

## DESAFIOS E MOTIVAÇÕES PARA O USO DE COLETORES MENSTRUAIS ENTRE O PÚBLICO FEMININO

SUZANA VIRGINIA DA COSTA REGIS

ALINE FRANCILURDES NERY DO VALE

NATALY INÊZ FERNANDES DOS SANTOS

### Introdução

O coletor menstrual é um item de higiene íntima pessoal que possui formato de cone e é produzido de silicone medicinal, elastômetro termoplástico, látex ou borracha. o coletor menstrual é uma opção para reduzir os danos ambientais, além de aumentar a economia financeira (MAUSS, 2003; STEWART; GREER; POWELL, 2010). Além disso, o coletor menstrual proporciona benefícios se comparado com os métodos convencionais, como por exemplo, maior conforto, odor menos intenso e menos riscos significativos à saúde feminina (KAKANI; BHATT, 2017).

### Problema de Pesquisa e Objetivo

O objetivo deste trabalho é analisar os desafios e as motivações para o uso dos coletores menstruais.

### Fundamentação Teórica

Além disto, é necessário que a mulher tenha conhecimento sobre seu corpo para poder introduzir o coletor menstrual, dessa forma, os tabus sobre autoconhecimento surgem como dificuldades à adesão ao coletor (ANDRADE et al., 2021). Os coletores menstruais possibilitam a manutenção da higiene íntima a um custo menor, quando comparado aos absorventes tradicionais, sendo então um artefato de fundamental importância para os países em desenvolvimento (SILVA, 2018; ANDRADE et al., 2021).

### Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa do tipo descritiva. Para tanto, foram realizadas 12 entrevistas semiestruturadas com consumidoras de coletores menstruais, via Google Meet. O método de seleção das participantes da pesquisa se deu por acessibilidade e conveniência. Também foi utilizada a técnica bola de neve. Para a coleta de dados, utilizou-se a análise de conteúdo de Bardin (1977).

### Análise dos Resultados

Os resultados constatarem como desafios para o uso dos coletores menstruais, a dificuldade com o manuseio, medo e insegurança, falta de informação e o preço elevado; e como motivações, foram observados o conforto, a influência de terceiros, a consciência ambiental, segurança, benefícios para a saúde, mais tempo de uso e autoconhecimento.

### Conclusão

Essa pesquisa gera arcabouço teórico-prático para as marcas de coletores menstruais traçarem estratégias para derrubar as barreiras que impedem a aceitabilidade do produto pelas potenciais clientes. Acredita-se que as empresas além de apresentarem o produto ao seu público, devam evidenciar os seus diferenciais em relação àqueles já existentes no mercado, destacando seus benefícios e facilidade na forma de uso.

### Referências Bibliográficas

ANDRADE, R. M.; SANTOS, J. R. C.; SANTOS, M. C. O.; AGUIAR, J. E. A. TSILVA, T. S. L. B.; DIAS, J. M. G. Análise do conhecimento das estudantes de medicina acerca do coletor menstrual. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 9, p. 90073-90090, 2021. ARAUJO, M. P.; BRIGIDO, B. P.; CHIMELLO, L.; SARTORI, M. G. F.; BENNO, E.; PCHINI, A. C. Avaliação da segurança e conforto no uso do coletor menstrual durante a prática esportiva: um estudo de coorte prospectivo. *Femina*, p. 680-684, 2020.

### Palavras Chave

Coletores menstruais, Menstruação, Consumo

# DESAFIOS E MOTIVAÇÕES PARA O USO DE COLETORES MENSTRUAIS ENTRE O PÚBLICO FEMININO

## 1 INTRODUÇÃO

A higiene menstrual ainda é considerada um desafio para mulheres de diferentes países do mundo, tanto devido aos preconceitos sociais, tabus culturais e crenças religiosas, quanto pela ausência de informações sobre as melhores práticas de higiene íntima, falta de acesso a produtos higiênicos apropriados, seguros e acessíveis (POKHREL et al., 2021); e, ainda, falta de conhecimento sobre a própria menstruação e vulnerabilidade social e econômica, de acordo com o Fundo de Emergência Internacional das Nações Unidas para a Infância (UNICEF, 2021).

Entretanto, as últimas décadas foram marcadas por transformações nos padrões de comportamentos relacionados aos itens de higiene pessoal das mulheres e, portanto, nos produtos por elas utilizados (BELTRÁN, 2017). Conseqüentemente, as alternativas reutilizáveis, como o coletor menstrual, vêm se fortalecendo no mercado. Essas mudanças são conseqüências da ressignificação do ciclo menstrual, do empoderamento das mulheres (FELITTI, 2016; ALARCÓN-NIVIA; ALARCÓN-AMAYA; BLANCO-FUENTES, 2016; GÓMEZ, 2020) e da consciência ambiental (STEWART; GREER; POWELL, 2010; NORTH; OLDHAM, 2011; FELITTI, 2016).

O coletor menstrual é um item de higiene íntima pessoal que possui formato de cone e é produzido de silicone medicinal, elastômetro termoplástico, látex ou borracha. Diferentemente dos absorventes convencionais, absorventes internos, toalhas ou tampões que absorvem o sangue menstrual e, posteriormente, são descartados no meio ambiente, o coletor menstrual tem a função de coletar o fluxo da menstruação diretamente no canal vaginal. Além disso, como é um produto reutilizável, a depender dos cuidados com a sua higienização, pode durar cerca de dez anos. Com isso, o coletor menstrual é uma opção para reduzir os danos ambientais, além de aumentar a economia financeira (MAUSS, 2003; STEWART; GREER; POWELL, 2010).

Além disso, o coletor menstrual proporciona benefícios se comparado com os métodos convencionais, como por exemplo, maior conforto, odor menos intenso e menos riscos significativos à saúde feminina (KAKANI; BHATT, 2017), mobilidade devido à redução de vazamentos durante as atividades cotidianas (HYTTEL et al., 2017; STEWART; GREER; POWELL, 2010) e práticas de esportes (ARAUJO et al., 2020). Entretanto, algumas mulheres relatam desconforto na inserção do coletor, cólicas, vazamentos e dificuldades na sua remoção, o que as motivam a descontinuar o uso (STEWART; GREER; POWELL, 2010; NORTH; OLDHAM, 2011; FELITTI, 2016).

No entanto, os benefícios dos coletores menstruais e as infecções causadas pelos produtos substitutos impulsionam o crescimento do mercado neste setor. De acordo com o Relatório “Mercado de copos menstruais até 2027 – Análise global e previsões por tipo de produto, tamanho, canal de distribuição e geografia”, o mercado global de coletores menstruais alcançou a marca de US \$ 406,7 milhões em 2019 e chegará a US \$ 636,16 milhões em 2027, o que representa um crescimento com uma Taxa de Crescimento Anual Composta (CAGR) de 5,9% nesse período. No Brasil, uma fabricante nacional de coletores menstruais, pioneira no segmento, obteve o crescimento de 156% nas vendas dos produtos somente no ano de 2020. Como efeito, a empresa dobrou o número de revendedores, passando a contratar novos funcionários e a fornecer os coletores em grandes redes de lojas, farmácias e pessoas físicas.

