



Projeto de empreendedorismo social – Sem-Improviso

Social entrepreneurship Project - Sem-Improviso

Inês Coelho¹, *Filipa Cunha¹, Tatiana Quitério, Humberta Amorim¹, Tiago Coelho^{1,2}; António Marques^{1,2}; Sandra Nascimento¹; Vítor Simões-Silva^{1,2}; Raquel Simões de Almeida^{1,2}; Maria João Trigueiro^{1,2}

¹Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto, Porto, Portugal

²Laboratório de Reabilitação Psicossocial do Politécnico do Porto, Porto, Portugal

*Autor correspondente: 10180631@ess.ipp.pt; Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto

ORCID do autor:

Inês Coelho: 0000-0001-9461-2494; Filipa Cunha: 0000-0002-6845-4346; Tatiana Quitério: 0000-0002-9794-6278; Humberta Amorim: 0000-0003-0519-6084; Tiago Coelho: 0000-0001-7847-2401; António Marques: 0000-0002-8656-5023; Sandra Nascimento: 0000-0003-0238-5103; Vítor Simões-Silva: 0000-0003-2831-9729; Raquel Simões de Almeida: 0000-0003-4703-1712; Maria João Trigueiro: 0000-0003-4439-7196

Resumo

Introdução: Sendo a menstruação um processo fisiológico e natural, que ocorre desde a menarca até à menopausa, que tem impacto direto no bem-estar físico, mental e social das mulheres, enquanto sem-abrigo, o período menstrual torna-se num desafio ainda maior. Assim, a problemática identificada foca-se na falta de higiene menstrual das mulheres em situação de sem-abrigo (SSA). O **objetivo** deste estudo é, então, promover a criação de um espaço destinado à realização da higiene das mulheres em SSA, a distribuição de produtos de higiene menstrual e o aumento da literacia desta população. **Material e Métodos:** A amostra será constituída por mulheres em SSA da cidade do Porto, recrutadas por conveniência a partir da indicação das associações que trabalham com esta população. Os instrumentos incluem a contagem de mulheres que aderem à iniciativa, questionários de medição do nível de conhecimento adquirido, satisfação com o serviço e medição do estigma. O projeto tenciona promover a literacia em saúde de forma compreensível e acessível e, desta forma, capacitar estas mulheres, tornando-as agentes de mudança no sentido de cativar e formar futuras utilizadoras. **Resultados:** Espera-se que as mulheres em SSA aumentem o nível de literacia sobre o tema e que, pelo menos 75% delas adiram à utilização dos espaços e produtos destinados à higiene menstrual. **Conclusão:** Com este projeto pretende-se a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar das mulheres em SSA, particularmente durante o período menstrual.

Palavras-chave: Mulheres; menstruação; sem-abrigo; saúde pública; produtos menstruais

Abstract

Introduction: Since menstruation is a physiological and natural process, which occurs from menarche to menopause, and has a direct impact on women's physical, mental and social well-being, as homeless women, the menstrual period becomes an even more significant challenge. Thus, the identified problem focuses on the lack of menstrual hygiene in women experiencing homelessness (SSA). **Objective:** Therefore, this study aims to promote the creation of a space for the hygiene of women in SSA, the distribution of menstrual hygiene products, and the increase of literacy of this population. **Methods:** The sample will consist of women in SSA in Porto, recruited by convenience from the indication of associations that work with this population. The instruments include a count of women joining the initiative, questionnaires measuring the level of knowledge acquired, satisfaction with the service and measurement of stigma. The project intends to promote health literacy in an understandable and accessible way and thus empower these women, making them agents of change to captivate and train future users. **Results:** It is expected that women in SSA will increase their level of literacy on the topic and that at least 75% of them will adhere to the use of spaces and products for menstrual hygiene. **Conclusion:** This project aims to improve women's quality of life and well-being in SSA, particularly during the menstrual period.

