



## Experiențe și percepții despre menstruație și sărăcie menstruală în România

### Raport de cercetare



Finanțat de  
Uniunea Europeană



\*Această broșură cuprinde doar o parte a analizei cantitative, nu și analiza calitativă. Raportul complet va fi publicat pe site-ul Asociației Pe Stop.



Raportul a fost elaborat de:

Laura Grünberg

Diana Elena Neaga

Corina Ilinca

Anca Niță

Beneficiar: Asociația Pe Stop

Februarie 2026

## Cuprins

- I. **Introducere**
- II. **Context: Menstruația și sărăcia menstruală: probleme de interes public**
- III. **Metodologia cercetării**
- IV. **Rezultate. Analiza datelor - Componenta cantitativă**
- V. **Rezultate. Analiza datelor - Componenta calitativă**
- VI. **Concluzii și sugestii**
- VII. **Bibliografie**

## I. Introducere

Raportul curent prezintă teme legate de problemele asociate menstruației în România, analizate pe baza unei cercetări mixte, cantitative și calitative. Cercetarea a fost realizată la cererea Asociației Pe Stop. Obiectivul general al cercetării a fost explorarea percepțiilor legate de menstruație în rândul persoanelor majore din România. Colectarea datelor a fost realizată în perioada Aprilie – August 2025. \*

Raportul de cercetare „Experiențe și percepții despre menstruație și sărăcie menstruală în România” și-a propus să ofere un set de date cantitative și calitative utile celor în măsură să dezvolte pe viitor politici publice despre un subiect puțin abordat în România până acum: menstruația în general și sărăcia menstruală în particular. Premisa de la care s-a pornit este aceea că, dincolo de componenta biologică, este vorba de fenomene sociale, economice, culturale și politice complexe, strâns corelate cu tematica drepturilor omului (sănătate, educație, muncă) și egalității de gen.

\*Această broșură cuprinde doar o parte a analizei cantitative, nu și analiza calitativă. Raportul complet va fi publicat pe site-ul Asociației Pe Stop.



Asociația Pe Stop, beneficiara și inițiatoarea acestui studiu, este o organizație cu proiecte și activități axate pe distribuirea de produse menstruale, educație menstruală și activități de advocacy pentru crearea de propuneri de politici publice utile pentru problemele menstruale, mai multe detalii fiind disponibile pe site-ul dedicat organizației (<https://pestop.org/>).

În contextul lipsei de date suficiente pe subiect, în această cercetare ne-am propus să analizăm aspecte legate de: percepțiile și gradul de informare și de educație cu privire la menstruație; experiențe cotidiene concrete de gestionare ale menstruației, cu atenție particular acordată persoanelor vulnerabile; accesul la produse, servicii, infrastructură, facilități, mituri despre menstruație.

Scopul general al cercetării este unul aplicativ. Asociația Pe Stop, pe baza datelor și informațiilor furnizate de acest raport, va genera un ghid tematic informativ dedicat publicului larg și va propune viitoare proiecte specifice.

Dincolo de limitările asumate ale acestui raport, rezultatele confirmă și în același timp completează și îmbogățesc informațiile din alte cercetări (de exemplu raportul Asociației Iele-Sânziene). Astfel, considerăm că acest efort de cercetare inițiat de Asociația Pe Stop oferă o bază utilă de cunoaștere științifică pe baza căreia se pot iniția viitoare cercetări și politici publice în domeniu.

**Echipa de cercetare** a fost alcătuită din:

Laura Grünberg (coordonare), prof.univ. Universitatea din București, Facultatea de Sociologie și Asistență Socială;

Diana Elena Neaga (coordonare), conf.univ. Universitatea Nicolae Titulescu, Facultatea de Relații Internaționale și Administrație/ profesoară asociată Universitatea din București;

Corina Ilinca (coordonare componenta cantitativă), lector univ. habil. Universitatea din București, Facultatea de Sociologie și Asistență Socială;

Anca Niță (elaborare documentare, analiză de date secundare și cercetare calitativă), doctorandă, Universitatea din București, Facultatea de Sociologie și Asistență Socială.

Notă: Cercetarea are aviz etic din partea comisiei de etică a Universității din București (conform cererii 245/03.06.2025, aprobată în data de 26.06.2025).

## **II. Context: Menstruația și sărăcia menstruală: probleme de interes public**

### **II.1. Introducere**

Acest raport de cercetare este publicat într-un context aparte, nu tocmai favorabil pentru egalitatea de gen, marcat pe de o parte de măsuri drastice de austeritate impuse de guvernul din România pentru a corecta deficitul bugetar cu care țara noastră se confruntă. Pe de altă parte, ca peste tot în lume, și în România asistăm la o revitalizare a mișcărilor de extremă dreapta care nu sunt nici pe departe prietenoase cu drepturile și libertățile persoanelor cu menstruație. Avem astăzi teme să afirmăm că, în ciuda unor progrese evidente pe agenda egalității de gen, conform numeroaselor cercetări care arată acest lucru, situația persoanelor cu menstruație în România se poate înrăutăți (Băluță et al., 2011; Ghosh, 2013; Insarauto, 2021; UNAIDS, 2012; Blanton et al., 2019; Christley, 2022; Goetz & Mayer, 2023; Kantola, Lombardo, 2020). Într-o lume marcată de speculații, dezinformare și manipulare putem preîntâmpina asemenea previziuni prin consolidarea unei culturi a cunoașterii științifice valide în domeniu, ca fundament pentru politici publice și responsabilitate politică.



