



Faculdade de Tecnologia de Americana

Curso Superior de Tecnologia em Produção Têxtil

Angélica dos Santos

MENSTRUÇÃO – UM OLHAR APROFUNDADO À MULHER

Americana - SP

2018



Faculdade de Tecnologia de Americana

Curso Superior de Tecnologia em Produção Têxtil

Angélica dos Santos

MENSTRUÇÃO – UM OLHAR APROFUNDADO À MULHER

Trabalho de graduação apresentado como exigência parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Produção Têxtil pelo CEETEPS/Faculdade de Tecnologia – FATEC/ Americana sob a orientação do (a) Prof.^(a) Dra. Maria Alice Ximenes
Área de concentração: História da Moda

Americana - SP

2018

**FICHA CATALOGRÁFICA – Biblioteca Fatec Americana - CEETEPS
Dados Internacionais de Catalogação-na-fonte**

S233mSANTOS, Angélica dos

Menstruação: um olhar sob à mulher. / Angélica dos Santos. –
Americana, 2018.

52f.

Monografia (Curso de Tecnologia em Produção Têxtil) - -
Faculdade de Tecnologia de Americana – Centro Estadual de Educação
Tecnológica Paula Souza

Orientador: Profa. Dra.Maria Alice Ximenes Cruz

1 Mulheres – aspectos sociais 2. Ginecologia I. Cruz, Maria Alice
Ximenes II. Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza –
Faculdade de Tecnologia de Americana

CDU:316.346.2

615.1



Faculdade de Tecnologia de Americana
Curso Superior de Tecnologia em Produção Têxtil

Angélica dos Santos

MENSTRUÇÃO – UM OLHAR APROFUNDADO À MULHER

Trabalho de graduação apresentado como exigência parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Produção Têxtil pelo Centro Paula Souza - FATEC Faculdade de Tecnologia Americana.

Área de concentração: História da Moda

Americana, 29 de Junho de 2018.

Banca Examinadora:

Maria Alice Ximenes
Doutora
FATEC/Americana

Maria Adelina Pereira
Mestre
FATEC/Americana

José Fornazier C. Sampaio
Mestre
FATEC/Americana

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à todas as mulheres que ao passar dos séculos foram aprisionadas, torturadas, maltratadas, rebaixadas e ridicularizadas pela religião, a ética dos bons costumes e pelo patriarcado. Que todos estes acontecimentos estejam sempre vivos e latentes para que sirva de força para as próximas gerações. Vocês não estão sozinhas.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente aos meus pais, Toninha e Carmo, por sempre me apoiarem e estimularem incondicionalmente à tudo o que eu começo a fazer.

Ao meu companheiro Rafael, por estar ao meu lado em cada conquista e me estimulando a sempre realizar tudo com tranquilidade e programação. Além de me respeitar e me empoderar desde sempre.

Aos Professores da FATEC, em especial: A Prof^a Dra. Maria Alice Ximenes, por me inspirar e estar ao meu lado incentivando cada passo meu no mundo acadêmico, além de ser um ser humano incrível e um instrumento de empoderamento feminino. A Prof^a Me. Maria Adelina Pereira, por todas as suas conquistas acadêmicas e científicas, que somente espelham seu talento e sua incrível inteligência, estimulando os alunos e esculpindo o potencial de cada um deles. E a todos os outros que durante esses anos, cultivaram uma amizade profunda, até mesmo fora do ambiente acadêmico. O meu muito obrigado a cada um deles.

RESUMO

Esta pesquisa fundamenta-se em apontar a gradativa evolução comportamental feminino com o passar do tempo, mapeando historicamente as relações das mulheres com o meio envolto por costumes patriarcais no matrimônio e religiosos que, por longos séculos embutiram no intelecto feminino, a idéia de que a mulher era um ser imperfeito, incapaz e com defeitos, como a menstruação era apontada como algo sujo; uma fraqueza do feminino. Com estes levantamentos, segue por conseguinte, aos traumas envolvendo a sexualização precoce e também abusos sexuais e psicológicos que desenvolvem, comprovadamente, um forte desequilíbrio na saúde da mulher ao longo da vida. Para complementar esta investigação de tais impactos, adentra-se na invenção dos absorventes e os químicos que foram sendo envolvidos em tal criação, seus efeitos nocivos à saúde quanto ao meio ambiente, mas que assim como o anticoncepcional, foram introduzidos ao uso contínuo feminino desencadeando seus efeitos em seus corpos. Por fim, vemos as opções de absorventes ecologicamente corretas e benéficas para a saúde da mulher, como a volta do absorvente de tecido, trazendo o empoderamento nas mãos de cada mulher.

Palavras-chave: *feminino; patriarcado; empoderamento.*

ABSTRACT

The present research has as its main purpose to demonstrate the gradual female behavior evolution through the years by mapping women's relationship with highly predominantly patriarchal environments such like marriage and religion that for centuries has embed in female's intellect the idea that women were imperfect beings, incapables and defectibles, and how the menstruation was pointed as a dirty and impure thing, a weakness from the females. That said, follows as result the traumas related to the early sexualization and also sexual abuses that proven develops a strong mental instability throughout women's lives. To complete the investigation of the mentioned impacts we will explore the invention of the tampons as we know it and the chemicals involved in its creation and its side effects for the health and for the environment, and despite these inconvenients, just like the contraceptive pills has been introduced and encouraged occasioning a serie of non desirable effects to their bodies. In the end, we'll see the available options of eco-friendly tampons that brings benefits to women's health, like the adoption of fabric made tampons that gives empowerment to women.

Keywords: female, patriarchal, empowerment.

SUMÁRIO

| | | |
|--------------|--|-----------|
| 1 | INTRODUÇÃO | 10 |
| 2 | MAPEAMENTO HISTÓRICO | 12 |
| 2.1 | Idade Média | 14 |
| 2.2 | A Santa Inquisição | 16 |
| 2.3 | Mitos, contos e lendas | 17 |
| 2.3.1 | Mito de Dafne e Apolo | 17 |
| 2.3.2 | Mito de Perséfone e Hades | 18 |
| 2.3.3 | Passagem Bíblica: “A mulher do fluxo de sangue” | 20 |
| 2.4 | Tradições Matrimoniais | 20 |
| 2.4.1 | Traumas, e seus efeitos psicológicos | 23 |
| 3 | MENSTRUAÇÃO | 27 |
| 3.1 | O tabu da menstruação | 27 |
| 4 | ABSORVENTES | 30 |
| 4.1 | História e Modelos | 30 |
| 4.2 | Impactos Ambientais e químicos presentes | 39 |
| 4.3 | Problemas ginecológicos | 42 |
| 4.4 | Absorventes ecológicos – Sustentabilidade e saúde | 43 |
| 5 | CONSIDERAÇÕES FINAIS | 48 |
| | REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 49 |

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo adentrar desde a história antiga até os dias de hoje, mostrando a relação da mulher com seu corpo principalmente com foco no ciclo menstrual, do porque este período sempre foi tido como um problema pela religião (muitas vezes se mostrando altamente influenciadora na vida em geral do ser humano – regrado e desregrado) e com isso acarretou, com o passar dos séculos, em traumas, repúdio e até símbolo de fim da existência para algumas mulheres que deixavam de ser meninas para serem “reprodutoras”. Podemos sentir isso pelas palavras de XIMENES, em seu livro “Moda e Arte na reinvenção do feminino do século XIX” citando a mulher do início do século XIX e a sua relação com o meio, com foco nas francesas que passavam por períodos notórios de mudança:

“O universo feminino, nesse momento histórico, exclui as mulheres de atividades que possam promovê-las social ou politicamente. O ideal feminino oitocentista redefiniu-a como algo entre anjos e crianças, totalmente dependente da figura masculina; sua estrutura frágil e impotente lhe conferia a aparência apreciada.” (XIMENES, 2011, p.37)

Com o passar do tempo as cicatrizes dessa perseguição foram ficando cada vez mais profunda na vida das mulheres e estas foram passadas de mãe para filha, onde é possível atribuir muito do processo histórico de centenas de anos, ao tabu levado para a própria relação da mulher com seu corpo.

Porém há pouco tempo o empoderamento da mulher e o resgate do sagrado feminino, discutido posteriormente, irá tanto curar estas “feridas” e trazer uma conexão com sua intimidade, com sua independência que está totalmente ligada à estes problemas, fazendo surgir abertura feminina para se conhecer melhor, tratar seus traumas e medos fazendo com que materiais inovadores ecologicamente corretos, próprios para o ciclo menstrual, como o absorvente de tecido (sem os componentes químicos que as grandes indústrias colocaram para atuar negativamente no corpo feminino fazendo com que a indústria farmacêutica lucrasse) se fixem cada dia mais e abra um novo mercado levando a aplicação de tecnologias têxteis e uma ampla discussão positiva sobre o tema.

Este trabalho é uma união da mulher consigo mesma mostrando que velhas formas de se coletar sua menstruação podem ser reinventadas e trazer benefícios para sua saúde e seu psicológico.

2. MAPEAMENTO HISTÓRICO

Para entendermos melhor a ênfase dada a este trabalho com relação à conquista da mulher em se empoderar e curar feridas psicológicas de seu passado, assim também, como a voltado uso do absorvente de tecido como um sinal de reencontro e quebra de paradigmas consigo mesma, devemos adentrar na história e entender o papel da mulher ao passar do tempo e a visão deturpada que a menstruação era vista pelo patriarcado e machismo exacerbado de toda a história. Como cita PERROT apud XIMENES, 2009, p.39 “[...] macho é macho apenas em certos momentos, mas fêmea é fêmea durante toda a sua vida”

Levando em consideração o apelo religioso, é preciso ser citado textos, costumes e lendas da antiguidade onde a mulher é tida como papel secundário e instrumento do homem.

Devemos citar a origem pecaminosa da mulher através da história Grega. Vemos um de seus mitos contando da relação de humanos e deuses, onde Prometeu rouba o fogo do Olimpo e presenteia todos os humanos. Zeus sabendo disso traz um castigo a todos... a mulher, tida como Pandora, trazendo com ela uma caixa com todos os males, fazendo com que eles escapassem. Claro, a história antiga é repleta de textos, mitos e passagens onde a mulher é citada como vaidosa, efêmera e também como único instrumento de gerar os herdeiros do homem, como se deve à textos de Aristóteles (que se levaram até a Idade Média) onde, a única participação da mulher na concepção de uma nova vida seria apenas pelo ventre fecundo do esperma que carregava toda as características necessárias para esse novo ser. Qualquer imperfeição carregada do novo ser seria de total responsabilidade da mãe que não soube nutrir esta “semente” e que seria apenas imperfeição do pai se dele viesse a gerar uma menina...um ser impotente, sendo então, o sexo feminino tido como um defeito.

