GESTÃO MENSTRUAL EM ANGOLA

FASE II

EFICIÊNCIA NO FORNECIMENTO DE PRODUTOS MENSTRUAIS DE QUALIDADE E WORKSHOPS EDUCACIONAIS EM BENGUELA, CUANZA SUL, MOXICO E LUNDA SUL

RECONHECIMENTOS

O UNFPA Angola e a Be Girl gostariam de reconhecer o Governo de Angola e todas as partes interessadas nacionais dos principais ministérios e organizações da sociedade civil que participaram de nossa colaboração contínua. Obrigado pela vossa dedicação e compromisso para melhorar a dignidade e segurança das adolescentes que menstruam em Angola e por generosamente oferecer o vosso tempo e experiência em apoio à segunda fase desta iniciativa piloto de gestão da higiene menstrual (GHM) para promover a igualdade de género e a empoderamento de meninas adolescentes.

Agradecemos à Equipa do UNFPA Angola, especialmente a Ana Paula Andrade pelo seu apoio fundamental na realização do workshop de Formação de Formadores, no trabalho de campo e nas sessões de Recolha de Dados. Também gostaríamos de estender a nossa gratidão aos facilitadores dos workshops que realizaram a cobertura fotográfica das palestras com meninas e rapazes.

Agradecemos à equipa da Be Girl, em particular Júlia Zandamela , Hortência Franco, Solange Lubrino e Cristina Brito pelo seu trabalho no workshop de Formação de Formadores e contribuições para a análise de dados.

Por fim, expressamos os nossos agradecimentos às meninas e rapazes que participaram da segunda fase deste piloto e compartilharam as suas percepções por meio de pesquisas e discussões para este relatório.

O UNFPA Angola e a Be Girl acreditam que, ao fornecer informações e produtos de gestão da saúde menstrual, contribuímos para o cumprimento dos direitos humanos das meninas e mulheres – especificamente direitos reprodutivos – tanto como pré-condição para alcançar direitos como saúde e educação, quanto como questão de dignidade por direito próprio.

Autores: Marcelo Carvalho e Tatiana Reyes Jové

Design de Formatação: Liliana Cervantes Santamaría

Fotos: facilitadores do workshop UNFPA Angola

© 2023 Be Girl, Inc.
Todos os direitos reservados

Quaisquer perguntas sobre este estudo devem ser enviadas para hello@begirl.org e aandrade@unfpa.org.

Citação sugerida:
Carvalho, M., Reyes Jové , T. (2023). Gestão menstrual em Angola, Fase II: Eficácia do fornecimento de produtos menstruais de qualidade e workshops educacionais em Benguela, Cuanza Sul, Moxico e Lunda Sul

SOBRE OS PARCEIROS

Be Girl é uma empresa social que adopta uma abordagem orientada ao design para a saúde e higiene menstrual, para que todas as meninas possam entender, possuir e amar os seus corpos. A Be Girl trabalha para alcançar essa visão por meio de produtos menstruais sustentáveis e de qualidade, programas de educação sobre menstruação adequados à idade e mensagens transformadoras para um mundo livre de estigma. A Be Girl está sediada nos EUA e opera uma subsidiária, a Be Girl Mozambique, em Maputo.

O **Fundo das Nações Unidas para a População(UNFPA)** é a Agência de Saúde Sexual e Reprodutiva das Nações Unidas. A agenda do UNPFA alinhada com a Agenda de Desenvolvimento Sustentável 2030 visa atingir três resultados estratégicos: i) zero necessidades não atendidas de planeamento familiar; ii) zero mortes maternas evitáveis e iii) zero violência e práticas nocivas contra mulheres e meninas. A conquista e cumprimento desses direitos é um requisito fundamental para que o mandato do UNFPA seja aprimorado e o desenvolvimento inclusivo e sustentável seja alcançado. Em Angola desde 1978, o UNFPA trabalha com seus Parceiros Institucionais para aumentar o acesso à saúde reprodutiva (incluindo planejamento familiar e tratamento de fístula obstétrica), serviços de prevenção do HIV, serviços para adolescentes e jovens e empoderamento de mulheres e jovens. Sua missão é criar um mundo onde toda gravidez seja desejada, todo nascimento seja seguro e o potencial de todo jovem seja realizado.

Governo de Angola : Esta intervenção e estudo foi possível graças ao engajamento e participação do Ministério da Juventude e Desportos (MINJUD); Ministério da Educação (MED); Ministério da Acção Social, Família e Promoção da Mulher (MASFAMU); Ministério da Saúde e Direcções Provinciais.

SOBRE AS PARTES – SOCIEDADE CIVIL

A Rede Africana de Jovens e Adolescentes (AfriYAN) foi criada para aumentar a participação significativa dos jovens no desenvolvimento de África. Os jovens participantes estão empenhados na luta contra o VIH e SIDA e na promoção da saúde sexual e reprodutiva dos jovens em África.

A MWANA PWO é uma organização com sede em Angola fundada em 2017 para inspirar a liderança de mulheres jovens em saúde sexual e reprodutiva por meio de capacitação, liderança e treinamento em direitos humanos. As principais intervenções da organização concentram-se na prevenção da gravidez, uso de anticoncepcionais, violência de género e gestão da saúde menstrual.

O Centro de Apoio aos Jovens (CAJ), criado pelo Governo Angolano através do Instituto Nacional da Juventude, desenvolve projectos que beneficiam a juventude angolana. As acções do CAJ, estão essencialmente viradas para a área dos adolescentes e jovens, proporciondo serviços de saúde sexual e reprodutiva (consultas de planeamento familiar, pré natal, pós parto, diagnósticos laboratoriais e busca activa para tratamento sindrômico das ITS); Aconselhamento e Testagem Voluntária para o VIH; Consultas com psicóloga de referência para as pessoas vivendo com SIDA e grupos de ajuda mútua.