Raportul de față se înscrie în eforturile mai largi ale mișcării feministe de a documenta problemele diverse ale persoanelor cu menstruație din România și, pornind de aici, de a identifica soluții și a cere decizii politice care să țină seamă de acestea.

Tema acestui raport de cercetare este **menstruația, cu accent special pe aspectele legate de sărăcie menstruală** - termen definit de către Națiunile Unite ca desemnând *incapacitatea unei persoanei de a-și permite și de a avea acces la produse menstruale, facilități de igienă și sanitație, precum și la educație și informare necesare pentru gestionarea sănătății menstruale* (UN Women, 2025). Este deci o abordare agreată la nivel internațional în cadrul căreia gestionarea menstruației este revendicată ca un **drept de bază** al omului.

În prelungirea acestei abordări, acest raport de cercetare pleacă de la 2 premise importante: (1) menstruația nu este doar un eveniment biologic (legat exclusiv de reproducere și capacitatea de a deveni mamă), ci și unul social cu puternice ramificații politice; (2) menstruația și sărăcia menstruală sunt fenomene la intersecția mai multor inegalități sociale experimentate de persoanele care menstruează: precaritate economică, discriminare de gen, stigmatizare, lipsa educației sexuale și a unor infrastructuri publice și private sensibile la gen.

## II. 2. Sărăcia menstruală - o problemă globală

Țări cu contexte politice, istorice și economice diferite care se confruntă cu sărăcia menstruală sub o formă sau alta și-au propus și implementat diverse soluții pentru prevenirea și combaterea efectelor. Organizații precum UNICEF sau Plan International UK au realizat cercetări legate de sărăcia menstruală în diferite țări, iar rezultatele acestor studii afirmă în mod clar nevoia de politici pe această temă. Spre exemplu cercetarea făcută de Sommer și Mason (2021) arată că „aproximativ 500 de milioane de femei și adolescente ajunse la vârsta reproductivă *spun că nu au tot ce au nevoie pentru a-și gestiona propria menstruație*”. De asemenea, un studiu UNICEF (2023) arată că în 2022 erau aproape 2 miliarde de femei cu menstruație (15-49 de ani), iar o cercetare din 2014 a UN Human Rights a recunoscut pentru prima dată că lipsa managementului sănătății menstruale împreună cu stigma menstruală au un efect negativ asupra egalității de gen (Plan International UK, 2018). Totodată, conform datelor menționate în raportul de la Plan International UK din 2018, aproximativ 20% dintre fetele din zonele rurale din India abandonează școala după prima menstruație; 70% dintre fetele din Malawi lipsesc de la una la trei zile pe lună de la școală din cauza menstruației (mai mult decât o fac din cauza malariei), iar în Kenya au fost depistate cazuri la școală în care fetele au fost bătute pentru că nu au respectat instrucțiunile la orele de educație fizică, din frica de a nu se păta (Plan International UK, 2018, 5).

În ce privește acțiunile de combatere a sărăciei menstruale există diverse abordări la nivel global. Spre exemplu, în țările din Sudul global, gestionarea menstruației și îmbunătățirea experiențelor menstruale sunt strâns legate de accesul la apă. În acest sens World Bank Group (2021) a realizat un ghid cu resurse cu scopul implementării unor măsuri benefice pentru sănătatea și igiena menstruală, care se bazează pe dezvoltarea infrastructurii (acces la apă potabilă, infrastructură sanitară și igienă). În același timp, Uniunea Europeană și Statele Unite ale Americii (Nordul global) pun accent de regulă pe scăderea sau tăierea completă a taxelor (pink/tampon tax) și produse menstruale gratuite în școli.

Totuși, dincolo de abordările diverse de combatere și prevenire a sărăciei menstruale în funcție de context, repercusiunile sale sociale sunt prezente peste tot. Rușinea și stigma în jurul menarhei, dar și a menstruației în general se reflectă în temerea de expunere a statutului menstrual în spațiul public și eventualele sancțiuni sociale din partea celorlalți. Prin sancțiuni sociale, ne referim la glume, ironii, prejudecăți, stereotipuri, discriminare în diferite contexte precum familie, școală, loc de muncă. Rușinea legată de menstruație se reflectă în felul în care aceasta este invizibilă în societate și cum este internalizată la nivel individual (Patterson, 2014). Stigma, rușinea și lipsa unei educații care să deconstruiască miturile menstruale perpetuate cultural, cât și absentismul școlar generat de sângerările lunare și de imposibilitatea financiară de a procura produsele necesare sunt prezente peste tot. În acest sens, un studiu realizat de echipa Plan International UK în Regatul Unit în 2017, unde au participat 1000 de fete și femei tinere cu vârste cuprinse între 14 și 21 ani, arată că: 14% din fete nu știau ce li se întâmplă la prima



menstruație; doar 20% au declarat că se simt confortabil să vorbească despre menstruație cu profesorii la școală; 48% dintre fete au răspuns că se simt rușinate de menstruația lor, iar 15% a întâmpinat la un moment dat dificultăți în a-și cumpăra produse de igienă menstruală (Plan International UK, 2018, 11, 43).