Keywords: Women; menstruation; homeless; public health; menstrual products



Introdução

Uma pessoa em situação de sem abrigo (SSA) é aquela que, independentemente da sua condição socioeconómica e de saúde física e mental, se encontra sem teto, vivendo no espaço público, alojada em abrigo de emergência, com paradeiro em local precário ou sem casa, encontrando-se em alojamento temporário (Estratégia Nacional para a Integração das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo, 2017). Segundo os dados da Estratégia Nacional para a Integração das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo (ENIPSSA), em dezembro de 2019, registavam-se, em Portugal, 7107 pessoas em SSA, 72% nas Áreas Metropolitanas de Lisboa e do Porto e das quais 20% eram mulheres (ENIPSSA, 2019).

Algumas iniciativas têm sido implementadas para responder ao problema, centrando-se na integração social das pessoas em SSA e no combate à fome, reinserção na sociedade e cuidados higiénicos básicos (ENIPSSA, 2019; Associação Segunda Chance, sd). No entanto, estes apoios centram-se na provisão das necessidades básicas, não tendo em conta questões relacionadas com as diferenças entre os sexos, levando, assim, à negligência do problema central encontrado – a falta de higiene menstrual das mulheres em SSA (Lopes, 2017). Com efeito, estas mulheres não possuem capacidade financeira para a aquisição de produtos higiénicos, não dispõem de espaços limpos, seguros e com privacidade para a realização da sua higiene íntima, nem têm acesso a cuidados médicos e de saúde (Leibler et al., 2017). Esta situação significa que as mulheres em SSA recorrem a métodos alternativos e, por vezes, potencialmente inseguros do ponto de vista patológico, de gerir o seu período (Vora, 2020).

Considerou-se essencial concretizar uma iniciativa no âmbito da higiene menstrual, dado que, para além de se pretender advogar a favor da igualdade de direitos entre cidadãos, pretende-se, também, amenizar alguns fatores subjacentes à falta de higiene, como questões de saúde pública, empoderamento feminino e melhoria das condições de saúde físicas e mentais. Um dos princípios chave da Terapia Ocupacional passa por aumentar a participação social, promovendo a saúde, o bem-estar e a inclusão comunitária. Como terapeutas ocupacionais, as promotoras do projeto pretendem promover a saúde destas mulheres em SSA (Smith & Gutman, 2011), possibilitando o direito à igualdade e à justiça, através da utilização de abordagens de promoção da literacia em saúde, assegurando que a informação e educação prestada corresponde às características individuais dessa pessoa (American Occupational Therapy Association, 2011). Para além disso, tencionam capacitar estas mulheres, tornando-as agentes de mudança no sentido de cativar e formar futuras utilizadoras. Assim, o objetivo deste trabalho é promover a criação de um espaço destinado à realização



da higiene das mulheres em SSA, distribuir produtos de higiene menstrual e aumentar a literacia relativamente ao tema.

Material e Métodos

A população alvo são mulheres em SSA da cidade do Porto, recrutadas por conveniência a partir da indicação das associações que trabalham com esta população.

Para que o impacto seja quantificado e monitorizado, é necessário promover a medição dos *outcomes* atingidos. Assim, como indicadores de impacto, irá medir-se: o aumento de literacia sobre o tema na população alvo, através de questionários aplicados depois das sessões de formação; a taxa de utilização dos espaços e produtos destinados à higiene menstrual, através da contagem de mulheres que procuram estes recursos; a redução do estigma e do autoestigma através de um questionário criado para o efeito; e a redução do isolamento social das mulheres em SSA, através de questionários criados para as mulheres em SSA e para o resto da população de acordo com cada indicador de impacto.

Além disso, considera-se importante avaliar os outputs produzidos pelo projeto, através de, nomeadamente, a contagem do número de mulheres que participam nos workshops/palestras, a resposta ao questionário de satisfação com os serviços prestados e a contagem do número de pessoas (da comunidade) que adere às campanhas promovidas pela Associação Sem-Improviso.