Programa JIRO (Juventude Responsável Informada e Organizada), programa desenvolvido pelo Ministério da Juventude e Esportes com o apoio do UNFPA, cujo principal objectivo é proporcionar espaços físicos e ambientes joviais e descontraídos para o contacto diário com adolescentes e jovens para permitir o autoconhecimento e práticas de autocuidado que beneficiam a sua saúde sexual e reprodutiva.

INTRODUÇÃO E MÉTODOS

Introdução

As adolescentes em Angola frequentemente enfrentam barreiras duplas quando se trata de gerir a sua saúde menstrual com dignidade e conforto: falta de conhecimento básico sobre o ciclo menstrual e a sua relação com o planeamento familiar, bem como falta de materiais adequados para usar durante os seus períodos. Juntamente com normas sociais nocivas, como estigma social e tabus relacionados à menstruação, essas barreiras contribuem para a diminuição do sentido de autoestima das meninas e um aumento de oportunidades perdidas.

A maioria das meninas em Angola actualmente não têm acesso a produtos menstruais ou informações precisas sobre a menstruação e os seus corpos. A pesquisa e a experiência mostraram que a saúde menstrual é um desafio complexo que envolve a falta de acesso a produtos certos, infraestruturas de saneamento e informações sobre a menstruação. O impacto da má saúde menstrual também afecta a mobilidade, a confiança e a compreensão das meninas sobre os seus corpos, o que pode inibir a sua participação equitativa na sociedade.

Em Angola, à medida que as meninas avançam na adolescência e na idade adulta, essa lacuna de equidade de género aumenta. As taxas de alfabetização para as mulheres são de apenas 62%, em comparação com 83% para os homens[1]. A taxa de fertilidade adolescente está entre as mais altas de África, com 163 nascimentos por 1.000 meninas de 15 a 19 anos[2]. Ocasamento infantil aos 18 anos é de cerca de 30%[3]. E num nível mais amplo, a pobreza multidimensional é de 41%, e sobe para 56% nas áreas rurais[4]. A insuficiência de recursos para as necessidades básicas traduz-se na impossibilidade de adquirir produtos menstruais adequados, muitas vezes considerados itens não essenciais.

Neste contexto, o Fundo das Nações Unidas para a População (UNFPA) Angola e a Be Girl uniram-se em parceria para realizar uma intervenção de saúde menstrual e estudo de aprendizagem em Angola em 2021 a 2022 no âmbito do projecto Ser Menina (Fase II) financiado pelo UNFPA Angola.

---

[1] Banco Mundial, 2021
[2] Inquérito de Indicadores Múltiplos e de Saúde (IIMS), 2015-16. Angola.
[3] UNFPA World Population Dashboard – Angola, 2020.
[4] Pobreza Multidimensional em Angola, INE, 2020

Participantes da oficina "Ser Menina Fase II"

Menina segurando seu PeriodPanty™ e SmartCycle®

Finalidade e Intervenções

O objectivo principal do estudo foi avaliar os benefícios de duas intervenções de saúde menstrual: 1) ensinar através de uma série de workshops educacionais sobre saúde menstrual a grupos de meninas e rapazes adolescentes carenciados e 2) fornecer produtos menstruais sustentáveis para as participantes do sexo feminino.

Os workshops dedicados a meninas e rapazes foram ministrados usando o currículo de educação menstrual SmartCycle® da Be Girl[5]. Os conteúdos incluíram a biologia básica do ciclo menstrual, saúde e higiene menstrual, como monitorar o ciclo, a conexão entre menstruação e reprodução e rejeição de mitos e tabus.

Durante os workshops, as meninas receberam dois pares de calcinhas de menstruação reutilizáveis Be Girl's, que incluem um bolso de malha para colocar uma toalhita lavável removível que absorve o fluxo menstrual. Tanto as meninas quanto os rapazes também receberam uma ferramenta portátil de aprendizado SmartCycle® projectada como um pequeno relógio com um ponteiro móvel para permitir que os utilizadores acompanhem o ciclo menstrual.

---

[5] *Currículo Be Girl SmartCycle®. 2019*

Linha do tempo e métodos

Em Julho de 2021, as formadoras do escritório subsidiário da Be Girl em Maputo, Moçambique realizaram uma formação virtual de formadoras (TOT) de uma semana para 27 formadores dos Parceiros sediados nas províncias de Benguela, Cuanza Sul, Moxico e Lunda Sul. Métodos de treinamento virtual que empregam streaming de vídeo e tecnologia de webinar foram usados para garantir a segurança durante a COVID-19. Durante os workshops virtuais, os formandos aprenderam a ensinar adolescentes sobre saúde e higiene menstrual usando o currículo de workshop de educação menstrual SmartCycle® da Be Girl. Os formandos receberam manuais e banners educacionais para usar enquanto ministravam o workshop, bem como uma pasta eletrónica com os recursos necessários para a execução bem-sucedida do projecto e recolha de dados.

Depois de concluir o treinamento, os formadores conduziram 45 workshops SmartCycle® de Julho de 2021 a Dezembro de 2022. Um total de 2,000 meninas adolescentes e 2,000 rapazes de famílias desfavorecidas participaram. Desse número, 528 meninas e 406 meninos participaram deste estudo de aprendizagem e responderam a pesquisas antes e depois do workshop, para que as mudanças no conhecimento e atitudes sobre menstruação e reprodução pudessem ser avaliadas. A idade média das participantes foi de 16 anos e 12% das meninas relataram que ainda não haviam começado a menstruar. Os workshops decorreram em escolas e centros comunitários localizados em quatro províncias: Benguela, Cuanza Sul, Moxico e Lunda Sul. Cada workshop alcançou de 15 a 30 participantes. Tempo extra foi alocado para habilidades limitadas de leitura e escrita.