### **II. 3. Perspective europene cu privire la sărăcia menstruală**

În Uniunea Europeană, un raport recent al Parlamentului European arată că sărăcia menstruală, definită ca accesul insuficient la produse și facilități pentru igiena menstruală, afectează aproximativ 10% din populația UE care menstruează, cu o prevalență mai ridicată în rândul persoanelor cu venituri mici, refugiaților, tinerilor și persoanelor cu dizabilități (Lecerf, 2025, 1). Totodată, Parlamentul European recunoaște sărăcia menstruală ca o problemă de egalitate de gen și solicită Statelor Membre politici care să garanteze un acces mai mare la produse menstruale și să introducă inițiative concrete pentru combaterea sărăciei menstruale (Lecerf, 2025), reformele fiscale fiind printre instrumentele de politici considerate eficiente în combaterea sărăciei menstruale. Astfel, UE facilitează accesul la produse pentru igiena menstruală prin revizuirea Directivei UE privind TVA, care introduce o mai mare flexibilitate pentru statele membre în aplicarea unor cote reduse sau zero de TVA pentru produsele sanitare destinate persoanelor cu menstruație, reclasificându-le de la bunuri de lux la bunuri esențiale (Lecerf, 2025, 1). Asemenea decizii rămân însă la latitudinea statelor, astfel încât practicile UE rămân variate. Avem drept exemple:

- a) State membre UE cu TVA zero pentru tampoane/absorbante, precum Irlanda, Cipru sau Malta (Lecerf, 2025, 4-5).
- b) State membre UE cu cote reduse de TVA pentru tampoane/absorbante, precum Finlanda, Spania, Polonia, Luxemburg, Germania, Austria sau Italia (Lecerf, 2025, 4-5).

Diferențele între diversele state membre ale UE țin nu doar de politicile taxării, dar și de aspecte legate de accesul și puterea de cumpărare. În acest sens, pornind de la datele de la PlushCare, organizația Friederich Ebert Stiftung (2024) a analizat costurile menstruale în rândul persoanele cu menstruație din Estul Europei, concluzionând că acestea muncesc de trei ori mai mult pentru produsele menstruale decât cele din Vestul Europei. Studiul arată că, în general, persoanele din estul Europei sunt nevoite să lucreze mai mult pentru a-și asigura produsele menstruale lunare. Astfel, pentru a acoperi costul mediu lunar al acestora (aproximativ 42 de lei), persoanele cu menstruație din Europa de Vest trebuie să lucreze, în medie, mai puțin de o oră. În schimb, în Europa de Est, timpul necesar variază semnificativ: în România de 3,1 ore, în Ungaria și Slovenia de circa 3,3 ore, în Bulgaria de aproximativ 3,6 ore, iar în Republica Moldova de circa 5,7 ore (Apostolescu, 2024).

Din această succintă trecere în revistă se observă că interesul pentru problematica sărăciei menstruale, cel puțin la nivel european, este în creștere. În procesul de documentare pentru prezentul raport au fost identificate și alte inițiative relevante la nivel de politici publice, atât pe plan internațional, cât și național, care merită menționate. Printre acestea se numără reglementările adoptate în Spania și Portugalia, care recunosc dreptul persoanelor diagnosticate cu endometrioza de a beneficia de concediu medical (la Iglesia Aza și Solymosi-Szekeres, 2025). Asemenea bune practici de tipul celor prezentate ar trebui bine documentate în viitor și adaptate și/sau replicate și în România.

### **II. 4. Sărăcia menstruală în România**

În România sărăcia menstruală este o temă de interes public mult prea puțin abordată, cercetată, respectiv înțeleasă chiar de instituții care au un rol important în rezolvarea problemelor aferente. Nu există la acest moment date și statistici oficiale privind sărăcia menstruală. În rapoartele realizate internațional de organizațiile mai sus menționate nu am găsit informații despre situația din România. Totuși o serie de inițiative racordate la cele luate de alte țări europene în domeniu și o serie de date produse mai ales prin intermediul unor ONG-uri de profil (Pe Stop, Iele-Sânziene) pot fi menționate ca un cadru general pentru datele din acest raport de cercetare.

Senatul României a adoptat, de exemplu, în decembrie 2025, o modificare la Codul Muncii care prevede faptul că persoanele diagnosticate cu endometrioza, confirmată medical ca boală cronică, beneficiază lunar de o zi liberă plătită, la cerere, în perioada menstruației, în baza recomandării medicului specialist. Aceste zile se consideră



vechime în muncă și se suportă din fondul de salarii al angajatorului, urmând ca angajatorul să fie compensat parțial din bugetul Fondului Național Unic de Asigurări Sociale de Sănătate (Senatul României, 2025).

