

DESAFIOS DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E DIGNIDADE MENSTRUAL: PROTOCOLO DE REVISÃO SCOPING

Marta Filipa Dias Martins¹; Sandra Cristina Jesus da Silva Neves²; Sandra Maria Tavares Matela³.

¹Enfermeira Especialista e Mestre em Saúde Infantil e Pediátrica, Unidade Local de Saúde de S. José (ULS São José), Lisboa, Portugal. <https://orcid.org/0009-0001-7725-6843>

²Enfermeira Especialista e Mestre em Saúde Comunitária, Unidade Local de Saúde de S. José (ULS São José), Lisboa, Portugal. <https://orcid.org/0009-0002-5941-4024>

³Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstétrica, Unidade Local de Saúde de S. José (ULS São José), Lisboa, Portugal. <https://orcid.org/0009-0008-6737-3465>

PALAVRAS-CHAVE: Dignidade menstrual. Promoção de saúde. Enfermagem.

ÁREA TEMÁTICA: Educação para a saúde.

DOI: 10.47094/IICOLUBRASMU.2025/RE.21

INTRODUÇÃO

A saúde menstrual é definida como um “estado completo de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade, em relação ao ciclo menstrual” (Direção Geral da Saúde, 2025, p.5), e é primordial para melhorar a saúde da população, atingir os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e concretizar a igualdade de gênero e os direitos humanos (Hennegan et. al, 2021).

Assegurar a saúde e dignidade menstrual, promove a saúde ao longo do ciclo de vida das pessoas que menstruam e contribui para alcançar o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 3 “garantir o acesso à saúde de qualidade e promover o bem-estar para todos, em todas as idades”; 5 “alcançar a igualdade de gênero” e 16 “promover sociedades pacíficas e inclusivas para o desenvolvimento sustentável, proporcionar o acesso à justiça para todas as pessoas e construir instituições eficazes, responsáveis e inclusivas a todos os níveis (Direção Geral da Saúde, 2025, p.9).

OBJETIVO

Elaborar um protocolo de Revisão *Scoping* para mapear a evidência atual, sobre como pode o enfermeiro na comunidade promover a saúde e a dignidade menstrual das pessoas que menstruam e identificar quais as suas intervenções.

METODOLOGIA

Para a realização deste protocolo de revisão seguimos as diretrizes do *Joanna Briggs Institute* (Joanna Briggs Institute, 2015; Peters et al., 2020) definindo a seguinte questão de pesquisa: **Quais as intervenções de enfermagem que promovem a saúde e dignidade menstrual das pessoas que menstruam na comunidade?**

Seguindo as etapas previstas e partindo da questão de pesquisa, pretendemos adotar como critérios de inclusão a mnemónica **PCC, P (população-pessoas que menstruam), C (conceito- intervenções de enfermagem para promoção da saúde e dignidade menstrual) e C (contexto- comunidade)**. Serão incluídos artigos publicados em português, inglês e espanhol entre 2020 e 2025, que integrem os elementos da mnemónica PCC da questão de partida com texto integral e de livre acesso. Recorreremos à pesquisa nas bases de dados *MEDLINE Complete, CINAHL Complete, Nursing & Allied Health Collection, Cochrane, MedicLatina* através da plataforma *EBSCOHost* e *PubMed*. As estratégias de pesquisa serão adaptadas e individualizadas para cada base de dados, tendo por base o uso dos termos de pesquisa: “menstruation”; “*menstrual*”; “*menstrual health*”; “*menstrual hygiene management*”; “*menstrual equity*”; “*menstrual inequity*”; *period poverty*”; “*nursing*”.

Os artigos serão selecionados através da leitura do título e resumo (de acordo com a presença dos elementos da mnemónica PCC), bem como das suas referências bibliográficas, fazendo uma primeira triagem. Serão suprimidos os artigos em duplicado ou que não se encontrem de acordo com os critérios de inclusão.

Após selecionados os artigos e indo ao encontro do objetivo deste protocolo e a questão da revisão *scoping*, elaboramos uma ferramenta (Tabela 1) de forma a obter uma melhor visualização dos resultados obtidos.

Tabela – Extração de dados.

	Título do artigo	Autor/ Ano/Fonte	País	Participantes/ Amostra	Tipo de estudo	Objetivo/ Resultados/Conclusões
Artigo n.º 1						

Fonte: Autores.