Facilitadores explicando o uso da calcinnha de menstruação (PeriodPanty™) durante um workshop educacional (SmartCycle®)

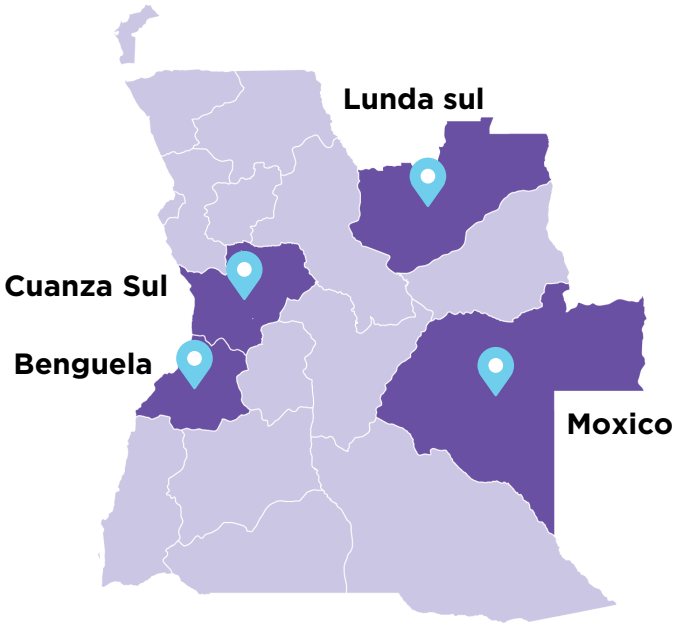
Linha do tempo e métodos

Para medir a eficácia dos workshops e o uso de calcinhas menstruais pelas meninas ao longo do tempo, os facilitadores do projecto realizaram 5 sessões de grupos focais envolvendo 49 meninas de quatro províncias (Lunda Sul, Moxico, Cuanza Sul e Benguela) três a dez semanas após a intervenção, o que permitiu que as meninas usassem a calcinha e a ferramenta de rastreamento nesse ínterim.

Para os workshops dos rapazes, a metodologia SmartCycle® foi adaptada por meio de uma abordagem denominada "Construindo Ciclos de Empatia". Além disso, as perguntas da pesquisa pré e pós-workshop diferiram em alguns casos para entender melhor pontos de vista específicos de género e práticas negativas, como bullying.

Os dados quantitativos da pesquisa e os dados qualitativos das discussões dos grupos focais foram compilados e submetidos ao escritório da Be Girl em Maputo para análise e desenvolvimento de recomendações.

Facilitadora fazendo a demonstração da calcinha menstrual (PeriodPanty™)



IDADE MÉDIA: 16

TAMANHO DA AMOSTRA - QUANTITATIVA:

528 MENINAS **406 MENINOS**

TAMANHO DA AMOSTRA - QUALITATIVA:

49 MENINAS

RESULTADOS

Resumo das Constatações

As pesquisas quantitativas respondidas pelas meninas e rapazes participantes antes e depois dos workshops permitem-nos avaliar a eficácia da intervenção em educar os adolescentes sobre menstruação e saúde reprodutiva e na desconstrução de mitos e estereótipos negativos em torno do assunto. As discussões qualitativas do grupo focal conduzidas com meninas fornecem informações adicionais sobre as experiências das meninas usando as calcinhas menstruais e complementam os dados quantitativos para entender melhor o impacto que o workshop teve na saúde menstrual geral das meninas.

A análise dos dados foi realizada comparando as respostas de pesquisas quantitativas pré e pós-intervenção de meninos e meninas e examinando os temas emergentes das discussões qualitativas do grupo focal com meninas. A seguir, são enumerados as principais conclusões:

Experiências com a menstruação antes da intervenção

MENINAS

A auto-estima e a capacidade de participação das meninas nas actividades diárias foram afectadas negativamente pelo acesso limitado a produtos menstruais, pela existência de tabus culturais e pela falta de informações adequadas e infraestruturas sanitárias. Antes da intervenção, as meninas demonstraram conhecimento incompleto sobre o seu ciclo menstrual, reprodução e planeamento familiar. Estas conclusões são semelhantes às da Fase 1[6].

RAPAZES

Os meninos demonstraram informações limitadas e incorrectas sobre menstruação e reprodução, e alguns mostraram atitudes negativas sobre o assunto. Esses resultados também apoiam as conclusões da Fase 1.

---

[6] Ko@erner , E., Zandamela , J. e Duckett , A. (2021). Gestão menstrual em Angola: Eficácia de fornecendo produtos menstruais de qualidade e workshops educativos no Huambo, Huíla , Luanda e Lunda Sul

Esquerda: Facilitador explicando a pesquisa a um rapaz participante. Direita: Meninas aprendendo como usar as suas calcinhas menstruais (PeriodPanties™)

Eficácia do produto menstrual e das intervenções educativas

MENINAS

Assim como os resultados da Fase 1, os workshops educativos SmartCycle® aumentaram a autoconfiança das meninas e melhorou o seu conhecimento sobre o ciclo menstrual e reprodução, com um aumento no número de meninas que relataram sentir-se à vontade para discutir o planeamento familiar com um futuro parceiro. Além disso, as calcinhas menstruais fornecidas tiveram um impacto positivo, melhorando o conforto geral e a confiança nas actividades diárias.