Diante disso, são necessárias mais pesquisas para fornecer informações sobre motivações, vantagens, efeitos adversos, custo benefício, formas de melhorar a experiência

inicial e reduzir dificuldades na fase de adaptação, minimização dos desafios, e decorrente substituição dos absorventes convencionais pelo coletor menstrual, resultando em seu uso continuado.

As respostas a essas questões poderão melhorar as estratégias de gestão organizacional, uma vez que mulheres inibidas a testarem e usarem os coletores menstruais, seja por falta de informação ou conhecimento sobre o produto ou devido a padrões culturais e sociais, tendem a apresentar mais resistência ao uso e menor aceitabilidade, implicando em um entrave à intenção de compra desses produtos. Investigar as motivações e os desafios que levam as mulheres ao consumo de coletores menstruais é fundamental para a tomada de decisão sobre como conquistar e fidelizar uma parcela de mercado em crescente ascensão.

Todavia, após uma busca nas bases de dados *Web Of Science* e *Scopus*, constatou-se que são incipientes os estudos sobre esses produtos, sobretudo, no que se refere aos desafios e motivações para o seu uso. Com isso, o objetivo deste trabalho é analisar os desafios e as motivações para o uso dos coletores menstruais.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 A menstruação e o consumo de coletores menstruais**

A menstruação é um fenômeno comum no contexto feminino, inicia-se na faixa etária entre 11 e 14 anos e se encerra entre os 50 e 55 anos. O comportamento da mulher em relação ao seu corpo é permeado por fatores como o desenvolvimento social e econômico do contexto na qual está inserida (ZANOLA et al., 2020). As antigas civilizações matriarcais consideravam o sangue menstrual como símbolo de fertilidade e, nesse contexto, as mulheres eram vistas como “Vênus” e “Deusas da fertilidade”; porém, com o surgimento da sociedade patriarcal, a menstruação passou a ser vista como algo hediondo e, ainda, os tabus acerca da menstruação, como uma forma de opressão às mulheres (DIAS; ANJOS; DIAS, 2017).

No entanto, esse entendimento com relação à menstruação não tinha evidências científicas, mas baseava-se em crenças religiosas e princípios morais que governavam os padrões sociais, históricos e culturais daquela sociedade. Todavia, os séculos XIX e XX marcam uma evolução científica que possibilitou maior conhecimento sobre o funcionamento do corpo humano, fazendo com que as ideias equivocadas sobre a menstruação fossem reconsideradas (DIAS; ANJOS; DIAS, 2017).

Assim, os tabus relacionados ao autoconhecimento do corpo feminino e a própria menstruação em si fez com que as mulheres não fossem ensinadas a falar sobre o assunto com naturalidade. As simbologias relacionadas ao sangue desencadeiam preconceitos que podem afetar negativamente a saúde feminina e a forma como a mulher lida com o seu corpo. Algumas formas de expressão cultural e a popularização do coletor menstrual representam a forma como as mulheres vêm buscando se desvincular desse tabu (RATTI et al., 2015).

No decorrer dos anos, diferentes métodos foram projetados para satisfazer as necessidades íntimas durante o período menstrual, de acordo com os padrões de cada sociedade, conforme explicitam Dias, Anjos e Dias (2017, p. 2):

“[...] as egípcias utilizavam papiros amaciados, as romanas lãs, as gregas enrolavam retalhos de tecidos em ripas de madeira, as africanas a grama e as japonesas o papel. Somente na idade média as mulheres começaram a utilizar toalhas externas. Em 1933 o absorvente foi desenvolvido e patenteado.”

Na atualidade é possível constatar a existência de certos itens, como: absorvente externo e interno, coletor menstrual e até calcinha menstrual. Sendo o absorvente externo, o

método mais comum entre as mulheres, mesmo causando certos incômodos, como: odor, vazamento, fricção no órgão genital e até desenvolvimento de infecções (ZANOLA et al., 2020).

O coletor menstrual, por sua vez, não é um produto novo no mercado, tendo sido desenvolvido na década de 1930 e patenteado em 1867 nos Estados Unidos por Hockert (ZANOLA et al., 2020). Com a finalidade de coletar o sangue direto no canal vaginal, o coletor possui formato de cone e deve ser introduzido na genitália, estando em uma posição confortável; e para retirá-lo é necessário que o produto seja comprimido a fim evitar vácuo entre o coletor e o colo do útero. Além disso, a cada vez que for retirado o produto deve ser lavado com água e sabão neutro e no fim de cada ciclo deve ser fervido (ARAUJO et al., 2020).

De acordo com Zanola et al. (2020) o ato de consumir vai além de trocar recursos financeiros por produtos, é marcado por significados e símbolos que contribuam na identidade do consumidor; na mesma linha, produtos não são simplesmente apresentados aos consumidores, mais do que isso, são ofertados com a finalidade de suprir uma demanda sinalizada previamente (BRAGA JÚNIOR; SILVA; MORETTI, 2011). Tendo em vista as várias particularidades para o uso dos coletores menstruais, o próximo tópico destaca algumas implicações quanto aos desafios relatados pelas consumidoras destes produtos, de acordo com estudos já realizados nessa área.

## **2.2 Desafios para o uso dos coletores menstruais**

Embora o mercado de coletores menstruais tenha crescido expressivamente nos últimos anos, seu uso permanece baixo em alguns países, como na Índia, onde poucas mulheres têm conhecimento destes produtos, e as meninas deixam de ir à escola devido ao período menstrual (ASSAD, 2021). Assim, o uso de coletores menstruais no país é mais comum entre as mulheres que trabalham e estudantes universitárias, as quais passam a usá-los por recomendações de colegas e pessoas na internet (JHA, 2020).

Porém, mesmo em sociedades onde há pouco preconceito com relação à menstruação, o acesso aos itens de higiene menstrual ainda é escasso, principalmente devido ao seu elevado custo. Não obstante, não é incomum que as mulheres utilizem panos e toalhas reutilizáveis, artifícios passíveis de contaminação e risco à saúde feminina (NORTH; OLDHAM, 2011). Contudo, meninas e mulheres de baixa renda enfrentam restrições de atividades durante a menstruação, devido à falta de acesso a produtos de higiene menstrual com preços acessíveis (BEKSINSKA et al., 2015).

Além disto, é necessário que a mulher tenha conhecimento sobre seu corpo para poder introduzir o coletor menstrual, dessa forma, os tabus sobre autoconhecimento surgem como dificuldades à adesão ao coletor (ANDRADE et al., 2021). No Brasil, de acordo com a UNICEF (2021), mais de quatro milhões de meninas não têm acesso aos itens de cuidados menstruais íntimos nas escolas e também não são orientadas sobre a própria menstruação. Esses aspectos formam barreiras ao consumo de produtos de higiene íntima. A exemplo disso, algumas consumidoras relataram como entrave ao uso desse produto não saber escolher o modelo mais adequado (ANDRADE et al., 2021), preocupação de que ele pudesse ficar preso na vagina devido ao seu tamanho, formato ou textura, redução da fertilidade e perda da virgindade (POKHREL et al., 2021), o que leva a crer a falta de informação sobre o produto, dificultando a decisão de compra (ANDRADE et al., 2021).

