

BEM-ESTAR

Cólicas menstruais fazem 4 em cada 10 meninas faltarem às aulas no Brasil

Além disso, 6 em cada 10 garotas que menstruam têm cólicas fortes ou moderadas, que atrapalham a rotina de seus dias e ainda exigem medicação para serem controladas

A na Beatriz Oliveira, 13 anos, sente fortes dores de cólica desde os oito anos de idade, quando menstruou pela primeira vez. Dançarina desde os dois anos, precisou pausar a prática enquanto lidava com a dor e com o fluxo menstrual. Ainda falta ensaios e mesmo à escola devido à condição.

“Esse ano em específico, fiquei com muito medo de repetir [as disciplinas escolares] por falta”, diz, estimando ter perdido ao menos 12 aulas desde o início do ano letivo. Isso significa que as cólicas menstruais a deixaram fora das salas de aula cerca de três dias por mês.

Um estudo divulgado pelos institutos Alana e Equidade.info aponta que 4 em cada 10 meninas brasileiras que menstruam faltam às aulas pelo menos uma vez por mês devido a sintomas menstruais. É um grupo de aproximadamente 3,6 milhões de meninas do qual Ana Beatriz faz parte.

Além disso, 6 em cada 10 meninas que menstruam têm cólicas fortes ou moderadas, que atrapalham seus dias e exigem medicação.

A prevalência de faltas cresce com a intensidade da cólica, aponta o levantamento. Entre as que faltam, 20,5% perdem 1 dia por mês, 16% perdem de 2 a 5 dias e 0,6% perdem mais de 5 dias.

A pesquisa, compartilhada por ocasião do Dia Internacional da Dignidade Menstrual, celebrado em 28 de maio, tenta quantificar os danos dos sintomas menstruais na vida de meninas e adolescentes.

“Muitas meninas e mulheres estão sofrendo com dor e tendo suas vidas afetadas por isso, mas hoje ainda há uma baixíssima visibilidade desse problema”, diz Sofia Reinach, líder da iniciativa de endometriose, dor pélvica e saúde menstrual do Instituto Alana.

Segundo Guilherme Lichand, professor de Educação da Universidade de Stanford e responsável pela supervisão técnica da pesquisa pela Equidade.info, a invisibilidade da dor menstrual é um problema global, não apenas no Brasil, e é resultado de dois mitos: o de que as crianças não entenderiam o tema e o de que o assunto é sensível demais para ser abordado.

“A ideia de que é muito delicado e por isso é melhor não falar sobre, na realidade, autoriza invisibilidades. É como se isso não fosse uma questão, porque não vira tema de debate público”, diz Lichand.

Outro estudo divulgado recentemente pelo instituto aponta que os registros oficiais do SUS (Sistema Único de Saúde) captam apenas uma pequena fração da quantidade de meninas e mulheres que convivem com dores menstruais e pélvicas incapacitantes.

Em todo o mundo, mulheres chegam a esperar 20 anos para ter doenças pélvicas, como endometriose e adenomiose, diagnosticadas. Ana Beatriz, por exemplo, mesmo tendo sentido fortes dores desde a menarca, só foi fazer os exames para identificar se tinha endometriose cinco anos depois.

Apoiada pela família desde o início das dores, a pré-adolescente não teve uma boa experiência com os profissionais de saúde. “Em determinados ambientes, fui negligenciada por médicos, enfermeiros e equipe no geral.”



Entenda por que meninos e homens devem falar sobre menstruação

Ursula Maschette, psicóloga especialista em promoção da saúde menstrual, ouviu sobre o assunto pela primeira vez em uma aula de gênero durante mestrado na UCL (University College London). “Eu não entendia e não conhecia nem meu próprio ciclo, não sabia como isso funcionava”, diz.

A surpresa foi tanta que este virou o tema de sua tese. Ela pesquisou em uma escola do Paraná como as meninas aprendiam sobre menstruação. “E elas aprenderam como eu: conversando com as amigas.”

Durante as entrevistas, porém, apareceu uma demanda inesperada. As garotas falavam sobre as dúvidas que tinham com outras meninas, mas o assunto não se esgotava ali. Elas mostravam necessidade de conversar também com os meninos.

Nesta quinta-feira, 28 de maio, data em que se celebra

o Dia da Dignidade Menstrual, especialistas, ativistas e jovens se reuniram em um seminário promovido pelo Instituto Alana, em Brasília, para debater saúde menstrual.

Durante o evento, em uma discussão sobre como meninos e meninas podem conversar juntos sobre o tema, garotos de 13 a 15 anos contaram que nas suas escolas os dois gêneros foram separados durante aulas sobre saúde sexual.

O grupo dos meninos, de um lado, aprende como usar preservativos; do outro lado, as meninas falam sobre absorventes. Um dos garotos contou que a única vez que



teve contato com menstruação foi aos 5 anos, quando viu o sangue da própria mãe.

Estudo publicado nesta semana pelo Alana em parceria com o Equidade.info mostra que 36,8% dos meninos dizem não pensar muito no tema da menstruação -entre as meninas, são 19,7%. Além disso, 23,7% deles dizem acreditar que o período pode atrapa-

meninos de sua escola em Maceió, Alagoas. As aulas sobre sistema reprodutivo, afirma, abordaram a questão de forma técnica e superficial. Ela disse que sua própria geração é “muito preconceituosa” e que os meninos não têm interesse nas questões femininas porque afirmam que a mulher é inferior e que as dores que sentem são “psicológicas”.

Lenita Pires, 19, disse que ignora as piadas machistas, mas que não deixa de estranhar o modo como os meninos parecem confortáveis ao falar publicamente sobre assuntos como o tamanho do pênis, enquanto elas precisam esconder que estão menstruadas.

Uma adolescente de 16 anos contou que ela e as amigas não têm confiança para falar sobre estar menstruada ou com cólica na frente dos meninos. “Se você pedir um absorvente, a amiga passa como se estivesse passando um saquinho de droga no meio da aula ou em qualquer ambiente em que estiver. É sempre assim: por debaixo da mesa, coloca no bolso rápido por dentro da blusa porque ninguém pode ver.”

A escola, diz Ursula, acaba reproduzindo o mito de que os meninos são muito imaturos para ter uma conversa sobre menstruação. “Isso é uma necessidade de diálogo de gênero que ficou muito clara na pesquisa”, diz a especialista em promoção da saúde menstrual.