RAPAZES

A participação dos meninos nos workshops educacionais resultou em melhores informações sobre saúde menstrual e reprodutiva. Também diminuiu atitudes negativas e aumentou o seu nível de conforto ao discutir o assunto. Os resultados para os rapazes estão de acordo com os resultados da intervenção da Fase 1.

Meninos segurando a ferramenta SmartCycle® (reloginho menstrual).

Resultados Específicos - Meninas, Resultados Quantitativos

Experiência menstrual antes da intervenção - resultados quantitativos

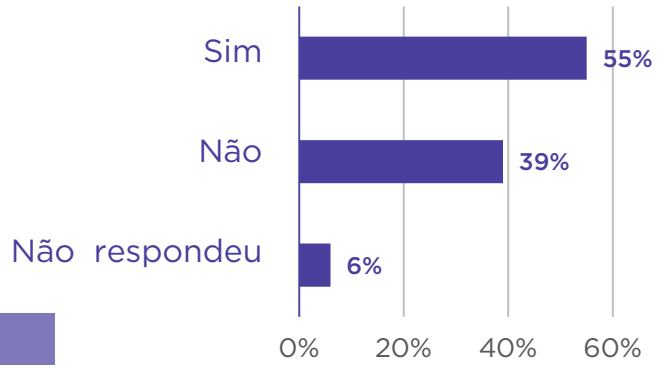
Na pesquisa inicial conduzida antes dos workshops, as meninas demonstraram informações limitadas e incorrectas sobre menstruação, relataram atitudes negativas e desconforto ao discutir o assunto e compartilharam limitações nas suas actividades diárias quando estavam menstruadas. Os pensos higiénicos descartáveis foram o produto mais utilizado e apenas 5% relataram estar satisfeitas com a forma como controlavam os seus períodos. A principal reclamação foi que os produtos existentes às vezes vazavam ou manchavam as suas roupas (34%).

Antes dos workshops, 42% das meninas relataram não saber nada sobre menstruação antes da primeira menstruação (menarca), enquanto 24% viam a menstruação como 'uma coisa ruim' e 51% se sentiam pelo menos 'um pouco desconfortáveis' ao falar sobre o assunto. 46% não responderam ou responderam incorrectamente à pergunta "Qual é o primeiro dia do ciclo menstrual", enquanto 18% disseram que o sangramento é um sinal de que a mulher está doente ou que fez algo errado, e 42% não responderam a essa pergunta . Quase metade – 48% das meninas relataram não saber a relação entre o ciclo menstrual e a reprodução, e 13% disseram não haver ligação entre eles.

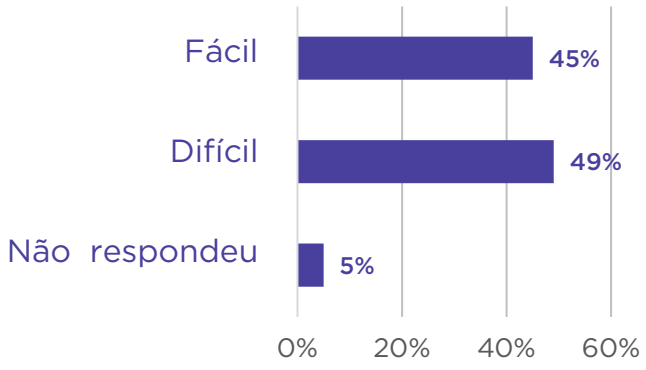
As meninas em geral relataram limitações nas actividades diárias durante a menstruação. 33% disseram que não tinham produtos suficientes para o período. 56% das meninas relataram que tendem a ficar em casa durante o período menstrual; 46% disseram que a menstruação torna difícil para elas serem activas ou praticar desporto; 24% disseram ter dificuldades em ir à escola; e 40% relataram ter problemas para se concentrar durante as aulas.

Além disso, as meninas compartilharam preocupações relacionadas à menstruação ao lidar com a menstruação na escola, com 68% preocupadas com manchas menstruais e 36% com colegas meninos sabendo que estão menstruadas. Quanto à infraestrutura de saneamento escolar, 38% afirmaram não ter um espaço privativo para trocar ou lavar os produtos da menstruação e 49% afirmaram ter acesso limitado à água na escola.

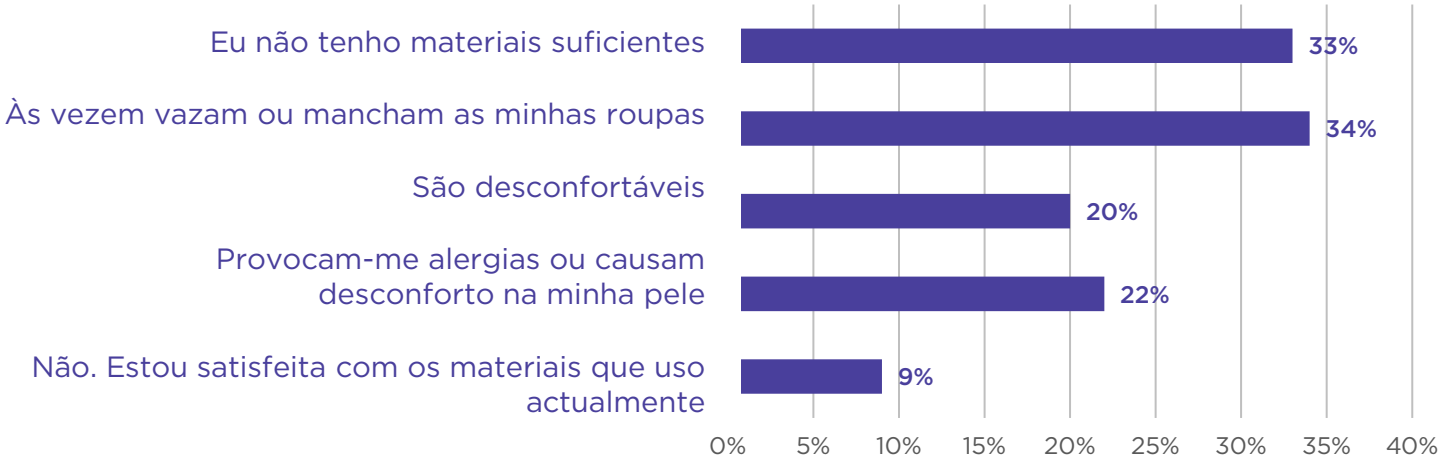
Eu entendo como o meu ciclo menstrual funciona



