



**Intervenção de um projeto de extensão de promoção de saúde mental
no contexto do sofrimento ético-político associado à pobreza menstrual**

*Intervention of a mental health promotion extension project in the
context of ethical-political suffering associated with menstrual poverty*

Gustavo da Silva Machado

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid: 0000-0003-3744-3115, e-mail:
gustavom@univali.br

Sabrina Sgarbi Tibola

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid:0000-0003-0571-2712 E-mail: sabrina-
sgarbi@hotmail.com

Isabela Brasil Correia

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid: 0000-0001-5285-3740, e-mail:
isabelabrch@gmail.com

Elisangela Mara de Souza

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid:0000-0001-6590-843X, e-mail:
lisa_mara@outlook.com

Clarice Aparecida Munaro

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid: 0000-0002-2371-0596, e-mail:
clarice@univali.br

Elaine Watanabe

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid: 0000-0001-6984-332X, e-mail:
elainew@univali.br

Ana Paula da Silva Capeleto

Universidade do Vale do Itajaí, Orcid: 0000-0001-7501-945X, e-mail:
ana.capeleto@univali.br



Resumo

O presente trabalho busca apresentar o relato de uma ação de extensão universitária, a qual representa o compromisso ético e social do ensino superior com a comunidade e as diferentes formas de desigualdade. A campanha de arrecadação de absorventes femininos manifesta a precariedade menstrual e sua conexão com a desigualdade de gênero. O objetivo da ação foi despertar na comunidade universitária uma arrecadação com sentido coletivo, uma ação social voltada a uma necessidade humana básica e com implicações diretas na saúde mental. Foram distribuídas caixas em diversos corredores da Universidade. A divulgação ocorreu nas mídias sociais e a campanha ocorreu entre o final de outubro de 2021 e março de 2022. Foram arrecadados 525 pacotes de 8 unidades, totalizando 4.200 unidades de absorventes. Os absorventes foram doados para a duas instituições de apoio a populações vulnerabilizadas e um projeto piloto da Universidade. A pobreza menstrual é uma condição que demanda uma intervenção social e de saúde pública para redução das desigualdades e, com isso, promoção da saúde mental.

Palavras chaves: Extensão Universitária; Pobreza Menstrual; Saúde Mental; Desigualdade

Abstract

This document seeks to present the report of a University Extension action, which represents the ethical and social commitment of higher education to the community and the different forms of inequality. The campaign for the collection of feminine blocks manifests the menstrual precariousness and its connection with gender inequality. The objective of the action was to awaken in the university community a group with collective meaning, a social movement directed to a basic human need and with direct implications for mental health. The boxes were distributed in various corridors of the University. The dissemination occurred on social media, and the campaign took place between the end of October 2021 and March 2022. 525 packs of 8 units were collected, totalling 4,200 units of pillows. The pads were donated to two institutions that support vulnerable populations and a University pilot project. Monthly poverty is a condition that requires social and public health intervention to reduce inequalities and thus promote mental health.

Key-words: University Extension; Menstrual poverty; Mental Health; Inequality

1 Introdução

A extensão universitária representa o compromisso ético e social da instituição de ensino superior com a comunidade que a cerca. Ou seja, a Universidade se relaciona com seu entorno não apenas urbanisticamente em uma relação de vizinhança, mas também a partir da tessitura de relações que visam contribuir na transformação social (BERCHIN, 2017). A Universidade do Vale do Itajaí (Univali) possui, desde seu início, um caráter comunitário, o que coloca a extensão como uma de suas principais frentes de trabalho. Seguindo a tradição das Universidades Comunitárias em Santa Catarina, a Univali produz ações e atividades que contemplem seu compromisso social não só com a educação e a formação de profissionais qualificados, mas também na ação direta no território do qual faz parte.

Desta forma, atualmente, a Univali conta com 07 campi ao longo de 06 cidades do território catarinense, contribuindo com o desenvolvimento de diferentes



localidades do estado de Santa Catarina, do vale do Rio Itajaí até a região da Grande Florianópolis. Este relato de experiência visa apresentar uma ação de um projeto de extensão da unidade de Itajaí, cidade localizada no litoral norte de Santa Catarina. O campus de Itajaí foi o primeiro a ser fundado, no dia 16 de setembro de 1964 (UNIVALI, 2022). Apesar de ter iniciado suas atividades com centros de Ciências Sociais e Jurídicas e a Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras, hoje a instituição conta com 100 cursos de graduação, 50 de pós-graduação, 12 de mestrado e 6 de doutorado, distribuídos por 7 escolas do conhecimento. O projeto de extensão que será apresentado neste artigo, faz parte da Escola de Ciências da Saúde e vem desenvolvendo suas atividades desde 2020.

