

Dignidade Íntima

Centro Paula Souza





Sumário

Apresentação	3
Introdução	5
Etec Philadelpho Gouvêa Netto.....	7
Etec de Ibaté	8
Fatec Barueri.....	9
Etec de Taboão da Serra	10
Fatec Presidente Prudente	11
Glossário.....	12
Expediente	15

Apresentação

Este e-book foi pensado para apresentar à comunidade acadêmica um panorama do que é hoje o Programa Dignidade Íntima. Implementada em 2022 em todas as Escolas Técnicas (Etecs) e Faculdades de Tecnologia (Fatecs) estaduais, a iniciativa tem o objetivo de garantir às alunas a dignidade menstrual, assegurando o acesso aos meios adequados de higiene pessoal.

Por meio das experiências de algumas unidades com o programa, mostramos dois aspectos fundamentais do Dignidade Íntima: a autonomia que as Etecs e Fatecs têm para implementar as ações e a possibilidade de pensar de forma mais ampla o cuidado com a saúde das nossas estudantes.

É possível perceber pela leitura dos cases que cada unidade de ensino trabalhou o programa de uma forma, adotando diferentes estratégias para sua implementação e manutenção. Embora tenha uma diretriz, o Dignidade Íntima tem também grande flexibilidade na sua implementação.

Necessário lembrar que a oferta dos itens de higiene não deve limitar as ações de cada Etec e Fatec, sendo importante aproveitar a oportunidade para debater questões de saúde feminina. Segundo dados do Ministério da Saúde, entre 2010

e 2019, aumentou a taxa de mortalidade entre mulheres por doenças que acometem o aparelho geniturinário. Dados como esse só reforçam a necessidade de políticas públicas que beneficiem a higiene íntima das mulheres.

O e-book traz também um pequeno glossário com palavras e expressões que podem ser úteis, e indicações de sites com informações relacionadas ao tema do Programa.

Esperamos que este material inspire nossos profissionais para que o Dignidade Íntima cresça e se fortaleça.

Sabrina Rodero Ferreira Gomes

*Diretora do Grupo de Supervisão Educacional (GSE)
da Unidade do Ensino Médio e Técnico (Cetec)*

Introdução

Virar uma página da história em que meninas podem ter sido prejudicadas em suas trajetórias educacionais pelo simples fato de menstruarem todos os meses. O Centro Paula Souza (CPS) deu esse passo no dia 7 de junho de 2022, quando lançou o Programa Dignidade Íntima, que leva itens de higiene pessoal a todas as 228 Escolas Técnicas (Etecs) e 77 Faculdades de Tecnologia (Fatecs) do Estado de São Paulo.

Criado pela **lei 17.525, de 23 de março de 2022**, o programa foi implementado tanto nas unidades do Centro Paula Souza quanto nas **escolas da rede estadual**. Entre os objetivos da legislação estão promover a saúde e o bem-estar das alunas, prevenir o absenteísmo e a evasão escolar e evitar prejuízos à aprendizagem e ao rendimento estudantil por motivos relacionados à pobreza menstrual.

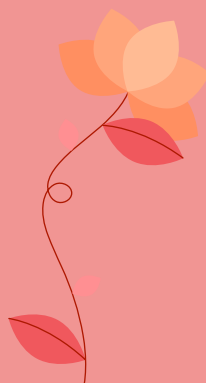
O Dignidade Íntima tem como prioridade o atendimento a estudantes em situação de vulnerabilidade social e econômica, mas não exclui nenhuma aluna que tenha necessidade dos produtos de higiene íntima.

A maior parte das unidades disponibiliza os absorventes nos banheiros, mas há também Etecs

e Fatecs que entregam esses itens para as alunas levarem para casa - tudo depende do contexto socioeconômico em que as Escolas Técnicas e Faculdades de Tecnologia estão inseridas.

A lei prevê a compra de absorventes higiênicos íntimos, coletores menstruais, lenços umedecidos sem perfume, sacos e respectivos dispensadores para descarte de absorvente, dentre outros que se mostrem adequados ao propósito do programa. Em setembro de 2023, cada Etec ou Fatec realizava a compra dos insumos por adiantamento de Despesas Miúdas de Pronto Pagamento (DMPP).

Conheça algumas das estratégias adotadas pelas equipes gestoras das unidades do CPS na implementação do programa.