Como é o seu acesso à água na escola?



Você tem alguma preocupação ou reclamação sobre os produtos menstruais que usa actualmente?



"Quando eu estiver menstruada..."*

55% Tenho mobilidade limitada e frequentemente fico em casa.

45% É difícil praticar desporto ou brincar com os amigos.

24% É difícil ir para a escola.

38% É difícil se concentrar nas aulas.

*As entrevistadas poderiam escolher mais de uma resposta.

38%

das meninas relatam ter um espaço privado para trocar os produtos menstruais e cuidar da menstruação na escola

49%

das meninas relatam que é difícil ter acesso à água na escola.

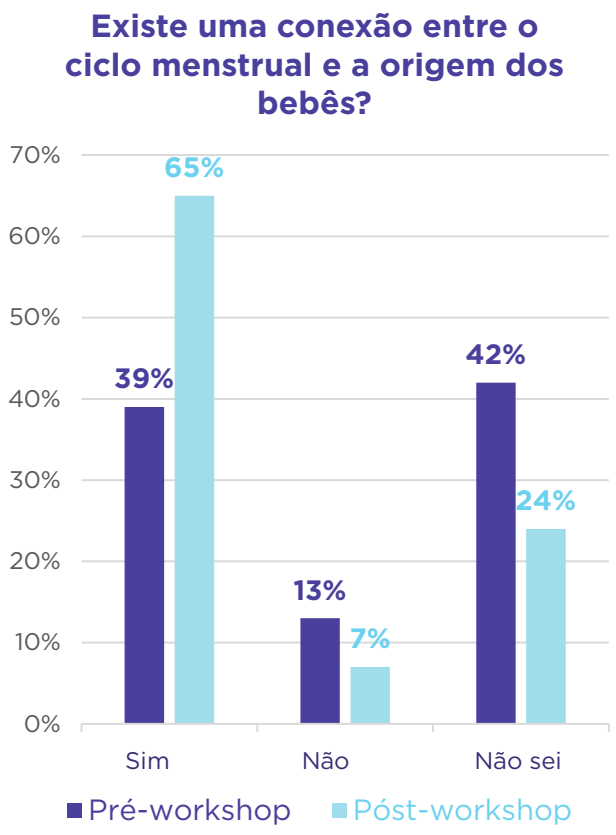
1 em cada 4 meninas relatou ter faltado à escola por causa da menstruação durante o último ano. Desse grupo, 24 % faltaram à escola em todas as menstruações.

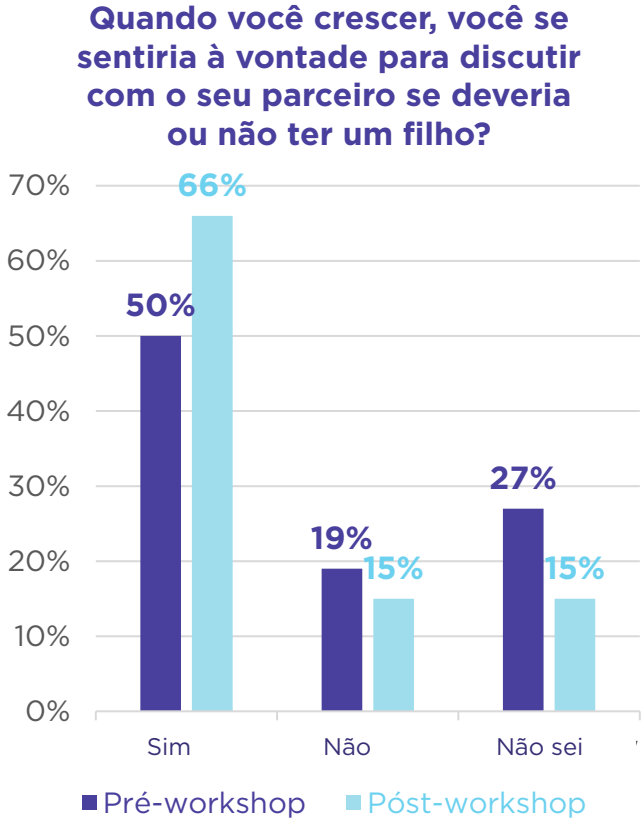
Meninas segurando suas PeriodPanties™

Efeitos do Workshop sobre Educação Menstrual - Resultados Quantitativos

O conhecimento das meninas sobre o ciclo menstrual e reprodução aumentou após a participação nos workshops. Por exemplo, antes da intervenção, 40% identificaram correctamente que a menstruação é uma ocorrência saudável; pós-workshop, o número subiu para 59%, um aumento de 48%. A porcentagem que respondeu correctamente que a ovulação é a liberação do óvulo do ovário e marca o pico da fertilidade aumentou de 43% para 67% pós-workshop. Além disso, houve um aumento de 67% nas meninas que identificaram correctamente a conexão entre o ciclo menstrual e a reprodução ("de onde vêm os bebés"), que passou de 39% pré-workshop para 65% pós-workshop.

