



PRECISAMOS FALAR SOBRE A MENSTRUÇÃO: CONSTRUÇÃO E VALIDAÇÃO DE TECNOLOGIAS PARA ENSINO DE ADOLESCENTES

NICOLE LOPES ALVES; ANA PAULA TAGLIARI DE OLIVEIRA; ANDRIELLE RIBEIRO DA SILVA; VICTÓRIA NOVAK CONTADOR; ANA PAULA MODESTO

Introdução: Apesar de a menstruação ser um fenômeno fisiológico, ainda há diversos mitos e tabus envolvendo essa temática perante a sociedade. Isso, além de dificultar a aquisição de informações adequadas sobre o assunto, prejudica o cuidado com o corpo durante o período menstrual. Dessa forma, é fundamental o desenvolvimento de estratégias para promover a troca de experiências e discussões saudáveis sobre menstruação entre meninas em idade escolar, a fim de desmistificar esse assunto ao permitir acesso ao conhecimento, garantindo dignidade menstrual a essa parcela da população. **Objetivo:** Construção e validação de jogo educativo de cartas que motive o aprendizado acerca da menstruação e sobre os cuidados de higiene e saúde menstrual, de forma lúdica e dinâmica. **Metodologia:** Realizou-se uma revisão bibliográfica para organizar as informações mais importantes sobre o tema. O conteúdo teórico e gráfico do jogo foi desenvolvido em duas versões: baralho de cartões para alunos e livreto do professor com explicações detalhadas. A tecnologia foi validada por juízes, incluindo professores e profissionais de saúde. **Resultados:** Desenvolveu-se um jogo de 25 cartões com perguntas para estimular uma roda de conversa sobre menstruação e higiene menstrual entre meninas de 8 a 13 anos, guiadas por um mediador com o livreto do professor. A tecnologia foi projetada para ser utilizada em qualquer ambiente educativo, exigindo apenas a impressão e recorte dos cards, o que facilita seu uso em locais de fragilidade social. Além disso, ela conta com elementos lúdicos, como ilustrações, a fim de permitir que as crianças se sintam confortáveis para conversar sobre o assunto. Após validação, os cartões foram ajustados conforme as sugestões dos juízes. Os resultados indicaram uma média do System Usability Score (SUS) de 89,1%, apontando uma excelente avaliação de performance e usabilidade pela equipe avaliadora. **Conclusão:** A implementação do ensino por meio de cards apresenta-se como estratégia promissora para ampliar os conhecimentos das crianças sobre menstruação, contribuindo para desmistificar tabus e promover maior dignidade, higiene e saúde menstrual para as meninas.

Palavras-chave: Período menstrual, Produtos de higiene menstrual, Educação em saúde, Jogos e brinquedos, Menarca.