Um estudo realizado por Lima et al. (2020) com mulheres que usavam uma ou mais alternativas de produtos de higiene menstrual sustentáveis, a exemplo de coletor menstrual, calcinha absorvente e absorvente reutilizável, constatou alguns fatores de resistência para o uso do coletor: a necessidade de introduzir e retirar do corpo um objeto pode causar medo e

desconforto nas mulheres, bem como o fato de elas não terem habilidade para fazer isso, além do alto valor do investimento inicial.

Outros estudos apontaram os empecilhos para o uso de coletores menstruais, como a insegurança e o desconforto em inserir um objeto em sua genitália (DIAS; ANJOS; DIAS, 2017; ANDRADE et al., 2021); vazamentos pelo mal posicionamento do coletor (STEWART; GREER; POWELL, 2010; NORTH; OLDHAM, 2011; FELITTI, 2016; DIAS; ANJOS; DIAS, 2017; ARAUJO et al., 2020; POKREL et al., 2021); dores (ARAUJO et al., 2020; POKREL et al., 2021); sensação do coletor menstrual saindo da vagina, vontade constante de urinar (POKREL et al., 2021); associação do produto a riscos de infecções e falta de praticidade (DIAS; ANJOS; DIAS, 2017).

Soma-se a isso o fato de que muitas mulheres têm conhecimento da existência do produto, mas não entendem a sua funcionalidade; além disso, não o encontram facilmente nos supermercados (GARCIA 2018), e ainda, preferem se informar com o ginecologista antes de iniciarem o uso (DIAS; ANJOS; DIAS, 2017). Mesmo diante de tais implicações, a venda de coletores menstruais tem crescido significativamente no mercado, o que leva a crer que muitas mulheres têm experimentado o produto e, sob resultados positivos, dão continuidade ao uso e indicam para outras. Assim, o próximo tópico faz um levantamento das motivações de mulheres para o uso do coletor menstrual, segundo pesquisas já realizadas.

### **2.3 Motivações para o uso dos coletores menstruais**

Os coletores menstruais possibilitam a manutenção da higiene íntima a um custo menor, quando comparado aos absorventes tradicionais, sendo então um artefato de fundamental importância para os países em desenvolvimento (SILVA, 2018; ANDRADE et al., 2021). Disponibilizar esse produto a mulheres com baixas condições econômicas, pode reduzir infecções causadas pelo uso indevido de produtos menstruais (ANDRADE et al., 2021).

Os primeiros estudos sobre os coletores menstruais, na década de 1960, verificou que estes eram bem aceitos, que o seu uso se tornava confortável após o período de dois meses e que as mulheres usaram o produto de maneira contínua devido ao seu formato ecologicamente correto e bom custo-benefício (HOWARD et al., 2011). Esses dados se confirmam na atualidade através do estudo de Garcia (2018), que averiguou que a taxa de lealdade é maior entre as usuárias de coletores menstruais, visto que a maioria das mulheres que iniciaram o uso destes produtos não parou mais de usá-lo. Para essas mulheres o produto é superior por ser possível utilizá-lo por mais 10 horas consecutivas, sem que haja a necessidade de trocar por outro produto complementar.

Estudos recentes demonstraram que as mulheres acham os coletores menstruais fáceis de serem utilizados e apontam vantagens econômicas e ambientais para o seu uso (POKREL et al., 2021; ANDRADE et al., 2021; ZANOLA et al., 2019). Contudo, os principais benefícios destes produtos são: comodidade e facilidade na higienização (POKREL et al., 2021); conforto, redução dos odores (KAKANI; BHATT, 2017); redução de vazamentos durante as atividades cotidianas (HYTTEL et al., 2017; STEWART; GREER; POWELL, 2010) e práticas esportivas (ARAUJO et al., 2020; ZANOLA et al., 2019); autoconhecimento, autonomia (ZANOLA et al., 2019). Em relação ao autoconhecimento, Rocha e Covaleski (2018) apontam como característica do coletor menstrual essa proximidade que ele traz da mulher com o seu ciclo menstrual, fazendo-a ter contato com seu sangue e seu corpo.

Além disso, os coletores menstruais oferecem menores riscos à saúde feminina (KAKANI; BHATT, 2017; ZANOLA et al., 2019). ARAUJO et al. (2020) observaram em seu estudo que diferentemente dos absorventes de uso externo, o coletor não absorve os fluidos vaginais, ou seja, o pH e a microbiota não são alterados, reduzindo assim as chances

de infecções. Para saber mais sobre os benefícios e desafios do uso do coletor menstrual, foi feita uma pesquisa entre consumidoras deste produto. O próximo tópico detalha como foi feita a pesquisa em termos metodológicos.

### **3 METODOLOGIA**

Esta é uma pesquisa de caráter descritivo, uma vez que procura descrever em profundidade os desafios e as motivações para o uso dos coletores menstruais entre o público feminino, levantando opiniões, comportamentos e crenças das entrevistadas sobre o fenômeno estudado, o que proporciona uma nova visão do problema (GIL, 2019). Utilizou-se a abordagem qualitativa, partindo-se da percepção e compreensão das entrevistadas sobre seus comportamentos e pensamentos perante o uso dos coletores menstruais (STAKE, 2011).

Para tanto, utilizou-se a entrevista semiestruturada para coleta dos dados. O roteiro de entrevista foi dividido em dois blocos. O primeiro bloco composto por questões sociodemográficas para traçar o perfil das consumidoras. No segundo bloco 17 questões, as quais foram elaboradas com base na literatura mencionada neste artigo, e que abordam sobre as motivações e desafios para o uso dos coletores menstruais.

No total, 12 mulheres consumidoras de coletores menstruais, de 19 a 36 anos, participaram da pesquisa. A coleta ocorreu no mês de setembro de 2021, em encontros pelo *Google Meet*, gravados e autorizados pelas participantes, e cada entrevista durou cerca de 30 minutos. O método de seleção das participantes da pesquisa se deu por acessibilidade e conveniência, assim, aquelas que estavam mais próximas das autoras e que fazem uso do coletor menstrual foram convidadas a participar da pesquisa. Também foi utilizada a técnica bola de neve, ou seja, ao final de cada entrevista, as participantes indicavam pessoas que se enquadravam no perfil procurado para participarem da pesquisa, até atingir o ponto de saturação, quando já não são encontradas novas informações sobre o tema abordado (BALDIN; MUNHOZ, 2011).

Foi utilizada para tratamento das entrevistas, a análise de conteúdo, que é uma técnica utilizada para analisar comunicações. Nesse âmbito é feita a pré-análise, a exploração do material, o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação (BARDIN, 1977).

### **4 ANÁLISE DOS RESULTADOS**

O Quadro 1 apresenta o perfil sociodemográfico das consumidoras de coletores menstruais e o tempo de uso deste produto. Para garantir o anonimato e o sigilo das informações, as consumidoras que participaram desta pesquisa foram codificadas de E1 a E12, respeitando a ordem de realização das entrevistas. Com relação a idade das entrevistadas, observa-se que estas têm entre 18 e 36 anos; apenas três das entrevistadas possuem filhos; quatro somente estudam e as demais trabalham em áreas diversas; uma possui ensino médio incompleto, quatro possuem ensino médio completo; três possuem ensino superior incompleto, três possuem ensino superior completo, e uma possui nível técnico. Corroborando com Jha (2020) que afirma que a tendência de usar o copo menstrual é amplamente observada entre as universitárias e profissionais que trabalham.

