

# Dignidade Íntima

## Centro Paula Souza





# Sumário

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

# 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 Roderer 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.

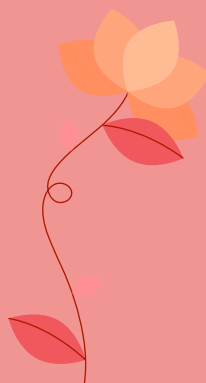
O Dignidade Íntima tem como prioridade o atendimento a estudantes em situação de vulnerabilidade social e econômica, mas não exclui nenhuma aluna que tenha necessidade dos produtos de higiene íntima.

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

