

## IMPLEMENTAÇÃO DA LICENÇA MENSTRUAL NO ORDENAMENTO JURÍDICO BRASILEIRO: PONDERAÇÕES A RESPEITO DO PROJETO DE LEI Nº 1.249/2022 E SEUS REFLEXOS NA ESFERA TRABALHISTA

Larissa Pereira Casagrande Vieira <sup>1</sup>  
Laryssa Pereira de Oliveira <sup>2</sup>  
Nathiely Jurewiski <sup>3</sup>  
Jaqueline Coutinho Saiter <sup>4</sup>

### Resumo

O Projeto de Lei Nº 1.249/2022 visa proporcionar 3 (três) dias consecutivos, a cada mês, para mulheres com sintomas considerados graves associados ao fluxo menstrual. O presente estudo possui como objeto analisar os impactos decorrentes da licença menstrual na esfera trabalhista, bem como na sociedade. Ademais, a pesquisa visa investigar os aspectos fisiológicos da menstruação, buscando compreender as nuances do tema que dão fundamento para Projeto de Lei em comento. Os dados serão coletados de literaturas científicas, legislações e dados acerca da implementação da licença menstrual em países que já possuem essa garantia às mulheres. Assim, compreender como a mulher é inserida nesse contexto que envolve tanto aspectos culturais e históricos como fisiológicos, em uma perspectiva socioeconômica, é de fundamental importância para que se alcance um entendimento mais aprofundado dos reflexos de uma possível aprovação da alteração legislativa proposta. Pretende-se com a pesquisa a obtenção de respostas concernentes à existência ou inexistência de benefícios resultantes da eventual aprovação do projeto de lei.

**Palavras-chave:** Projeto de Lei Nº 1.249/2022; Licença menstrual. Direito das mulheres.

### Abstract

Bill No. 1,249/2022 aims to provide 3 (three) consecutive days, each month, for women with symptoms considered serious associated with menstrual flow. The purpose of this study is to analyze the impacts resulting from menstrual leave on the labor sphere, as well as on society. Furthermore, the research aims to investigate the physiological aspects of menstruation, seeking to understand the nuances of the topic that provide the basis for the Bill under discussion. Data will be collected from scientific literature, legislation and data on the implementation of menstrual leave in countries that already have this guarantee for women. Therefore, understanding how women are inserted in this context that involves both cultural, historical and physiological aspects, from a socioeconomic perspective, is of fundamental importance in order to achieve a deeper understanding of the consequences of a possible approval of the proposed legislative change. The aim of the research is to obtain answers regarding the existence or non-existence of benefits resulting from the eventual approval of the bill.

**Keywords:** Bill No. 1.249/2022; Menstrual leave. Women's rights.

**Contato:** [larissapereira.vieira@sounovomilenio.com.br](mailto:larissapereira.vieira@sounovomilenio.com.br);  
[laryssa.oliveira@sounovomilenio.com.br](mailto:laryssa.oliveira@sounovomilenio.com.br); [jaqueline.saiter@novomilenio.br](mailto:jaqueline.saiter@novomilenio.br)

## INTRODUÇÃO

O Projeto de Lei nº 1249/2022 pretende acrescentar o inciso XII ao artigo 473, do Decreto-Lei Nº 5452, de 1º de Maio de 1943 (Consolidação das leis do trabalho),

para garantir licença de 03 (três) dias consecutivos, a cada mês, às mulheres que comprovem sintomas graves associados ao fluxo menstrual. Se aprovado, será criado no ordenamento jurídico brasileiro a “licença menstrual”.

É de conhecimento geral que as mulheres ficaram em segundo plano em diversos setores da sociedade, e a luta por seus direitos continuam nos dias de hoje, fazendo mulheres conquistarem cada vez mais espaço, em diversas áreas, sendo possível analisar as consequências sociais geradas, desde os primórdios. Sendo assim, faz-se necessário, diante da intenção da aprovação deste projeto de lei, voltar-se para alguns temas relacionados à inserção das mulheres no ambiente de trabalho, bem como a contextualização do papel das mulheres ao longo da história.

Diante disso, seguiremos analisando e abordando três pontos. O primeiro será a contextualização do papel das mulheres na sociedade, sobretudo no contexto do movimento feminista no que concerne às suas duas “ondas”, sendo a primeira com enfoque na luta por direitos como o voto, a educação, o trabalho e os direitos reprodutivos.

Já a segunda onda, com atenção voltada à igualdade entre homens e mulheres e o reconhecimento de suas distinções. Esse contexto de luta, que permanece até os dias atuais, foram fundamentais para que os direitos direcionados às mulheres fossem inseridos no ordenamento jurídico brasileiro.

No segundo tópico analisaremos brevemente o período menstrual, conceituando-o. Além disso, apresentaremos as consequências físicas, emocionais e sociais oriundas desse período, tendo em vista que algumas mulheres são afetadas de forma incisiva. Ademais, será abordado também o tabu que rodeia a menstruação, impedindo que seja tratada livremente, o que certamente proporciona mais conhecimento à sociedade e conseqüentemente mais consciência.

O terceiro ponto visa analisar o Projeto de Lei Nº 1.249/2022, focando em suas disposições e principalmente em suas consequências frente ao direito em caso de eventual aprovação. Além disso, visa verificar quais as repercussões à luz do direito trabalhista, confrontando eventuais benefícios e malefícios relativos às empregadas.

## **PERSPECTIVA HISTÓRICA SOBRE OS DIREITOS DAS MULHERES**

## O MOVIMENTO FEMINISTA

O movimento feminista como um corpo ativista e organizado somente ganhou força no final do século XIX, possuindo como inspiração a obra literária publicada por Mary Wollstonecraft, intitulada “Reivindicação dos Direitos da Mulher”, que mais tarde serviria como influência para o movimento feminista, sendo considerada ainda como a “Bíblia” do feminismo (CARVALHO, 2020).

Além da obra supramencionada, outros fatores foram significativos para a concretização do movimento feminista, tais como a Reforma Protestante no século XVI, concernente à individualização da fé e a ideia de igualitária entre homem e mulher na religião. A respeito de tal período e da luta das mulheres, Luana Miranda Carvalho, autora do artigo “A contribuição do feminismo para a conquista da igualdade de direitos pelas mulheres”, argumenta que:

[...] foi sem dúvida nos países protestantes, do Norte da Europa e da América, que surgiu o feminismo moderno: líderes mulheres protestantes, inspiradas e destemidas, prontas para qualquer coisa que viesse pela frente, inclusive, derrubar autoridades do poder. (CARVALHO, LUANA MIRANDA. 2020, pág. 11)

Outro movimento que proporcionou certa inspiração ao movimento feminista foi o Iluminismo, em meados do século XVIII, caracterizado pelo intuito de liberdade e igualdade. Tal período foi marcado pela participação de importantes filósofos, entre os quais, Voltaire e Diderot, que manifestaram-se a favor das ideias trazidas pelo movimento feminista (HAMILTON citado por CARVALHO, 2020).