Firmando seu compromisso social com a comunidade acadêmica, desde 2018 a Univali conta com um Programa Institucional de promoção de saúde mental, o Programa Acolher. Nele, estudantes e profissionais da Universidade recebem cuidado psicológico e psiquiátrico nos casos de sofrimento psíquico agravado. Atualmente, o programa conta com um coordenador, três psicólogas, uma técnica administrativa e um psiquiatra. As ações envolvem atendimentos individuais e em grupo restrito àquelas pessoas que comprovem seu vínculo com a instituição. Com o passar dos anos e das atividades desenvolvidas ao longo do projeto, percebeu-se que o Programa Acolher foi passando a cumprir uma função ambulatorial, algo de fundamental importância, mas um pouco distante de sua perspectiva psicossocial. Ou seja, considerando a intensidade dos sofrimentos apresentados, em seus primeiros anos, as atividades ficaram em sua maioria focadas em atendimentos individuais. Este dado aponta para uma tendência no cuidado em saúde mental de reproduzir lógicas individuais de cuidado, centrado no seu sintoma, algo aquém do se aposta como abordagem ideal para escuta ampliada do sofrimento psíquico, em sua dimensão comunitária (AMARANTE, 2007).

Em equipe, portanto, passou a se questionar: o que causa o sofrimento da comunidade universitária? Quais são os fatores determinantes que fazem dos sintomas de ansiedade e depressão, por exemplo, as maiores queixas? Assim, foi sendo percebida uma necessidade de ampliação das intervenções, especialmente em sua dimensão interprofissional, comunitária e para além dos muros da universidade. Uma vez que o sofrimento psíquico passa a ser entendido numa perspectiva ético-política, ou seja, não apenas aquilo que advém de questões anatomo-fisiológicas, mas também o que é produzido socialmente a partir das práticas de opressão, exclusão e violência, por



exemplo (SAWAIA, 1999). Neste contexto de preocupação e cuidado, surge o Projeto de extensão "Pratica a Mente", idealizado no ano de 2019 com início de suas atividades em 2020.

O “Pratica a mente”, em sua elaboração inicial, teve como objetivo principal promover a saúde mental de universitários da Univali e adultos acolhidos na Rede de Atenção Psicossocial de Itajaí, além de qualificar o acolhimento dos docentes, funcionários, universitários da Univali, assim como profissionais de saúde e líderes comunitários de Itajaí nas temáticas de saúde mental e estratégias de manejo e acolhimento. Neste sentido, busca também contribuir com a cultura e prática do cuidado de si e do outro, colaborando para o aumento do conhecimento sobre as práticas integrativas e complementares.

A proposta volta-se ao desenvolvimento de ações de promoção à saúde mental, para universitários e comunidade adulta atendida pela Rede de Atenção Psicossocial de Itajaí (RAPS). Em conjunto com o Programa Acolher e Secretaria Municipal da Saúde, busca-se realizar formações aos docentes, funcionários e universitários da Univali, assim como dos profissionais da RAPS e líderes comunitários. Nestas formações, são abordadas as temáticas voltadas à saúde mental, suas estratégias de manejo, dentre elas as Práticas Integrativas e Complementares (PICs). Além de tais ações, objetiva-se realizar grupos de apoio voltados a temáticas que os participantes considerem relevantes. As ações desenvolvidas neste projeto estabelecem uma relação de confiança e vínculo com a instituição e com a comunidade, contribuem com os objetivos de desenvolvimento sustentável (ODS) e competências para o trabalho interprofissional de acadêmicos e docentes envolvidos no projeto, haja vista que as atividades de extensão formam um dos alicerces da Universidade (UNIVALI, 2022).