Todas são residentes da região nordeste do Brasil, sendo oito do estado do Rio Grande do Norte, duas do estado do Ceará e duas do estado do Maranhão. No que se refere ao tempo de uso, percebe-se que quatro utilizam o coletor menstrual a menos de um ano, quatro utilizam há mais de um ano e a menos de dois anos, uma utiliza há dois anos e duas utilizam há mais de dois anos.

**Quadro 1:** Perfil das consumidoras de coletores menstruais

CÓDIGO	IDADE	ESTADO CIVIL	FILHOS	OCUPAÇÃO	GRAU DE INSTRUÇÃO	CIDADE/ESTADO	TEMPO DE USO
E1	35 anos	Casada	1	Agente de crédito e cabeleireira	Ensino Médio Completo	Areia Branca/RN	2 meses
E2	18 anos	Solteira	-	Estudante	Ensino Médio Incompleto	Areia Branca/RN	2 meses
E3	36 anos	Casada	-	Esteticista	Ensino Superior Completo	Areia Branca/RN	10 meses
E4	23 anos	Solteira	-	Design de interiores	Ensino Técnico Completo	Crateús/CE	1 ano e meio
E5	19 anos	Casada	-	Estudante	Ensino Médio Completo	Imperatriz/MA	5 meses
E6	25 anos	Casada	1	Do lar	Ensino Superior Completo	Imperatriz/MA	2 anos e 9 meses
E7	20 anos	União Estável	-	Estudante	Ensino Superior Incompleto	Crateús/CE	1 ano e 10 meses
E8	23 anos	Solteira	-	Micropigmentadora	Ensino Médio Completo	Areia Branca/RN	3 anos
E9	19 anos	Solteira	-	Estudante	Ensino Superior Incompleto	Areia Branca/RN	2 anos
E10	31 anos	Solteira	1	Professora	Ensino Superior Completo	Mossoró/RN	1 ano e 3 meses
E11	19 anos	Solteira	-	Pregoeira	Ensino Médio Completo	Areia Branca/RN	1 ano
E12	21 anos	Solteira	-	Estudante	Ensino Superior Incompleto	Areia Branca/RN	4 meses

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

Os próximos tópicos estão divididos em desafios e motivações das consumidoras para o uso do coletor menstrual, a fim de especificar melhor o que levou essas mulheres a adotarem o produto, quais os benefícios e dificuldades do uso e o que mais elas têm a dizer sobre essa experiência.

#### 4.1 Desafios para o uso dos coletores menstruais

Em seguida, apresentam-se as motivações e os desafios para o uso dos coletores menstruais. No tocante aos desafios, agruparam-se os relatos em quatro categorias: dificuldade com o manuseio, medo e insegurança, falta de informação e preço elevado. O Quadro 2 apresenta as categorias identificadas e os seus principais relatos.

**Quadro 2:** Desafios das consumidoras para o uso dos coletores menstruais, separados por categorias e seus principais relatos

Categorias	Principais Relatos
------------	--------------------

<p><b>Dificuldade com o manuseio (6 relatos)</b></p>	<p>[...] <b>por eu não ter introduzido totalmente da maneira correta</b>, ele vazou um pouco até eu me acostumar. (E1)</p> <p>[...] eu tinha <b>muita dificuldade ao introduzir e ao tirar o coletor</b>, eu acabava me sujando. (E5)</p> <p>[...] eu tive <b>mais dificuldade só no jeito mesmo de encontrar uma dobra</b> que, né, combinasse com meu corpo, de todo o processo de tirar o vácuo pra retirar. (E7)</p> <p>[...] chegou até doer em mim no início, porque <b>eu não conseguia colocar ele direito</b>, sabe? (E9)</p> <p>[...] nos dois primeiros meses <b>foi bem complicado pra colocar, pra remover, acabava vazando</b>. (E11)</p> <p>O meu maior desafio foi <b>saber colocar corretamente</b>. (E12)</p>
<p><b>Medo/ Insegurança (5 relatos)</b></p>	<p>Desde o ano passado que eu queria usar, mas eu tinha <b>medo</b> por conta que eu tenho um DIU de cobre já faz 3 anos [...]. <b>Eu fiquei um pouco insegura com a questão dele vazar</b>, como aconteceu em uma das vezes. (E1)</p> <p>Eu tinha <b>medo</b> não vou mentir, como muita gente tem ainda de “ai vai ficar lá dentro”, “como é que eu vou tirar isso”. Ah o nojo também né, “aí vou tirar vou me sujar toda não sei o que”. (E3)</p> <p>[...] eu ficava um pouco <b>receosa de não saber utilizar da forma correta, de vazar. [...] no início eu ficava meio receosa de tirar ele pra higienizar e descartar o sangue em lugares que não fossem na minha casa</b>, no início, porque <b>eu tinha medo de sujar as coisas com sangue</b>. (E6)</p> <p>Assim, <b>antes de eu usar, eu tinha medo</b>, sabe? Por que eu ficava... como é que eu vou colocar e tirar isso? <b>Eu ficava com medo</b> e quando eu comprei, eu ainda passei um mês usando o absorvente externo, porque <b>eu não tinha coragem de usar. Eu ficava muito nervosa, eu tinha medo de doer, eu tinha medo de não sair mais</b>. (E9)</p> <p>Já o coletor, o <b>medo assim de ficar com aquele negócio dentro de você</b>, né? [...] eu tinha <b>medo de vazar</b> porque o meu fluxo era muito e o coletor é pequenininho, eu tinha <b>medo dele não suportar</b>. (E11)</p>
<p><b>Falta de informação (4 relatos)</b></p>	<p>A princípio eu <b>achei que incomodava</b>, eu <b>pensava que ele era duro</b>. (E1)</p> <p>Eu <b>achava que não ia ter como usar, que ia ficar preso</b> ou então <b>que eu não ia saber colocar</b>. [...] eu <b>achava que não ia ter como eu fazer xixi</b>, né? Só que aí é o caso da educação sexual, porque pra mim, como eu já sou entendida, eu sabia que não é pelo mesmo local. (E2)</p> <p>Eu <b>imaginava que era um pouco mais complicado</b>, assim, de utilizar do que o absorvente normal. (E4)</p> <p>Eu <b>acreditava que</b> o meu fluxo de menstruação era muito alto e por isso <b>o coletor não ia dar jeito</b> e ia ter que ficar tirando e colocando o tempo inteiro. (E5)</p>
<p><b>Preço elevado (2 relatos)</b></p>	<p>[...] é um pouco mais difícil pra outras pessoas adquirir por esse preço, 89,00 reais <b>não é tão barato</b> né. (E6)</p> <p>[...] é <b>um pouco alto</b> e geralmente não tem em toda farmácia né, pelo menos aqui na minha cidade só tem em uma farmácia e as vezes você vai compra pela internet, o frete é caríssimo. (E7)</p>

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

A **dificuldade com o manuseio** engloba a questão de inserir e remover o coletor de forma correta para que evite vazamentos. A maioria das entrevistadas relataram essa dificuldade como o principal desafio para a adaptação, porém após cerca de 2 ciclos conseguiram encontrar a melhor forma de usar o coletor. Esse fato vai ao encontro ao achado de Lima et al. (2020) que afirma que um dos empecilhos para o uso desse item de higiene é a falta de habilidade para introduzir e retirar o coletor do órgão genital.