În același timp, ca un revers al medaliei, este de menționat propunerea din anul 2025 a Ilincăi Ghiza, consilier local din Municipiul Brașov, ca trei unități de învățământ să ofere produse menstruale gratuite, care nu a fost primită deloc bine de presa locală care a ajuns să ia în derâdere un astfel de proiect: *"Într-un Brașov unde toate-s rezolvate, de la grădinițe până la gropi, consilierul USR Ilincă Ghiza își face intrarea în forță cu... absorbante gratuite!"*. Felul în care a fost prezentată inițiativa Ilincăi Ghiza în articolul scris de Nikol Grigoriu în publicația online Transilvania 365 este un indicator al stigmei pe care menstruația încă o are în societatea românească, dar și un indicator al felului în care încă sunt marginalizate și duse în derizoriu anumite interese ale persoanelor cu menstruație.

Un caz similar este și cel inițiat de profesorul Emil Moise, care a cerut obținerea unei prevederi în regulamentul școlii prin care în toaletele elevelor din liceul Agricol „Dr. C. Angelescu” din Buzău să se asigure, gratuit, absorbante (Moise, 2024, 1). Emil Moise descrie în detaliu rezistența cu care a fost primită această propunere, inclusiv de conducerea școlii, care s-a opus demersului, chiar dacă elevii și elevele au susținut propunerea (447 de elevi și eleve). De asemenea, un sondaj de opinie făcut cu 162 de fete a identificat această nevoie, iar Comisia județeană pentru egalitatea de șanse din 29 mai 2023 a dat o hotărâre prin care recomandă tuturor unităților de învățământ din județ să asigure absorbante în toaletele elevelor (Moise, 2023). Cu toate acestea, ca urmare a perseverenței profesorului Moise, la 1 noiembrie 2023, Liceul Agricol „Dr. C. Angelescu” din Buzău a devenit prima unitate școlară din România în care sunt distribuite gratuit absorbante. Acest model de bună practică a rămas mai degrabă un caz izolat, ca o dovadă a faptului că în ciuda unor demersuri legale, menstruația rămâne în România invizibilă la nivel de politici publice, fiind deseori doar subiect de glumă și ironie.

Dintr-o perspectivă mai largă istorică și politică, nu a existat niciodată vreo preocupare consistentă în România față de ceea ce sociologic vorbind am putea numi instituția menstruației, adică față de normele, reprezentările media, politicile educaționale, ale locului de muncă și practicile discursive legate de menstruație. În perioada comunistă, de exemplu, produsele menstruale nu au fost produse și nici importate, ci obținute prin rețele informale accesibile persoanelor privilegiate socio-economic (Niță, 2023). În lipsa unor astfel de produse, persoanele cu menstruație foloseau vată, dacă găseau la magazin, tifon, dacă aveau cunoștințe care lucrau în spitale, iar ca ultimă variantă se manufacturau produse menstruale în casă din cearceafuri sau prosoape vechi (Niță, 2023).

Dificultățile legate de menstruație nu se opresc la lipsa produselor, ci adesea sunt acompaniate de lipsa de informații veridice despre menstruație. În lipsa educației sexuale, miturile se perpetuează, cu ele și stigma și invizibilizarea unor teme ce țin de sănătatea persoanelor cu menstruație și în consecință de sănătatea publică. La fel de importantă este și infrastructura de suport care poate face ca această experiență să poată fi trăită cu demnitate, iar aici avem în vedere accesul la apă curentă, canalizare, energie electrică și toalete adaptate și accesibilizate corespunzător. Lipsa sau inegalitatea în accesarea acestor utilități se poate transforma într-o formă de "viololență infrastructurală" care perpetuează marginalizarea și excluderea socială (Alexandru, 2024, 15). Conform datelor Institutului Național de Statistică, în anul 2024, doar 60,7% din populația rezidentă a României era conectată la sistemele de canalizare (2025 b), în timp ce 77,6% din populația rezidentă beneficia de acces la sistemul public de alimentare cu apă (INS, 2025 a). Deci, am putea spune că avem aproximativ o treime din populația țării în risc de viololență infrastructurală, femeile fiind în mod particular vulnerabile în virtutea rolurilor tradiționale (munci casnice și de îngrijire), dar și din perspectiva nevoilor particulare ce țin de asigurarea igienei și confortului la menstruație.

