheiro. O menino foi... Entrou dentro do banheiro da menina. Aí, coisaram, chutaram a porta*" (Participante grupo 4, 2025).

> "*Aí, abriu a porta. Aí, o menino ficava bagunçando com a menina lá dentro do banheiro. Aí, a menina ficou lá com vergonha. saiu da escola querendo se matar*" (Participante grupo 4, 2025).

Diferentemente do que os dados quantitativos inicialmente indicaram, já que a maioria das pessoas participantes (71,43%) afirmou não ter sofrido bullying na escola, os relatos revelaram uma realidade mais complexa. Na prática, muitas delas presenciaram situações de constrangimento ou conheciam alguém que já havia passado por esse tipo de violência. Nas falas, evidenciou-se o medo constante de que ocorresse vazamento menstrual, bem como diversas situações em que o vazamento, a exposição de um absorvente ou o constrangimento público impactaram diretamente sua saúde. Conforme pesquisa realizada com alunas do 9° ano de uma escola da rede pública municipal de Novo Hamburgo/RS, o vazamento é o principal motivo de vergonha. Entre os relatos coletados, é um motivo estressor, já que há o medo de que meninos vejam e riam (REYES, 2023, p. 108).

As ideologias em torno da menstruação são um espelho das estruturas sociais patriarcais, nas quais homens e meninos utilizam a menstruação como uma forma de reafirmar sua dominação, por meio de comentários e ridicularizações direcionadas às pessoas que menstruam e seus processos menstruais. As piadas têm a intenção de retratar estudantes que menstruam como pessoas sujas e nojentas, o que reforça a hierarquia de gênero já na educação básica (REYES, 2023, p. 108).

A consequente ansiedade pode ser definida como um medo de que algo ruim aconteça por fatores que estão além do controle. A vergonha pode ser entendida como um sentimento angustiante de crença na própria imperfeição, na falta de dignidade, aceitação e pertencimento (REYES, 2023, p. 109). Como consequência, há um certo número de estudantes que menstruam faltando à escola por medo de comentários sobre a menstruação, o que deflagra um sentimento de exclusão, assim como um sentimento de prejuízo. Mesmo que realizem as atividades em casa, a falta de interação social na escola empobrece os saberes (REYES, 2023, p. 109).

Práticas de resistência e reexistência

Se estudantes que menstruam veem o fato como natural, ele ainda é permeado de silêncios, já que muito cedo se ensina a ter vergonha do processo e a escondê-lo (LIMA *et al*, 2023, p. 11). Isso está ligado ao que a cultura dita à conversa pública sobre menstruação (é desagradável e deve ser mantida em segredo), criando a vergonha do próprio corpo. Algumas estratégias são utilizadas para contornar essa situação:

> É natural recorrer a estratégias como: amarrar o casaco na cintura (mesmo sob um calor infernal), ser a última a sair de sala, arrumar desculpas para não participar da aula de educação física (se mexer muito, vaza), faltar aulas, esconder os absorventes na manga da camisa ou no bolso da calça e checar a situação no banheiro periodicamente, colocar papel higiênico (quando tem) para impedir o vazamento de fluxo (por falta de condições de comprar um absorvente, ou por vergonha de pedir), impedir que os colegas mexam na mochila e encontrem um absorvente (considerado constrangedor) (FERRARI, 2021, p. 26).

Nas vivências das pessoas participantes da pesquisa, algumas dessas estratégias também são utilizadas como forma de resistência para contornar a vergonha de serem alvos de comentários:

> "*O meu medo é só que quando eu vim para a escola toda vez eu venho de casaco, justamente porque se eu acabar menstruando na escola e eu não levar nenhuma roupa, vai ficar manchado atrás e o povo vai ficar olhando*" (Participante grupo 1, 2025).

> "*Eu sempre, às vezes, sempre trago um absorvente na blusa por precaução e uma calça*" (Participante grupo 1, 2025).