Neste sentido, percebe-se que o projeto além de cumprir com os princípios do caráter extensionista, também aponta na direção da prática interdisciplinar e a abordagem comunitária como uma proposta de intervenção em saúde mental (AMARAL *et al*, 2012). Para isso, não apenas o curso de Psicologia ou Medicina fazem parte do grupo e das atividades elaboradas. Como integrantes da idealização e execução do projeto, conta-se com representantes docentes (5) e discentes dos cursos de Psicologia, Medicina, Enfermagem, Estética, Nutrição, Farmácia e Biomedicina (bolsistas e voluntários). Neste cenário interdisciplinar, para a promoção da saúde mental, salienta-se



a utilização de tecnologias leves em saúde por meio do acolhimento, orientação nutricional e utilização de PICs, as quais são mais acessíveis a todas as classes, possuem baixo custo, contribuem para o bem-estar biopsicossocial e reduzem o número de uso de psicotrópicos (BELASCO; PASSINHO; VIEIRA, 2019).

Contudo, assim como o restante do mundo, em março de 2020 tivemos a deflagração da pandemia do COVID-19 e todas as ações precisam ser repensadas e re-elaboradas. O projeto que contava com a participação face-a-face e o diferencial do vínculo teve que se adaptar à virtualidade e às conexões possíveis considerando o distanciamento social. Assim, em março de 2020 as ações do projeto passaram para o ambiente virtual, o qual trouxe diferentes reflexões e novas perspectivas sobre o olhar acerca do sofrimento, da saúde mental e do papel da extensão universitária.

1.1 O encontro da relação entre o sofrimento e a desigualdade: pobreza menstrual

No primeiro ano da pandemia de COVID-19, as ações do projeto foram focadas nas redes sociais. Como argumentam Souza e Macedo (2020), as redes sociais se constituíram como um potente espaço de intervenção extensionista uma vez que a “realidade” relacional da população foi transportada para o espaço virtual. Butler (2018) também aponta, mesmo antes da pandemia, para a confirmação das redes sociais na contemporaneidade como um espaço público, ativo e reprodutor de dinâmicas sociais, tal qual as vias urbanas.

Assim, os grupos que eram planejados para ocorrer presencialmente considerando a população alvo do projeto se transformaram em uma página numa rede social que tem o objetivo de difundir informações sobre promoção de saúde mental e educação em saúde. Ao todo, desde o início e da produção deste artigo, foram realizadas publicações com temas variados e que considerem a interdisciplinaridade e as PICs. As publicações que mais tiveram impressões foram relacionadas a promoção de saúde, Outubro Rosa e atividades relacionadas às aulas, totalizando mais de 20 mil acessos em todas. Com estes resultados, foi possível perceber a eficácia deste meio de intervenção, uma vez que a comunidade acadêmica também interage e tem acesso a informações. No entanto, nas reuniões do grupo, debatia-se que “algo faltava”.



Nos debates que ocorriam nas reuniões, a questão da desigualdade social foi sendo cada vez mais um tópico presente. Quais condições materiais de vida as pessoas da comunidade acadêmica estão tendo durante a pandemia? Ainda que seja uma Universidade Comunitária, com a mudança drástica no mercado de trabalho, algumas pessoas perderam seus empregos e passaram a ter dificuldades de manter o pagamento das mensalidades, por exemplo (PEIXOTO, 2020). As postagens, ainda que sempre muito bem recebidas pelas pessoas que acompanham o projeto, começaram a colocar o grupo para pensar: de que forma a desigualdade social tem impactado na saúde mental da comunidade acadêmica? Além disso, quais são as possibilidades de intervenção possíveis de promoção de saúde mental considerando este contexto? Assim, surgiu a intervenção que será relatada neste artigo.

Para falarmos de saúde mental no contexto pandêmico, não nos basta apresentar os efeitos psicológicos tão evidentes e percebidos por todos (SCHIMIDT *et al*, 2020). O sofrimento atrelado a este momento precisa ser visto em sua perspectiva ético-política, ou seja, a desigualdade comprovadamente acentuada pela pandemia afeta de modo direto no modo de sofrimento, diminuindo a potência de ação no mundo e, com isso, reduzindo a autonomia e a liberdade da condição humana (SAWAIA, 2005). Desta forma, estamos falando de um tipo de sofrimento que vai para além das possibilidades da psicoterapia ou dos psicotrópicos, é aquele sofrer que demanda reconhecimento de um sujeito histórico e socialmente constituído e, por isso, uma ação conjunta para responsabilizar o Estado e os vínculos comunitários em prol de uma ação de cuidado.