A categoria **medo e insegurança** envolve o receio de utilizar o produto corretamente pela primeira vez e ocorrer vazamento ou dor, de ficar preso, se sujar de sangue e de fazer a troca em locais públicos. A necessidade de introduzir e retirar do corpo um objeto pode causar medo e desconforto nas mulheres (LIMA et al., 2020). Confirmando os achados de Dias, Anjos e Dias (2017) e Andrade et al. (2021) que em suas pesquisas identificaram alguns entraves como: a insegurança e o desconforto em inserir um objeto na genitália. É imprescindível que a mulher tenha conhecimento sobre seu corpo para fazer uso do coletor menstrual, portanto esta categoria está atrelada à falta de informação.

A categoria **falta de informação** abrange questões sobre a percepção anterior ao uso do coletor menstrual, visto que as consumidoras por não terem acesso às informações sobre as especificidades do produto, acreditavam que este incomodaria, que não iriam saber utilizar de maneira correta, que seria desconfortável e que o coletor não teria a capacidade de absorver o fluxo menstrual, podendo causar vazamentos ou até mesmo ficar preso dentro do corpo, conforme explicitado no estudo de Porkrel et al. (2021). Esses achados também são confirmados por Garcia (2018), ao afirmar que muitas mulheres sabem que o coletor existe no mercado, mas não entendem a sua funcionalidade. Além disso, a ausência de informação sobre o produto torna-se um entrave à decisão de compra (ANDRADE et al., 2021).

O **preço elevado** diz respeito à diferença do preço pago no coletor menstrual em relação aos absorventes e ao local de compra, geralmente não é um item comercializado em farmácias ou supermercados. Ainda que algumas mulheres tenham a percepção de preço elevado, ressalta-se que elas consideram o produto acessível a longo prazo, uma vez que é um investimento que perdura por cerca de cinco anos. O alto valor do investimento inicial também foi um fato encontrado no estudo de Lima et al. (2020).

Quanto às motivações, surgiram oito categorias de respostas: conforto, influência de terceiros, consciência ambiental, segurança, benefícios para a saúde, mais tempo de uso e autoconhecimento. O Quadro 3 apresenta as categorias referentes às motivações das consumidoras dos coletores menstruais para o uso dos coletores menstruais e os principais relatos.

### **Quadro 3: Motivações das consumidoras para o uso de coletores menstruais, separados por categorias e seus principais relatos.**

<b>Categorias</b>	<b>Principais relatos</b>
<b>Conforto (6 relatos)</b>	[...] é <b>bem prático</b> e eu acho ele <b>bem confortável</b> . [...] <b>não incomoda</b> . (E2)  Eu passo bastante tempo trabalhando e ele é um um produto que <b>me dá conforto</b> , entendeu? (E3)  A diferença é que o coletor menstrual <b>não causa desconforto</b> , <b> você não sente o coletor</b> . (E8)  Proporciona <b>muito mais conforto</b> do que o externo. [...] é uma <b>sensação de liberdade</b> , como se não tivesse nada ali. (E9)

	<p>[...] posso colocar um coletor e passar o dia fora e ser tranquilo, ter a <b>sensação de não está menstruada</b>, sabe? (E10)</p> <p>[...] você se sente <b>bem mais confortável</b> do que com o absorvente comum [...] Não tem nem comparação você dormir de coletor, você acorda, <b>nem lembra que ele tá lá</b> (E11)</p>
<p><b>Influência de terceiros</b> (6 relatos)</p>	<p>Foi <b>através de colegas minhas do curso</b>, elas já utilizavam e acabou que me incentivando a utilizar, né? (E1)</p> <p><b>Através de uma menina que eu seguia no Instagram</b>, aí ela começou a falar sobre o coletor e eu fui fazer pesquisas sobre ele. (E5)</p> <p><b>Eu fui vendo vídeos</b>, encontrei um canal do youtube muito bom que aí ensinava também várias dobras e aí a moça do canal testava várias marcas e aí foi assim. (E7)</p> <p>[...] quando <b>minha amiga</b> passou essa visão do coletor pra mim, dizendo que ele era muito confortável, que não vazava, começou falar vários benefícios do coletor pra mim, aí eu fiquei muito curiosa, me motivou demais! (E9)</p> <p>Acho que <b>ver pessoas falando muito bem dele</b>, dizendo que era mais confortável, que se sentia melhor, que não precisava mais usar o absorvente comum. (E11)</p> <p>A princípio eu não sabia que existia o coletor menstrual, mas eu fiquei sabendo <b>através de uma amiga</b> [...]. (E12)</p>
<p><b>Consciência ambiental</b> (5 relatos)</p>	<p>[...] <b>num preciso mais também ficar jogando no lixo</b>, é, pra poluir o ambiente, [...], e que o coletor, ele já tem esse benefício, entendeu, de você não precisar descartar assim, dum dia pro outro, <b>é uma coisa que dura</b>. (E2)</p> <p>[...] quando eu utilizava o absorvente [...] eu utilizava muito absorvente e eu percebia que isso é muito ruim né pro meio ambiente, <b>ao utilizar o coletor eu parei de utilizar o absorvente e teve tanto essa ajuda pra o meio ambiente como a economia</b>. (E4)</p> <p>[...] uma coisa que eu fiquei muito feliz em poder fazer foi diminuir o uso do absorvente né no meu caso <b>eu acabei completamente com uso do absorvente por uma conta também ambiental</b> [...] isso causa uma poluição muito grande né então por <b>eu conseguir trocar do absorvente comum convencional para o coletor menstrual que dura anos aí né eu fiquei muito feliz por poder contribuir com essa questão ambiental</b>. (E5)</p> <p>Eu acho que só por não ter que ficar comprando absorvente que eu sei que é mais um lixo que eu vou gerar pro meio ambiente e <b>os motivos que me levaram a comprar o coletor foi isso, de eu não gerar mais tanto lixo pro meio ambiente</b>. (E6)</p> <p>O coletor é <b>ecologicamente correto</b>. Eu acho que o absorvente externo, ele só tem malefícios, o impacto ambiental é gigantesco. (E10)</p>
<p><b>Bom custo benefício</b> (4 relatos)</p>	<p>Acho que valeu a pena (risos) que durante o ano que eu pagava comprando absorvente, <b>economizei bastante utilizando apenas o coletor</b>. (E4)</p> <p>[...] apesar de um coletor não ser tão baratinho mas depois que você compra um coletor <b>você não precisa mais gastar com absorvente</b>. (E5)</p> <p>Eu acho que é <b>bem acessível porque chega ser bem mais econômico</b> do que o absorvente, já que o coletor dura uns cinco anos. (E8)</p> <p>[...] Eu acho maravilhoso porque é uma coisa que <b>você pode usar até no máximo</b></p>