Ainda no século XIX, nos Estados Unidos, já era possível observar um movimento que prezava pela independência das mulheres. No ano de 1848, foi realizada a primeira assembleia feminista possuindo como líderes Sarah Grimke, Angelina Grimke e Elizabeth Cady Stanton, que emitiram a Declaração de Independência das Mulheres. Após anos dessa emissão, precisamente em 1869, um estado americano teve a iniciativa de conceder o direito de voto às mulheres (WOOLF citado por CARVALHO, 2020).

Na Inglaterra, foi publicada uma obra literária nomeada de “Sujeição das Mulheres”, de autoria de John Stuart Mill, que inspirou-se nas ideologias de Mary Wollstonecraft. Tal obra literária contribuiu significativamente na luta pelos direitos

jurídicos das mulheres da Inglaterra. Também no século XIX, outras importantes conquistas podem ser verificadas na Inglaterra, como a regulamentação do divórcio (em 1857), o direito de propriedade no casamento (em 1870), o direito ao voto em eleições municipais (a partir de 1888), fundação de dois colégios universitários para mulheres (em 1846 e 1848) (HAMILTON citado por CARVALHO, 2020).

A respeito da capacitação das mulheres que proporcionaram o exercício de profissões liberais, a autora Luana Miranda Carvalho, argumenta que:

[...] Foi possível que as mulheres pudessem ingressar nas profissões liberais. Nos fins dos séculos passados, nos países mais adiantados socioeconomicamente, já era comum encontrar mulheres médicas, advogadas e professoras. (CARVALHO, LUANA MIRANDA. 2020, pág. 15)

A luta para conquistar o direito ao voto foi uma das mais importantes, tendo em vista que as mulheres acreditavam que ao conquistá-lo seria possível obter seus direitos e gerar uma influência nas leis que eram propostas. Dessa forma, o sufrágio converteu-se em um símbolo para as mulheres feministas.

Diante da mobilização para a conquista do direito ao voto feminino, em 1893, o primeiro país a conceder o direito ao voto feminino foi a Nova Zelândia. Em 1906, a Finlândia foi o primeiro país europeu a conceder o sufrágio às mulheres. Após, outros países também permitiram, como a Noruega em 1907, Austrália em 1908 e Dinamarca em 1915 (MORAIS citado por CARVALHO, 2020).

Após, diversos países foram concedendo aos poucos o direito ao voto às mulheres. Na Rússia, com a Revolução Russa, em 1917. O Canadá concedeu direito ao voto às mulheres maiores de 21 anos em 1918. Nos Estados Unidos, após a aprovação da 19ª Emenda Constitucional, em 1920. Na Inglaterra, somente em 1928. Na Espanha, o sufrágio universal concretizou-se em 1931. Na Itália, o direito ao voto feminino ocorreu somente após a Primeira Guerra Mundial. Na França, a conquista deu-se em 1944 (CARVALHO, 2020).

Quanto ao Brasil, apesar de a luta pelo direito ao voto feminino ter sido desde o século XIX e início do século XX, tal direito somente concretizou-se em 1932, no governo de Getúlio Vargas, sendo concedido por meio de Decreto (OLIVEIRA, 2022).

## **A PRIMEIRA E A SEGUNDA ONDA DO FEMINISMO**

De forma a proporcionar uma melhor compreensão a respeito do feminismo, muitos autores separam o movimento feminista no que chamam de “ondas do feminismo”, uma maneira mais didática para se tratar do assunto. A respeito disso, as autoras do artigo “As ondas do feminismo e seu impacto no mercado de trabalho da mulher”, Carolina Bastos de Siqueira e Elda Coelho de Azevedo Bussinguer, sustentam que:

Na realidade, a expressão, apesar de ajudar na compreensão do fenômeno, parece remeter à ideia de movimento finito e sedimentado que pode levar a um equívoco no que diz respeito a tudo aquilo que a expressão representa.

Em virtude disso, é necessário trazer luz para uma ideia equivocada de finitude dos diversos movimentos feministas na história, como se a cada novo movimento que se inicia, a “onda” anterior estivesse a dissipar assim que atinge a praia - o que não é verdade. De fato, os diversos feminismos continuam a conviver, ainda que não de maneira harmoniosa, no cenário acadêmico e social. (SIQUEIRA, CAROLINA BASTOS DE; BUSSINGUER, ELDA COELHO DE AZEVEDO. 2020, pág. 3-4)

No presente artigo, focaremos na primeira e na segunda “onda” do feminismo, as quais são marcadas principalmente no que tange à luta por direitos como o voto, a educação, o trabalho e os direitos reprodutivos.

A primeira onda do feminismo caracterizou-se pela luta por mais participação da mulher na política, visando o poderio decisório, ou seja, a concessão de direitos de modo a influenciar na tomada de decisões destinadas à sociedade a qual faziam parte. Além disso, também possuía como objetivo o direito à educação (NARVAZ; KOLLER citado por BUSSINGUER; SIQUEIRA, 2020).

A respeito dessa primeira onda, Carolina Bastos de Siqueira e Elda Coelho de Azevedo Bussinguer, argumentam que:

[...] pode-se dizer que este início do movimento buscava retirar a mulher do espaço privado e incluí-la no espaço público, inicialmente, lutando pelo direito de frequentar a escola e votar. (SIQUEIRA, CAROLINA BASTOS DE; BUSSINGUER, ELDA COELHO DE AZEVEDO. 2020, pág. 5)

No Brasil, a primeira onda possui uma forte influência de Nísia Floresta Brasileira Augusta, que ao ler a obra de Mary Wollstonecraft, considerada a “Bíblia” do feminismo, incorporou ideais feministas, influenciando na luta pelo direito de voto e educação. Porém, inicialmente o movimento alcançava as classes mais favorecidas (DUARTE citado por BUSSINGUER; SIQUEIRA, 2020).

A busca pela normatização do ofício feminino tornou-se difundida a partir de greves, em que a participação das mulheres operárias era significativa, visando inclusive demandas relacionadas à equiparação salarial. Tais figuras foram essenciais a proporcionar estrutura ao movimento feminista no Brasil (TELES citado por BUSSINGUER; SIQUEIRA, 2020).