O que se percebe com os efeitos psicossociais da pandemia de COVID-19 é uma drástica alteração no modo de vida e do cotidiano das pessoas (SILVA; RODRIGUES, 2021). Ora pela diminuição da circulação, ora pela mudança nas condições materiais de vida, a população precisou se “adequar” a novos padrões de sociedade e diferentes configurações das suas próprias vidas (FIOCRUZ, 2020). Para algumas pessoas, estes novos padrões representaram uma diminuição considerável do poder aquisitivo, chegando a bens de consumo básico. Segundo relatório da desigualdade produzido pela Fiocruz (2022), os municípios brasileiros vivenciaram a pandemia de modo heterogêneo e que, a dificuldade em dar por finalizadas as medidas mitigatórias, está no difícil denominador comum diante de tanta desigualdade. Desta forma, a política



brasileira deve buscar ações que visam garantir recursos, especialmente aqueles destinados aos “mínimos sociais”.

Neste contexto, em uma reunião no mês de outubro de 2021, estavam sendo debatidas nossas ações relacionadas ao “Outubro Rosa”, campanha nacional para conscientização e cuidado direcionados ao câncer de mama e a saúde da mulher de um modo geral. Pensando na ampliação da discussão para além do câncer, adentramos na questão associada à pobreza menstrual. Ou seja, falar sobre saúde da mulher durante este período também é considerar as condições de suporte à menstruação alteradas por conta da pandemia. Afinal, ao se perceber as “prioridades” colocadas em uma renda familiar diante da vulnerabilidade socioeconômica, o absorvente não é visto como uma necessidade básica, uma vez que são colocadas como primeira escolha os alimentos (UNICEF; UNFPA, 2021). De acordo com um relatório elaborado em parceria entre UNICEF e UNFPA (2021), o termo “pobreza menstrual” associa palavras que representam experiências complexas, transdisciplinares e multidimensional que são vivenciadas por mulheres e meninas devido a falta de condições materiais para cuidar do ciclo menstrual.

Não dar a devida atenção para a menstruação traz implicações diretas à saúde mental (BOFF *et al*, 2022). No caso das meninas, por exemplo, pessoas entre 10 e 19 anos que menstruam, é associado ao fator econômico uma perspectiva moral: não são elas, em sua maioria, as responsáveis pela renda familiar e, por isso, a depender da comunicação intrafamiliar, não conseguem expressar a seus responsáveis a necessidade ou a urgência de certos utensílios básicos para higiene, como absorvente (UNICEF; UNFPA, 2021). Assim, as pessoas que menstruam lidam com sua menstruação a seu modo, correndo riscos de infecções e outras complicações. Assim, ignorar o fato que há pessoas que menstruam sem o devido amparo produz ainda mais sofrimento: como permanecer em ambiente acadêmico, durante uma aula, por exemplo, sem condições mínimas de conforto durante o período menstrual?

O que ocorre, em certa medida, é um processo de envergonhamento acerca de um ciclo natural e esperado do corpo humano (UNICEF; UNFPA, 2021). Assim, as questões de gênero perpassam as vulnerabilidades e pessoas que menstruam deixam de ir a espaços públicos durante seu período menstrual, sentem vergonha do seu corpo e evitam contato com outras pessoas. Voltando ao argumento do sofrimento ético-político



apresentado por Sawaia (2005), não oferecer suporte e não considerar estes aspectos éticos e afetivos diante da experiência da menstruação, configura um ato de “exclusão perversa”. Sabe-se do fato, reconhece-se a necessidade de amparo durante a menstruação, mas quem não pode bancar materialmente o suporte sente os efeitos diretos na redução da potência de vida e da circulação social e, assim, suas vivências são precarizadas.

Assim, não ter condições de cuidado e suporte à menstruação não diz respeito apenas a uma questão econômica. Este fato deflagra a carência de redistribuição dos recursos materiais para garantia dos mínimos sociais e, com isso, o bem-estar social tão almejado no Estado de direito. Sabendo disso, nosso projeto decidiu alterar suas abordagens de intervenção, entendendo que problemas complexos exigem maleabilidade no modo como são tratados. Ou seja, entende-se a demanda como uma construção que parte da escuta de um problema social em sua perspectiva problematizadora e complexa (GUARESCHI, 2009).

A intervenção relatada, portanto, considera que promover suporte à menstruação não significa apenas oferecer condições que evitam infecções ou demais complicações físicas da pobreza menstrual. Em nosso olhar de cuidado e promoção de saúde mental, evitar o sofrimento diante da ausência de condições básicas é uma posição ética de defesa da vida digna e um modo de transformação da realidade. Assim, em outubro de 2021, com a equipe já vacinada e realizando os protocolos sanitários, nosso projeto tão habituado às intervenções em redes sociais, decide ir à campo e, na comunidade universitária, promover reflexões e ações sobre esta temática a partir da campanha “Menstruar com Segurança”.