Atitudes em relação à menstruação assumiram a forma de maior confiança. Por exemplo, após o workshop, 85% relataram que a menstruação é algo positivo, contra 71% antes do workshop. O número que relatou sentir-se confiante perto de rapazes durante a menstruação aumentou modestamente de 12% para 22%, um aumento de 83%. E a porcentagem que relatou sentir-se à vontade para falar sobre menstruação aumentou de 45% para 67%, um aumento de 49%.





As atitudes em relação à saúde reprodutiva e ao planejamento familiar também mudaram. A porcentagem que afirmou que marido e mulher devem decidir juntos se querem ter um bebê aumentou de 73% antes da oficina para 77% depois da oficina, um aumento de 5%. Além disso, após o workshop, 66% disseram que se sentiriam à vontade para conversar com seu futuro parceiro sobre o assunto, contra 50%, um aumento de 32%.

Resultados Específicos – Meninas, resultados Qualitativos

Efeitos do Workshop sobre Educação Menstrual - Resultados Qualitativos

Discussões de grupos focais de meninas foram realizadas na Lunda Sul, Moxico, Cuanza Sul e Benguela e forneceram informações adicionais sobre a eficácia dos workshops, dando uma visão mais completa dos resultados da intervenção. A maioria das meninas disse que conseguia se lembrar de algo que aprenderam no workshop e que a ferramenta SmartCycle® (reloginho menstrual) as ajudou a monitorar a sua menstruação. Algumas meninas até disseram que gostariam que o workshop fosse mais longo.

Quando perguntadas se já haviam usado a ferramenta SmartCycle® , a maioria das meninas disse que sim e que a deixava num local de fácil acesso, como pendurada na parede do quarto ou ao lado da cama. Uma menina disse: "Eu tenho usado, isso me ajuda muito".

As meninas compartilharam no grupo focal que aprenderam informações valiosas sobre saúde menstrual e reprodutiva durante os workshops, reforçando os resultados quantitativos. As meninas afirmaram que o workshop mudou a forma como elas viam e sentiam a menstruação, sendo que uma delas disse que costumava pensar que "tinha cometido um pecado e Deus a estava punindo". Outra menina disse que antes do workshop ela achava que a menstruação era uma doença.

Durante as discussões, as meninas falaram abertamente sobre mitos e tabus comuns relacionados à menstruação que aprenderam que não eram verdadeiros durante os workshops. Por exemplo, que uma menina menstruada não pode fazer um bolo; uma mulher pode engravidar por falar com homens durante a menstruação; uma menina menstruada não deve regar as plantas; e que a menstruação é um sinal de doença. As meninas sugeriram que sessões educativas semelhantes fossem disponibilizadas para as suas mães e mais amplamente para a sua comunidade, porque as suas mães muitas vezes defendem e propagam tabus (por exemplo, impedi-las de cozinhar durante a menstruação). Durante essas reflexões, várias meninas relataram que pretendiam usar as informações que aprenderam nos workshops para desafiar esses mitos e tabus no futuro.

"Devemos criar grupos de meninas que vão falar sobre menstruação e abordar esses tabus na sua vizinhança."

Meninas segurando as suas calcinhas menstruais (PeriodPanties™)

Efeitos do acesso a produtos menstruais - resultados qualitativos

As discussões do grupo focal forneceram evidências sobre as experiências das meninas com os produtos de roupa íntima menstrual que receberam várias semanas antes. A maioria das meninas compartilhou um feedback positivo sobre as calcinhas, citando que as roupas íntimas menstruais protegiam as suas roupas de manchas, ficavam bem e se sentiam confortáveis e confiantes ao usá-las. Uma garota disse: "Perdi a conta de quantas vezes usei. Ficaram muito confortáveis." Outras comentaram:

> **"Eu realmente gostei delas, e elas eram muito confortáveis. Eu as usei várias vezes.**

Algumas meninas disseram que ficaram nervosas no início para usar a calcinha, mas acabaram se sentindo confortáveis depois de descobrir que a calcinha as protegia:

> **"[No começo] eu estava preocupada, mas agora posso dizer com segurança que não deixaria de usar por nada."**

> **"Gosto muito e uso na menstruação sem medo"**

> **"São muito confortáveis e sinto-me muito segura desde que comecei a usá-las".**

Várias meninas relataram que se sentiam mais à vontade durante a menstruação tanto dentro de casa quanto frequentando a escola:

> **"Eu me senti muito confortável indo para a escola e brincando enquanto os usava."**

Em alguns casos, as meninas disseram que o tamanho da calcinha era um problema e questionaram se duas calcinhas eram suficientes para elas. Como resultado desses comentários, o UNFPA e a Be Girl estão a examinar essas questões para fazer os ajustes necessários em intervenções futuras.

A maioria das meninas afirmaram que usaram as calcinhas menstruais várias vezes e que as acharam fáceis de usar e confortáveis. Algumas disseram que ficaram preocupadas com manchas e vazamentos, mas que se sentiram confiantes em usá-las quando viram que isso não acontecia.

> A maioria das meninas disse que o produto era mais fácil de lavar e secar do que o que usavam anteriormente. A maioria também disse que recomendaria o produto a uma amiga ou irmã e que, se pudesse escolher, preferiria outra calcinha menstrual em vez de um pacote de absorventes menstruais descartáveis. Uma menina disse que o produto é "muito fácil e confortável de usar", enquanto outras disseram que é "mais durável, económico e mais confortável" do que os absorventes descartáveis.