> "Até hoje quando eu vou pegar o absorvente na sala, eu coloco aqui (na parte de dentro do casaco) ou no bolso" (Participante grupo 2, 2025).

> "*Aí eu tinha medo de vazar, eu botava um casaco na cintura pra ninguém não ver*" (Participante grupo 4, 2025).

Algumas práticas de adequação, que Gabriela Bieger Reyes denomina de "uniforme menstrual" (REYES, 2023, p.111), dizem respeito a minimizar as chances de aparecimento do vazamento menstrual. Diante das táticas usadas por adolescentes está o uso de roupas mais escuras, de roupas internas, como a *legging*, e de roupas mais largas, apontadas como forma de trazer conforto durante o período.

Considerações finais

Diante do que foi apresentado, é necessário compreender que o bullying relacionado ao período menstrual ainda é bastante presente. Apesar da pouca produção abordando esse bullying que afeta a vivência escolar, as falas de participantes da pesquisa

evidenciaram diversas nuances que revelam como menstruar na escola pode acarretar medo de exposição a comentários constrangedores e situações de exclusão.

A falta de discussão dentro do ambiente escolar o transforma em um ambiente hostil e que exclui das atividades escolares as pessoas que menstruam, violando o direito fundamental à educação, assim como o desenvolvimento pleno de todas as potencialidades desses corpos. Não falar a respeito é uma forma de perpetuar e reforçar a violência escolar e a impossibilidade da equidade de gênero e o respeito aos Direitos Humanos.

Passar pela experiência de menstruar e ser alvo de comentários ofensivos ou constrangedores impacta diretamente na percepção sobre o próprio corpo e seus ciclos naturais, sendo que o efeito sobre a saúde mental também se mostra significativo. A segmentação do debate como algo exclusivamente 'feminino', somada à cultura que associa a menstruação ao sujo e ao privado, favorece a propagação de estigmas. Como consequência, as pessoas que menstruam acabam desenvolvendo estratégias de resistência para lidar com essas situações no ambiente escolar.

A pobreza menstrual é consequência direta das desigualdades de gênero, e enquanto essas necessidades específicas não forem reconhecidas, não haverá justiça social. Por isso, a discussão deve abranger todos os gêneros para desconstruir estigmas e tabus, ampliar o acesso à informação e garantir a equidade de gênero (LEDUR, MENEGOTTO & GIONGO, 2024).

Recebido em: 01/03/2026; Aprovado em: 31/07/2026.

Referências

BRASIL. Lei 13.185 de 2015. Institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (bullying). Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13185.htm. Acesso em: 07 ago. 2026.

CÂNDIDO, Ana Carolina Davanso de Oliveira & SALIBA, Maurício Gonçalves. Interseccionalidade e a dignidade menstrual: um diálogo fundamental no combate às desigualdades. *Direitos Sociais e Políticas Públicas*, v. 10, n. 3, p. 1-26, 2022.

CARDOSO, Lauren *et al*. Pobreza menstrual e implicações para a saúde mental de mulheres em idade universitária nos Estados Unidos. *BMC Women's Health*, v. 21, n. 1, janeiro de 2021, p. 14. DOI https://doi.org/10.1186/s12905-020-01149-5.

BODYFORM, UK. Disponível em: https://www.bodyform.co.uk/break-taboos/our-world/fear-going-to-school-less/. Acesso em 27 de fevereiro 2026.

FERRARI, Ana Clara. *Mar Vermelho:* por que menstruar na escola ainda é um pesadelo para as jovens? PT.Org, 2021. Disponível em: https://pt.org.br/por-que-menstruar-na-escola-ainda-e-um-pesadelo-para-as-jovens/ Acesso em: 07 ago. 2026.

FERREIRA, Diego Raone *et al*. "Eu não sei como eu tenho força pra vir na escola": manifestações e implicações do bullying entre adolescentes escolares. *Saúde e Sociedade*, v. 1, 2024, pág. e220692pt. DOI.org (Crossref) , https://doi.org/10.1590/s0104-12902024220692pt.