Etec Philadelpho Gouvêa Netto

Em São José do Rio Preto, a implementação do programa na Etec Philadelpho Gouvêa Netto contou com a valiosa colaboração de um grupo de alunas que abraçou a causa. “Elas iam de sala em sala falando do Dignidade Íntima. Arrumaram um saquinho para entregar os absorventes discretamente para quem sentia vergonha e criaram um grupo de WhatsApp”, enumera a coordenadora do curso técnico de Enfermagem da unidade, Suzana Marcia Rodrigues Santos.

Esse trabalho segue com novas alunas substituindo as que já se formaram. Suzana estuda agora a impressão de certificados de participação no programa a serem entregues às estudantes que concluírem seus cursos tendo participado da iniciativa. “Elas se dedicam muito todos os meses, vêm à escola fora do horário para ajudar. Elas merecem esse reconhecimento.”

Etec de Ibaté

Criar na escola um ambiente ao qual os alunos se sentissem pertencentes sempre foi algo que motivou a coordenadora de cursos da Etec de Ibaté, Andreia Meneghelli. Uma das iniciativas, em 2022, foi deixar nos banheiros creme para os cabelos, desodorante, fio dental, pasta de dente, e uma caixinha onde as estudantes podiam colocar e retirar absorventes quando necessário. O Programa Dignidade Íntima se juntou às ações já existentes, reforçando que a Etec estava no caminho certo. Banheiros da unidade até ganharam uma pintura nova, com frases motivacionais, em decorrência da implementação do programa.

Quando a professora Vanessa Chacon assumiu a orientação educacional, no início de 2023, as colegas juntaram esforços para que o programa ganhasse mais força. Andreia fez contato com uma docente da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) que estuda saúde menstrual e firmou uma parceria. Agora, a professora e pesquisadora Natalia Stofel, juntamente com suas orientandas e estudantes da universidade, realizam rodas de conversa sobre saúde da mulher com as alunas da Etec como parte de sua pesquisa. Os meninos também devem participar das atividades e outras ações estão previstas por meio da parceria.

Fatec Barueri

A diretora da Fatec Padre Danilo José de Oliveira Ohl, de Barueri, Renata Giovanoni Di Mauro e sua equipe tiveram a preocupação de colocar os absorventes e outros itens de higiene também nos banheiros masculinos, para atendimento aos alunos transexuais. “Estamos criando uma cultura. Atuamos fortemente pelo respeito, inclusão e diversidade”, afirma Renata. “Disponibilizar esses itens nos sanitários masculinos e chamar os estudantes para esse diálogo foi excelente.” Segundo ela, não houve qualquer problema na unidade por conta dessa decisão e a ação foi muito elogiada por professores e alunos.

Etec de Taboão da Serra

A equipe gestora da Etec de Taboão da Serra optou por sensibilizar a comunidade escolar para a chegada do Programa Dignidade Íntima à unidade. Antes do início da oferta dos itens de higiene, por meio de uma parceria com a Casa do Adolescente do município, os alunos passaram a participar de rodas de conversa sobre assuntos como sexualidade, higiene, pobreza menstrual, sustentabilidade, autocuidado e diversidade.

“Depois dos debates, a aceitação por parte de algumas meninas foi ainda maior. Vimos que, aos poucos, a confiança e a adesão da comunidade cresceram e hoje é muito gratificante saber que todos veem as ações do Dignidade Íntima com muita naturalidade”, afirma a orientadora educacional da Etec, Marta Abad. “O projeto possibilita não apenas satisfazer a necessidade de algumas meninas, mas, principalmente, promove reflexões e fazem com que a educação cumpra seu papel de tornar a sociedade mais justa, humanizada e igualitária.”



Fatec Presidente Prudente

Muitas vezes, não são necessários grandes investimentos ou estratégias mirabolantes para implementar um projeto com sucesso. Prova disso é a forma como a Fatec Presidente Prudente conduziu a chegada do Programa Dignidade Íntima à unidade.

Por lá, a equipe gestora usou uma tática que já havia sido estruturada para fazer com que o programa fosse bem recebido. O Dignidade Íntima foi apresentado primeiro aos representantes de sala em uma das reuniões que a diretora Renilda Monteiro faz com essas lideranças estudantis desde 2014. “A reação foi superpositiva”, enfatiza a assistente técnico-administrativa Alessandra Cipullo.

Ela explica que os encontros com a diretora ocorrem entre três e quatro vezes por semestre e as novidades na faculdade são levadas a esse grupo para que ele seja disseminador de informações na comunidade escolar.