2 Materiais e Método

A campanha “Menstruar com Segurança” teve início no final de outubro de 2021 e finalizou suas ações em março de 2022. A ação escolhida para intervir na situação de pobreza menstrual percebida, inicialmente, foi a arrecadação de absorventes na universidade. Para isso, com ajuda dos voluntários do projeto, foram organizados 9 pontos de arrecadação, os quais consistiam em caixas de papelão identificadas com a logo do projeto e o nome da campanha.

No início do mês de novembro, as caixas foram distribuídas em dois campi



da Universidade, em municípios diferentes. Para abarcar um maior número de arrecadações, as caixas foram alocadas em espaços com grande fluxo de pessoas: corredores, lugares próximos de banheiro ou bebedouros e coordenações de curso. Além do material informativo que era fixado próximo a caixa, a divulgação da campanha também se deu via redes sociais, por meio de posts, *stories* e parcerias com os centros acadêmicos da área da saúde.

A coleta das arrecadações era feita semanalmente e os absorventes recebidos ficavam sob responsabilidade das bolsistas do projeto. Foi aceito somente pacotes fechados e dentro do prazo de validade. A arrecadação estendeu-se até fevereiro de 2022. O público e locais de doação foram pré-estabelecidos pela equipe, sendo considerados para escolha tópicos como: instituições que contemplem um maior número de pessoas do sexo feminino, situações de pobreza menstrual ou em qualquer situação de vulnerabilidade socioeconômica.

3 Resultados e Discussão

Após 4 meses de coleta a quantidade total de absorventes arrecadados foi de mais de 4.200 unidades, cerca de 525 pacotes de 8 unidades. Contudo, somente 3.976 unidades, ou seja, 497 pacotes foram usados para doação devido a um acontecimento que chamou atenção do grupo: na primeira semana de arrecadação, os absorventes foram retirados pela própria comunidade universitária, sem aviso prévio para as pessoas responsáveis pelo projeto. De início, este fato promoveu reflexões no sentido da inquietação: como alguém pode retirar um material para doação? Para além das amarras da violação da propriedade privada e da individualidade, entendemos em uma reunião posterior ao fato, que esta retirada inadvertida é mais um indicador de pobreza menstrual dentro da própria comunidade acadêmica, espaço onde supúnhamos ser mais difícil de ocorrer.

Percebemos, com isso, que nossa intervenção precisava ser mais "psicoeducativa" no sentido de explicar melhor quais eram as reais intenções do projeto. Tendo este acontecimento como ponto de inflexão, passamos a salientar que aqueles eram pontos de coleta, não de entrega. Contudo, como intervenção continuada que será apresentada posteriormente, implantamos caixas de doação nos banheiros femininos na



universidade de maneira fixa, auxiliando diretamente a comunidade acadêmica em suas necessidades associadas à higiene menstrual.

Figura 1. Divulgação do projeto na Universidade e pontos de coleta



Fonte: Própria, 2022.

Como proposta inicial, os locais de doação foram estabelecidos em reunião do nosso grupo de extensão, considerando instituições no município de Itajaí com notadamente maior experiência de vulnerabilidade psicossocial. Desta forma, foram escolhidas duas instituições para doação. A primeira, uma instituição que desde a década de 80 dedica-se a acolher imigrantes e pessoas em situação de rua. Desde 2012 dedica-se exclusivamente no acolhimento de mulheres imigrantes e vítimas de violência doméstica. O local tem capacidade máxima de atender até 20 mulheres e seus filhos, suprimindo suas necessidades básicas (moradia, alimentação, vestuário, higiene etc.). Além disso, contém uma equipe composta por psicólogos e assistentes sociais que trabalham em prol da capacitação social e reinserção no mercado de trabalho dessa mulher. A quantidade de absorventes destinados foi de 1800 unidades, contabilizando 225 pacotes de 8 unidades. Quantidade suficiente para suprir a necessidade de absorventes por um período de aproximadamente 6 meses. O total de beneficiadas nesse local foram 11 mulheres.