Com isso devemos mencionar a citação, que se dá pela origem da mulher em textos bíblicos (como em Genesis) remetendo à sua origem de uma costela masculina, que até com isso, segundo CHASSOT, 2003, p.2, mostra que Santo Isildo, no século VI, doutrinava a partir de textos bíblicos que a mulher devia andar curvada já que a costela que havia lhe dado a vida era torta, e com isso, mostrava submissão àquele que lhe deu a vida. Claro que com toda base histórica, podemos

mostrar inúmeros indícios onde a religião se mostrou oportunista a ponto de anular a mulher como apenas figura progenitora e que carregava consigo grande parte dos problemas relacionados à fraqueza humana.

Claro que nenhuma história nos retrata tanto este peso quanto a pioneira do judaísmo/cristianismo, que é a passagem de Eva. O bispo Hipona (santo Agostinho de Hipona) ensinava que os problemas da humanidade começaram com o pecado dela.

“Em A cidade de Deus (XIV,11) diz que a serpente “começou pela parte inferior da sociedade humana, para gradualmente ascender ao todo, na consciência de que o homem não seria tão facilmente crédulo, e não poderia ser enganado por erro alheio”. E mais adiante acrescenta: “não em vão disse o Apóstolo: Adão não foi enganado; por sua vez, a mulher sim. Eva tomou por verdadeira as palavras da serpente e Adão não quis romper o único enlace mesmo na comunhão do pecado.” (AGOSTINO apud CHASSOT, 2003, p.6)

Eva torna-se a responsável pela perda do paraíso. Fora ela que dera crédito à serpente. O versículo do Gênesis (3,16), quando Deus dá o castigo a Eva pela transgressão “A paixão vai te arrastar para teu marido, ele te dominará” não poderia ser mais explícito para marcar as relações de dominação e dependência da mulher ao homem, anunciando previamente que a mulher sofreria muito na gravidez e daria luz entre dores.

“Que a mulher conserve o silêncio, diz o apóstolo Paulo. Porque primeiro foi formado Adão, depois Eva. E não foi Adão que foi seduzido, mas a mulher que, seduzida, caiu em transgressão.” Elas devem pagar por sua falta num silêncio eterno.” (FATHI apud PERROT, 2007, p.17)

Ainda em 1880, o Leão XIII - Papa entre 1878- 1913 -, na encíclica Arcanum, explicita de maneira inequívoca, qual deva ser a posição da mulher na sociedade e nas suas relações com o homem: “O homem é cabeça da mulher como Cristo é a cabeça da Igreja. A mulher deve ser submissa e obediente ao marido, não como uma serva, mas como uma companheira, isto é, de modo a que a submissão que lhe presta não seja separada nem do decoro nem da dignidade”. Igualdade (ainda) com desigualdades, delimitando as mulheres “enclausuradas na missão de administradoras do lar e mães”. MELO E SOUZA apud XIMENES, 2009, p.22.

Todas estas passagens da história vistas até o momento não servem para criticar ou ir contra à alguma religião e sim trazer à tona o percurso que a imagem da mulher se toma ao passar dos séculos, pois sem esta base histórica não poderíamos demonstrar a importância da sororidade encontrada nos dias de hoje, a valorização do corpo e atenção com a saúde íntima. É de extrema importância a busca na história de todos os períodos onde a mulher atrofiada em seus atos, levou e passou de geração a geração o fardo que se era ser mulher e ainda mais após o ciclo menstrual dar início.

2.1 A Idade Média

Ainda havendo grande culpa e peso nas costas da mulher pelo papel tido por Eva, vemos nesta época a necessidade da mulher se encontrar protegida por de trás da imagem da Virgem Maria, trazendo à tona a figura materna e de procriação, onde o ventre saliente era visto como o ventre de uma mulher santa. Nesta época o bem e o altruísmo eram praticados de forma puramente focada no medo, com objetivo central de não ter nenhuma punição e não ir para o inferno.

A vaidade feminina era fruto do demônio, por isso, até mesmo espelhos eram vistos como peças que eram destinados ao mal, já que a beleza exacerbada da mulher poderia provocar atenção na questão sexual do homem, levando ter prazer em suas relações sexuais, o que também era visto como pecado, já que na época, o sexo era tido apenas para procriação e o prazer não deveria ser sentido. Além disso, a mulher bela era vista como um grande problema, por sua beleza chamar atenção demais do homem, fazendo com que o estereótipo da mulher naquela época fosse uma beleza mais madura e envelhecida.

O Rei era uma figura imponente, donos de terras que protegiam seus camponeses, fazendo com que ele fosse comparado à uma santidade, dando o direito, de no caso de haver algum casamento camponês, que ele tivesse a primeira noite de núpcias com a esposa camponesa, mesmo contra a sua vontade. E não só as que casavam, como também as camponesas jovens que o interessava, fazendo escambo de alimentos, remédios e roupas para seus pais em troca de levá-la e usá-la sexualmente até onde lhe interessava, e depois a devolvia a sua família. Todos os seus pecados cometidos na vida eram absolvidos na beira da morte, o que fazia dele um ser intocável pelas leis da religião.

A mulher medieval, não podia sequer apresentar pilosidade ao público, já que se remetia à animalidade = instinto animal = sexualidade animal. Portanto era necessário extrair os pelos da sobrancelha e também do início da testa, onde podemos ver em algumas imagens de telas medievais. Estas também usavam o véu, para se referir à pudor e à Virgem Maria.



Figura 1: “Retrato de uma dama” – Pintura de Rogier Van Der Weyden - 1460
Fonte: Wikipedia

2.2 A Santa Inquisição

“Não é somente o interesse que leva os homens a se matarem. Também é o dogmatismo. Nada é tão perigoso quanto a certeza de ter razão. Nada causa tanta destruição quanto a obsessão de uma verdade considerada como absoluta. Todos os massacres foram realizados por virtude, em nome da religião verdadeira, do nacionalismo legítimo, da política idônea, da ideologia justa; em suma, no medo e combate contra a verdade do outro, do combate contra Satã.” (JACOB apud JAPIASSU, 1999, p.19)

Este período em que estamos tratando da história se passa na época do Renascimento, onde houveram enriquecimentos prodigiosos em relação ao nosso Universo das artes e letras, mas sua inspiração fundamental não teve nada a ver com o lado científico. Cheio de superstições e com pouco espírito crítico, levando os renascentistas a demonstrarem a autenticidade das práticas demoníacas. Com isso as autoridades civis e religiosas aplicariam as penas de morte aos acusados de tais práticas, já que se o próprio Cristo teria enfrentado Satanás, porque então, rejeitar essas verdades e se posicionar contra a igreja? Havia explicação para tudo...

Claro que neste período, as pessoas perseguidas e em foco eram as mulheres, pois seriam seres susceptíveis à possessão demoníaca, sendo solteiras, viúvas e idosas, fora do controle de seus maridos. Eram vistas como mais predispostas a se aliarem ao Diabo, semeando a morte e desolação no seio do povo de Deus. Eram lhe conferidas as culpa de causar esterilidade masculina, mortes súbitas, doenças incuráveis e outras calamidades. Claro que as “terríveis” mulheres que causavam essas atrocidades (mesmo que imaginárias) eram punidas com torturas severas e finalmente a morte na fogueira.

Houveram milhões de mortes causadas nesta época, sendo a maioria inocentes de qualquer mal ao próximo. Não tem como explicar tanto sadismo em nome da fé e da ordem. Porque tanta perseguição às mulheres sob suspeita de crimes não cometidos? Infelizmente aquele ou aquela que se colocava contra a idéia de que Satã era real e que tomava o corpo de mulheres desestruturadas, era também castigados com elas.

“O MelleusMaleficarum (O martelo das bruxas) constitui um perfeito manual de misoginia, vale dizer, de antipatia e de horror às mulheres. Ele descreve como criaturas eminentemente sensuais, carnis e depravadas sexualmente, que só utilizam o sexo para induzir o homem ao mal, Por isso, ao serem possuídas pelo demônio, precisam responder diretamente à justiça de Deus através daqueles que administram essa justiça. Donde a urgente necessidade de se instaurar processos de “caça às bruxas”. Kramer e Sprenger redigem um edital que é afixado nas portas de todas as igrejas e em inúmeros logradouros públicos, no qual se declara que a perseguição às bruxas obedece a uma ordem que vem “do alto”. (JAPIASSU, 1999, p.25)

2.3 Mitos, contos e lendas

Trazendo essa análise psicológica através dos tempos, encontramos vários mitos e lendas que nos deixam mais cientes de quantos milênios a mulher era objetificada e a menstruação que determina o rito de passagem da infância para a vida adulta, como era costume na Idade Média (não havendo adolescência), encontramos fragmentos diversos para mostrar o poder deste momento na vida de uma menina, sendo considerada como se fosse uma maldição.

2.3.1 Mito de Dafne e Apolo

No mito de Dafne e Apolo, na Grécia antiga, Apolo em uma afronta ao Cúpidos é atingido por uma flecha com a ponta de ouro (da paixão) enquanto Dafne, filha do Deus-río Peneu, com uma de ponta de chumbo (repulsão), fazendo com que Apolo fosse punido em amar alguém que não o amava. Dafne sendo cada vez mais assediada e perseguida pelo deus apaixonado, clama para seu pai que a ajudasse e ele à LIVRA desta perseguição transformando seu corpo em tronco e seus cabelos em folhas, resultando em uma árvore de loureiro, deixando seu perseguidor aflito e depressivo. O resultado foi que Apolo então decide carregar um ramo de loureiro por onde for, se tornando símbolo dele, sendo usado por césares e também sendo entregue nas olimpíadas como um dos prêmios. Por de trás deste mito podemos sentir o peso que Dafne sofria, por ser uma mulher sem direitos e sem nenhum poder de parar a perseguição contra sua vontade, fazendo com que a transformação por algo inanimado lhe conferisse a paz que desejava, fazendo uma alusão à própria morte como escapatória para uma perseguição abusiva.