Cum am precizat deja, în România nu există la acest moment date și statistici oficiale privind sărăcia menstruală, cu excepția informațiilor și inițiativelor venite din partea unor asociații de profil active în domeniu. Se estimează că în România sunt un milion de persoane afectate de sărăcia menstruală (Constantin, n.d.). Asociația Iele-Sânziene a publicat în anul 2024 un sondaj de opinie despre prezența absorbantelor în școli. Chiar dacă cercetarea nu este reprezentativă la nivel național, ea oferă informații relevante în ceea ce privește percepțiile tinerilor cu vârste cuprinse între 11 și 19 ani privind rușinea și stereotipurile asociate menstruației, accesul la produse menstruale și educație menstruală. În cadrul studiului au participat 2007 de persoane cu menstruație, iar dintre acestea: 27% au spus că au avut cel puțin o dată dificultăți în a își permite produse de igienă menstruală; 79,1% au considerat că gestionarea menstruației la școală nu este ușoară/ la îndemână; 82,2% au spus că nu ar vrea să fie la școală când le vine menstruația; 62,43% au spus că își pot gestiona menstruația cu încredere la școală.



Motivele principale sunt prețul produselor menstruale și faptul că nu există produse menstruale în școală, spațiul în care își petrec mare parte din zi și din săptămână. De asemenea, 55,08% dintre tinerii respondenți au spus că nu au avut acces la informații despre menstruație/ciclul menstrual în cadrul școlii; 97,1% cred că produsele menstruale ar trebui să fie gratuite în școli, iar 95,3% consideră că produsele menstruale sunt la fel de importante ca hârtia igienică și săpunul. (Constantin, 2024)

Aceeași cercetare atrage atenția asupra faptului că mediul școlar nu este un spațiu în care menstruația să fie experimentată demn: 56,64% dintre respondente au spus că societatea învață oamenii să le fie rușine de menstruație; 51,66% au considerat că la nivel social menstruația este asociată negativ cu ceva murdar/rușinos; 80,9% au simțit cel puțin o dată nevoia să ascundă produse de igienă menstruală pentru a nu fi văzuți de colegi sau profesori; 66,71% au simțit cel puțin o dată rușine față de menstruație la școală (Constantin, 2024).

Aceste cifre semnaleză inegalitățile cu care se confruntă persoanele cu menstruație și caracterul nesigur al mediului școlar, ceea ce face ca intervențiile guvernamentale să fie nu doar necesare, ci urgente, mai ales în contextul existenței unor propuneri concrete în acest sens. De exemplu, în 2021, Asociația Iele-Sânziene a lansat o petiție pentru absorbante gratuite în școli care a strâns peste 40.000 de semnături. În același an, deputata Oana Țoiu, alături de mai multe organizații neguvernamentale, printre care Asociația Pe Stop și Asociația Iele-Sânziene, a depus proiectul de lege PL-x nr. 372/2021 privind sprijinirea tinerilor din medii defavorizate și a persoanelor fără adăpost prin acordarea unui stimulent pentru produse de igienă, inclusiv absorbante. Proiectul a fost adoptat de Senat la 14 septembrie 2021, iar ulterior au fost depuse amendamente care vizau, între altele, instalarea de dispensere cu absorbante gratuite în unitățile de învățământ preuniversitar de stat. În prezent, inițiativa nu a primit încă raportul de la comisiile permanente ale Camerei Deputaților (Camera Deputaților a României, 2021).

Există inițiative în acest sens demarate de elevi (Clubul de egalitate de gen al Colegiului Ghica din Dorohoi, Consiliul Județean al Elevilor Prahova) și studenți (Asociația Studenților în Științe Politice UB). La nivel local, spre exemplu în sectoarele 3 și 6 din București au fost instalate dispensere cu absorbante gratuite în câteva școli (Partenie, 2025). Liceul din Buzău rămâne, cum aminteam mai sus, un model de bună practică în acest sens. De asemenea, în octombrie 2024, proiectul legislativ propus de senatoarea Adina Săniuță, referitor la scăderea TVA-ului de la 19% la 9% pentru produsele menstruale, a trecut de Senat. Proiectul de lege nu se axează doar pe reducerea de TVA la produsele menstruale, ci și la alte produse de igienă, precum șervețele și scutece pentru bebeluși și scutece pentru adulți (Camera Deputaților, 2024). La data redactării acestui studiu, statusul proiectului de lege PL-x nr. 576/2024 privind completarea Codului Fiscal este: trimis pentru raport la comisiile permanente ale Camerei Deputaților (Camera Deputaților, 2024). Din octombrie 2024 până în prezent, ianuarie 2026, proiectul a primit un singur aviz favorabil, pe 23.10.2024, de la Comisia pentru drepturile omului, culte și problemele minorităților naționale (Camera Deputaților, 2024).

Această trecere în revistă a preocupărilor la nivel global, european și național în ceea ce privește cunoașterea fenomenului de sărăcie menstruală și găsirea strategiilor optime de prevenire și combatere a constituit punctul de plecare pentru elaborarea acestui raport de cercetare. Documentarea și analiza de date secundare au stat la baza elaborării instrumentelor de cercetare, facilitând înțelegerea fenomenului de sărăcie menstruală, a dinamicii și diversității abordării lui la nivel teoretic și practic. Astfel, cercetarea răspunde parțial unei nevoi acute de date privind interesele persoanelor cu menstruație în general, și sărăcia menstruală în particular.