O segundo local foi uma instituição vinculada à prefeitura do município, em atividade desde o ano de 2015, que tem por função o acolhimento de pessoas em situação de rua, de ambos os sexos. O local funciona das 6h às 13h e tem por finalidade oferecer a essa população condições básicas de higiene (banho, roupa, corte de cabelo etc.) e alimentação. O local não oferece abrigo ou moradia temporária. A capacidade média de atendimento diário é de 150 pessoas. No dia da visita havia 10 mulheres. A quantidade destinada foi de 1760 unidades, aproximadamente 220 pacotes de 8 unidades. A estimativa é que essa quantidade beneficie cerca de 100 mulheres num período de 3 meses.

Figura 2. Absorventes repassados à uma das instituições



Fonte: Própria, 2022.

A partir do fato acontecido na primeira semana do projeto de arrecadação, surgiu a necessidade de se pensar a pobreza menstrual dentro da própria Universidade. Desta forma, o terceiro local, como atividade futura, será a criação de um projeto piloto com o restante das doações arrecadas. Assim, serão reutilizadas caixas de papel, as quais terão informações sobre pobreza menstrual e se tornarão pontos de coleta/doação fixos nos banheiros femininos do bloco de ciências da saúde da universidade. Desta forma, busca-se construir uma ação comunitária de ajuda mútua e transformação de experiências de desigualdade, por vezes, veladas dentro da Universidade. A quantidade destinada a esse projeto será 416 unidades, cerca de 52 pacotes de 8 unidades. Estima-se beneficiar num período de 2 meses mais de 100 estudantes da instituição.

Por fim, o projeto conta com ajuda de acadêmicos de diferentes áreas do



conhecimento, professores e comunidade externa, e pretende atender até o final, aproximadamente, 120 mulheres na comunidade externa e 100 da comunidade acadêmica. A divulgação de posts por redes sociais relativos à campanha e a informativos sobre pobreza menstrual tiveram um alcance de mais de 800 pessoas, o que confirma a potência da abrangência de nosso canal virtual de extensão criado a partir da necessidade produzida pela pandemia. Neste sentido, percebe-se um resultado inicial das atividades de extensão realizadas durante o ápice do período pandêmico: por mais que o desejo fosse a presencialidade, as ações virtuais possibilitaram a criação de uma rede de conexões que, nesta campanha, por exemplo, comprovou sua força.

A partir do contato realizado com as instituições e redes criadas pela divulgação da campanha, é notável a receptividade do público para a adesão da campanha. A etimologia de sororidade traz à tona o fenômeno observado no projeto, o qual possibilitou a veiculação das arrecadações com excelência. Conforme Paulo Freire, “o conhecimento não se estende do que se julga sabedor até aqueles que se julgam não saberem; o conhecimento se constitui nas relações homem-mundo, relações de transformação, e se aperfeiçoa na problematização crítica destas relações” (FREIRE, 1982, *apud* JACINTO, 2021 p. 3). Diante disso, com o desenvolvimento de visão crítica frente às problemáticas sociais presente na região, surge a possibilidade de criação de outras ações, de acordo com um diagnóstico da realidade oriundo da campanha. Percebe-se a carência por parte social de diversos itens além da arrecadação de absorventes, os quais emergem a importância da assistência de outros projetos, também sem fins lucrativos, que visam o bem-estar social e a busca pelo fortalecimento das políticas públicas de Assistência Social.

Pensa-se dessa forma, pois, ao complexificar o conceito de sofrimento rebatido pela dimensão da desigualdade como aponta Sawaia (2005), sabe-se que para promover saúde mental e bem-estar psíquico é importante que as condições materiais de vida também estejam salvaguardadas e garantidas. Neste ponto, nosso projeto se alinha em uma perspectiva crítica da saúde mental e propõe a defesa inalienável dos mínimos sociais como condição básica para o cuidado.

Em relação aos resultados encontrados, percebe-se boa aceitação do público em relação à campanha, uma vez que tivemos um alto número de doações em um curto espaço de tempo. Por mais que a situação inicial de retirada sem aviso do material por



parte da comunidade universitária tenha causado estranhamento, compreendamos que isto pode ser representativo de duas questões: (1) o sintoma social da individualidade, no qual a busca pelo benefício próprio fica acima do cuidado comunitário e (2) a emergência de uma população que vivencia silenciosamente a pobreza menstrual dentro da universidade. Seguindo o caráter transformador da extensão, acreditamos ser possível intervir nestas duas questões a partir dos próximos passos do projeto, uma vez que os pontos de coleta/doação serão também pontos de conscientização acerca do tema.