Figura 2: “Apolo e Dafne” – Escultura de Gian Lorenzo Bernini – 1622-1624
Fonte: <https://br.pinterest.com/pin/205195326744470964/>

2.3.2 Mito de Perséfone e Hades

Continuando na mesma linha, encontramos outro mito muito similar, onde vemos a mulher sendo algo de perseguição e sempre sem nenhum poder de intervenção ou demonstração da sua vontade, onde a fase adulta também é mostrada com o peso de seu corpo ser um objeto de cobiça e prazer, não lhe conferindo nenhum intelecto ou direito de escolha. O mito romano “O rapto de Proserpina” é vista também como lenda grega, porém com nomeações diferentes. Neste mito Proserpina (Perséfone na mitologia grega) é raptada por Plutão (Hades) que se encantando pela sua beleza a leva e deixa confinada nas profundezas da

escuridão, deixando a mãe de Proserpina, Deméter deusa da colheita, furiosa fazendo com que ela assolasse as colheitas e trouxesse destruição ao mundo. Não podendo comer nada do que lhe fosse ofertado, pois isso a condenaria não voltar para casa, Zeus tenta convencer Hades a deixá-la retornar, porém neste momento ela come sementes de romã, à fazendo casar-se OBRIGADA com Hades. Porém Zeus intervém, e a faz ficar 6 meses com sua mãe e 6 meses com seu marido, uma alusão as estações do ano. Primavera e verão que são estações felizes, seria o período com sua mãe e outono e inverno, meses gélidos e sem colheitas aos meses que passaria com seu marido. Claro que vemos várias alusões por de trás deste mito: ao casamento por obrigação, o sofrimento da separação da filha/criança à relação e cuidados com a mãe, a mulher novamente sendo tratada como objeto de desejo, cobiça e desfrute dos desejos sexuais masculinos, mesmo que contra sua vontade.



Figura 3: “O rapto de Proserpina” – Escultura de Gian Lorenzo Bernini – 1621-1622
Fonte: <https://www.pinterest.dk/pin/560276009872297254/>

2.3.3 Passagem bíblica “A mulher do fluxo de sangue”

A mulher do fluxo de sangue é uma passagem bíblica dos textos de Mateus e Lucas onde conta a história de uma mulher que estava há 12 anos com um fluxo de sangue incontido. Ela já havia gasto todas suas economias com diferentes médicos e tratamentos, e o pior, pela tradição judaica da época ela era considerada uma mulher imunda, impura e amaldiçoada por conta da hemorragia, onde ninguém poderia se aproximar dela e ela não poderia participar de nenhum culto em nenhum templo, sofrendo todos esses anos de pressão e preconceito, onde uma doença que lhe deixava fraca era sinal de maldição. Nestes textos, conta que após ela ter tido contato com Jesus ela se curou, mas a profundidade dessa dor estampada nesta passagem bíblica mostra o fardo que se era ser mulher e ser acusada de malefícios causados por distúrbios de saúde relacionados à menstruação.

A menstruação e a virgindade se tornam papéis tão importantes na vida de uma jovem, pois define sua vida adulta, seu futuro, casamento e sua ruína também, que vemos até com a personagem principal do livro A Celestina, que reconstitui hímens de mulheres para que conseguissem ter êxito na vida casando-se com a pessoa ainda com status de virgem, para que não as julgassem como uma mulher perdida.

2.4 Tradições Matrimoniais

A mulher é vinculada com a característica primária de uma fêmea, que é nutrir a vida em seu ventre, portanto ela é confundida com seu sexo e reduzida à ele, marcando seu lugar e papel na sociedade, que deve levar uma vida sedentária e de repouso como afirma Rousseau.

Com essa proteção ao redor da fragilidade do sexo feminino nasce a importância atribuída ao hímen e a virgindade. Claro que o papel cristão ao valor do celibato e castidade é um dos grandes responsáveis por este peso do pecado da carne, “o” mais terrível dos pecados. E ainda hoje podemos ver que a sociedade cristã devota ainda vive sob esse valor supremo e sagrado da virgindade ser mantida até o casamento, para que o corpo não seja usado para o prazer.

Podemos citar uma dessas tradições cristãs relacionada ao casamento quando vemos a introdução na vestimenta feminina na Idade Média, época do Teocentrismo (Deus como centro) o uso do véu (conhecido como nébula) como parte da

indumentária feminina fazendo comparativo com a virgem Maria (que foi concebida sem pecado e concebe sem o homem e é rainha mãe da igreja medieval), onde até a cor azul era a mais utilizada por se remeter a sua pureza. Os véus não só remetiam à ela como também ao próprio hímen já que eles eram leves e transparentes fazendo uma alusão à sua delicadeza e fragilidade, sendo posteriormente adotado também nos casamentos cristãos onde a entrada da noiva ao lar do sagrado Jesus Cristo é tido com o véu sob sua face, atribuído à pureza escondida por de baixo dele e que com o ato do marido consagrado pelo padre (representante de Deus), irá retirar ele dando a entender à defloração (perda da virgindade) da noiva. Portanto estas “filhas” de Maria são sujeitas à pureza, fazendo com que a virgindade no casamento seja seu bem mais precioso, se defendendo da sedução e do estupro por bandos de jovens que buscam iniciação.

Embora estejamos tratando de tradições antigas, vemos seus reflexos nos dias de hoje não só na linha cristã, mas algumas tradições do Oriente, principalmente em países de religião islâmica, ainda permanecem vivas como há centenas de anos, onde um certificado de virgindade deve ser apresentado para prosseguir no casamento. Esse costume (geralmente islâmico) invade permanentemente a mente de meninas desde pequenas, sendo educadas a terem “medo do ventre” em meio a canções de ninar “Tem cuidado contigo, protege mais as coxas que os olhos”. Nesse meio de terrorismo sexual, as meninas mais novas evitar participar de atividades físicas ou exercícios a fim de não romperem o hímen.

O casamento cigano é uma das tradições mais importantes vividas dentro desta comunidade onde respeita a rituais muito rígidos, nomeadamente a preservação da virgindade da mulher. Desde muito novas, as ciganas são prometidas aos respectivos noivos. Geralmente, a escolha do marido é feita em função dos seus laços familiares e das suas condições econômicas, já que, mais do que um ato de amor, o casamento é a celebração de uma união entre famílias. Até ao dia da cerimônia matrimonial, os noivos não podem ter um contato mais íntimo. Mesmo depois de consumado o casamento, durante três dias e três noites os noivos ficam separados, dedicando a sua atenção exclusivamente aos convidados. Só na terceira noite é que podem ficar a sós. A virgindade é de suma importância para este povo e, até aos dias de hoje, mantêm na sua tradição, rituais que atestam a virgindade da noiva. Os métodos variam de acordo com o clã, mas as manchas de sangue no lençol deverão aparecer sempre. Se não for virgem, a noiva é devolvida aos pais,

que têm a obrigação de pagar uma indenização aos familiares do noivo. Se provar a sua virgindade, do branco usado na igreja a cigana veste-se de vermelho, representando o fim da virgindade e o início das suas responsabilidades de mulher.

Na Turquia, as adolescentes eram obrigadas a submeter-se a um teste de virgindade. O medo de não passar no exame decisivo levava algumas jovens ao suicídio. Na África do Sul, onde a aids é um problema social dramático, a nação Zulu passou a exigir um certificado de virgindade mensal, como forma de evitar o alastramento da epidemia. Na China, desde que foi introduzida a lei que limita o número de filhos, as mulheres estão também sujeitas a um exame médico para obter a aprovação do Estado para casar. Quem já não for virgem, sujeita-se a pagar elevadas multas. Em muitas sociedades tradicionais ainda é costume exibir o lençol nupcial manchado de sangue, como prova da virgindade da noiva. Quando a mulher não é virgem (ou a ruptura do hímen não provocou sangramento) a jovem é devolvida à família, como diz Michelle PERROT¹ sobre o rito do matrimônio:

“[...] O direito do esposo é mais real, pois se apodera de sua mulher na noite de núpcias, verdadeiro rito de tomada de posse. Ritual que, por muito tempo, era público (a verificação do lençol manchado que sobrevive na África do Norte), tornou-se cada vez mais íntimo. Principalmente a partir dos séculos XVIII e XIX, como o mostra a prática da viagem de núpcias”. (PERROT, 2007, p.65)

Em Marrocos e na Argélia, a virgindade já não é uma exigência, contudo certos empregos administrativos exigem um certificado de virgindade para que a mulher se possa casar e até ter passaporte. No Líbano, as mulheres têm mais liberdade porque sempre tiveram forte instinto de sobrevivência. Antigamente chegavam a cortar a perna com uma lâmina para manchar os lençóis, mas atualmente refazem o hímen, tal como em Marrocos.

E infelizmente o trauma com relação ao matrimônio não para por aí, pois depois de consumado a relação, muitas se tornam objeto de uso do marido enquanto elas são tratadas como nulas de prazer, onde o sexo seria apenas um cansaço na vida delas como cita BALZAC apud PERROT, 2007, p.65, levando o homem a tratar a mulher tida como esposa apenas para reprodução - com pudor - enquanto ele busca uma mulher lasciva para a obtenção de suas fantasias sexuais, onde temos registros

¹ PERROT, Michelle (Escritora e historiadora e entusiasta feminista).

de contaminação por doenças sexualmente transmissíveis, além de transtorno psicológico da esposa sempre mantida em um “cativeiro” mental desde menina para não ser valorizada ou ter seus anseios levados à sério, sendo apenas a cuidadora dos filhos, dona do lar e fazendo vista grossa para os atos de adultério. Lembrando que no séc XVIII ainda se discutia se as mulheres eram seres humanos como os homens ou se estavam mais próximas dos animais irracionais. Então são séculos de submissão, subjugação, anulação, trazidos nas tradições de mães para filhas, transformando traumas em costumes.

2.4.1 Traumas e seus efeitos psicológicos

Devemos citar e nos aprofundar nas questões psicológicas e sociais que todo este conteúdo histórico de traumas e imposições comportamentais onde somente a mulher é o sujeito transgredido e saber de outros fatores agora mais atuais podem também influenciar a sexualização precoce, como também distúrbios hormonais devidos à abusos sexuais e transgressões psicológicas, podem influenciar no ciclo menstrual como um todo até na vida reprodutiva.