No ano de 1920, houve a organização da Federação Brasileira pelo Progresso Feminino, a qual visava a inserção da mulher na educação, assegurar o direito à maternidade à mulher trabalhadora, garantia de direitos de cidadania, dentre outros objetivos (TELES citado por BUSSINGUER; SIQUEIRA, 2020).

Após a Segunda Guerra Mundial, o movimento feminista passou a focar na igualdade entre homens e mulheres e o reconhecimento de suas distinções. Nessa segunda onda, o conceito de justiça tornou-se mais amplo, sendo que as injustiças ganharam enfoque em outras áreas. A respeito disso, Nancy Fraser, sustenta que:

Rejeitando todo o foco exclusivo no Marxismo na economia política quanto o foco exclusivo no liberalismo na lei, elas desvendaram injustiças localizadas em outros lugares – na família e em tradições culturais, na sociedade civil e na vida cotidiana. (FRASER, NANCY. 2016, pág. 39-40)

Durante a segunda onda pode-se dizer que houve uma inclusão de outros grupos que reivindicavam por seus direitos, como as mulheres negras, pobres, que não se fizeram tão presentes na primeira onda do feminismo.

No Brasil, a segunda onda deu início a partir de 1970, sendo uma luta pautada na busca por direitos iguais entre mulheres e homens no ambiente do trabalho. No que diz respeito às mulheres negras, suas pautas passaram a fazer parte em 1980. Buscava-se que os seus direitos também fossem concedidos em vez de somente serem destinados às mulheres brancas (TELES citado por BUSSINGUER;

SIQUEIRA, 2020). Em relação a esse contexto, Carolina Bastos de Siqueira e Elda Coelho de Azevedo Bussinguer, afirmam que:

De fato, há um grande abismo entre as opressões desses grupos sociais com relação ao movimento feminista, porque a reivindicação pelo direito ao trabalho da mulher branca não se prestava a solucionar os problemas da mulher negra, já que esta sempre esteve no mercado de trabalho e atuava em cargos não valorizados na sociedade, portanto, sem reconhecimento financeiro expressivo. (SIQUEIRA, CAROLINA BASTOS DE; BUSSINGUER, ELDA COELHO DE AZEVEDO. 2020, pág. 8)

Após essa passagem, surge a terceira onda do feminismo, que conforme dito anteriormente, não será tratada no presente artigo, que passou a exprimir um afastamento do objetivo cêntrico do movimento feminista, passando a possuir como foco as relações de gênero, focando em “diferenças, da alteridade, da diversidade e da produção discursiva da subjetividade” (NARVAZ, Martha Giudice; KÖLLER, Sílvia Helena. 2006, p. 649).

## **BREVES CONSIDERAÇÕES SOBRE A MENSTRUAÇÃO**

### **CONCEITO**

De acordo com o Ministério da Saúde, a menstruação é um processo natural no corpo da mulher que marca o início da puberdade. Ela é caracterizada pelo sangramento resultante da descamação do revestimento do útero quando não ocorre a fecundação. Durante esse processo de maturação, há um gradual aumento na secreção de certos hormônios, que começa geralmente por volta dos 8 anos de idade (BRASIL, 2023).

A primeira menstruação, conhecida como menarca, costuma ocorrer entre os 11 e 16 anos de idade. A partir desse momento, o corpo feminino passa a se preparar mensalmente para a possível fertilização de um óvulo. Caso a fecundação não ocorra, o revestimento uterino se desintegra e é eliminado do corpo durante a menstruação (MARQUES; MADEIRA; GAMA, 2022).

Nos dias que antecedem a menstruação, muitas mulheres experimentam os sintomas da Tensão Pré-Menstrual, popularmente chamada de TPM. Essa síndrome

é causada por flutuações hormonais que ocorrem durante o período pré-menstrual, principalmente após a ovulação. Essas alterações hormonais podem afetar o sistema nervoso central, desencadeando uma série de sintomas (SAMPAIO; MEDRADO; MENEGON, 2021).

A tensão pré-menstrual (TPM) é uma realidade enfrentada por muitas mulheres, e sua manifestação pode variar, afetando tanto o período que antecede a menstruação quanto o próprio fluxo menstrual. Essa condição traz consigo uma série de sintomas que impactam a vida das mulheres de diferentes maneiras. De acordo com Ministério da Saúde:

Em algumas mulheres, duram dias antes da menstruação, em outras, se estendem durante o fluxo menstrual, se encerrando com o fim dele. Alguns sintomas de TPM são: cólicas, dor de cabeça, inchaço, dor nas mamas, retenção de líquido, irritabilidade, ansiedade, insônia ou sonolência, dificuldade de concentração, fome exagerada, falta de apetite e até depressão. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023, s.p).

É importante destacar que a presença de todos esses sintomas não é necessária para caracterizar a TPM. Durante o ciclo menstrual, que abrange tanto o ciclo uterino (endometrial) quanto o ciclo ovariano, as flutuações nos níveis hormonais de estrogênio e progesterona podem causar uma variedade de sintomas, dependendo da fase do ciclo (SAMPAIO; MEDRADO; MENEGON, 2021).

## **EFEITOS DECORRENTES DA MENSTRUÇÃO**

A cada mês, o corpo da mulher passa por variações hormonais e liberação de hormônios femininos essenciais, como o estrogênio e a progesterona. Esse processo é conhecido como ciclo menstrual, geralmente com uma duração média de 28 dias, podendo variar entre 20 e 45 dias (CANDIDO; ESTEVE; REZENDE, 2022).

No entanto, em muitos casos, a menstruação pode trazer desconforto sob a forma de dismenorreia, que é caracterizada pelo aumento na produção e liberação de prostaglandinas no útero. Isso resulta em contrações uterinas mais intensas para expelir o revestimento do útero, o que leva à dor devido à diminuição insuficiente da toxicidade e transparência uterina (TERZI; TERZI; KALE, 2015).



Essas dores ou desconforto podem começar algumas horas antes do início da menstruação ou no início da mesma, podendo persistir por um período de 8 a 72 horas, com maior intensidade geralmente nos dois primeiros dias. A intensidade da dismenorreia pode variar de leve a severa, e a quantidade de fluxo sanguíneo pode ser diferente para cada mulher, variando durante o ciclo menstrual (TERZI; TERZI; KALE, 2015).

Nesse sentido, é válido que se destaque algumas variáveis relacionadas a esse contexto:

Alguns fatores, como a nuliparidade (não ter tido filhos), o início da primeira menstruação antes dos 12 anos ou um fluxo menstrual intenso, podem estar associados a essa condição. Além disso, a dismenorreia pode estar relacionada à menstruação irregular, ciclos menstruais mais longos e à presença de sintomas pré-menstruais (FURTADO et al., 2022).