### **III. Metodologie**

#### **III.1. Obiective**

Cercetarea a urmărit: explorarea modurilor în care menstruația este experimentată; explorarea gradului de informare și educație cu privire la menstruație; nivelul de acces la produsele menstruale; percepții și mituri cu privire la experiența menstruală. Istoricul medical, precum și profilele socio-demografice relevante mai ales pentru situațiile de sărăcie menstruală au fost de asemenea caracteristici investigate.



## III.2. Colectarea datelor

Studiul a fost construit pe baza unei **metodologii mixte** pentru a contura fenomenul sărăciei menstruale în România. Grupul țintă a fost alcătuit din persoane majore care menstruează. Accentul principal a fost pe componenta cantitativă având la bază un chestionar semi-structurat menit a investiga gradul de informare privind aspectele legate de menstruație și percepția față de o serie de aspecte legate de tematica cercetării. Studiul cantitativ a fost completat cu o componentă calitativă constând dintr-o serie de interviuri semi-structurate cu persoane aflate în situație de sărăcie menstruală cât și un set de întrebări adresate unor instituții relevante pentru tematică. La baza elaborării instrumentelor de cercetare au stat o documentare și analiză de date secundare preliminară.

## III.3. Instrumentele de cercetare

- **Chestionarul:** 1558 de chestionare au fost completate în perioada 01.05.2025 - 31.08.2025. Raportul a fost realizat pe baza răspunsurilor valide primite la fiecare întrebare. Respondentele au fost identificate pe baza metodei bulgăreului de zăpadă prin intermediul Asociației Pe Stop, care, prin rețeaua de voluntari, a realizat colectarea datelor cantitative prin identificarea de persoane și, după caz, a oferit sprijin respondentelor în completarea formularelor. Eșantionul a fost dependent și de persoanele voluntare la nivel local care au sprijinit colectarea datelor prin diseminarea invitației de participare atât online, cât și față în față. Fiind un eșantion neprobabilist, studiul explorează dificultățile legate de menstruație în rândul unor categorii sociale variate, după cum se poate observa din profilul socio-demografic al respondentelor. Temele abordate în cercetare au fost legate de definirea menstruației și sărăciei în acest context, rușinea și precaritatea menstruală, diverse probleme socio-economice și psihologice asociate, produsele, infrastructura și politicile menstruale existente, precum și drepturi și inegalități de gen asociate.
- **Interviurile** semi-structurate: au fost realizate complementar cinci interviuri cu femei afectate de sărăcia menstruală pentru nuanțarea și clarificarea unor aspecte din cercetarea cantitativă.
- **O listă de întrebări** a fost de asemenea trimisă unor instituții cu activitate relevantă pentru tema de cercetare: autorități publice și organizații non-guvernamentale. Au fost vizate 10 astfel de instituții, dintre care doar 5 au răspuns demersului nostru.

## III.4. Limitări metodologice

Chestionarul a fost distribuit în principal online, distribuție ce presupune o limitare prin accesul în special al persoanelor digitalizate. Echipa de cercetare, conștientă de această limitare, a făcut eforturi de a promova formularul și pe teren, cu o colectare a datelor față în față. A rezultat astfel și un eșantion, mai mic, care acoperă și persoane care nu au utilizat niciodată calculatorul sau internetul și nu au un smartphone. Menționăm de asemenea că, per ansamblu, eșantionul a fost dependent de aria de acoperire și distribuție a organizației Pe Stop.

## IV. Rezultate. Analiza datelor - Componenta cantitativă

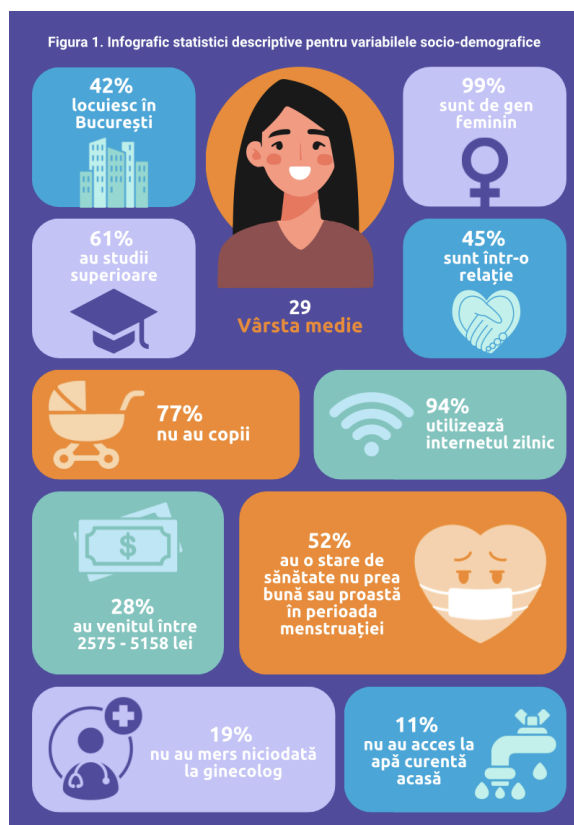
### IV.1. Date socio-demografice/ Profilul respondentelor pentru cercetarea cantitativă