No final do grupo focal, as meninas foram convidadas a imaginar que eram responsáveis por criar um "kit de dignidade" para dar a outras meninas da comunidade para gerir os seus períodos. A maioria das meninas disse que escolheria incluir a calcinha menstrual, e muitas disseram que forneceriam calcinhas menstruais e absorventes descartáveis para que as meninas pudessem escolher o que preferiam. As meninas também mencionaram que os kits deveriam incluir sabão, detergente e toalhas.

Menina segurando a sua calcinha menstrual e o seu reloginho de menstruação

Resultados Específicos – Rapazes, Resultados Quantitativos

Efeitos do Workshop sobre Educação Menstrual - Resultados Quantitativos

Como no caso das meninas, os resultados da pesquisa quantitativa dos rapazes mostraram uma maior compreensão do ciclo menstrual e da reprodução. De facto, a mudança positiva observada nos rapazes em consequência dos workshops foi maior do que nas meninas, o que pode ser explicado em grande parte por eles terem menos informações sobre o assunto no início.

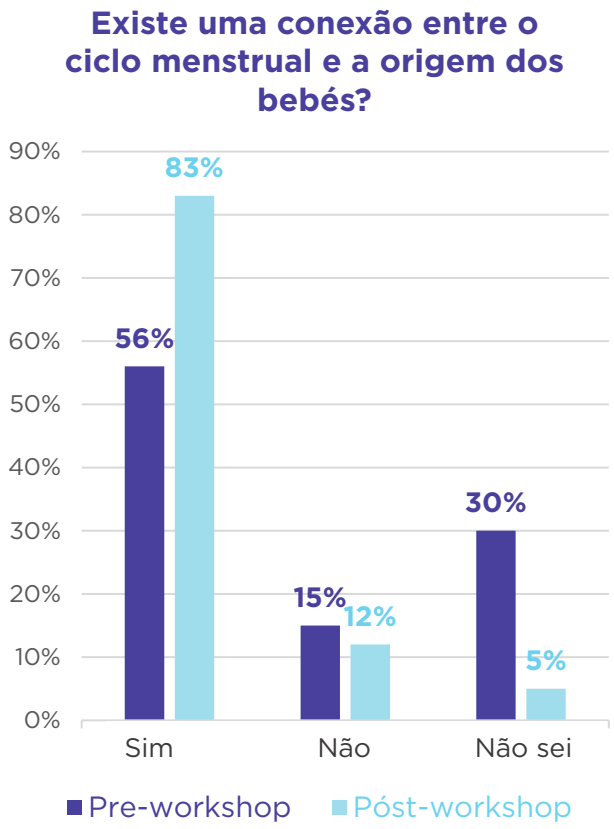
A porcentagem de rapazes que relataram entender como funcionava o ciclo menstrual quase triplicou, passando de 28% para 79%. Pré-workshop, a porcentagem que identificou correctamente o que era a ovulação ficou em 42%. Após o workshop, subiu para 73%, um aumento de 74%.

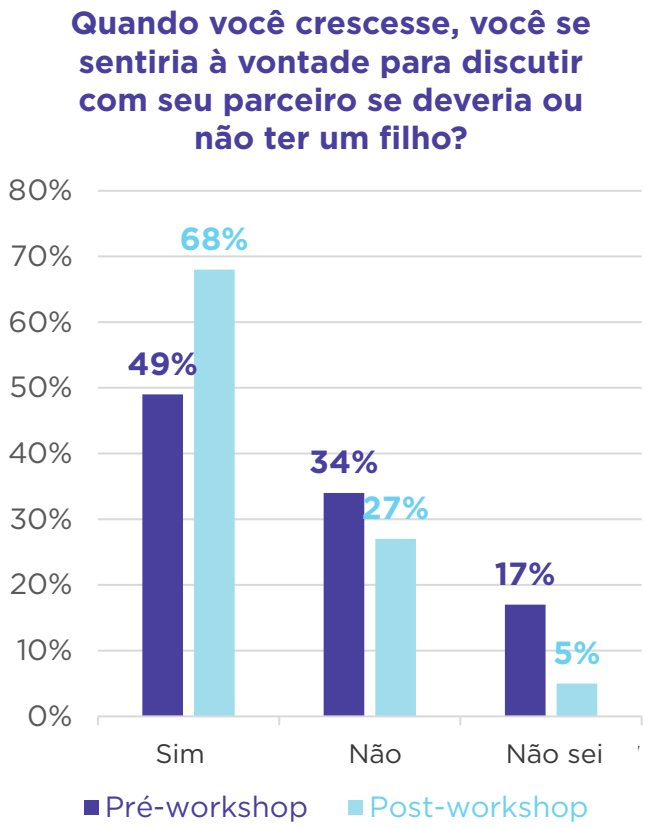
Resultados adicionais revelaram aumentos substanciais no conhecimento. Por exemplo, antes do workshop, 23% identificaram correctamente que o dia 14 é o dia mais provável para o pico da ovulação num ciclo médio de 28 dias. O número depois subiu para 47%, mais do que dobrando. Além disso, a porcentagem que identificou correctamente o tempo geral durante o ciclo menstrual em que uma mulher é mais fértil aumentou de 19% antes dos workshops para 45% após os workshops, também mais que dobrando.