Essas sensações dolorosas durante o período menstrual costumam ser acompanhadas por sinais e sintomas como náuseas, vômitos, diarreia, dor de cabeça, dor lombar, tontura e nervosismo. Isso pode causar desconforto e afetar a capacidade das mulheres de realizar suas atividades diárias e de lazer (FURTADO et al., 2022).

Cumprе ressaltar que a síndrome pré-menstrual (SPM) é caracterizada por alterações físicas, cognitivas, comportamentais e de humor que ocorrem de forma recorrente, além dos sintomas próprios do período menstrual, e interferem negativamente nas atividades cotidianas das mulheres (TEIXEIRA; OLIVEIRA; DIAS, 2013).

Segundo Mattia et al. (2008), alguns desses sintomas incluem o aumento e a maior sensibilidade das mamas, cefaléia, irritabilidade e instabilidade emocional, afetando aproximadamente 75% das mulheres durante 3 a 10 dias anteriores à menstruação.

De acordo com Teixeira, Oliveira e Dias (2013), a SPM pode começar cerca de duas semanas antes da menstruação e persistir por um a três dias após o início do fluxo menstrual. Infelizmente, em muitos casos, as dores associadas ao período menstrual são desconsideradas e minimizadas como "frescura", um estigma que é muitas

vezes perpetuado pelos meios de comunicação, especialmente em anúncios de produtos.

Lana de Araújo Gomides (2020) aborda esse discurso, enfatizando o quanto as queixas das mulheres sobre seu período menstrual são deslegitimadoras e desencorajadas, muitas vezes incomodando os maridos, colegas e chefes, que interpretam essas reclamações como um "exagero" e veem a indisposição feminina como algo não atraente.

Concernente ao trabalho da mulher em dias em que os sintomas do período menstrual aparecem, a autora Fabiana Motroni opina:

[...] as mulheres continuam sentindo essa dor que atrapalha a vida delas...e o trabalho, por exemplo? É ruim isso da mulher sentir dor e ter que trabalhar né?" É ruim sim, e fica pior ainda porque se a sociedade não respeita essa questão, 'invisibilizando' a menstruação, a TPM, as dores da cólica menstrual, ela não acolhe essa diferença nem oferece condições para a pessoa poder se dedicar ao trabalho mesmo assim. E isso incomoda. E aí você faz o que? Você pode fazer diferente: como nossa amiga Jul Pagul, empresária, dona do Balaio Café em Brasília, que oferece um dia de folga remunerada para seus funcionários que menstruam ficarem em casa, cuidando dessa dor que algumas vezes faz parte do corpo da mulher. Então, a gente faz isso: incomodemos. Cuidemos de nossos corpos, nossas dores físicas e simbólicas, sem nunca permitir que nos façam sentir incomodadas com isso. Incomodemos. A cada 'desrepresentação' da mulher na propaganda, na política, na vida. Incomodemos (MOTRONI, 2015, s.p).

Quando as condições técnicas e de saúde da trabalhadora permitem, é válido considerar a possibilidade de acordo com a empresa para que ela possa desempenhar sua jornada de trabalho de forma remota, seja por meio do teletrabalho ou outra modalidade de serviço à distância. Essa abordagem visa atender tanto às necessidades de saúde da trabalhadora quanto às demandas regulares da atividade empresarial (OLIVEIRA, 2023).

O afastamento do trabalho durante o período menstrual possui respaldo científico e é recomendado por profissionais de saúde, levando em consideração as transformações que o corpo feminino experimenta nesse momento. Por exemplo, o

ginecologista inglês Gedis Grudzinskas sugere a implementação de uma "licença menstrual" em todo o mundo como uma maneira de aumentar a eficiência das mulheres no ambiente de trabalho (OSTLER, 2014).

Um estudo conduzido pela empresa MedInsight, intitulado "Dismenorreia & Absenteísmo no Brasil", revela que aproximadamente 65% das mulheres brasileiras sofrem de dismenorreia, que é o termo científico para cólicas menstruais.

Além disso, cerca de 70% das mulheres experimentam uma redução na produtividade durante o período menstrual devido a cólicas e outros sintomas, como fadiga excessiva (59,8%), inchaço nas pernas, náusea (51%), dor de cabeça (46,1%), diarreia (25,5%), dores em outras áreas do corpo (16,7%) e vômitos (14,7%) (NASCIMENTO, 2019).

Nesse contexto, o Projeto de Lei nº 1249, de 2022, propõe a inclusão do inciso XIII no artigo 473, do Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de Maio de 1943 (Consolidação das Leis do Trabalho), com o objetivo de garantir uma licença de três dias consecutivos, a cada mês, para as mulheres que apresentem sintomas graves relacionados ao período menstrual.

Importante destacar que o referido artigo aborda diversas situações de ausência remunerada para os empregados e que não é a primeira vez que essa questão é discutida no Brasil, sendo esse um tema que será explorado nos capítulos seguintes desta pesquisa. Ressalte-se que na justificativa do projeto, o parlamentar e autor Carlos Bezerra argumentou que essa licença "proporcionará às mulheres um maior conforto diante das mudanças que seus corpos enfrentam nesse período" (NASCIMENTO, 2019).

## **A MENSTRUÇÃO COMO TABU**

O tabu em torno da menstruação é um fenômeno global que atravessa fronteiras culturais e religiosas. No entanto, esses tabus são baseados em falta de informação e preconceito. Para romper com essas crenças arraigadas, é fundamental promover a educação menstrual e abrir um diálogo aberto sobre o tema (LIMA; NASCIMENTO; BASTOS, 2022).

A menstruação é uma parte natural da vida das mulheres e deve ser tratada com respeito e compreensão, em vez de vergonha e estigmatização. Superar o tabu da menstruação é um passo crucial em direção à igualdade de gênero e ao empoderamento das mulheres (RATTI et al., 2015).

Outrossim, assim como em outras partes do mundo, o tabu em torno da menstruação é uma realidade na sociedade brasileira. Este fenômeno se perpetua socialmente, tratando a menstruação como algo que deveria ser oculto, vergonhoso e desagradável, apesar de ser uma parte natural do ciclo reprodutivo do corpo feminino (LIMA; NASCIMENTO; BASTOS, 2022).