	<p><b>cinco anos e evita de tá comprando sempre absorvente.</b> (E12)</p>
<p><b>Segurança (4 relatos)</b></p>	<p>Dificuldade pra usar uma roupa branca ou então usar um short que marque atrás. Aí com o coletor não tem esse, essa dificuldade. [...] você pode usar um biquíni, entendeu? <b>E ele não vaza</b> (E2)</p> <p>[...] <b>eu não fico mais com medo de praticar atividades</b> que antes eu tinha, então, academia, ir pra piscina, praia, às vezes eu deixava de sair com meus amigos, de me encontrar com os meus pais pra fazer uma atividade, com receio de “ai, não, vai vazar! Eu não posso fazer aquilo, eu não posso ir de roupa branca”, e agora <b>eu posso fazer tudo tranquilamente.</b> (E7)</p> <p>Você toma banho, você se lava e não sente o coletor. Pode fazer xixi com ele também. É muito interessante, <b>ele não vaza.</b> Você dorme sem calcinha, você toma banho de mar, você vai pra academia, eu não malhava quando estava menstruada, hoje eu malho por causa do coletor, e eu faço agachamento e ele não vaza. (E8)</p> <p><b>Eu consigo fazer tudo, tudo, tudo com ele! Dormir, tudo! [...] fazer programas, assim, de sair pra praia, pra piscina, eu saio tranquilamente, não tenho mais essa perturbação de que não posso ir porque tô menstruada</b> (E10)</p>
<p><b>Benefícios para a saúde (4 relatos)</b></p>	<p>O absorvente ele tava me trazendo infecção, tava tendo corrimentos, coceira, tava horrível e o coletor não [...] <b>até as minhas cólicas elas melhoraram</b> um pouco, <b>o humor da gente também melhora.</b> (E3)</p> <p>[...] os <b>produtos químicos</b> que vêm nos absorventes, tanto interno quanto convencional né, que eu sei, estudando e tudo mais, do quanto que <b>eles podem prejudicar a nossa região interna.</b> (E6)</p> <p>E o absorvente comum, ele causa um abafamento e dá uma alergia, e também o interno, eu sinto que irritava bastante também. [...] <b>O sangue não tem odor no coletor</b>, se você cheirar você não sente o odor, sente cheiro de sangue, não sente aquele odor que o absorvente causa. [...] <b>eu notei foi que diminui a quantidade, o fluxo menstrual</b> com o uso do coletor. [...] <b>diminuíram as cólicas, o desconforto diminuiu.</b> [...] <b>tpm diminui, porque você não se incomoda, você não fica assada, seu mal estar diminui.</b> (E8)</p> <p><b>Cólicas que eu sentia antes quando eu usava o absorvente externo, reduziram depois que eu comecei a usar o coletor</b> [...]. O mal cheiro que eu sentia com o absorvente externo [...]. Essa que sentia também e que tava me incomodando. Com o coletor menstrual não é assim, <b>é muito libertador</b>, porque o sangue é normal, <b>não tem mau cheiro, até as cólicas têm reduzido</b>, sabe? (E9)</p>
<p><b>Mais tempo de uso (4 relatos)</b></p>	<p>[...] <b>o horário da troca dos absorventes</b> que eu trocava a cada 2 horas e o coletor não (E1)</p> <p>[...] <b>posso passar bem mais tempo utilizando o coletor</b> sem ficar com a preocupação de trocar ou se vasou, que era a mesma preocupação que eu tinha quando usava absorvente. (E4)</p> <p><b>Eu já usei por doze horas e foi muito tranquilo</b>, ficou tranquilo, não vazou, foi ótimo, tirei, lavei e coloquei de novo. (E10)</p> <p>Fora que você pode <b>passar várias horas com ele, né?</b> (E11)</p>
	<p>[...] reconhecer <b>meu próprio corpo</b>, reconhecer <b>meu ciclo</b>, reconhecer <b>meu sangue, a quantia que eu sangro.</b> (E6)</p> <p>[...] isso aí foi uma surpresa muito boa que eu tive de mudança assim foi isso de ter <b>mais contato comigo mesmo.</b> (E7)</p>

<p><b>Autoconhecimento (4 relatos)</b></p>	<p>[...] <b>conhecendo meu corpo</b>, porque eu observo mesmo, quando eu tiro, eu observo a textura do sangue, eu cheiro pra ver se tem algum odor. (E10)</p> <p>E a gente tem que <b>se conhecer</b>, a gente tem que <b>saber gostar da gente por dentro também</b>. (E12)</p>
--	--

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

A categoria mais citada pelas entrevistadas é o **conforto** que esse item de higiene proporciona, conforme apresentado por Kakani e Bhatt (2017), Zanola et al. (2019) e ARAUJO et al. (2020). Muitas vezes elas esquecem que estão utilizando o produto e até mesmo que estão menstruadas, dando também uma maior sensação de liberdade.

A **influência de terceiros**, seja por amigos ou através da internet, também é um fator que contribuiu para que as entrevistadas começassem a utilizar o coletor. Corroborando com o que foi apresentado por Jha (2020) de que consumidoras de coletor menstrual tendem a usá-lo por recomendação de grupos de pares, da Internet ou de colegas.

A **consciência ambiental** também é um fator identificado como motivação para o uso do coletor menstrual, porém não é o principal motivo, indo contra ao que foi apresentado por Andrade et al. (2021), que identificaram a sustentabilidade como principal motivo para o uso do coletor menstrual. No entanto, este resultado não anula o fato das entrevistadas se sentirem confortáveis ao saber que optaram por uma opção ecologicamente correta quando comparada aos absorventes tradicionais, os quais são descartados diversas vezes em cada ciclo, ao contrário do coletor menstrual que possui durabilidade de cinco anos. O fato de não precisar descartar absorventes todos os ciclos, também está atrelado ao **custo benefício**, outro fator citado pelas entrevistadas, o que corrobora com os achados de Silva (2018), Zanola et al. (2019), Pokrel et al. (2021), e Howard et al. (2021), que descreveram as vantagens ambientais e econômicas do uso do coletor menstrual. Andrade et al. (2021) também apontaram em seu estudo o baixo custo a longo prazo do coletor menstrual.

A **segurança** proporcionada pelo coletor é um fator amplamente citado pelas entrevistadas, principalmente devido à autonomia para praticar atividades como ir à academia, à praia, à piscina e até mesmo dormir. Acerca disso, Zanola et al. (2019) também verificaram que o coletor menstrual confere maior autonomia às mulheres; bem como redução de vazamentos durante as atividades rotineiras (HYTTEL et al., 2017; STEWART; GREER; POWELL, 2010). Ademais, com o coletor menstrual, as entrevistadas afirmam que também não precisam se preocupar se está marcando na calcinha ou se vai vaziar, podendo utilizar roupas brancas ou biquínis tranquilamente, o que é uma das características principais do coletor, conforme apontado por Stewart (2009) que afirma que eles possuem formato de sino, feito em silicone cirúrgico, moldável ao corpo, projetado para evitar vazamentos.