Rapazes interagindo com a calcinha menstrual (PeriodPanty™)

O conhecimento sobre planeamento familiar também aumentou. A porcentagem que disse haver uma conexão entre o ciclo menstrual e a origem dos bebés aumentou de 52% antes do workshop para 80% após, um aumento de 54%. Antes dos workshop, 66% afirmaram que marido e mulher devem decidir juntos se querem ter filhos; o número subiu para 71% após o workshop, um aumento de 8%. E enquanto 47% pré-workshop disseram que se sentiriam à vontade para discutir com sua futura parceira sobre a possibilidade de ter um bebé; o número subiu para 66% após o workshop, um aumento de 40%.

Finalmente, as atitudes dos rapazes em relação à menstruação também mudaram. Antes do workshop, 49% relataram que era normal rapazes interagirem com meninas menstruadas, em comparação com 79% após o workshop, um aumento de 61%. Além disso, 38% relataram antes do workshop que se sentiriam confortáveis interagindo com uma menina menstruada e depois do workshop, 62% disseram que sim, um aumento de 63%. E a porcentagem que disse que meninos e homens deveriam aprender sobre menstruação aumentou de 77% antes do workshop para 88% depois do workshop.





RECOMENDAÇÕES E CONCLUSÕES

Recomendações

Em resumo, os resultados da colaboração da Fase II do UNFPA Angola com a Be Girl corroboram os resultados da Fase I, fornecendo evidências adicionais de que ambas as intervenções contribuíram para a remoção de barreiras e estigmas relacionados à menstruação enfrentados por meninas adolescentes angolanas. Essas barreiras servem como impedimentos para a igualdade de género, impedindo as meninas de oportunidades que lhes permitam atingir todo o seu potencial, como frequentar a escola confortavelmente, participar de actividades sociais e tomar decisões informadas sobre a sua saúde pessoal. Os resultados da Fase I e Fase II confirmam que as intervenções de gestão menstrual direcionadas podem desempenhar um papel importante, aumentando as oportunidades de participação equitativa na sociedade. Com base nessas descobertas, fazemos as seguintes recomendações de acções a serem tomadas:

1. **Ministrar educação menstrual baseada na biologia para meninas e meninos desde cedo (idealmente antes da menarca).**

   O conteúdo educacional deve ser elaborado para reduzir o medo, aumentar o conhecimento sobre menstruação e reprodução, aumentar a confiança, criar confiança para o diálogo e construir uma base para que as meninas tenham maior controle sobre a sua saúde reprodutiva e, portanto, sobre o seu futuro. O fornecimento de ferramentas de aprendizagem cinestésica (ou prática) para rastrear o ciclo menstrual oferece a oportunidade de um maior aprendizado sobre menstruação e reprodução.

2. **Envolver pais, professores, líderes comunitários, autoridades tradicionais e os próprios adolescentes nos esforços de educação menstrual.**

   Envolver adultos que são influências importantes na vida dos jovens permite que eles os eduquem e ajudem a desmantelar estigmas e tabus que, em última análise, são prejudiciais a todos. Além disso, os próprios adolescentes podem dar contribuições importantes como educadores de pares e consultores na tomada de decisões do programa, para aumentar a eficácia e a aceitação das intervenções.

3. **Fornecer às meninas acesso sustentável a produtos menstruais confiáveis.**

   Quando possível, fornecer às meninas produtos menstruais que comprovadamente fornecem protecção segura, sustentável e confiável. Quando possível, oferecer às meninas opções para lidar com a menstruação para as capacitar a participar da vida diária, com confiança e competência, incluindo a sua educação contínua.

4. **No nível nacional, defender a ampliação dos esforços colaborativos na criação de programas e geração de evidências de saúde menstrual.**

   A saúde menstrual contribui para a realização de vários Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) das Nações Unidas, incluindo o ODS 3, boa saúde e bem-estar; 4, Educação de Qualidade; 5, Igualdade de Género; 6, Água Limpa e Saneamento; e 10, Redução das Desigualdades. Apoiar as políticas existentes e criar novas iniciativas que permitem esforços colaborativos em pesquisa e programação em torno da saúde menstrual, promove o progresso em direcção a esses objectivos.

Conclusão

Dado que quase metade da população de Angola de 30,08 milhões de pessoas (em 2022) tem 14 anos ou menos[7], o potencial para facilitar mudanças positivas em todo o país através do fornecimento de informações críticas sobre saúde sexual e reprodutiva e respectivas informações e apoio sobre saúde menstrual materiais, é exponencial. Além disso, a oportunidade de aumentar o conhecimento e o apoio dos rapazes adolescentes à menstruação e ao planeamento familiar – incluindo a sua contribuição para acabar com o estigma e os tabus – é igualmente promissora. Em combinação, as mudanças fundamentais positivas que podem ocorrer, preparam o terreno para uma maior igualdade de género em Angola. E uma maior igualdade de género, por sua vez, pode conduzir a efeitos benéficos que se fazem sentir em todos os sectores da sociedade angolana.

---

[7] *Instituto Nacional de Estatística, 2016. Projeção da População 2014-2050.*

Meninas com suas calcinhas menstruais e reloginhos (Smartcycles® & Period panties™)

“Devemos criar grupos de meninas que vão falar sobre menstruação e abordar esses tabus na sua vizinhança.”

Sugestão de menina adolescente durante a discussão no grupo focal, Angola 2022

“[No começo] eu estava preocupada, mas agora posso dizer com segurança que não deixaria isso por nada.”

Menina adolescente falando sobre sua calcinha de menstruação (Be Girl PeriodPanty™), Angola 2022

Para mais informações:

Be Girl Inc.
hello@BeGirl.org
www.BeGirl.org
@BeGirlOrg

Fundo das Nações Unidas para a População, Escritório de Angola
Paula Andrade | aandrade@unfpa.org
www.angola.unfpa.org
@unfpa.angola