No documentário "Absorvendo o Tabu", vê-se um exemplo dessa problemática. Meninas em escolas rurais na Índia, quando questionadas sobre a menstruação, frequentemente a associam a um problema exclusivamente feminino. Seus colegas do sexo masculino, por sua vez, a enxergam como uma doença que afeta principalmente as mulheres (ZEHTABCHI, 2018).

As meninas, ao responderem a perguntas sobre menstruação, demonstram visível constrangimento. Além disso, o tabu sobre o tema afeta até mesmo a esfera religiosa, com anciãos de suas vilas instruindo que os deuses não ouvem suas preces durante o período menstrual e recomendando que evitem ir ao templo, considerando-as impuras nesse momento (ZEHTABCHI, 2018).

Em outros países, como as Filipinas, há crenças que levam as mulheres a evitar tomar banho ou lavar o cabelo durante a menstruação, alegando que isso impediria que o sangue subisse à cabeça e as deixasse supostamente "loucas" (NORONHA, 2019).

Observando esses aspectos em diferentes culturas, torna-se evidente que a falta de informação desempenha um papel crucial na perpetuação desse tabu. A menstruação é rotineiramente associada a nojeira e sujeira, e muitas mulheres não gostam ou não suportam estar menstruadas. Até mesmo textos antigos, como o Livro Levítico na Bíblia, tratam as mulheres menstruadas como impuras por sete dias, assim como qualquer coisa que toquem.

Quando uma mulher tiver o fluxo de sangue da menstruação, ficará impura por sete dias, e quem nela tocar ficará impuro até o entardecer. Tudo sobre o qual ela se

deitar durante a sua menstruação ficará impuro, e tudo sobre o qual ela se sentar ficará impuro. Levítico 15:19-20 NVI

Esse estigma tem raízes profundas na história e na cultura, mas é essencial confrontá-lo e promover a educação menstrual para desmistificar esse processo fisiológico que acompanha as mulheres nas mais diversas fases da vida, promovendo assim uma sociedade mais inclusiva e igualitária.

## **LICENÇA MENSTRUAL**

A licença menstrual trata-se de um afastamento remunerado gozado pela mulher durante o seu ciclo menstrual. Vale ressaltar que, o objetivo desta licença é inserir na sociedade, como forma de senso comum, o respeito e o reconhecimento dos desafios encarados pelas mulheres nesse período.

Além do mais, tal licença objetiva conceder uma pausa apropriada, para que a mulher descanse e cuide da saúde, garantindo um período um pouco mais leve, considerando que são vários os sintomas e os desconfortos associados à menstruação, como já mencionado nos capítulos anteriores, especificamente no item 2.2.

Conquanto, a realidade é que a maioria das mulheres não deixam de trabalhar em seu período menstrual, conforme dados de uma pesquisa global da Deloitte denominada “women @ work”, que expõe a opinião das mulheres quando se trata de suas experiências no ambiente de trabalho.

Isto porque as faltas podem ser descontadas do seu salário, ou até mesmo pode desencadear uma demissão, ou seja, uma justificativa plausível para os dados as pesquisas, pois para não correr esse risco, as mulheres comparecem mesmo diante de forte dor, fadiga, dor de cabeça, dor nos seios, vômitos, entre outros sintomas decorrentes do ciclo menstrual.

Dessa forma, a garantia de um afastamento durante esse período, que é doloroso para algumas mulheres, evitaria as repercussões mencionadas anteriormente, gerando um acolhimento direcionado à elas. Por outro lado, há possibilidade de gerar um efeito contrário, elevando os níveis de desigualdade na contratação de mulheres, dentre outras consequências.

## **PAÍSES QUE GARANTEM A LICENÇA MENSTRUAL E SEUS REFLEXOS**

A primeira legislação sobre a licença menstrual foi introduzida em 1922, onde o conceito surgiu na União Soviética. Mas são poucos os países que garantem a licença menstrual para as mulheres no âmbito de trabalho. A maioria dos países que adotam a medida se encontram na Ásia, onde inclui Taiwan, Indonésia, Japão, Coréia do Sul, bem como Zâmbia e Filipinas.

No Japão, a medida foi inserida na legislação em 1947, e estabelece que as mulheres possuem 3 dias de folga no período menstrual, e é a mesma quantidade de dias concedidos em Tawan. Na Indonésia as mulheres têm direito a 2 dias de licença, e já nas Filipinas as mulheres têm o direito a licença menstrual, porém lhes é garantido receber apenas a metade do salário durante período usufruído. A Coréia do Sul adotou a medida em 1953, e a lei sofreu alteração em 2001, garantindo 1 dia de licença por mês, sem vencimento e a requerimento da funcionária (BBC, 2023).

Em fevereiro de 2023, a Espanha aprovou a licença menstrual, tornando-se o primeiro país da Europa a aplicar a medida, com 185 votos a favor e 154 votos contra, objetivando a quebra de Tabu em relação ao tema. Essa legislação é vista como um passo significativo para abordar um problema de saúde frequentemente ignorado.

Destaca-se que a Primeira-Ministra espanhola, ao tratar do tema, reconheceu as dificuldades enfrentadas por mulheres que sofrem de fluxo menstrual intenso e dores severas de cólica, concedendo-lhes a oportunidade de usufruir de uma licença de duração não especificada. A flexibilidade da lei permite que a duração da licença se adapte às condições individuais de cada mulher, sem estabelecer um período fixo (BBC, 2023).

Deve-se observar, entretanto, que para gozar dessa folga, é necessário apresentar o atestado médico. Nesse mesmo sentido, acompanhando o país vizinho, em abril do mesmo ano, a França apresentou um projeto de lei, nos mesmos termos, visando implementar esse importante direito. No Brasil ainda não há legislação que trate do tema, mas o Projeto de Lei nº 1.249/2022, se propõe a alterar esse cenário, conforme será visto adiante.

## **LICENÇA MENSTRUAL NO ORDENAMENTO JURÍDICO BRASILEIRO: PROJETO DE LEI Nº 1.249/2022**

O Projeto de Lei Nº 1.249/2022 possui como autora a deputada Jandira Feghali, do Partido Comunista do Brasil (PCdoB), sendo seu objetivo acrescentar ao artigo 473 do Decreto-Lei Nº 5.452, de 1º de maio de 1943, o inciso XIII, que visa fornecer a garantia de licença de três dias consecutivos, a cada mês, às mulheres que comprovem sintomas graves vinculados ao fluxo menstrual, conforme verifica-se a seguir:

O Congresso Nacional decreta:

Art. 1º Esta lei acrescenta inciso XIII, ao art. 473 do Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, para garantir licença de três dias consecutivos, a cada mês, às mulheres que comprovem sintomas graves associados ao fluxo menstrual.