A erotização precoce nada mais é do que a exposição prematura de Conteúdos e estímulos sexuais à indivíduos que ainda não tem maturidade suficiente para compreendê-los. Ilustrando essas relações aos dias de hoje, é possível que por exemplo, uma menina ou menino possa ter acesso à algum filme ou programa televisivo que contenha um ato sexual, de primeiro momento pode haver euforia e até ansiedade por fantasiar o momento na sua própria lógica, assim como, gerar medo por achar que tal ação possa machucar ou gerar dor. Esse processo pode deixar marcas importantes na vida desta criança, dando uma interpretação equívoca daquele momento. Não é raro também encontrarmos adultos que estimulam os filhos À terem atitudes adultas, sendo em tipo de música, dança, modo de se vestir, agir ou pensar, onde até uma simples brincadeira como o namoro infantil, onde estimula a criança criar a alusão à namoros e beijos na boca, pode de fato, levar à uma condução errada na sexualidade desta criança. Claro que não é fácil ter discernimento nas intervenções cotidianas necessárias para esta criança, mas devemos media-las para que haja uma atenção total com esta fase a ser vivida, pois ao pular esta etapa tão importante como o da infância, elas não poderão viver de forma autêntica a entrega à amizade... o primeiro contato fora o vínculo familiar, o

que é vital para criar uma noção de respeito, companheirismo, carinho e atenção com o próximo. O brincar fica comprometido bem como a relação com os outros e seu mundo ao redor, atingindo seu psicológico, lado emocional e social.

A criança precisa estar esclarecida sobre seu corpo e cada etapa de desenvolvimento que irá passar naturalmente, pois uma criança sem orientação e com acesso à internet, poderá ter acessos à conteúdos sexuais sem o devido esclarecimento, onde até mesmo, pode se tornar uma presa fácil à indivíduos que se passem por criança, mas que na verdade são adultos com distúrbios e mal intencionados. Portanto é necessário haver um debate aberto com a criança para evitar tais riscos.

Com busca em entender melhor estes efeitos na vida adulta de uma criança e os problemas que podem acometer em ciclos menstruais, gravidez e menopausa, foram ouvidas algumas mulheres que passaram por situações parecidas mas distintas e que houveram um impacto profundo na sua vida adulta. No primeiro caso a Flávia (como iremos chamar) sempre foi muito influenciada pela mãe a ouvir músicas de cunho sexual como bandas de samba e axé que acabam tendo uma conotação sexual até na própria dança, que sempre é combinada com a letra da música, portanto a Flávia sempre buscava usar roupas curtas e provocativas como as dançarinas de axé que a mãe ouvia e dançava em casa. Mesmo sem entender a letra das músicas ela as cantava e gestualizava sempre em família, sendo elogiada por estar caminhando para o gosto musical da mãe. Com apenas 8 anos a Flávia já tinha acesso à internet e conheceu um homem de 18 anos a mais que queria se encontrar com ela tendo más intenções com ela. Foi aí que Flávia perdeu sua virgindade: dentro do carro de um estranho, tentando atingir uma maioria que a sua mãe influenciava e apoiava, com certeza não desta forma, mas que a fez querer se sentir sensual como as dançarinas que imitava. Com isso ela menstruou precocemente 2 anos depois e já teve seu desenvolvimento muito acelerado, onde já tinha que usar sutiã enquanto as amigas de escola não. Em todas as relações que teve ela sempre foi assombrada por um sentimento de ter que agradar mais ao próximo do que a ela mesma, como ela sempre tentava fazer chamando atenção da mãe que era pouco interessada em suas conquistas. Com isso teve diversas infecções principalmente relacionada com candidíase como um alerta de seu corpo dizendo: PARE AGORA! Infelizmente seu corpo saiu das proporções de beleza por apresentar um desequilíbrio hormonal muito grande, deixando sua auto estima muito

abaixo do normal e resultando em desequilíbrios do seu ciclo menstrual, como meses sem menstruar e meses com hemorragia incontrolada.

Infelizmente este exemplo acima é visto com muita frequência ainda mesmo na primeira infância, principalmente quando a criança não recebe atenção e acompanhamento específico para interpretar tal emancipação sexual, de forma abrupta, e isso nos preocupa a relação do desenvolvimento acelerado da criança com a influência de liberação hormonal para que a mesma esteja pronta para o que o corpo pede (vinculando a sexualização com a necessidade do corpo estar pronto para gerar vida) e aí encontramos casos de meninas menstruando com idades cada vez mais prematura, lidando com esta passagem para a vida reprodutiva como um trauma, pelas limitações que a menstruação lhe gera (medo de entrar em piscinas, vergonha de comentar o acontecido com os pais e amigas, medo de sujar a roupa em público, de ter algum volume aparente, ...) Enfim, gerar qualquer tipo de fuga do dia-a-dia por condição da menstruação além de má informação e apoio dos pais que podem incubir o medo na menina por agora qualquer contato íntimo poder gerar um gravidez, o que muitas vezes não foi nem um assunto explicado para a menina e dessa forma o agrava de forma traumatizante, onde devemos entrar nos impactos que um TEPT (Transtorno de estresse pós-traumático) pode acarretar sérios danos orgânicos e psicológicos para a vida desta menina até sua fase adulta.

“Mulheres estão sujeitas a um maior risco para o desenvolvimento de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) do que os homens, o que acarreta prejuízos e custos significativos do ponto de vista psicossocial e de saúde pública. Estudos recentes mostram interações complexas entre o impacto de experiências traumáticas e o ciclo reprodutivo feminino. Por exemplo, mulheres com transtorno disfórico pré-menstrual (TDPM), que também relatam histórico de trauma ou abuso físico, estão mais sujeitas a apresentar uma resposta neuroendócrina diferenciada após exposição a um fator ou evento estressante, quando comparadas a mulheres com TDPM e sem história de abuso ou mulheres sem TDPM. [...]” (BORN et al, 2005, p.65)

Segundo a PhD Leslie BORN hoje existem pesquisas muito aprofundadas em relação de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) associadas à disfunções de âmbito reprodutivo mas também, recentemente relação à distúrbios de eixo Hipófise-Pituitária-Adrenal (HPA) - responsável pela produção e equilíbrio de vários

hormônios do corpo - tendo impacto negativo ao ciclo menstrual e a Síndrome Pré Menstrual (SPM) e também experiências de parto complicado. Tudo isso dependendo do grau de TEPT que a mulher passou, sendo que ela possui duas vezes mais chances do que o homem passando pelas mesmas situações traumáticas/estressantes, podendo levar à risco de vida.

Esses mesmos estudos apontam que a Síndrome Pré Menstrual são mais comuns em mulheres que sofreram abuso sexual na infância e com isso tem quatro a cinco vezes mais chances de desencadear um TEPT, levando-os a terem uma reatividade elevada à eventos estressantes, por exemplo, casos de estupro, falta de suporte social e tensões no relacionamento conjugal, levando a também sintomas de depressão e ansiedade em mulheres.

Outro assunto importante e pouco aprofundado, é a relação de reincididas de candidíase (*Candida Albicans*) como uma auto defesa do corpo para evitar o contato sexual, em muitos casos, que não estejam sendo por livre e espontânea vontade. Para explicar melhor, em uma conversa esclarecedora com o Dr. G. T.², ele conta que o corpo reage de forma prática e rápida com cada reação psicológica que temos para cada ação. Muitas mulheres vivem um relacionamento abusivo que por muitas vezes o mantém por segurança financeira, proteção dos filhos pela separação, enfim, são muitos os motivos, e o corpo reage com a sensação da inconsciência sobre por exemplo, uma relação sexual. Por não ter saída, o corpo todo interligado joga diversas reação químicas que mostram que aquela ação não tem um retorno positivo, aliás, pode até desenvolver um TEPT desse tipo de ação contínua e repetida, liberando assim uma forma de proteção que é o aumento da produção do fungo *Candida Albicansa* famosa candidíase, para haver uma barreira física indesejada para evitar o contato íntimo já que pode haver prurido, irritação e dor.

² Dr. G. T., clínico geral, gastroenterologista e ortomolecular.

3. MENSTRUAÇÃO

Levando em consideração que o mecanismo da ovulação só é descoberto no século XVIII e é somente em meados do século XIX que irá ser reconhecido a tal importância da mulher na concepção, podemos já deduzir quantas centenas de anos a menstruação é tida como fraqueza, sujeira, impureza e a indicação de que a mulher era um homem mal-acabado como dizia Aristóteles, por isso um ser limitado.

Já sob um olhar biológico a menstruação traz o início do ciclo reprodutivo: a puberdade, onde existem várias alterações físicas, como aumento de pelos na região pubiana, buço e axilas, o corpo toma proporções curvilíneas afim de preparar este corpo para a procriação, enquanto a adolescência são as alterações psicológicas provocadas pela cultura, como descreve ZOLA e ALMEIDA apud ZATTI et all, 2015, p.02.

Contudo, por volta dos 12 anos de idade vem a menarca – a primeira menstruação - onde a menina passa da infância para a vida adulta, já com um caráter reprodutivo. E ao contrário do menino, a menina vive a incerteza se está tudo bem com ela por sua genitália ser interna e não externa, onde começa o sofrimento por ter em suas mãos um momento desconhecido e impalpável.

A menstruação consiste na eliminação do endométrio não fecundo, pela vagina, que seria o período em que as taxas do hormônio FSH e LH diminuem drasticamente, tendo a duração de 3 a 7 dias e com um intervalo do ciclo de 28 dias aproximadamente até em torno dos 50 anos, onde a mulher entra na menopausa. Durante todo esse período a mulher passa por alterações físicas principalmente nestes 3 a 7 dias de cada ciclo, como cólicas, inchaços, dor nos seios, quedas de pressão e também alterações comportamentais como irritabilidade, desconforto, fadiga e tristeza, dependendo do contexto biológico, psicológico, nutricional e ambiental que estas mulheres vivem.

3.1 O tabu da menstruação

Durante séculos a mulher teve papel secundário na história e na sociedade, onde deixa de lado necessidades orgânicas do corpo, que diferente do homem, devia ter a atenção devida, mas era tratada como incapaz e um ser frágil, impotente, fazendo com que a menstruação fosse tratada como um tabu ao pé da letra: “Qualquer coisa que se proíbe supersticiosamente, por ignorância ou hipocrisia”

(Michaellis Online), na qual, toda a pesquisa histórica anterior é observada com total conexão de tal tabu com a insignificância e fragilidade da mulher, subjugada perante o patriarcado conservador de muitas gerações passadas, fazendo com que haja um silenciamento e insegurança enraizado sobre tal tema.