Com o retorno presencial da maioria das atividades universitárias, encontra-se a grande possibilidade de maior aderência às ações de arrecadação, e observa-se maior necessidade delas, uma vez que as pessoas, ao sair de suas casas, possam ter novos gastos e necessidades. Somado a isso, o cenário econômico macroestrutural do país aponta para a necessidade ainda maior de campanhas como esta, uma vez que a desigualdade se tornou um efeito colateral da pandemia. O retorno gradual no contato direto exerce papel fundamental no “olhar para o outro”, a partir do momento que temos contato "realista". Assim, passamos a estabelecer relações de reconhecimento do outro, algo tão necessário para a manutenção do bem-estar psíquico. Ou seja, trazer a pobreza menstrual para o campo de debate e ação, pode oferecer condição de visibilidade para situações disparadoras de sofrimento.

4 Considerações Finais

Diversos demarcadores são característicos do tempo presente, a desigualdade certamente pertence a este rol na realidade brasileira, especialmente com a pandemia. Neste sentido, esta ação inicialmente não muito associada ao objetivo do projeto, cumpre uma função social de olhar crítico para o sofrimento psíquico. Em uma das instituições que foram beneficiadas com a doação dos absorventes, o responsável contou que eles estavam justamente sem os absorventes e já haviam feito a solicitação e até o momento não tinham respostas. O trabalho social, portanto, pode impactar na mudança de qualidade de vida das pessoas, gerando assim mudança social.

No município em questão, as Unidades Básicas de Saúde, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e unidades da RAPS que prestam serviço comunitário às pessoas em sofrimento psíquico alertam para a necessidade de complementaridade em



suas ações. Ou seja, o Estado, ainda que organizado de forma sistemática e hierárquica dentro do cuidado em saúde no SUS, parece carecer ainda mais do "controle social", da ação da comunidade no suporte e validação de suas práticas, ação coerente com a atuação da Extensão Universitária. Essas intervenções de viés comunitário trazem a "tomada de consciência", o que implica diretamente no fortalecimento das relações sociais, provocando assim reflexão e ações que podem transformar uma realidade social marcada pela desigualdade.

Desta forma, o caráter comunitário da extensão universitária pode se engajar em ações e campanhas que proporcionam uma melhor qualidade de vida àqueles que necessitam e estão em alguma situação de extrema vulnerabilidade. Contudo, esta ação deve estar direcionada para um horizonte de autonomia. Para além do assistencialismo em um primeiro momento, esta intervenção aponta para uma ajuda mútua nas próximas etapas, no projeto piloto na universidade, o que confere autonomia e autogestão diante da problemática pelas próprias pessoas que circulam pela universidade.

Ao refletirmos sobre o objetivo do Projeto "Prática a Mente" e seu compromisso social, percebe-se a importância de uma escuta atenta por parte das pessoas que integram grupos de extensão, uma vez que tais práticas precisam estar constantemente vinculadas à realidade local, algo para além da confirmação acadêmica. Caso fosse levado em consideração apenas a dimensão clássica da saúde mental, não seria possível realizar uma intervenção como esta, uma vez que apenas os sintomas psíquicos teriam enfoque. Quais estratégias para lidar com o sofrimento? Quais recursos as PICs podem contribuir para amenizar a dor? No entanto, esta intervenção de base comunitária buscou algo que problematiza a visão de saúde mental centrada no sintoma, preocupando-se com o "sujeito do sintoma".

Ao final, percebe-se a importância de ações coletivas no intuito de tensionar a criação e implementação de políticas públicas que visem o combate à iniquidade de gênero e à pobreza menstrual, uma vez que não se pode pensar em ações como esta como única resolução para a questão. Por isto, este relato também funciona como ato político de registro de uma ação comprometida com a justiça social e a equidade de gênero, algo fundamental para o alcance dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU e, sobretudo, num horizonte de saúde mental que considera o bem-estar psíquico também dependente de relações sociais e econômicas saudáveis.



Referências

AMARANTE, P. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. 3. ed. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007. 60 p

AMARAL, M. S., GONÇALVES, C. H. e SERPA, M. G. Psicologia Comunitária e a Saúde Pública: relato de experiência da prática Psi em uma Unidade de Saúde da Família. **Psicologia: Ciência e Profissão** [online]. 2012, v. 32, n. 2

BELASCO, I. C.; PASSINHO, R. S.; VIEIRA, V. A.. Práticas integrativas e complementares na saúde mental do estudante universitário. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 71, n. 1, p. 103-111, 2019.