Art. 2º. O art. 473 do Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, passa a vigorar acrescido do seguinte inciso XIII:

“Art. 473 .....

XIII - por três dias consecutivos, a cada mês, em caso de sintomas graves associados ao fluxo menstrual” (NR)

Art. 3º. Esta lei entra em vigor na data de sua publicação. (BRASIL. Câmara dos Deputados. Projeto de Lei Nº 1.249/2022. Acrescenta inciso XIII ao art. 473 do DECRETO-LEI Nº 5.452, DE 1º DE MAIO DE 1943, para garantir licença de três dias consecutivos, a cada mês, às mulheres que comprovem sintomas graves associados ao fluxo menstrual).

A justificativa apresentada pela autora do projeto de lei é a de que as mulheres sofrem diversas consequências durante o período menstrual, e cerca de 15% apresentam sintomas graves, que podem afetar a presença das mulheres no ambiente escolar e também no ambiente de trabalho.

Além disso, a deputada Jandira Feghali cita as consequências, pois segundo ela na escola há prejuízo ao conteúdo e perda de avaliações que podem ser repostas, já no ambiente de trabalho pode gerar descontos salariais e demissões.

A cada mês as mulheres em idade fértil enfrentam desconfortos, em graus variados, no período menstrual. Para a maioria delas, esse período é marcado por sintomas de intensidade leve ou mediana como cólicas, indisposição, dor de cabeça ou enxaqueca. Mas, cerca de 15% das mulheres enfrentam sintomas graves, com fortes dores na região inferior do abdômen e cólicas intensas, que chegam, muitas vezes, a prejudicar sua rotina.

É sabido que toda menstruação vem acompanhada de contrações uterinas, o que provoca cólicas, mas em alguns casos estas contrações chegam a uma intensidade incompatível com a rotina profissional. Para esses casos, nada mais justo que garantir uma licença de três dias. A dismenorreia, como é conhecida a “menstruação difícil”, é uma causa comum de falta ao trabalho e à escola. Se na escola, o prejuízo da ausência se concentra na perda de conteúdo e avaliações que podem ser repostas, no ambiente profissional as faltas podem levar a descontos no salário e demissões. (BRASIL. Câmara dos Deputados. Projeto de Lei Nº 1.249/2022. Acrescenta inciso XIII ao art. 473 do DECRETO-LEI Nº 5.452, DE 1º DE MAIO DE 1943, para garantir licença de três dias consecutivos, a cada mês, às mulheres que comprovem sintomas graves associados ao fluxo menstrual).

Por fim, a autora do projeto de lei afirma que há possibilidade de que tal mudança no Decreto-Lei Nº 5.452, de 1º de maio de 1943, oferecerá benefícios no que tange à saúde das mulheres, assim como salvaguarda ao salário e ao emprego.

## **REFLEXOS NA ESFERA TRABALHISTA EM CASO DE EVENTUAL APROVAÇÃO**

É necessário comparar a implementação de direitos sociais, inclusive quando se trata da esfera trabalhista, com a execução da economia, visto que, na relação trabalhista, os efeitos atingem ambas as partes, seja ela empregada ou empregador, sendo denominado de efeito bilateral.

Insta frisar que, não exclui o fato de desigualdade entre as partes pertencentes ao contrato, haja vista que um dos princípios dentro da esfera trabalhista é a subordinação, ou seja, há uma hierarquia, sendo uma das partes sujeita a cumprir ordens do empregado, obtendo este o poder diretivo sobre o ambiente laboral.

É evidente que, a implementação da licença menstrual encontra relutância, uma vez que a ocorrência de oposições é comum no tocante a direitos das mulheres, assim



como já ocorreu em diversas situações, inclusive na esfera trabalhista, a título de exemplificação, licença maternidade.

Isto porque, as principais fontes do comércio de varejo, como roupas, sapatos, roupas de cama, eletrodomésticos, entre outros, são compostos, em sua maioria, por mulheres, sendo evidente a importância da presença destas para o funcionamento do comércio, bem como a preocupação dos comerciantes.

Como exemplo, tem o depoimento de um grande empresário sobre um projeto de lei anterior ao Projeto de Lei Nº 1.249/2022, com proposta similar, o qual este utilizou as suas redes sociais para opinar sobre a licença menstrual, à época proposto pelo deputado federal Carlos Bezerra, declarando que se aprovada, ela atrasaria o desenvolvimento econômico do país, afirmando que em suas lojas a mão de obra feminina corresponde à 85% dos colaboradores, numericamente são 18.500 (dezoito mil e quinhentas) mulheres, e que a falta destas todos os meses teria um grande impacto na produtividade. (MACHADO, Rafael, 2020 p 1).

Dessa forma, resta comprovado que a resistência surge daqueles que exercem a atividade econômica, porém, isso não pode ser um empecilho para a positivação dos direitos sociais de ordem pública constitucionalmente protegidos. Portanto, pode até ocorrer crítica em relação à concessão da licença menstrual, no tocante ao número de mulheres de uma enorme empresa, porém, a proteção da empregada está prevista no artigo 7º, XX, da Constituição Federal.

## **CONCLUSÃO**

O estudo explorou o Projeto de Lei 1.249/2022, que visa conceder até três dias de licença mensal a mulheres com sintomas graves de menstruação, e buscou compreender as nuances históricas e sociais envolvendo a menstruação. Essa proposta é especialmente pertinente para a saúde pública, considerando que a pesquisa detalha os impactos biológicos do ciclo menstrual.

Contudo, a aprovação do projeto enfrenta controvérsia, especialmente por suas implicações trabalhistas. A maior resistência vem de empresários, que temem que a legislação possa acarretar em desemprego em massa de mulheres, refletindo a complexidade e a oposição gerada em torno do tema.

Conforme restou explicitado, desde o final do século XIX, as mulheres vêm lutando incessantemente por seus direitos, os quais muitos foram inseridos no ordenamento jurídico. De forma a assegurar o direito à saúde e proteção ao emprego e ao salário, surgiu o Projeto de Lei nº 1.249/2022 que visa garantir a licença menstrual.

Conforme já exposto, outros países já oferecem a garantia da licença menstrual às mulheres e diversos são os reflexos causados. No Brasil, tal proteção não é positivada, porém alguns empregadores a garantem e afirmam que as consequências são positivas, tendo em vista que durante o período menstrual há perda da produtividade no ambiente de trabalho. Dessa forma, ao analisar essa perspectiva, a licença menstrual torna-se benéfica.