Desde sua primeira menstruação, as mulheres são ensinadas que não se deve comentar que está no seu período menstrual, nem mesmo exibir seus absorventes em público além de, haver uma propensão preconceituosa de que a tensão pré-menstrual – TPM – deixa a mulher mais volátil e propensa a mudanças de humor drásticas colocando-as como seres irracionais durante este período (situação claro em ambientes de trabalho na qual a mulher não pode ocupar uma posição de liderança por não poder agüentar a pressão de alguma decisão importante em dias de TPM, escondendo seus traços de personalidade por um padrão pré-determinado). Tais preceitos fortalecem e marginalizam até hoje o tema menstruação fazendo alusão a rituais primitivos, que a mulher era colocada em isolamento no período da menstruação, já que o sangue era ligado à doenças e ferimentos. Essas simbologias atribuídas à menstruação podem desencadear comportamentos prejudiciais à saúde da própria mulher com relação ao seu corpo, renegando algo natural.



Figura 4: “Sh-h-h--- Listen in! The girls are talking about tampons” – Shiu – Escute! As garotas estão falando de tampões. Kotex – 1941.

Fonte: Biblioteca da Universidade Duke ad Acess.

Contudo, a partir da década de 60 com os movimentos de contracultura, e em 70 com abordagem do tema menstruação pela imprensa, o cenário se encontra em constante mudança. Existem expressões culturais envolvendo o próprio sangue como arte e encontramos formas modernizadas do absorvente (coletor menstrual) para desvincular a idéia de tabu à menstruação, que faz parte natural do corpo da mulher. Tais estereótipos ultrapassados devem serem enfraquecidos e a menstruação deve ser dialogada com voz ativa e deixar de ser sussurrada entre amigas em códigos suaves como “aqueles dias”; deixar de comparar seus corpos à perfeição: não sangra, não sente, não tem processos naturais... e principalmente desvincular tal imperfeição com a vagina.

4. ABSORVENTES

4.1 História e modelos

Os absorventes datam de pelo menos 2.500 anos com seu primeiro registro nos manuscritos do grego Hipócrates (460 à 370 AC), considerado pai da medicina. Neste período há a citação de uma proteção vaginal utilizada dentro da vagina para conter o fluxo de sangue, porém sem maiores detalhes. Na Era Medieval e Renascença européia, eram usadas toalhas e almofadas feitas de gaze e pedaços de cambraia e de algodão envoltos por musgos e outras gramíneas para aumentar a absorção. Observa-se que a menstruação nesta época, era considerada como algo ruim e até venenoso, não representava apenas um período de não fecundação, mas a liberação de todos os possíveis excrementos ruins do corpo, que poderiam transmitir doenças. O sexo era desencorajado durante esse período, já que esse “veneno” poderia queimar a pele do pênis. É possível compreender que já era instaurado um imaginário negativo sobre o período menstrual. Até no início do século XX o absorvente mais usado eram as “toalhinhas”, faixa de tecido dobrado em três partes, depois lavadas e reutilizadas. “Elas não eram tão práticas como os produtos de hoje, mas cumpriam bem sua função, desde que fossem utilizadas bem sequinhas, evitando a umidade que traz inflamações e fungos”, afirma Mauro Abi AIDAR³.

Os primeiros protótipos de absorventes foram na verdade voltados para um design parecido com os coletores menstruais encontrados hoje e eram conhecidos como “sacos catameniais”, eles foram desenvolvidos nos Estados Unidos e patenteados entre os anos de 1860 e 1870. Estes primeiros designs foram criativos, mas a maioria nunca chegou a ser comercializado. A figura abaixo mostra que se tratava realmente de um saco, que era inserido na vagina e ainda assim preso em uma espécie de cinto.

³ AIDAR, Mauro Abi (Ginecologista da Universidade Federal de São Paulo – Unifesp) In Redação Mundo Estranho. Quem inventou o absorvente. Mundo Estranho. Abr 2011.

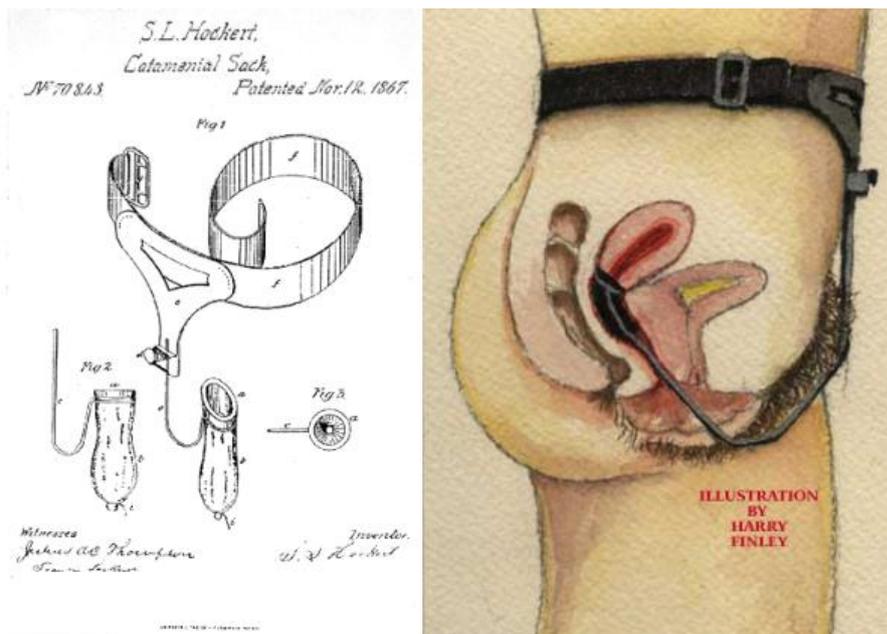


Figura 5: Saco catamental– 1867.
 Fonte: <http://www.korui.com.br>

Muitos outros dispositivos internos foram desenvolvidos no decorrer das décadas seguintes, desde tubos feitos de metal até dispositivos internos que se conectavam a bolsas externas, como o exemplo da figura abaixo.

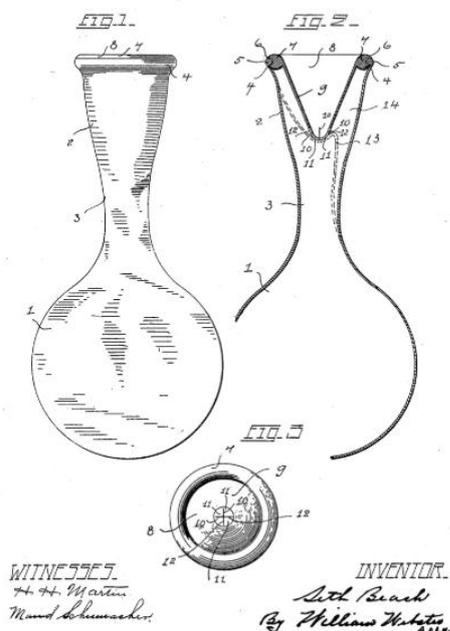


Figura 6: Protótipo de bolsa coletora.
 Fonte: <http://www.korui.com.br>

Assim os anos se passaram e o primeiro coletor menstrual moderno, mais parecido com o que conhecemos hoje, foi inventado em 1935 pela americana Leona Chalmers. Ele era feito de borracha de látex e a propaganda afirmava que ele “não causaria nenhum tipo de desconforto e que as mulheres não notariam a sua presença”. Ele também permitia que as mulheres usassem roupas “finas, leves e justas” sem cintos ou alfinetes à mostra.

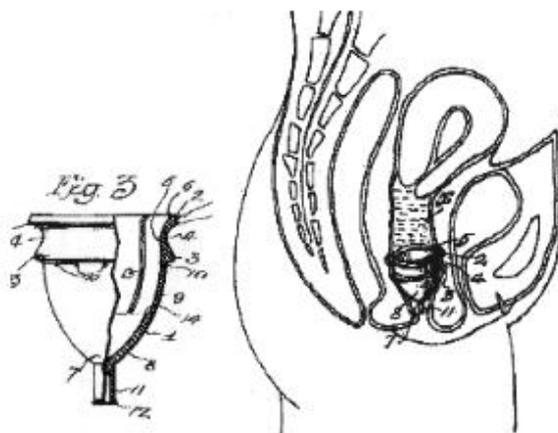


Figura 7: Protótipo do primeiro coletor menstrual de Leona Chalmers. 1935.
Fonte: <http://www.korui.com.br>

Infelizmente a falta de borracha de látex durante a segunda guerra mundial fez com que a produção tivesse que parar. Mas Leona Chalmers não desistiu. Depois do final da guerra, em 1950, ela aperfeiçoou o design e fez um novo lançamento. Desta vez o investimento em marketing foi alto, ela enviou milhares de amostras para enfermeiras que recomendaram o uso. Mas o esforço de Leona esbarrava nos tabus menstruais da época. Ela não podia usar as palavras “vagina” e “menstruação” nos anúncios, por exemplo, então era difícil de explicar o que era aquele copo! Além disso, a idéia de usar uma proteção interna era um escândalo! A empresa de Leona gastou uma verdadeira fortuna em marketing, mas registrou poucas vendas e desapareceu em 1963.

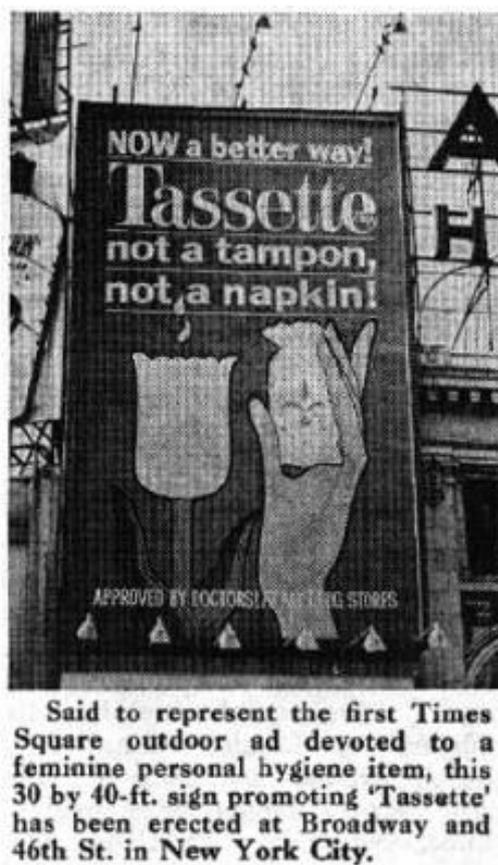


Figura 8: Marketing de Leona Chalmers.
Fonte: <http://www.korui.com.br>

Os coletores menstruais voltaram em 1980 com a criação do “The Keeper”, feito de borracha de látex e ainda vendido hoje. E no início do século 21 o silicone medicinal foi introduzido no design dos coletores menstruais com grande sucesso, já que este material proporcionava um uso livre de alergias. No Brasil os coletores menstruais só começaram a se tornar populares em 2015.

