

#MENSTRUALMATTERSEU

112.000.000 de persoane din Europa au menstruație.
Să nu transformăm asta într-o simplă anecdotă.



#MenstrualMattersEU este o mișcare lansată de mai multe asociații europene pentru a aduce vizibilitate asupra unui subiect adesea neglijat în politicile europene: menstruația. Prin crearea de rețele, schimbul de expertiză și acțiuni concrete, promovăm o societate în care sărăcia menstruală nu mai există, iar accesul la sănătatea menstruală este recunoscut ca un drept fundamental.

Povara sărăciei menstruale în europa (by Pe Stop and lele-Sanzienne)

În 2025, sărăcia menstruală este încă o povară pentru milioane de femei din Europa și o urgență de sănătate publică.



În cele 27 de țări ale Uniunii Europene (UE), există aproape 112 milioane de persoane care au menstruație. Acestea sunt cifre despre care se vorbește rar – pentru că, de fapt, menstruația rămâne un subiect tabu în spațiul european.

Astăzi, **28 mai 2025**, de Ziua Internațională a Igienii Menstruale, vrem să atragem atenția asupra greutății pe care o poartă în continuare sărăcia menstruală și tabuul din jurul acestui subiect, prin publicarea unui studiu exclusiv și prin acțiuni în spațiile publice din Europa.



Pentru că în 2025, **mai bine de jumătate dintre europeni încă consideră menstruația un subiect tabu.**

Tabuul pornește de la evitarea subiectului. În Europa, ca și în alte regiuni, nu spunem direct „menstruație” – ci folosim eufemisme și metafore: Rote Welle (valul roșu), Niagara Falls, le mie cose (lucrurile mele), sunt doar câteva dintre cele peste 5.000 de expresii folosite. Deși unele pot părea amuzante, ele sunt de fapt semnul unui tabu mai profund – care duce la gesturi precum ascunderea absorbantului în mânecă, evitarea de a cere voie la toaletă în timpul orei, absențe de la școală sau serviciu, ori rușinea provocată de o pată de sânge vizibilă.

Studiul „**Povara sărăciei menstruale în Europa**” confirmă cât de adânc înrădăcinat este acest tabu în mentalul colectiv european, dar și cât de urgent este să aducem menstruația pe agenda publică și politică – pentru că impactul asupra inegalităților de gen este uriaș. De la sărăcia menstruală la ignorarea durerii menstruale, Europa este departe de a fi imună la efectele grave ale lipsei de informare și ignoranță.

Astăzi, dintre cele 112 milioane de persoane cu menstruație din Europa, 42% se confruntă cu sărăcie menstruală.

Sărăcia menstruală înseamnă lipsa accesului la suficiente produse menstruale pentru a gestiona menstruația cu demnitate și confort¹. Asta înseamnă că aproape **50 de milioane de femei și alte persoane cu menstruație² din Europa** sunt nevoite să recurgă la soluții inadecvate. Această cifră acoperă situații diferite de la o țară la alta – dar niciuna nu ar trebui ignorată, pentru că dacă o singură persoană trăiește în sărăcie menstruală, este deja prea mult. Cârpe, hârtie igienică, ziare sau utilizarea îndelungată a produselor menstruale – toate acestea pot avea consecințe grave asupra sănătății și pot lăsa traume psihologice de durată.

Menstruația presupune un cost, iar **acest cost nu este accesibil pentru toată lumea**. Produsele menstruale – folosite lună de lună, timp de aproximativ 40 de ani – ar trebui să fie tratate ca **produse de igienă de bază**. Cu toate acestea, prețurile nu sunt reglementate și nici decontate. În ultimii doi ani, din cauza inflației și a creșterii costului vieții, mai multe organizații europene au semnalat o scumpire semnificativă a produselor menstruale. **50 de milioane de persoane care nu își permit aceste produse este deja o cifră uriașă**. Dacă nu acționăm acum, este cel mai probabil că situația se va agrava în UE.

¹Această definiție a sărăciei menstruale se concentrează pe dimensiunea economică a acestei probleme.

²Studiul a fost realizat în rândul persoanelor cu menstruație care au peste 18 ani, așa că nu include fetele și persoanele cu menstruație sub vârsta de 18 ani, care pot fi la fel de vulnerabili în fața sărăciei menstruale.





