

SER MENINA NÃO DEVERIA DOER

A realidade das meninas no Brasil e no mundo*

35%-45%

sofrem dores
menstruais
incapacitantes

75%

das adolescentes com dor
menstrual persistente que
chegam à investigação
especializada têm
endometriose confirmada
— ainda assim, o **diagnóstico**
pode levar 12 anos.

VIOLÊNCIA SEXUAL

24,1%

dizem já ter sido vítimas de violência sexual

33%

dos estupros registrados são contra meninas de
10 a 13 anos (5,5 em cada 10 são pretas e pardas)

SAÚDE MENTAL

43%

já tiveram vontade de se cortar

25%

sentem que a vida não vale a pena

IMPACTO NA EDUCAÇÃO

62%

das meninas que menstruam já deixaram de ir à escola

15%

já faltaram à escola por falta de absorventes

ESPORTE

45%

das meninas abandonam o esporte até os 15 anos

DESIGUALDADE

58,8%

das meninas que vivem sem banheiro ou chuveiro
em casa são pretas ou pardas (≈418 mil de 713 mil)

*Fontes: PenSE, 2026; ONAPS, 2022; ANUÁRIO, 2025; UNICEF/UNFPA, 2021; Janssen et al., 2013; WHO, 2021

**PARA MUITAS MENINAS, MENSTRUAR AINDA
SIGNIFICA CONVIVER COM DOR SEM CUIDADO,
SILÊNCIO SEM ESCUTA E MEDO SEM PROTEÇÃO.**

SAÚDE MENSTRUAL: um determinante negligenciado na proteção integral das meninas

**DORES
NORMALIZADAS
LEVAM À PERDA DE
DIREITOS**

Isso é violência menstrual e significa:

- encurtamento das infâncias
- vulnerabilidade às violências
- evasão escolar
- abandono das atividades físicas
- sofrimento emocional
- isolamento social

**MENINAS DEVEM
SER PRIORIDADE
ABSOLUTA E RECEBER
CUIDADO INTEGRAL**

Para isso é preciso:

- Potencializar a voz das meninas e ampliar o conhecimento e sensibilidade sobre o tema
- Fortalecer uma visão de cuidado integral com ambientes seguros e políticas públicas intersetoriais
- Estabelecer estratégias múltiplas de enfrentamento à violência menstrual
- Identificar causas e tratamento para enfrentar a dor e a endometriose
- Acelerar o diagnóstico de endometriose
- Incluir meninos e homens nessa conversa

**A MENSTRUÇÃO NÃO
É O FIM DA INFÂNCIA**

Cuidar da saúde menstrual é:

- Cuidar da permanência na escola
- Cuidar da qualidade de vida
- Cuidar da saúde mental
- Cuidar da proteção contra violências
- Cuidar do futuro das meninas
- Cuidar das múltiplas Infâncias e Adolescências
- Cuidar do DIREITO DE BRINCAR E SER CRIANÇA

**CUIDAR DA SAÚDE MENSTRUAL DAS MENINAS
É PROTEGER SUA PERMANÊNCIA NA ESCOLA,
SUA SAÚDE MENTAL E SUA SEGURANÇA.**

alana 
Criança Primeiro

O Alana é um ecossistema de impacto socioambiental que atua para promover e proteger os direitos das crianças e dos adolescentes no Brasil e no mundo. Trabalha em múltiplas frentes — educação, ciência, saúde, entretenimento e advocacy — para a construção de uma sociedade mais justa, sustentável e inclusiva para as infâncias e as adolescências, no presente e no futuro.