Já os estudos para os primeiros absorventes descartáveis surgiram na Alemanha no final do século XIX em 1954 e era parecido com uma bandagem que era colocado sobre a calcinha, sendo comercializado em 1890 pela marca Hartmann's a caixa com seis unidades, chegando anos depois na Inglaterra e Estados Unidos. Em 1894 os alemães tentam lançar um produto encontrado hoje no mercado, a calcinha menstrual, mas para a época, a pouca adaptação do produto não faz sucesso e só na década de 30 que chegaria no Brasil o famoso Modess⁴, popularizado só na década de 50 com propagandas relacionando maior conforto

⁴ Modess: Primeiro absorvente a ser comercializado no Brasil, o Modess da marca Johnson & Johnson era fabricado nos Estados Unidos e só foi industrializado aqui em 1945.

para as mulheres que utilizavam ele. Já nos Estados Unidos em 33 os absorventes internos são patenteados e 4 anos depois o americano Earle Hass coloca-o à venda como Tampax, sendo o pioneiro do absorvente descartável interno. Já na década de 70 o absorvente interno O.B. é lançado no Brasil que vem de “*Ohne Binde*”, expressão em alemão que significa algo como “sem toalha”. Mas alguns cuidados são necessários ao utilizar os absorventes descartáveis, explica Mauro Abi AIDAR, que por mais que facilitassem e melhorassem a qualidade de vida das mulheres eles poderiam causar alergias, devido ao perfume colocado em modelos futuros e também deixava a região úmida por muito tempo, ocasionando a proliferação de fungos e bactérias, devendo ter mais atenção com o tempo de troca os absorventes internos. Hoje as mulheres contam com diversos modelos de absorventes industrializados (protetor diário, noturno, pós-parto, entre outros) e com suas preferências (com abas, sem abas, ultrafinos, entre outros).

Vale também salientar que em alguns lugares do mundo há mulheres que não têm acesso aos absorventes já que somente 40% das mulheres no mundo utilizam algum tipo de absorvente industrializado (seja por localidade ou pelo valor), o que as limitam AINDA (em pleno século XXI) de ir ao trabalho ou a escola, desvalorizando assim seu potencial. Recentemente em 2015, a jovem inglesa Kiran Gandhi de 26 anos virou notícia por realizar a Maratona de Londres (total de 42km) menstruada e sem absorvente, tentando aumentar a conscientização sobre as mulheres que não tem acesso aos produtos femininos, convocando as mulheres a não terem vergonha de menstruar. “Corri com sangue escorrendo pelas minhas pernas para as irmãs que não têm acesso aos tampões e irmãs que, apesar de cólicas e dor, escondem e fingem que ele não existe. Corri para dizer: “ela existe e nós superamos todos os dias”. Completa GANDHI que é blogueira e feminista.



Figura 9: A corredora Kiran Gandhi ao centro com outras corredoras – 2015 Londres
Fonte: <http://kirangandhi.com/>

E outra história de inclusão das mulheres que não tem acesso é do indiano Arunachalam Muruganatham que inventou uma máquina que fabrica absorventes baratos para mulheres da zona rural da Índia. Durante os anos de pesquisa ele perdeu sua mulher e sua mãe por tabu de um homem estar tão engajado nessa pesquisa, chegando a utilizar os próprios absorventes com um “útero” artificial feito bexiga de bola de futebol com sangue de animal para testá-lo fazendo com que fosse exilado de seu povoado.



Figura 10: Arunachalam Muruganatham- Índia
Fonte: The Huffington Post UK

Um dia na hora do almoço ele viu sua esposa segurando algo escondido nas costas e quando perguntou para ela o que era, ela lhe deu um tapa no rosto falando: “Isso não é da sua conta”. E então ele viu que era um trapo sujo de sangue. Muruganatham decidiu comprar um pacote de absorventes como presente para sua mulher. Foi a uma farmácia comprar um pacote, e este lhe foi entregue embrulhado em muito jornal. “Era como se ele estivesse me dando um produto contrabandeado. Mesmo hoje, em cidades grandes como Mumbai e Déli, eles embrulham os absorventes e os tratam como se fossem alguma coisa que deve ficar escondida” disse Muruganatham. E este pequeno pacote era vendido à 40 vezes o preço do algodão cru na época (1997/98). Muruga decidiu fabricar seus próprios absorventes. Comprou uma rede de algodão, a cortou em retângulos e a envolveu em tecido viscoso e pediu feedback à sua mulher, Shanti, e foi apenas então que entendeu que as mulheres menstruam mensalmente, e não em dias fixos. “Ela me disse que eu teria que esperar para que ela pudesse me dar o feedback. Até então eu não sabia disso. Na realidade, 99% dos homens não sabem o que acontece com o corpo da mulher.”

Shanthi disse que a criação de Muruga era “desagradável” e que ia voltar a usar os panos. E sofrendo várias negativas da família em relação a sua criação, ele continuou as pesquisas em segredo. De acordo com o The Times of India, apenas

12% de 355 milhões de mulheres que menstruam usam absorventes higiênicos. E as mulheres que usam panos com frequência têm vergonha de deixar que sequem ao sol. Com isso, os panos não são desinfetados e aproximadamente 70% das doenças reprodutivas na Índia são causadas por falta de higiene menstrual. Isso também pode afetar a mortalidade materna.

Muruga voltou sua atenção às mulheres de uma faculdade de medicina, calculando que elas teriam menos problemas se fossem abordadas, indo e voltando 40km por dia, mas acabou por descobrir que elas estavam falsificando as respostas de seu questionário. O único recurso que lhe restou, foi experimentar o absorvente, ele próprio. Embora seja admirável e provavelmente faça de Muruga o único homem no mundo a usar um absorvente higiênico para pesquisar um produto para facilitar a vida das mulheres, essa decisão lhe criaria problemas de todos os tipos. Ele estava usando métodos altamente incomuns, e, num povoado pequeno, esse fato não passou despercebido. Na verdade, as pessoas pensaram que ele tivesse enlouquecido. Ele lavava seus panos no poço comunitário, e as pessoas começaram a comentar. Num povoado pequeno e ortodoxo, a maior ocupação da maioria das pessoas é olhar para o que as outras estão fazendo. Os boatos se espalharam, e, depois de ouvir uma fofoca de que Muruga estaria tendo um caso com as moças da faculdade de medicina, Shanthi fez as malas e disse que ia fazer uma visita a seus pais não voltando mais.

Depois que ela partiu, Muruga teve sua próxima grande idéia. Em lugar de usar um útero improvisado, ele examinaria absorventes higiênicos usados e veria como funcionavam. Ele já sabia que o algodão não funcionava. Não absorvia o líquido muito bem, e mesmo quando absorvia, o líquido acabava filtrando para fora. Então depois de expulso de seu vilarejo (por seus testes polêmicos), foi dividir um quarto pequeno com cinco pessoas e com a ajuda de um professor universitário, começou a pesquisar os materiais usados. Então descobriu que a resposta era usar celulose, e não algodão.

Mas seu principal problema era que as máquinas que decompõem a celulose custavam milhares de libras. A única opção viável seria construir sua própria máquina onde depois de quatro anos e meio, ele conseguiu.



Figura 11: A máquina inventada por Arunachalam Muruganatham - Índia
Fonte: The Huffington Post UK

Hoje Muruga tem 250 máquinas, e apesar da hesitação inicial, as máquinas foram adotadas em 1.300 vilarejos espalhados pela Índia. São operadas e vendidas por mulheres, de modo que há menos estigma associado à compra de uma delas. Depois que Muruga mostrou sua máquina ao Instituto Indiano de Tecnologia, o IIT, em Chennai, o instituto o candidatou a um prêmio de inovação nacional, onde ganhou o concurso e recebeu o prêmio das mãos do então presidente da Índia, Pratibha Patil.



Figura 12: Arunachalam Muruganatham no laboratório de testes - Índia
Fonte: The Huffington Post UK

Seu maior motivo de orgulho foi ajudar as garotas de um vilarejo tribal a frequentar a escola, depois de séculos, porque elas não precisavam mais ficar em casa quando estavam menstruadas. E uma notícia ainda melhor: sua mulher voltou para ele. Questionado sobre o que motivou tamanha paixão por um projeto que se estendeu por 15 anos e que buscou especificamente empoderar as mulheres, Muruga respondeu: “Fui criado por mãe solteira. Eu vi como minha mãe lutou para me criar, então eu quis fazer isto para ajudar outras mulheres a ganhar a vida para sustentar suas famílias.”. E completando ele diz: Se você empodera uma mãe, empodera um país”.

4.2 Impactos ambientais e Químicos presentes

Para algo que acontece com metade da população humana, todo o processo e produtos associados são tratados com uma quantidade bizarra de vergonha e sigilo. O fato é que é um grande problema. É caro economicamente, pode ter sérios efeitos à saúde e produz muito lixo. Quando se trata de questões ambientais, fingir que não acontece ou não tem um efeito ambiental é um problema em si, já que o total de plástico contido em um absorvente é o total de 4 sacolas plásticas.

A tecnologia dos absorventes utilizados hoje é semelhante das fraldas descartáveis, o que abrange a utilização de árvores e petróleo como matéria-prima para sua fabricação, composto basicamente por: celulose, polietileno, propileno, adesivos termoplásticos, papel siliconado, polímero superabsorvente e agente controlador de odor. A camada de celulose de fibra junto com o polímero superabsorvente forma um núcleo absorvente, que é recoberto por uma camada de polipropileno não tecido (parte em contato com a pele). O corpo do absorvente é formado por um filme de polietileno e nele são adicionados adesivos termoplásticos e papéis siliconados, sendo que algumas substâncias utilizadas podem variar de fabricante para fabricante, como por exemplo, uma cobertura de algodão com toque mais suave. Já os absorventes internos diferem na sua composição, sendo constituídos principalmente por algodão, viscose, poliéster, polietileno, polipropileno e fibras.

O principal impacto ambiental desses produtos começa na extração e no processamento das matérias-primas, que se baseiam na produção dos plásticos (petróleo) e da celulose (árvores). Como a produção de plástico requer muita

energia e cria resíduos de longa duração, é um produto de carga ambiental elevada. E a celulose é uma matéria-prima que tem de ser bem fiscalizada para garantir sua origem sustentável (madeira certificada). Não só a produção do absorvente descartável em si, mas os componentes extras, como a embalagem e serviços, como a logística de transporte das matérias-primas e do produto, geram impactos no ciclo de vida do produto.