Ademais, verificamos que a concessão da licença menstrual também está relacionada à saúde e ao bem estar da mulher, sendo um fator de extrema importância a ser observado. É importante ressaltar que será necessário que a mulher comprove os sintomas graves associados ao fluxo menstrual, desse modo, é de suma importância que sejam adotadas políticas públicas que garantam o acesso facilitado à mulher durante o período menstrual ao sistema de saúde, de forma a proporcionar a comprovação exigida.

Conclui-se, assim, que a implementação da licença menstrual no ordenamento jurídico brasileiro pode ser uma medida benéfica, porém seria necessário a inserção de informativos na sociedade, sobre toda questão fisiológica do corpo feminino. Além disso, outras questões devem ser avaliadas como a desigualdade na contratação das mulheres, de forma a garantir que a licença menstrual seja realmente benéfica e não mais um empecilho a ser enfrentado pelas mulheres.

## **REFERÊNCIAS**

- ACQUA, R. D.; BENDLIN, T. **Dismenorreia. Femina**, v. 43, n. 6, p. 273-276, 2015.
- BALDAN, C. S.; FREITAS, C. D.; ZAMBELLO, L. Estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) alivia a dismenorreia primária: estudo clínico, controlado e randomizado. **Revista fisioterapia UNIP**, v.31, n.2, p. 193-196, 2013.
- BARCIKOWSKA, Z. et al. Dysmenorrhea and Associated Factors among Polish Women: A Cross-Sectional Study. **Pain research & management**, 2020. doi: 10.1155 / 2020/6161536.

BBC. **Os países que garantem licença menstrual em lei.** BBC News Brasil, 26 fevereiro 2023. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/articles/c0jllkw4pyyo>. Acesso em: 15 outubro 2023.

BRASIL. Câmara dos Deputados. **Projeto de Lei nº. 1.249**, de 13 de maio de 2022. Acrescenta o inciso XIII ao art. 473 do DECRETO-LEI Nº 5.452, DE 1º DE MAIO DE 1943, para garantir licença de três dias consecutivos, a cada mês, às mulheres que comprovem sintomas graves associados ao fluxo menstrual. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/propostas-legislativas/2323106>. Acesso em: 18 de março de 2023.

Brasil. Ministério da Saúde. **Saiba o que é a menstruação, quando ela acontece e quais as principais características.** 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/janeiro/saiba-o-que-e-a-menstruacao-quando-ela-acontece-e-quais-as-principais-caracteristicas>. Acesso em: 15 out. 2023.

BURNETT, M.; LEMYRE, M. Nº345-Diretriz de consenso de dismenorreia primária. **Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada**, v. 39, n. 7, p. 585-595, 2017.doi: <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2016.12.023>.

CÂNDIDO, I. L. C.; ESTEVES, L. B.; REZENDE, P. A. F. de. Impacto do ciclo menstrual na composição corporal – uma visão nutricional. **e-Acadêmica**, v. 3, n. 2, e6032234, 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.52076/eacad-v3i2.234>. Acesso em 15 out. 2023.

CARVALHO, L. M. . A CONTRIBUIÇÃO DO FEMINISMO PARA A CONQUISTA DA IGUALDADE DE DIREITOS PELAS MULHERES. **Portal de Trabalhos Acadêmicos**, [S. l.], v. 7, n. 2, 2022. Disponível em: <http://54.94.8.198/index.php/academico/article/view/2000>. Acesso em: 15 outubro de 2023.

DELOITTE, <https://www2.deloitte.com/br/pt/pages/human-capital/articles/pesquisa-mulheres-trabalho.html> - Acesso em 17/11/2023

ENGELS, Friedrich. O Materialismo Histórico e a Família. In: ENGELS, F; MARX, K.; FRASER, Nancy. O feminismo, o capitalismo e a astúcia da história. **Revista**

**Outubro (26),** 2016, pp.31-56. Disponível em:  
[http://outubrorevista.com.br/wpcontent/uploads/2016/07/02\\_Nancy-Fraser.pdf](http://outubrorevista.com.br/wpcontent/uploads/2016/07/02_Nancy-Fraser.pdf).

Acesso em: 15 de outubro de 2023.

FRENCH, L. Dysmenorrhea. **American Academy of Family Physicians**, v. 71, n. 2, p. 285-291, 2005.

FURTADO, J. H. L et al.. A prevalência dos sintomas pré-menstruais e sua influência em trabalhadoras com dismenorreia primária R. **Científica UBM - Barra Mansa (RJ)**, ano XXVII, v. 24, n. 47, 2. Sem. 2022. 123-143. ISSN 2764-5185

GOMIDES, Lana de Araújo. “**Deixa meu sangue escorrer**”: como as visualidades operam sobre os sentidos da menstruação? 2020. 210 f. Dissertação (Mestrado em Arte e Cultura Visual) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2020. Disponível em: <<http://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/10645>>. Acesso em: 31 de março de 2023.

GUYTON, A. C.; HALL, J. E. **Tratado de fisiologia médica**. 12. ed. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan, 2011.

G1.

<https://g1.globo.com/trabalho-e-carreira/noticia/2023/02/27/os-paises-que-garantem-licenca-menstrual-em-lei.ghtml> - Acesso em 17/11/2023

IACOVIDES, S.; AVIDON, I.; BAKER, F.C. What we know about primary dysmenorrhea today: a critical review. **Human Reproduction Update**, v.21, n.6, p.762-778, 2015.doi: 10.1093 / humupd / dmv039.

LATTHE, P. et al. Factors predisposing women to chronic pelvic pain: systematic review. **BMJ Best Practice**. v. 332, n. 7544, p. 749-755, 2006. doi: 10.1136/bmj.38748.697465.55.

LIMA, T. V. C.; NASCIMENTO, N. A.; BASTOS, S. N. D. Menstruação e pobreza menstrual, precisamos falar sobre isso! Experimentações didáticas no Programa Residência Pedagógica. **Revista Temas em Educação**, [S. l.], v. 32, n. 1, p. e-rte321202308, 2022. Disponível em:  
<https://periodicos.ufpb.br/index.php/rteo/article/view/64955>. Acesso em: 15 out. 2023.

LUMSDEN, M.A.; ILIODROMITI, S. Assessment of dysmenorrhoea. **BMJ Best Practice**, 2015. Disponível em: <<https://bestpractice.bmj.com/topics/pt-br/420>>. Acesso em: 31 de março de 2023.

MACHADO, Rafael. Dono da Havan detona proposta de Bezerra sobre licença menstruação. Repórter MT, 28 de janeiro de 2020. Disponível em: <https://cutt.ly/EfGPw2z>. Acesso em: 6 set. 2020

MARQUES, P.; MADEIRA, T.; GAMA, A.. Menstrual cycle among adolescents: girls' awareness and influence of age at menarche and overweight. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 40, p. e2020494, 2022.