Outra categoria mencionada com frequência pelas entrevistadas foram os **benefícios para a saúde**, uma vez que o absorvente de uso externo trazia diversos desconfortos como abafamento, coceira, assaduras e odor forte. Com o uso do coletor esses desconfortos deixaram de existir e as entrevistadas passaram a notar uma melhora na saúde vaginal, redução de cólicas e do fluxo sanguíneo, confirmando os resultados dos estudos de Kakani e Bhatt (2017) e Zanola et al. (2019) acerca do coletor oferecer menos riscos à saúde da mulher. Além disso, ao contrário dos absorventes tradicionais, ARAUJO, reduzindo assim as chances de infecções (ARAUJO et al., 2020). A redução do fluxo sanguíneo observada pelas entrevistadas pode ser explicada pelo fato de que no absorvente tradicional o sangue se espalha dando a impressão de ter um maior volume.

A categoria **mais tempo de uso** também se apresenta como uma das motivações citadas pelas entrevistadas, o que se dá pelo fato destas não precisarem estar trocando o

coletor menstrual diversas vezes ao dia, como era feito com os absorventes tradicionais. Esse resultado é confirmado no estudo de Garcia (2018), que constatou que as mulheres consideram o coletor menstrual superior por poderem utilizá-lo por mais tempo, sem precisar substituí-lo por outro absorvente nesse período.

Outro fator citado foi o **autoconhecimento**, como por exemplo, conhecer de perto a intensidade, cor e cheiro do fluxo sanguíneo, bem como o próprio órgão sexual, conforme apresentado por Zanola et al. (2019) que afirmam que as mulheres utilizam os coletores menstruais devido a questões relacionadas também ao autoconhecimento. Rocha e Covaleski (2018) complementam essa característica do coletor, de aproximar a mulher do seu ciclo menstrual, através do contato com o próprio corpo e o sangue e Andrade et al. (2020) afirma que é necessário que a mulher conheça seu corpo para fazer uso do coletor menstrual.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivo principal analisar os desafios e as motivações para o uso dos coletores menstruais, item cada vez mais presente na rotina de mulheres que buscam novos métodos de higiene durante o período menstrual. Diferente dos métodos tradicionais, como os absorventes descartáveis, o copo menstrual coleta o fluxo sanguíneo da menstruação diretamente no canal vaginal, é reutilizável, e sua vida útil pode chegar a até dez anos. Assim, além da sua função, também configura uma questão de consciência ambiental.

Tendo em vista o crescimento das vendas desse item no mercado brasileiro e, levando em consideração que os produtos precisam ter atributos suficientes para solucionar um problema específico ou atender um desejo do consumidor, torna-se relevante estudar os desafios e motivações das mulheres quanto ao uso do coletor menstrual, a fim de oferecer o que elas realmente buscam.

Dessa forma, foram realizadas 12 entrevistas com mulheres entre 18 e 36 que usam o coletor menstrual, as quais relataram como principais desafios para o uso do produto: **dificuldade de manuseio** ao inserir e retirar o coletor do corpo; **medo e insegurança** em usar o produto pela primeira vez, causar vazamento, ficar preso ou se sujar durante a troca, além do desconforto em fazer isso em locais que não seja a própria casa. Ressalta-se que tais sentimentos podem estar atrelados a **falta de informação**, pois por não conhecer as especificidades do produto, as entrevistadas desenvolveram o medo e a insegurança, além de acreditar que o coletor incomodaria, que não iriam se adaptar, que seria desconfortável e que o coletor não teria a capacidade de absorver o fluxo menstrual, percepções que foram refutadas após o uso continuado do produto. Quando questionadas sobre o que mudariam no produto, algumas consumidoras argumentaram o **preço elevado**, pois consideram o investimento inicial alto, uma vez que o produto não é tão acessível em termos de preço e local de venda, dificultando o acesso para mulheres de baixa renda.

Dentre as motivações encontradas, destacam-se: o **conforto** que o coletor menstrual traz, levando a percepção de que nem estão menstruadas; a **influência de terceiros**, seja por amigos ou por meio da internet, contribuindo para que as entrevistadas adotassem o produto; a **consciência ambiental**, considerando que coletor menstrual elimina o uso de absorventes descartáveis, contribuindo para a redução de lixo descartado, atrelado ao **custo benefício** relatado pelas entrevistadas, uma vez que o coletor menstrual tem durabilidade maior que os métodos de higiene convencionais.

Foi relatado também a **segurança** e liberdade que o coletor proporciona para praticar atividades físicas, ir à praia, à piscina e até mesmo dormir; **benefícios para a saúde**, com a melhora na saúde vaginal, redução de cólicas e do fluxo sanguíneo; **mais tempo de uso**, pois não precisa trocar o coletor menstrual diversas vezes ao dia; e **autoconhecimento**, as

mulheres passaram a ter um contato maior consigo mesmas, tocando e sentindo o cheiro do próprio fluxo sanguíneo.

Sugere-se para estudos futuros que se leve em consideração a influência da marca, da propaganda e publicidade, na decisão de compra das consumidoras; além de entrevistar ex-consumidoras de coletores menstruais e investigar as razões que a levaram a descontinuar o uso.

Essa pesquisa gera arcabouço teórico-prático para as marcas de coletores menstruais derrubarem as barreiras para a aceitabilidade do produto pelas potenciais clientes. Além disso, acredita-se que as empresas além de apresentarem o produto ao seu público, devam evidenciar os seus diferenciais em relação aos produtos já existentes no mercado, destacando seus benefícios e facilidades na forma de uso.

## REFERÊNCIAS

ALARCÓN-NIVIA, M. A.; ALARCÓN-AMAYA, M. A.; BLANCO-FUENTES, L. Creencias, actitudes y vivencias mágicas alrededor de la menstruación entre las mujeres de Bucaramanga, Colombia. **Revista Colombiana de Obstetricia y Ginecología**, v. 57, n. 1, p. 19-26, 2006.

ANDRADE, R. M.; SANTOS, J. R. C.; SANTOS, M. C. O.; AGUIAR, J. E. A. TSILVA, T. S. L. B.; DIAS, J. M. G. Análise do conhecimento das estudantes de medicina acerca do coletor menstrual. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 9, p. 90073-90090, 2021.

ARAÚJO, M. P.; BRIGIDO, B. P.; CHIMELLO, L.; SARTORI, M. G. F.; BENNO, E.; PCHINI, A. C. Avaliação da segurança e conforto no uso do coletor menstrual durante a prática esportiva: um estudo de coorte prospectivo. **Femina**, p. 680-684, 2020.

ASSAD, B. F. Políticas públicas acerca da pobreza menstrual e sua contribuição para o combate à desigualdade de gênero. **Revista Antinomias**, v. 2, n. 1, p. 140-160, 2021.

BALDIN, N.; MUNHOZ, E. M. B. Educação ambiental comunitária: uma experiência com a técnica de pesquisa snowball (bola de neve). **REMEA-Revista Eletrônica do Mestrado em Educação Ambiental**, v. 27, 2011.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: edições, v. 70, p. 225, 1977.