O Instituto Real de Tecnologia, em Estocolmo, na Suécia, realizou uma avaliação do ciclo de vida de absorventes internos e externos⁵. Eles avaliaram a extração da matéria-prima, transporte, produção, uso, armazenamento e gestão de resíduos, e concluíram que o processo crucial para todo o ciclo de vida deste produto é o processamento do LDPE (polietileno de baixa densidade), devido ao elevado consumo de energia para produzir esse plástico. Esse estudo concluiu que, entre absorventes externos e internos, os externos têm um maior impacto ambiental devido ao maior uso de componentes de plástico. Isso não quer dizer que os absorventes internos não tenham também um impacto ambiental significativo (a fibra de algodão contribui com 80% do impacto total da produção desses absorventes, pois o cultivo intensivo de algodão requer grandes quantidades de água, pesticidas e fertilizantes. Assim, os absorventes descartáveis, finos e modernos, trazem junto com eles danos significativos para o ambiente, mesmo antes de chegarem até seus consumidores. E o mais engraçado é pensar que uma das propagandas mais fortes do modelo americano Tampax, foi de que o produto era “ambientalmente amigável” e o aplicador era biodegradável.

Estima-se hoje que a mulher faz uso de cerca de dez absorventes descartáveis em cada ciclo menstrual, e em torno de 15 mil unidades do início da puberdade até a menopausa, mais de 300kg de lixo, mais de 05% da quantidade dos aterros sanitários. Somente nos Estados Unidos, estima-se que 12 bilhões de absorventes e 7 bilhões de tampões sejam descartados anualmente⁶. Cada um desses tampões e absorventes tem um impacto ambiental do desperdício não apenas do produto em si, mas dos aplicadores de embalagens, plásticos ou papelão, bem como dos custos menos visíveis de transporte e produção. Como o

⁵ Dados disponíveis em The Chic Ecologist. The environmental impact of everyday things. In ECycle. Absorventes descartáveis: História, impactos ambientais e alternativas. Acesso em: 06 de junho de 2018.

⁶ Dados disponíveis em The Chic Ecologist. The environmental impact of everyday things. Acesso em: 06 de junho de 2018.

Brasil não utiliza a reciclagem desses resíduos, esses absorventes acabam indo para lixões e causando um problema ambiental, já que seus compostos sintéticos demoram em média 100 anos para decomporem, além de contaminar o ambiente com aditivos químicos que foram utilizados na sua fabricação, por exemplo como as dioxinas (oriundas do branqueamento da celulose) que persistem no meio ambiente e se acumulam nas células adiposas do corpo ao longo do tempo. Enquanto a FDA (Food and Drug Administration- agência norte-americana de regulação de alimentos e medicamentos) e a Health Canada afirmam que o risco para a saúde é insignificante, O Dr. Philip Tierno, do Centro Médico da Universidade de Nova York, diz que embora quantidades vestigiais de dioxinas encontradas em tampões não sejam o problema em si, é a exposição geral e o acúmulo que o uso de tampões à base de viscoso e cloro trazem, já que a pele da vagina é fina e altamente permeável, levando compostos rapidamente para a corrente sanguínea. Para evitar riscos de saúde relacionados à dioxina associados a tampões, a solução seria trocar por uma marca que não seja branqueada com cloro, sem viscoso e 100% algodão orgânico, evitando assim os inseticidas, pesticidas e herbicidas que são usados no cultivo de algodão não-orgânico. Mas enquanto os tampões de algodão orgânico podem resolver a questão dos pesticidas e alvejantes, eles ainda inevitavelmente causam desperdício. Investigando mais profundamente qual o parâmetro para as empresas no Brasil nos certificarem que não existe risco a saúde da mulher ao utilizar o absorvente da marca escolhida, o Inmetro (Instituto Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial) que poderia apresentar uma barreira para tais químicos, possui apenas testes e análise da funcionalidade do produto e não se existe a presença de produtos químicos inapropriados para a saúde. Alguns rumores apontaram recentemente, que foram encontrados vestígios de amianto (substância mineral tóxica) em absorventes internos nos Estados Unidos, já que muitos afirmam que já que não seria oralmente, o componente não seria proibido para ser adicionado, causando hemorragia prolongada, aumentando assim o consumo do absorvente interno, porém não foi achado nenhum estudo científico que comprove o uso da substância quanto à ausência dela.

Alguns países como o Canadá, já possuem empresas com a Knowaste⁷ que

⁷Empresa canadense Knowaste instalada em Wast Bromwich, Inglaterra. In ECycle. Fábrica transforma fraldas em telhas e madeira sintética. Acesso em: 06 de junho de 2018.

separam os componentes de produtos absorventes e os transformam em telhas e madeira sintética, utilizando grande parte da matéria-prima. E pensando na compostagem deles a empresa neozelandesa Envirocomp⁸ vem realizando esse trabalho.

Um alerta importante é não jogar o absorvente usado pelo vaso sanitário, pois esse resíduo pode chegar até rios e oceanos. O índice de lixo do oceano da *Ocean Conservancy*⁹ contém aplicadores de absorventes internos entre a sua lista de lixo encontrado no oceano. Não só eles levam anos para serem decompostos, como também, acabam muitas vezes sendo digeridos por animais marinhos e por aves, causando danos irreparáveis ao ecossistema do oceano.

4.3 Problemas Ginecológicos

O uso tão comum de absorventes no dia a dia de muitas mulheres traz à reflexão sobre possíveis impactos da sua utilização na saúde das usuárias. Alguns problemas, como alergias e infecções, podem estar relacionados ao uso de absorventes, principalmente em mulheres que têm a pele e a mucosa mais sensíveis às fragrâncias, corantes e materiais sintéticos, que estão na composição de alguns desses produtos. Por exemplo, químicos plásticos como BPA (*Bisphenol A*) e BPS (*Bisphenol S*) podem influenciar o desenvolvimento embrionário e são relacionados à doenças do coração, nas glândulas mamárias, na próstata, interrompe o funcionamento normal de uma célula e gera câncer. Ftalatos (ésteres de ácido ftálico), presentes nos aplicadores de tampão são conhecidos por desregular os níveis de hormônios e causar a mutação genética e DEHP (Di (2-hetilexil) ftalato) pode danificar múltiplos órgãos entre outros efeitos. Além disso, plásticos não são respiráveis e deixam a área vaginal quente e úmida, promovendo fungos e bactérias.

Alguns estudos que falam da dioxina, citada anteriormente, sugerem que mesmo traços de dioxina podem causar crescimento anormal do abdômen e órgãos reprodutivos, crescimento celular anormal em todo o corpo, supressão do sistema imunológico e disfunção hormonal. Pesquisas recentes da Universidade Nacional de La Plata, na Argentina, constataram a presença de glifosato, uma substância cancerígena, nos produtos feitos de algodão. Além do próprio algodão in natura, a

⁸ Empresa neozelandesa Envirocomp. In ECycle. Acesso em: 06 de junho de 2018.

⁹ Ocean Conservancy: Ong norte-americana voltada para a proteção da vida marinha e conservação dos mares, desde 1972.

maioria das amostras de gazes, lenços umedecidos, cotonetes e absorventes internos também apresentam rastros dessa mesma substância. Absorventes que contém neutralizadores de odor e perfumes são uma sopa de químicos, além de conter cores artificiais, poliéster, adesivos, polietileno (PET), polipropileno e propileno-glicol, substâncias contaminantes ligadas ao desequilíbrio hormonal, câncer, defeitos de nascença e infertilidade.

Os absorventes internos requerem cuidado especial. O acúmulo de sangue menstrual neste tipo de absorvente por muitas horas seguidas cria um ambiente propício para a proliferação da bactéria *Staphylococcus aureus* e pode resultar em um processo inflamatório sério chamado Síndrome do Choque Tóxico (SCT), podendo até mesmo causar a morte. Apesar dessa síndrome ser uma condição rara (afeta 1 a cada 100 mil pessoas), é muito importante seguir as orientações de uso presentes nos rótulos dos produtos. É recomendado trocar o absorvente interno a cada 4 ou 6 horas, para evitar um possível acúmulo de sangue e a proliferação da bactéria. Um exemplo da SCT é a modelo norte-americana Laura Wasser que em 2012, teve que amputar sua perna direita e alguns dedos do pé esquerdo e em dezembro de 2017 teve que amputar a sua perna esquerda, após ter tido uma parada cardíaca e ter ficado dias em coma, onde a SCT dava dores intensas nas pernas.

Os produtos que colocamos em contato com o nosso corpo influenciam diretamente nossa saúde e bem-estar, por isso é fundamental conhecer as substâncias que compõem não apenas absorventes descartáveis, mas todos os produtos que consumimos. Será que não é hora de escolher opções menos nocivas à saúde e à natureza? Que tal buscar alternativas mais naturais? Às vezes essas mudanças podem ser mais fáceis do que imaginamos.

4.4 Absorventes ecológicos - Sustentabilidade e saúde

Para aqueles que buscam alternativas de produtos mais ecológicos, e sem química nociva em sua composição, vale a pena testar as opções que existem hoje no mercado que abrange uma variedade grande e que com certeza terá alguma que se encaixará muito bem com cada característica de corpo e sensibilidade.

Absorventes de tecido

É uma alternativa para aqueles que preferem produtos de uso externo. Eles

exigem consumo de energia e água na lavagem, mas economizam no uso geral de matérias-primas na fabricação, por serem reutilizáveis. Esse tipo de produto segue o mesmo formato dos absorventes descartáveis, mas é feito 100% de algodão (o que é benéfico para a pele, pois a ajuda a "respirar") e pode durar até cinco anos. A ideia é que ele seja lavado e reutilizado, como se fazia antigamente, antes dos absorventes descartáveis. A facilidade é ser lavado na hora do banho sem muito esforço (usando um sabão de coco) ou na máquina de lavar. Os fabricantes orientam a deixar a peça de molho por algum tempo em água fria e não utilizar amaciantes ou alvejantes para não danificar a camada impermeável-respirável de microfibras. Algumas marcas encontradas facilmente na internet são: Morada da Floresta (que possui fralda reutilizáveis também) e Korui (com garantia que utilizam matéria-prima não tóxica).



Figura 13: Bela Gil com a representante da Morada da Floresta, apresentando sua linha de eco absorventes de tecido.