Pe lângă această realitate nedreaptă și dureroasă, trebuie menționat că **doar în ultimul an, 53% dintre persoanele cu menstruație din Europa au lipsit în mod repetat de la activitățile zilnice din cauza durerilor menstruale severe.**

Acest lucru înseamnă că peste **60 de milioane de persoane** lipsesc de la școală, locul de muncă sau activități sportive pentru că menstruația este prea dureroasă. Imaginează-ți că te pregătești pentru examenele de sfârșit de an — cele care decid dacă vei trece clasa. Și totuși, în fiecare lună, te doboară durerile, suferi de migrene care îți încheoșează gândirea sau sângerezi atât de abundent încât leșini.

Și mulți oameni nici măcar nu știu ce cauzează această durere. De fapt, **1 din 2 persoane care au menstruație nu au auzit niciodată de afecțiuni care ar putea fi legate de ciclul menstrual.**

Deși nu toate durerile menstruale sunt cauzate de boli, știm că există numeroase afecțiuni, boli și tulburări care pot influența direct menstruația — afectând regularitatea, volumul și intensitatea durerii. **Lipsa de informații, de conștientizare și de acces sănătate menstruală** continuă să fie o **barieră majoră** pentru milioane de europeni.

Ce poți face când ți s-a spus întotdeauna că este „normal” să suferi în timpul menstruației? Când ți se refuză o trimitere la medicul specialist pentru a diagnostica adenomioza sau endometrioza? Când ajungi la spital pentru că nu știai că purtarea unui tampon pentru mai mult de patru ore poate fi periculoasă? Dacă locurile în care **femeile, fetele și toate persoanele cu menstruație muncesc, trăiesc și învață** continuă să le ignore realitățile — dacă nu se face nicio cercetare pentru a le ameliora durerea, dacă nici măcar nu îndrăznesc să vorbească de frică sau rușine — **cum ne putem gândi că au aceleași șanse?**

De la Bruxelles la Napoli, de la Tallinn la Dublin și în toată Europa, atât în orașe cât și în zonele rurale, milioane de oameni trăiesc menstruația ca pe o povară economică, de sănătate și socială. Valorile Uniunii Europene se bazează pe egalitate, drepturi sociale, acces la servicii medicale și respect pentru cetățeni. Prin urmare, este inacceptabil ca UE să ignore sănătatea menstruală.

În 2025, a venit timpul ca menstruația să fie o problemă europeană.

Facem apel către **europarlamentari, comisari europeni, reprezentanți ai Consiliului Uniunii Europene și la toate instituțiile UE** să acționeze prin:

- Dezvoltarea unei abordări cuprinzătoare privind sănătatea menstruală, pe toate palierele, și integrarea acesteia ca domeniu esențial al politicilor de sănătate publică și egalitate de gen în UE
- Studierea fenomenului sărăciei menstruale în întreaga UE, pentru a ajuta statele membre să răspundă adecvat
- Evidențierea și susținerea ordinelor publice care urmăresc reducerea directă a sărăciei menstruale, inclusiv:
 - Reducerea TVA-ului pentru produsele de igienă menstruală
 - Reglementarea prețurilor produselor
 - Asigurarea accesului gratuit la produse menstruale pentru toate persoanele care au nevoie
 - Rambursarea produselor menstruale prin sistemele naționale de sănătate, atunci când este necesar
- Consolidarea capacității statelor membre în domeniul sănătății menstruale
- Creșterea gradului de conștientizare și diseminarea informațiilor despre menstruație și afecțiunile medicale asociate
- Finanțarea proiectelor dedicate sănătății menstruale și educației menstruale

- Încurajarea cercetării privind produsele de igienă menstruală cu scopul de a elimina substanțele toxice și pentru a le reglementa în vederea siguranței utilizării
- Regulating menstrual products so they are both safe and environmentally friendly

Dacă realitatea trăită de 112 milioane de persoane nu este suficientă pentru a ne convinge că e nevoie de acțiune — atunci ce altceva ar putea fi?

#MENSTRUALMATTERSEU #ENDPERIODPOVERTY #PERIODFRIENDLYEUROPE