BEKSINSKA, M.; SMIT, J.; GREENER, R.; MAPHUMULO, V.; MABUDE, Z. Better menstrual management options for adolescents needed in South Africa: what about the menstrual cup?. **SAMJ: South African Medical Journal**, v. 105, n. 5, p. 331-331, 2015.

BELTRÁN, D. V. Breve historia de la higiene personal en Colombia. **Recuperado de: <https://revistaartefacto.usta.edu.co/index.php/inter-nos/202-historia-de-la-higienepersonal-en-colombia>**, 2017.

BRAGA JÚNIOR. S. S.; SILVA, D.; MORETTI, S. L. A. Fatores de influência no consumo “verde”: um estudo sobre o comportamento de compra no setor supermercadista. **REMark - Revista Brasileira de Marketing**, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 151-176, jan./abr, 2011.

COSMETIC INNOVATION. KNOW MORE. CREATE MORE. **Esta empresa de coletores menstruais cresce 150% ao ano com equipe 80% feminina.** 2021. Disponível em: <https://cosmeticinnovation.com.br/esta-empresa-de-coletores-menstruais-cresce-150-ao-ano-com-equipe-80-feminina/>. Acesso em 27 de Set. 2021.

DIAS, V. C. P. L.; ANJOS, G.; DIAS, M. R. A. C. Coletor menstrual: uma análise a luz do metaprojeto. *In: COLÓQUIO INTERNACIONAL DE DESIGN, 2017, São Paulo. Anais eletrônicos...* São Paulo: Blucher, 2017. p. 180-193. Disponível em: <http://pdf.blucher.com.br.s3-sa-east-1.amazonaws.com/designproceedings/cid2017/16.pdf>. Acesso em 13 de set. 2021.

FELITTI, K. Cíclica y la copa menstrual argentina Historia, propuestas y desafíos del movimiento Maggacup. **RevIISE-Revista de Ciencias Sociales y Humanas**, v. 10, n. 10, p. 37-50, 2017.

FUNDO DE EMERGÊNCIA INTERNACIONAL DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA - UNICEF. **No Brasil, milhões de meninas carecem de infraestrutura e itens básicos para cuidados menstruais.** 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/no-brasil-milhoes-de-meninas-carecem-de-infraestrutura-e-itens-basicos-para-cuidados-menstruais>. Acesso em 28 de set. 2021.

GARCIA, A. I. **La revolución de la copa menstrual.** 2018. 92 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestrado em Marketing e Pesquisa de Mercado, Facultat D'economia I Empresa de La Universitat de Barcelona, Barcelona, 2018.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GÓMEZ, G. O. **¿ Fin de un estigma? Análisis generacional sobre visiones de la menstruación y la copa menstrual en mujeres de clase media-alta en Bogotá.** Tese (Doutorado) – Programa de Antropologia, Universidad del Rosario, Bogotá, Colômbia, 2020.

HOWARD, Courtney et al. FLOW (finding lasting options for women): multicentre randomized controlled trial comparing tampons with menstrual cups. **Canadian Family Physician**, v. 57, n. 6, p. e208-e215, 2011.

HYTTEL, M.; THOMSEN, C. F.; LUFF, B.; STORRUSTEN, H.; NYAKATO, V. N.; TELLIER, M. Drivers and challenges to use of menstrual cups among schoolgirls in rural Uganda: a qualitative study. **Waterlines**, p. 109-124, 2017.

JHA, A. The Indian Express. **Menstrual cups: The sustainable and eco-friendly period partner.** 2020. Disponível em: <https://indianexpress.com/article/lifestyle/health/menstrual-hygiene-day-periods-and-menstrual-cup-6430193/>

KAKANI, C. R.; BHATT, Jalpa K. Study of adaptability and efficacy of menstrual cup in managing menstrual health and hygiene. **Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol**, v. 6, n. 7, p. 3045-53, 2017.

LIMA, C. L. B.; BRAGA, N. C. A.; SOBREIRA, E. M. C.; ROMERO, C. B. A. HIGIENE MENSTRUAL: Investigando a Preferência e Resistência ao Consumo de Alternativas Sustentáveis, 23, 2020, São Paulo. **Anais eletrônicos...** São Paulo: SEMEAD, 2020. p. 1-18. Disponível em: <https://login.semead.com.br/23semead/anais/arquivos/2483.pdf?>. Acesso em 12 ago. 2021.

MAUSS, M. **As técnicas do corpo. Sociologia e Antropologia.** São Paulo: Cosac Naify, 2003. p. 399-422.

MENSTRUAL CUPS MARKET TO 2027 - **Global Analysis and Forecasts By Product Type; Size; Distribution Channel, and Geography.** 2021. Disponível em: <https://www.researchandmarkets.com/reports/5006385/menstrual-cups-market-to-2027-global-analysis>.

NORTH, B. B.; OLDHAM, M. J. Preclinical, clinical, and over-the-counter postmarketing experience with a new vaginal cup: menstrual collection. **Journal of Women's Health**, v. 20, n. 2, p. 303-311, 2011.

POKHREL, Diksha et al. Acceptability and feasibility of using vaginal menstrual cups among schoolgirls in rural Nepal: a qualitative pilot study. **Reproductive Health**, v. 18, n. 1, p. 1-10, 2021.

RATTI, C. R.; AZZELLINI, E. C.; BARRENSE, H.; GROHMANN, R. O tabu da menstruação reforçado pelas propagandas de absorvente. *In*: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO, 38, 2015, Rio de Janeiro. **Anais eletrônicos...** Rio de Janeiro: INTERCON, 2015. P. 1-15. Disponível em: <https://portalintercom.org.br/anais/nacional2015/resumos/R10-0436-1.pdf>. Acesso em 01 de set. 2021.

ROCHA, L. C.; COVALESKI, R. A Propagação e a Quebra do Tabu da Menstruação na Publicidade. *In*: CONGRESSO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO NA REGIÃO NORDESTE, 20, 2018, Bahia. **Anais eletrônicos...** Bahia: INTERCOM – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, 2018. p. 1-14. Disponível em: <https://portalintercom.org.br/anais/nordeste2018/resumos/R62-0989-1.pdf>. Acesso em 02 de ago. 2021.

SILVA, H. P. Por um sistema de saúde sustentável e equânime. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 34, p. e00118518, 2018.

STAKE, Robert. **Pesquisa qualitativa: estudando como as coisas funcionam.** Porto Alegre: Penso, 2011.

STEWART, K .; GREER, R .; POWELL, M. A experiência das mulheres no uso do Mooncup. **Journal of Obstetrics and Gynecology** , v. 30, n. 3, pág. 285-287, 2010.

STEWART, K.; POWELL, M.; GREER, R. An alternative to conventional sanitary protection: would women use a menstrual cup?. **Journal of Obstetrics and Gynaecology**, v. 29, n. 1, p. 49-52, 2009.

ZANOLA, F. A.; FERREIRA, A. C.; ANTUNES, L. G. R.; VIEIRA, L. R.; BOAS, L. H. B. V.. Inside the cup: symbolic and identificatory consumption of menstrual cup consumers. **Brazilian Journal Of Marketing**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 361-387, abr. 2020.