Os dados serão analisados e apresentados sob a forma de texto acompanhados, se relevante de gráficos ou tabelas, descrevendo a sua relevância para a temática em estudo. A sinopse dos mesmos será espelhada na realização da Revisão *Scoping*.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Citando Marinho (2029), De Sena et. al (2023) refere que desde a antiguidade que existem registos sobre o poder das mulheres em menstruar, considerado como um potencial

de fertilidade. Sendo um fenómeno fisiológico com necessidades próprias para a saúde de quem menstrua, foram construídos em torno deste acontecimento, tabus impactantes na saúde menstrual (De Sena et.al 2023).

A menstruação, embora fisiológica e comum a bilhões de pessoas, ainda é permeada por estigmas, desinformação e desigualdade. A chamada dignidade menstrual é definida como o direito de menstruar com acesso a produtos de higiene necessários, condições de saneamento seguras e informações adequadas de forma à gestão segura e digna da sua menstruação (United Nations International Children's Emergency Fund, 2019).

A dignidade menstrual compreende o direito de todas as pessoas que menstruam a vivenciarem este ciclo com higiene, segurança e liberdade de estigmas. A promoção da saúde e dignidade menstrual é indispensável para garantir a equidade de gênero e os direitos humanos.

Os resultados do inquérito “Vamos falar de menstruação” realizado em Portugal em 2024, demonstram que cerca de 73% dos inquiridos já receberam informação sobre menstruação e saúde menstrual e quase 62% têm informação suficiente sobre menstruação e saúde menstrual, sendo que quase 85% sentem-se cómodos em falar ou discutir sobre o tema em público. No entanto mais de 9% tiveram dificuldade em adquirir produtos menstruais bem como quase 13% tiveram dificuldade em aceder à quantidade de produtos menstruais suficiente para uma higiene desejável, no último ano. Para 5% dos inquiridos, o número de produtos menstruais acessíveis foi sempre insuficiente para a higiene desejável. Cerca de 23% referiram que por não terem acesso aos produtos adequados, sentiram ansiedade ou stress, vergonha ou sensação de mal-estar, e houve comprometimento das suas relações sociais ou atividades diárias. O absentismo à escola e ao trabalho relacionado com sintomas menstruais, também foi referido por mais de 31% dos inquiridos.

Tendo em conta estes resultados, torna-se pertinente encontrar estratégias baseadas na evidência que permitam aos enfermeiros cumprir com as recomendações do referido relatório que incluem: promoção do acesso a informação explícita e adequada à etapa de vida sobre o ciclo menstrual e a menstruação; promoção do acesso a produtos menstruais uteis e acessíveis e a existência de condições de saneamento e serviços de apoio, assim como a liberdade de participação em todas as atividades de vida durante as etapas do ciclo menstrual.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atualidade e relevância do tema e as conclusões dos documentos oficiais Direção Geral de Saúde 2022,2025) sustentam a pertinência da realização de uma Revisão *Scoping* sobre quais as intervenções de enfermagem que promovem a saúde e a dignidade menstrual das pessoas que menstruam, permitindo mapear a evidência atual e identificando essas ações, implementando-as de forma a melhorar a saúde e promover a dignidade menstrual

na comunidade.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

de Sena, M. T., Costa, M. M., Ferreira, G. A., Nery, R. M. R., Iocca, D. C., da Costa, L. S., ... & Pegoraro, V. A. **O manejo inadequado da higiene menstrual e seus impactos à saúde da mulher**. Brazilian Journal of Development, v. 9, n. 3, p. 9884-9901, 2023.

Direção Geral da Saúde. **Plano Nacional de Saúde 2021-2030**. Direção Geral da Saúde, 2022.

Direção Geral da Saúde. **Saúde e Dignidade Menstrual: Resultados do Inquérito “Vamos falar de Menstruação”**. Direção Geral da Saúde, 2025.

Hennegan J, Winkler IT, Bobel C, Keizer D, Hampton J, Larsson G, Chandra-Mouli V, Plesons M, Mahon T. **Saúde menstrual: uma definição para política, prática e pesquisa**. Questões de saúde de reprodutores sexuais. 29(1):1911618.2021; DOI: 10.1080/26410397.2021.1911618.

Joanna Briggs Institute. **Joanna Briggs Institute Reviewers' Manual: 2015 edition/ supplement**. The Joanna Briggs Institute. 2015 http://joannabriggs.org/assets/docs/sumari/ReviewersManual_Methodology_for-JBIScoping-Reviews_2015_v2.pdf

Peters, M. D. J., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A. C., & Khalil, H. **JBIM Manual for Evidence Synthesis**. Aromataris, & Z. Munn, 2020. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-20-12>.

United Nations International Children's Emergency Fund. Fundo das Nações Unidas para a Infância. Guidance on Menstrual Health and Hygiene. Nova Iorque: UNICEF, 2019.