Datele analizate provin dintr-un număr de 1558 de chestionare completate, dintre care între 1530 și 1551 de respondente au furnizat răspunsuri valide pentru variabilele socio-demografice analizate. Marea majoritate a lor sunt persoane de gen feminin (99%), tinere, cu vârsta medie de 29 de ani. În ceea ce privește tipul localității de reședință, o pondere semnificativă a respondentelor locuie în mediul urban, în special în București (42%), urmat de orașe (25%) și reședințe de județ (16%). Mediul rural este reprezentat într-o măsură mai redusă, prin respondente din comune (9%) și sate (7%). Distribuția geografică pe județe indică o concentrare mai mare în București și județe cu centre urbane mari (Cluj, Ilfov, Brașov, Timiș, Iași), aspect influențat de metoda de eșantionare de tip „bulgăre de zăpadă” și de rețeaua de acțiune a Asociației Pe Stop.

În ceea ce privește nivelul de educație, majoritatea respondentelor au studii superioare, inclusiv postuniversitare (61%), urmați de cei cu studii liceale sau școală profesională (27%). Proporția respondentelor cu nivel scăzut de educație (școală primară sau gimnazială) este mai redusă, cumulând aproximativ 13%. Această distribuție reflectă, pe de o parte, accesibilitatea mai mare la completarea chestionarelor pentru persoanele cu nivel educațional ridicat și, pe de altă parte, specificul rețelelor prin care a fost distribuit instrumentul de cercetare. Referitor la venituri, distribuția indică o diversitate importantă a situațiilor economice. Aproximativ 38% dintre respondente se află în zone de venit scăzut sau fără venit (fără venit, beneficiari de ajutor social sau sub salariul minim pe economie). Totodată, un procent semnificativ se încadrează între 2575 și 10000 lei), iar 8% declară venituri peste 10000 lei. Acest rezultat evidențiază faptul că, deși eșantionul include un număr important de persoane cu nivel educațional și venituri medii sau ridicate, sunt reprezentate și categorii expuse riscului de sărăcie menstruală, fie prin venituri reduse, fie prin instabilitate economică.

Din perspectiva statutului marital, cele mai multe respondente se află într-o relație (45%) sau sunt necăsătorite (27%), în timp ce 21% sunt căsătorite. Majoritatea nu au copii (77%), iar restul au, în principal, unul sau doi copii. Analiza accesului la tehnologie indică un nivel ridicat de digitalizare în rândul eșantionului: 94% utilizează internetul zilnic, 94% dețin un smartphone și peste 92% au utilizat un calculator sau laptop până la momentul studiului. Totuși, este relevant faptul că un procent redus, dar semnificativ declară că nu au utilizat niciodată internetul sau un calculator, ceea ce dovedește că eforturile de colectare față în față au contribuit la includerea unor persoane aflate în situații de vulnerabilitate digitală.

**Figura 1. Infografic statistici descriptive pentru variabilele socio-demografice**

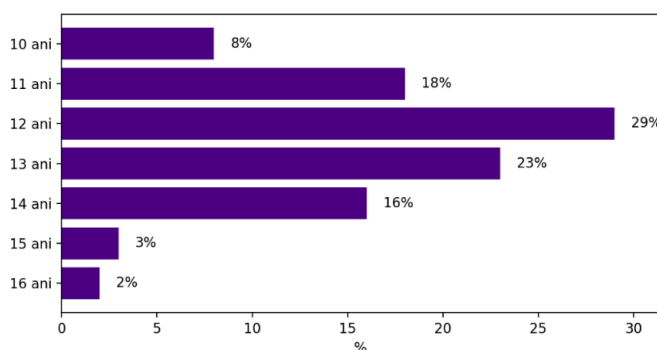


## -IV. 1.2. Menstruație (experiențe personale)

### Vârsta și locul la prima menstruație

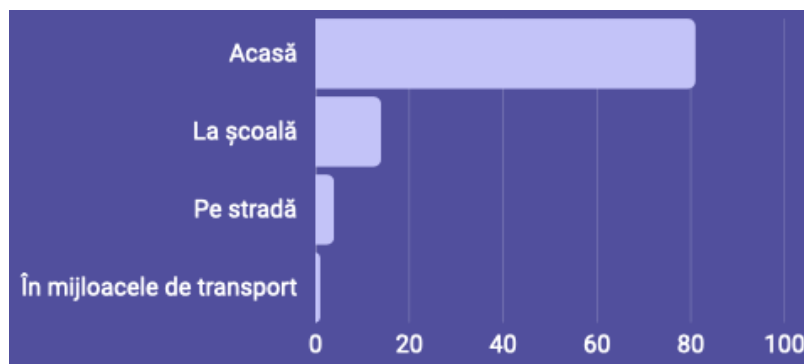
Vârsta medie la prima menstruație a respondentelor a fost între 11-13 ani (70%); doar 8% dintre ele au avut prima menstruație la 10 ani. Acasă este locul unde au experimentat prima menstruație marea majoritate a persoanelor cu menstruație (81%), în timp ce pentru 14% locul acestei prime experiențe a fost școala.