Fonte: <http://www.metropoles.com.br>

Coletor menstrual

O coletor menstrual é um copo de silicone hipoalergênico (não causa alergia) que é utilizado para coletar o sangue menstrual. Ele pode ser usado numa média de 8 horas por vez, dependendo da intensidade do fluxo, e depois é necessário esvaziá-lo e limpá-lo com água e sabão. Recomenda-se que, antes do primeiro uso, esterilize o copo em água, fervendo durante três minutos. Eles são reutilizáveis, não contêm dioxina nem *viscose* e são fáceis de manter. É uma alternativa mais ecológica, por evitar a geração de resíduos sólidos, e mais econômica, pois o produto pode ser utilizado por anos (até 10 anos, mas sugerido que se troque a cada 5), fazendo com que as mulheres economizem em absorventes descartáveis. Algo que se deve levar em consideração é que como o coletor exerce um vácuo na hora de colocar e retirar, pode ocasionar dor para mulheres sensíveis ou que tenham cisto no ovário, sendo mais recomendado uma opção externa. Marcas: Inciclo (o mais aprovado por sua ergonomia), Flerity, Violet Cup, entre muitos outros.



Figura 14: Coletor menstrual Inciclo
Fonte: <http://empauta.ufpel.edu.br/?p=4329>

Soft-tampon

O *soft-tampon* é uma espécie de espuma que é introduzida na vagina para absorver o sangue menstrual. Segundo o fabricante, ele é feito com materiais não tóxicos e que não poluem o meio ambiente, e foi lançado com o objetivo de permitir que as mulheres façam exercícios e sexo durante o período menstrual, sem temer desconfortos e vazamentos. O absorvente é leve e maleável.



Figura 15: Soft-tampon
Fonte: Info Hoje

Absorvente biodegradável

Se você tem preferência pelos absorventes externos e internos descartáveis, mas quer causar menos impacto ao meio ambiente e/ou tem a pele sensível aos produtos sintéticos, existe a opção dos absorventes biodegradáveis, produzidos com algodão orgânico, sem material sintético e produtos químicos. O fabricante que comercializa esse produto no Brasil é a marca *Natracare*, que diz produzir itens hipoalergênicos e que se biodegradam em até cinco anos (as condições dessa biodegradação não são especificadas).



Figura 16: Natracare
Fonte: Revista Época Online

Calcinha com camada absorvente

A calcinha com camada absorvente é uma calcinha que contém um material capaz de conter o fluxo menstrual, sendo, ao mesmo tempo, à prova de manchas. A função dessa calcinha, é reter o líquido, impedir vazamento, matar germes e bactérias e garantir a pele seca. Existem opções com camadas absorventes de maior capacidade de retenção (equivalente a dois absorventes internos médios) e de menor capacidade de retenção. A vantagem é que ela é reutilizável, podendo ser lavada e utilizada novamente, como uma calcinha normal, porém não foi especificado pelos fabricantes o material usado na composição da camada absorvente. Sua duração é de em média 5 anos para a capacidade de absorção e depois pode ser usada como uma calcinha normal. Marcas: Pantys, Herself, Thinx entre outras



Figura 17: Modelos utilizando a calcinha menstrual Pantys
Fonte: <https://www.instagram.com/pantys>

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com toda apresentação do mapeamento histórico feminino e a trajetória que a mulher passou e passa até nos dias de hoje, pelo tabu enraizado sobre a sua sexualidade e principalmente sobre algo que deveria ser tratado com naturalidade por todos, a menstruação deve ser discutida mais abertamente entre as mulheres, entre colegas de trabalho, em escolas, com toda atenção que se deve ter. Essa é uma pesquisa muito extensa com ramificações mil, que deve continuar, fortalecer e empoderar a mulher com o seu devido respeito e espaço, para que seus traumas e tabus não estimulem algo negativo no seu psicológico e na sua saúde. A mulher tem poder e propriedade sob seu corpo e deve manter essa idéia sempre fresca na sua mente. Que este trabalho possa abrir mais horizontes, unir mais ao sagrado-feminino de cada uma e fazer com que a menstruação seja vista como um evento íntimo entre sua mente e corpo com um ciclo único e especial a cada mês, e que além de não danificar sua saúde com produtos tóxicos, a mulher consiga se curar aceitando o que há de mais belo nela, o poder de gerar vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANONIMO. Absorvente descartável: um risco à saúde? Disponível em <http://www.korui.com.br/absorvente-descartavel-um-risco-saude/> Acesso em: 06 jun 2018.

ANONIMO. Fábrica transforma fraldas em telhas e madeira sintética. Disponível em <https://www.ecycle.com.br/component/content/article/38/589-fabrica-transforma-fraldas-em-telhas-e-madeira-sintetica.html> Acesso em: 06 de jun 2018.

ANONIMO. Jovem corre a maratona menstruada sem usar absorvente em forma de protesto. Disponível em: <http://www.folhavoria.com.br/esportes/blogs/corridaderua2015/08/09/jovem-corre-maratona-menstruada-sem-usar-absorvente-em-forma-de-protesto/> Acesso em 06 jun 2018.

ANONIMO. Modelo Lauren Wasser amputa segunda perna devido a Síndrome do Choque Tóxico. Jornal ZAP. Portugal, 22 de dezembro 2017. Disponível em <https://zap.aeiou.pt/modelo-amputar-segunda-perna-devido-ao-sindrome-do-choque-toxico-184984> Acesso em: 06 jun 2018.

ANONIMO. The Environmental Impact of Everyday Things. Disponível em <https://www.thechicecologist.com/green-living/the-environmental-impact-of-everyday-things/> Acesso em: 06 jun 2018.

ANONIMO. Tradição: A emancipação e a casta. Correio da Manhã. Portugal, 21 de setembro de 2003. Disponível em <https://www.cmjornal.pt/mais-cm/domingo/detalhe/tradicao-a-emancipada-e-a-casta> Acesso em: 14 mai 2018.

BELL, Poorna. Conheça o homem que revolucionou o absorvente higiênico em vilarejos na Índia. The Huffington Post UK. Inglaterra. 29 de junho de 2014.

BORN, Leslie. PHILLIPS, ShaunaDae. STEINER, Meir. SOARES, Claudio N. Trauma e o ciclo reprodutivo feminino. Revista Brasileira de Psiquiatria. vol.27, n2, 2005.

CHASSOT, Attico. A ciência é masculina? É, sim senhora!....São Leopoldo: Editora UNISINOS, 2003.

GILGEN, Ana Carolina. HASS, Bruna. RODRIGUES, Lucélia de Fátima. TORRES, Lillian Cristina Cruvinel. Absorventes femininos de pano e a autonomia da mulher. (Apresentação Dissertativa do IX Congresso RULESCOOP). La Plata, 2015.

INSTITUTO NACIONAL DE METROLOGIA, QUALIDADE E TECNOLOGIA. Absorventes higiênicos (externos e intravaginais). Disponível em <<http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/absorventes.asp>>

JAPIASSU, Hilton. As paixões da ciência. São Paulo: Letras e Letras, 1999.

MORADA DA FLORESTA. História e a verdade do uso dos absorventes descartáveis. Disponível em <<https://www.youtube.com/watch?v=XjUUhEQXu2I>> Youtube. Gravado em vídeo, 3 set 2012 (5:35min), son, col. Áudio em espanhol.

MORAES, Nathalia de. BPA e BPS: conheça e saiba seus perigos. Campinas. 2015. Disponível em: <http://ciencia-informativa.blogspot.com/2015/08/bpa-e-bps-conheca-e-saiba-seus-perigos.html> Acesso em 06 jun 2018

NAT VIM. Coletor menstrual: Uma alternativa ecológica. Disponível <<https://pt-br.natvim.com/treatment/33951-coletor-menstrual-uma-alternativa-ecologica>> Acesso em : 06 jun 2018.

OCEAN CONSERVANCY. Disponível em <<https://oceanconservancy.org/>> Acesso em 06 jun 2018

ORGANIZAÇÃO LABORATÓRIO DE EDUCAÇÃO. Sobre os riscos da erotização precoce na infância. Disponível em <<http://labedu.org.br/sobre-os-riscos-da-erotizacao-precoce-na-infancia-2/>> Acesso em: 24 mai 2018.

PERROT, Michelle. Minha história das mulheres. São Paulo: Editora Contexto, 2007.

PFEIFFER, Luci. PIZZATO, Edila. Visão atual do abuso sexual na infância e adolescência. Jornal de Pediatria. Rio de Janeiro. vol.81, n.5, nov 2015.

PORFIRIO, Julia. A história do Absorvente. Pesquisa que parte de 2.000a.C. se debruça sobre o artefato íntimo e seu simbolismo para a construção da mulher na sociedade. Hysteria. 28 de março de 2018.

RATTI, Claudia Ramos. AZZELLINI, Érica Camillo. BARRENSE, Heloísa. GROHMANN, Rafael. O tabu da menstruação reforçado pelas propagandas de absorventes. (Artigo dissertativo para o XVIII Congresso das Ciências da Comunicação do Rio de Janeiro). Rio de Janeiro, 2015.

REDAÇÃO MUNDO ESTRANHO. Quem inventou o absorvente. Mundo Estranho Editora Abril, 04 de junho de 2018

REDE NACIONAL PRIMEIRA INFÂNCIA. Eros precoce: a sexualização da infância e adolescência. Disponível em <<http://primeirainfancia.org.br/eros-precoce-a-sexualizacao-da-infancia-e-adolescencia/>> Acesso em: 24 mai 2018

RESPOSTAS BÍBLICAS. Quem era a mulher do fluxo de sangue? Disponível <<https://www.respostas.com.br/mulher-do-fluxo-de-sangue/>> Acesso em: 07 mai 2018

SCHINAIDER, Bianca Zancanaro. LAZZAROTTO, Geovana. SANTOS, Hilário Junior do. O empoderamento feminino nas propagandas de absorvente da Libresse: Uma análise semiótica da transformação de discurso. (Artigo dissertativo para o XVIII Congresso das Ciências da Comunicação da Região Sul). Caxias do Sul, 2017.

UNIVERSIDADE DA FAMÍLIA. A mulher do fluxo de sangue: Superação e transformação. Disponível em <<https://www.udf.org.br/artigos/a-mulher-do-fluxo-de-sangue-superacao-e-transformacao/>> Acesso em: 07 mai 2018

XIMENES, Maria Alice. Moda e Arte na reinvenção do corpo feminino do século XIX. São Paulo: Estação das Letras e cores, 2009.

WIKIPEDIA. Apolo e Dafne.

Disponível em <https://pt.wikipedia.org/wiki/Apolo_e_Dafne> Acesso em : 19 abr 2018.

WIKIPEDIA. Phthalate. Disponível em <<https://en.wikipedia.org/wiki/Phthalate>> Acesso em: 06 jun 2018