MARTINS, Fran. **Saiba o que é a menstruação, quando ela acontece e quais as principais características.** 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/janeiro/saiba-o-que-e-a-menstruacao-quando-ela-acontece-e-quais-as-principais-caracteristicas#:~:text=Processo%20natural%20do%20corpo%20da,dos%208%20anos%20de%20idade>. Acesso em: 29 de outubro de 2023.

MATTIA, A. L. et al. Síndrome pré-menstrual: influências na equipe de enfermagem de centro cirúrgico. **O Mundo da Saúde São Paulo**. v. 32, n. 4, p. 495-505, 2008.

MONTEIRO, Kimberly Farias; GRUBBA, Leilane Serratine. A luta das mulheres pelo espaço público na primeira onda do feminismo: de sufragettes às sufragistas. **Direito e desenvolvimento**, v. 8, n. 2, p. 261-278, 2017.

MOTRONI, Fabiana. #SEMmimimi: a publicidade e a mulher que incomoda. **Blogueiras Feministas.** 2015. Disponível em: <https://blogueirasfeministas.com/2015/06/12/semmimimi-apublicidade-e-a-mulher-que-incomoda/>. Acesso em: 31 de março de 2023.

NARVAZ. Martha Giudice; KOLLER, Sílvia Helena. Metodologias feministas e estudos de gênero: articulando pesquisa, clínica e política. **Psicologia em estudo**, Maringá, v. 11, n. 3, 2006, pp. 647-654.

NASCIMENTO, Beatriz Dias. Licença menstrual. **Etic-encontro de iniciação científica-issn 21-76-8498**, v. 12, n. 12, 2016.

NASCIMENTO, Jhonatas. Menstruação pode liberar mulher do trabalho por três dias. **Jusbrasil**, 2019. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/menstruacao-pode-liberar-mulher-do-trabalho-por-tres-dias/704575605>. Acesso em: 19 de maio de 2023.

NORONHA, Heloísa. **16 Tabus e Crenças que Envolveram a Menstruação**

**ao Longo da História**. 2019. Disponível em: <<https://www.uol.com.br/universa/noticias/redacao/2019/02/11/curiosidades-16-tabus-sobre-a-menstruacao-ao-longo-da-historia.htm>>. Acesso em: 29 de outubro de 2023.

OLIVEIRA, Daniele. **Direito das mulheres ao voto completa 90 anos no Brasil; São Paulo tem lei para celebrar a data**. Assembleia Legislativa do estado de São Paulo, 2022. Disponível em: <https://www.al.sp.gov.br/noticia/?id=434263#:~:text=O%20direito%20ao%20voto%20pelas.no%20in%C3%ADcio%20do%20s%C3%A9culo%2020>. Acesso em: 15 de outubro de 2023.

OLIVEIRA, R. G. C. Q. et al. TENS de alta e baixa frequência para dismenorrea: estudo preliminar. **ConScientiae Saude**, v. 11, n. 1, p. 149-158, 2012. doi: 10.5585/conssaude. v11n1.2722.

OLIVEIRA, Míriam. **Qualidade de Vida no Teletrabalho Obrigatório na Administração Pública: Preditores Individuais**. Brasília, 2023. Disponível em: <https://repositorio.enap.gov.br/handle/1/6583>. Acesso em: 15 out. 2023.

OSAYANDE, A. S.; MEHULIC, S. Diagnosis and initial management of dismenorrhea. **American Family Physician**, v.89, n.5, p.341-346, 2014.

OSTLER, Catherine. **An idea so damaging to women, only a man could have dreamt it up: Catherine Ostler says top doctor's advice on 'menstrual leave' couldn't be more wrong**. *Daylilmal*, 10/dez. 2014. Disponível em: <https://www.dailymail.co.uk/femail/article-2869182/An-idea-damaging-women-man-dreamt-male-professor-says-three-days-work-time-month.html>. Acesso em: 15 out. 2023.

RATTI, C. R. et al. O Tabu da Menstruação Reforçado pelas Propagandas de Absorvente. In: XXXVIII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, 2015, Rio de Janeiro. **Anais do 38º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação**, 2015. Disponível em: <https://portalintercom.org.br/anais/nacional2015/resumos/R10-0436-1.pdf>. Acesso em 15 out. 2023.

RODRIGUES, Júlia Gabrielly Pereira de Jesus. A POBREZA MENSTRUAL NO BRASIL O TABU E A VIOLAÇÃO DE DIREITOS À SAÚDE. 2023.

SAMPAIO, J. V.; MEDRADO, B.; MENEGON, V. M.. Hormônios e Mulheres na Menopausa. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 41, p. e229745, 2021.

SIQUEIRA, Carolina Bastos de; BUSSINGUER, Elda Coelho de Azevedo. As ondas do feminismo e seu impacto no mercado de trabalho da mulher, São Paulo. Revista Thesis Juris – RTJ, v. 9, n. 1, p. 145-166, jan./jun. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5585/rjt.v9i1.14977>. Acesso em: 15 de outubro de 2023.

TEIXEIRA, A.S.; OLIVEIRA, É.C.M.; DIAS, M.R.C. Relação entre o nível de atividade física e a incidência da síndrome pré-menstrual. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 10, n. 4, p. 210-4, 2013. doi: 10.1590/S0100-72032013000500004.

TERZI, R.; TERZI, H.; KALE, A. Avaliação da relação entre síndrome pré-menstrual e dismenorreia primária em mulheres com fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 55, n. 4, p. 334-339, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rbr.2014.12.009>. Acesso em: 15. out. 2023.

TRINDADE, Rodrigo. Licença menstrual avança em lei espanhola – e abre perspectivas para regulação brasileira. **Revisão trabalhista**, 2022. Disponível em: <https://revisaotrabalhista.net.br/2022/05/12/licenca-menstrual-avanca-em-lei-espanhola-e-abre-perspectivas-para-regulacao-brasileira/#:~:text=A%20not%C3%ADcia%20refere%20a%20pequena,ou%20mesmo%20trabalhar%20de%20casa>. Acesso em: 19 de maio de 2023.

ZEHTABCHI, Rayka. **Absorvendo o Tabu**. [S.l.]: Netflix, 2018. 1 DVD (26 min), son., color.

ZIRBEL, Ilze. Ondas do feminismo. **Blogs de Ciência da Universidade Estadual de Campinas: Mulheres na Filosofia**, v. 7, n. 2, p. 10-31, 2021.