Glossário

Condição biológica inerente ao sexo feminino, a menstruação é, cada vez mais, discutida com naturalidade. Entender o assunto e adotar uma comunicação aberta e acolhedora é um passo importante para quebrar tabus e levar informação correta aos jovens.

Veja aqui alguns dos termos ligados à menstruação e à saúde da mulher:

Período menstrual: é o intervalo de tempo em que ocorre a menstruação – geralmente, de 3 a 7 dias.

Ciclo menstrual: tem início no primeiro dia do sangramento e sua duração é, em média, de 28 dias, podendo sofrer variações.

Menstruação: fluido que é eliminado pelo corpo quando não há fecundação, ou seja, sangramento decorrente da descamação do endométrio, um revestimento que o órgão desenvolve para esperar por uma gestação.

Fluxo menstrual: é a quantidade de fluido eliminado durante o período da menstruação. Os fluxos têm quantidades distintas, variando de 5 a 80 ml. Eles podem ser classificados em: leve, regular ou intenso.

Fluxo intenso: indica um sangramento menstrual acima da média, em maior quantidade.

TPM (Tensão Pré-Menstrual): é uma somatória de sintomas percebidos antes do início da menstruação. Dentre os principais sintomas estão: irritabilidade, inchaço, dor nas mamas, dor nas costas, cansaço e mudanças de humor.

Cólica menstrual: dor abdominal sentida antes e/ou durante a menstruação, variando de intensidade. Em casos extremos, pode ser necessário buscar auxílio médico.

Absorvente descartável: é o item utilizado para absorver o fluido da menstruação, disponível em diferentes materiais e tamanhos. Há no mercado uma boa variedade de absorventes, que atendem aos diferentes fluxos e preferências de uso.

Absorvente reutilizável: também com a função de absorver o fluido, nesta opção o item é feito com tecidos, que podem ser lavados e reutilizados, sendo uma opção mais sustentável.

Coletor menstrual: com o formato de um copinho, geralmente feito em silicone, o coletor é um dispositivo intravaginal que pode ser usado por até 12 horas seguidas, para coletar o fluido da menstruação. Também é uma opção reutilizável, sustentável, que substitui os absorventes descartáveis.

Menarca: é o primeiro sangramento menstrual, que marca o início da fase reprodutiva. Ocorre, normalmente, após os sinais de puberdade (início do desenvolvimento mamário, pelos pubianos e aceleração do crescimento).

Ovulação: é a liberação de um óvulo maduro que fica disponível para ser fertilizado. A ovulação geralmente acontece no meio do ciclo menstrual, por volta do 14º dia.

Menopausa: cessação fisiológica da menstruação, ou seja, é o último ciclo menstrual, quando se encerra também a fase reprodutiva. Geralmente ocorre entre os 45 e 55 anos de idade, em razão da diminuição dos hormônios reprodutivos.



EXPEDIENTE

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Governador

Tarcísio de Freitas

Vice-Governador

Felício Ramuth

Secretário de Ciência, Tecnologia e Inovação

Vahan Agopyan

CENTRO PAULA SOUZA

Diretora-Superintendente

Laura Laganá

Vice-Diretora-Superintendente

Emilena Lorenzon Bianco

Chefe de Gabinete da Superintendência

Armando Natal Maurício

Coordenadora da Pós-Graduação, Extensão e Pesquisa

Helena Gemignani Peterossi

Coordenador do Ensino Superior de Graduação

Rafael Ferreira Alves

Coordenador do Ensino Médio e Técnico

Almério Melquíades de Araújo

Coordenadora de Formação Inicial e Educação Continuada

Marisa Souza

Coordenadora de Infraestrutura

Bruna Fernanda Ferreira

Coordenadora de Gestão Administrativa e Financeira

Magda de Oliveira Vieira

Coordenador de Recursos Humanos

Vicente Mellone Junior



Coordenadora da Assessoria de Inovação Tecnológica

Emilena Lorenzon Bianco

Coordenadora da Assessoria de Comunicação

Dirce Helena Salles

ASSESSORIA DE COMUNICAÇÃO (ASSCOM)

Coordenação

Dirce Helena Salles

Assessoria de Imprensa e Textos

Ana Paula Miranda

Cristina Dantas

Fabio Berlinga e

Giusti Comunicação

Designers

Ana Carmen La Regina

Felipe Menegozzi

Fernando França

Marta Almeida

Paulo Pasiam

Núcleo de Informações

Cristiane Santos

Roberto Sungi

Secretaria

Raul Albuquerque