FOUCAULT, Michel. *História da sexualidade I*: A vontade de saber. Rio de Janeiro: Graal, 1988.

GADELHA, Ester & FONTELES FILHO, José Mendes. O combate à pobreza menstrual como instrumento de incentivo à permanência nas escolas brasileiras. *Teceres: Revista da AINPGP*, vol. 3, no 1, julho de 2024.

GATO, Maria Eduarda Alves *et al*. Pobreza menstrual de jovens estudantes em um município do Baixo Amazonas, Amazônia, Brasil. *Revista Contemporânea*, v. 3, n. 9, p. 15571-15594, 2023.

GUIMARÃES, Jamile e Cristiane da Silva Cabral. Bullying entre meninas: tramas relacionais da construção de identidades de gênero. *Cadernos de Pesquisa*, v. 171, março de 2019, p. 160–79. DOI: https://doi.org/10.1590/198053145708.

LEDUR, Taísi Corrêa da Silva; MENEGOTTO, Lisiane Machado de Oliveira & GIONGO, Carmem Regina. Pobreza menstrual e desigualdade de gênero: o olhar de professoras e professores de escolas públicas. *Diversidade e Educação*, v. 12, n. 2, p. 443-466, 2024.

LEMBO, Victoria Maria Ribeiro *et al*. Revisão sobre características de meninos e meninas que praticam bullying escolar. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, v. 25, n. 3, p. ePTPPE15019-ePTPPE15019, 2023.

LIMA, Ana Isabel Sodré, *et al*. Pobreza menstrual entre adolescentes de uma escola estadual em Rio Verde – Goiás. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, vol. 12, n. 5, maio de 2023, p. e15112541629. DOI: https://doi.org/10.33448/rsd-v12i5.41629.

MALTA, Débora Carvalho *et al*. Prevalência e fatores associados à vitimização por bullying entre escolares brasileiros, 2019. *Saúde em Debate*, v. 50, n. 148, março de 2026, p. e10270. DOI.org (Crossref), https://doi.org/10.1590/2358-2898202614810270p.

MARÍN, Yonier Alexander Orozco & CASSIANI, Suzani. Como seria o mundo se os homens cisgêneros também menstruassem? Outras abordagens sobre a menstruação no ensino de ciências e biologia. *Bagoas-Estudos gays: gêneros e sexualidades*, v. 14, n. 22, 2021.

MOTTA, Maria Carolina Carvalho & BRITO, Mariana Alves Peixoto da Rocha. Pobreza menstrual e a tributação dos absorventes. *Confluências Revista Interdisciplinar de Sociologia e Direito*, v. 24, n. 1, p. 33-54, 2022.

NALEBUFF, Rachel Kauder. (Org.) *Meu livrinho vermelho*. Rio de Janeiro: Galera Record, 2012.

PERROT, Michelle. *Os silêncios do corpo da mulher*. In: MATOS, Maria Izilda Santos de & SOIHET, Rachel (Orgs.). Corpo feminino em debate. São Paulo: Editora UNESP, 2006.

REYES, Gabriela Bieger. "*Depois que eu fiquei mocinha mudou muita coisa*": a pobreza menstrual e o itinerário formativo de alunas do 9º ano do Ensino Fundamental. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade La Salle. Canoas, Rio Grande do Sul, 2023.

UNICEF. *Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e violações de direitos.* [s.l]: Unicef, 2021. Disponível em: https://www. unicef.org/brazil/relatorios/pobreza-menstrual-no-brasil-desigualdade-e-violacoes-de-direitos. Acesso em: 07 ago. 2026.

VÁSQUEZ, Carolina Ramírez. Educación Menstrual Emancipadora. Una vía para interpelar la misoginia expresada en el tabú menstrual. Medellin: Ensayo, 2022. Disponível em: https://drive.google.com/file/d/18e3qrsGisWSEL2W_27_E5ZOaDxmY-elo/view Acesso em: 07 ago. 2026.