BERCHIN, I. I. **Instituições de educação superior como agentes de inovação para o desenvolvimento sustentável: estudo em uma universidade comunitária de Santa Catarina**. 2017. 180 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Administração, Universidade do Sul de Santa Catarina, Florianópolis, 2017. Disponível em: https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/15109/3/Disserta%C3%A7%C3%A3o_Issa%20Ibrahim%20Berchin_final.pdf

BOFF, R. A.; BRUM, J. B. M.; OLIVEIRA, A. N. M. de; CABRA, S. M. Pobreza menstrual e sofrimento social: a banalização da vulnerabilidade social das mulheres no Brasil. **Psicologia, Educação e Cultura**, Portugal, v. 25, n. 3, p. 133-147, dez. 21. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/38546/1/PEC%20Dezembro%20de%202021-p%3a1ginas-134-148.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2022.

BUTLER, J. **Corpos em aliança e a política das ruas**: notas para uma teoria performativa de assembleia. São Paulo: Civilização Brasileira, 2018

FIOCRUZ. **Desigualdade social e econômica em tempos de Covid-19**. 2020. Elaborado pela ENSP (Escola Nacional de Saúde Pública). Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/desigualdade-social-e-economica-em-tempos-de-covid-19>. Acesso em: 25 mar. 2022

FIOCRUZ. **Boletim Observatório Covid-19: semanas epidemiológicas 06 e 07**. Rio de Janeiro. Editora Fiocruz, 2022. Disponível em: https://portal.fiocruz.br/sites/portal.fiocruz.br/files/documentos_2/boletim_covid_2022-se06-07-red.pdf

GUARESCHI, P. Relações comunitárias, relações de dominação. In. LANE, S. SAWAYA, B. (org). **Psicologia social comunitária: da solidariedade à autonomia**. Editora Vozes: São Paulo, 2009

JACINTO, A. G.; MARTINS, E. B. C. A construção do conhecimento na extensão universitária a partir de uma experiência freireana. **Educação**, v. 44, n. 1, p. 3, 21 jun.



2021. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/pdf/reveduc/v44n1/1981-2582-reveduc-44-01-e33110.pdf>.

PEIXOTO, S. **Inadimplência no ensino superior privado cresce 30% no 1º semestre de 2020**. 2020. Matéria produzida para CNN Brasil. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/business/inadimplencia-no-ensino-superior-privado-cresce-no-1-semester-de-2020/>. Acesso em: 25 mar. 2022.

SAWAIA, B. (org.). **As artimanhas da exclusão: análise psicossocial e ética da desigualdade social**. São Paulo: Vozes, 2005.

SCHMIDT, Beatriz; CREPALDI, Maria Aparecida; BOLZE, Simone Dill Azeredo; NEIVA-SILVA, Lucas; DEMENECH, Lauro Miranda. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (Campinas)**, [S.L.], v. 37, p. 336-347, jul. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/L6j64vKkynZH9Gc4PtNWQng/?lang=pt>. Acesso em: 29 mar. 2022.

SILVA, C. M.; RODRIGUES, R. C. Pandemia de Covid-19 e sofrimento psíquico: alguns elementos para uma problematização do Brasil contemporâneo. **Psicologia Política, S.I.**, v. 21, n. 51, p. 322-339, jul. 2021

SOUZA, W. M. de; MACEDO, E. C. Extensão em tempos de pandemia: as redes sociais como veiculadoras de educação em saúde. **Raízes e Rimos: Revista da Pró-Reitoria de Extensão e Cultura**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 336-347, jul. 2020. Disponível em: <http://seer.unirio.br/raizeserumos/article/view/10223/9139>. Acesso em: 29 mar. 2022.

UNFPA E UNICEF. . **Pobreza Menstrual no Brasil: desigualdades e violação de direito**. São Paulo: Unfpa e Unicef, 2021. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_maio2021.pdf. Acesso em: 24 mar. 2022

UNIVALI. **Centro de Memória e Documentação Histórica**: acervo histórico da universidade do vale do itajaí. Acervo histórico da Universidade do Vale do Itajaí. 2022. Disponível em: <https://www.univali.br/institucional/centro-de-memoria/Paginas/default.aspx>. Acesso em: 30 mar. 2022.