A Associação Sem-Improviso é uma iniciativa de empreendedorismo social que se dirige a mulheres em SSA, na cidade do Porto. Através de emails, foi possível contactar com inúmeros *stakeholders*, que se demonstraram disponíveis para se juntarem à causa, como o Voluntariado NPISA Porto, a Associação de Solidariedade Coração na Rua, a Associação Segunda Chance e o Centro de Apoio ao Sem Abrigo (CASA). A solução prevista passa pela criação de um espaço dedicado à higiene das mulheres, em SSA, localizado numa zona central da cidade do Porto. Está prevista também a distribuição gratuita de produtos de higiene menstrual, obtidos através de parcerias com *stakeholders* chave, bem como a realização de palestras de educação para a saúde, destinadas não só à população alvo, mas igualmente a qualquer cidadão do Porto preocupado com estas questões. Por último, e contando igualmente com parcerias chave, serão oferecidos workshops, de periodicidade mensal, onde as mulheres em SSA podem receber cuidados pessoais, como serviços de cabeleireiro e estética, destinados a uma promoção da autoestima e do empoderamento.



Resultados

Com este projeto, espera-se conseguir aumentar o nível de literacia sobre o tema nas mulheres que aderirem ao projeto bem como conseguir uma adesão de, pelo menos, 75% de utilização dos espaços e produtos destinados à higiene menstrual. Para além disto, espera-se conseguir uma redução do autoestigma e do isolamento social das mulheres em SSA.

Conclusão

O objetivo de impacto principal deste projeto será a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar das mulheres em SSA, particularmente durante o período menstrual. Para além deste, espera-se aumentar o número de produtos de higiene menstrual a que as mulheres têm acesso, de forma gratuita e promover mudanças comportamentais que promovam a sua saúde. Com as atividades realizadas em grupo, como os workshops e as palestras, espera-se igualmente a promoção da interação social e o aumento da rede de contatos destas mulheres, diminuindo a sua situação de exclusão social. A longo prazo, o aumento da rede de apoio e da inclusão, acompanhados por um incremento das condições de higiene e de cuidados pessoais, poderão traduzir-se na possibilidade de inserção no mercado de emprego e, conseqüentemente, de reinserção na sociedade.

Referências Bibliográficas

- American Occupational Therapy Association. AOTA's Societal Statement on Health Literacy. *American Journal of Occupational Therapy* **65**:S78-S79, 2011.
- Associação Segunda Chance. O que é a Segunda Chance? Disponível em: <https://segundachance.pt/sobre-nos/>
- Estratégia Nacional para a Integração das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo - ENIPSSA. Conceito de Pessoa Sem Abrigo. 2017. Disponível em:
[http://www.enipssa.pt/documents/10180/12352/Estrat%C3%A9gia+Nacional+para+a+Integra%C3%A7%C3%A3o+das+Pessoas+Sem-Abrigo+2009-2015+\(ENIPSA+2009-2015\)/d6d206ba-112a-42ef-a034-39af8afec5fb](http://www.enipssa.pt/documents/10180/12352/Estrat%C3%A9gia+Nacional+para+a+Integra%C3%A7%C3%A3o+das+Pessoas+Sem-Abrigo+2009-2015+(ENIPSA+2009-2015)/d6d206ba-112a-42ef-a034-39af8afec5fb)
- Estratégia Nacional para a Integração das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo - ENIPSSA. Inquérito Caracterização das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo. 2019. Disponível em:
<http://www.enipssa.pt/documents/10180/11746/Inqu%C3%A9rito+Caracteriza%C3%A7%C3%A3o+das+Pessoas+em+Situa%C3%A7%C3%A3o+de+Sem-Abrigo+-+31+de+dezembro+2019/6391b896-7d6d-47e9-a604-2d8a8f4b222f>
- Leibler JH, Nguyen DD, León C, Gaeta JM, Perez D. Personal Hygiene Practices among Urban Homeless Persons in Boston, MA. *Int J Environ Res Public Health* **14**(8):928, 2017.
- Lopes, JR. A invisibilidade da mulher em situação de sem abrigo: A neutralidade das políticas e respostas sociais sobre a integração da perspectiva transversal de género em Portugal. Dissertação de Mestrado em Sociologia. Faculdade de Economia de Coimbra, 2017.
- Smith L and Gutman A. Health Literacy in Occupational Therapy Practice and Research. *American Journal of Occupational Therapy* **65**:367-369, 2011.
- Vora, S. The Realities of Period Poverty: How Homelessness Shapes Women's Lived Experiences of Menstruation. In: Bobel C., Winkler I.T., Fahs B., Hasson K.A., Kissling E.A., Roberts TA. (eds) *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*, Palgrave Macmillan, Singapore, 2020.