Figura 2. Vârsta respondentelor la prima menstruație



Număr de răspunsuri: 1529

Figura 3. Locul în care se aflau la prima menstruație



Număr de răspunsuri: 1424

### Percepția asupra primei menstruații

Prima menstruație a fost pentru multe persoane din eșantion un moment care le-a luat prin **surprindere**, fiind totuși pregătite pentru asta (37%) în sensul că știau că trebuie să li se întâmple „cândva” așa ceva în mod natural. Destul de multe consideră acest moment ca fiind unul **rușinos** (29%) și/sau **dureros** (22%). Merită subliniat că **rușinea apare mai des decât durerea** fizică în memoria colectivă a acestora. Foarte puține au considerat că primul ciclu a fost un moment special (5%) sau unul care le-a făcut să se simtă puternice (2%) sau chiar speciale (7%). Așa cum reiese și din alte date din această cercetare pare că se perpetuează mai curând o **cultură a rușinii** în

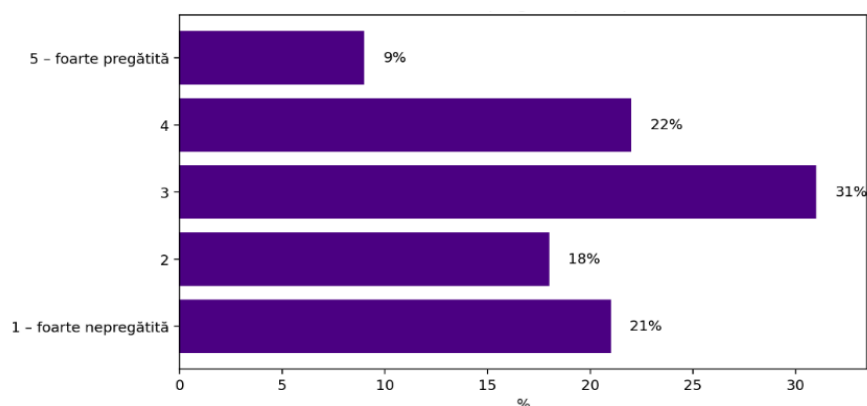


raport cu această experiență fundamentală ce marchează maturitatea fizică, emoțională și socială a persoanelor cu menstruație.

### Nivelul de pregătire perceput pentru prima experiență menstruală

În ceea ce privește gradul de pregătire pentru experiența menarhei, 31% apreciază că au avut o **pregătire medie**, procentul celor care declară că au fost foarte nepregătite sau nepregătite (39%) fiind un pic mai ridicat decât cel al celor care se consideră că au fost foarte pregătite/pregătite (31%). Veniturile nu fac o diferență în aceste percepții. Interesant este faptul că nici persoanele cu educație peste medie nu se declară că ar fi fost "foarte pregătite" pentru această primă experiență (9%), ci mai curând "pregătite".

**Figura 4. Cât de pregătită v-ați simțit pentru prima menstruație pe o scară de la 1 la 5, unde 1 înseamnă foarte nepregătită și 5 înseamnă foarte pregătită?**



Număr de răspunsuri: 1547

### Cu cine se vorbește despre prima menstruație

**Mama** este de departe persoana principală cu care majoritatea a vorbit **înainte de prima menstruație** despre acest subiect (61%). Cu un cadru didactic declară că au vorbit doar 2%, iar cu un medic 1%. Este o constatare care se va observa și din alte date ale acestui chestionar: **cvasi-absența sprijinului formativ/informativ dinspre școală sau/și cadrele medicale**. De observat (și am putea comenta - îngrijorător) este faptul că **14% dintre respondente (aproximativ 207 persoane) declară că nu au vorbit cu nimeni**. Pentru acestea din urmă, prima menstruație, o etapă importantă din viața lor, a fost ținută în secret și trăită în singurătate.

### Cu cine se vorbește în viața de zi cu zi despre acest subiect

În viața de zi cu zi persoanele cu menstruație discută despre acest subiect în primul rând cu **persoanele cu menstruație din viețile lor: mame, colege, prietene**. Bărbații, fie ei rude, colegi sau prieteni, nu sunt prezenți uzual în dialogurile și comunicarea pe aceste subiecte. 55% declară că discută rar cu medicii, 11% afirmând că nu discută niciodată cu ei. Referitor la ONG-uri, doar 4% declară că discută des cu reprezentanți ai acestor asociații vs. 69% care spun că niciodată nu au avut asemenea dialoguri.

### Schimbări percepute în viață după momentul primei menstruații

În general, studiul arată că lipsește un exercițiu de reflecție și de cunoaștere a corpului în contextul schimbărilor aduse de prima menstruație. Astfel, marea majoritate fie nu sunt sigure că s-a schimbat ceva odată cu această primă experiență (24%), fie chiar consideră că nu s-a schimbat ceva (34%), doar 37% conștientizând acum, din perspectiva timpului trecut, faptul că au avut loc/au trecut prin schimbări profunde fizice, psihice, emoționale.

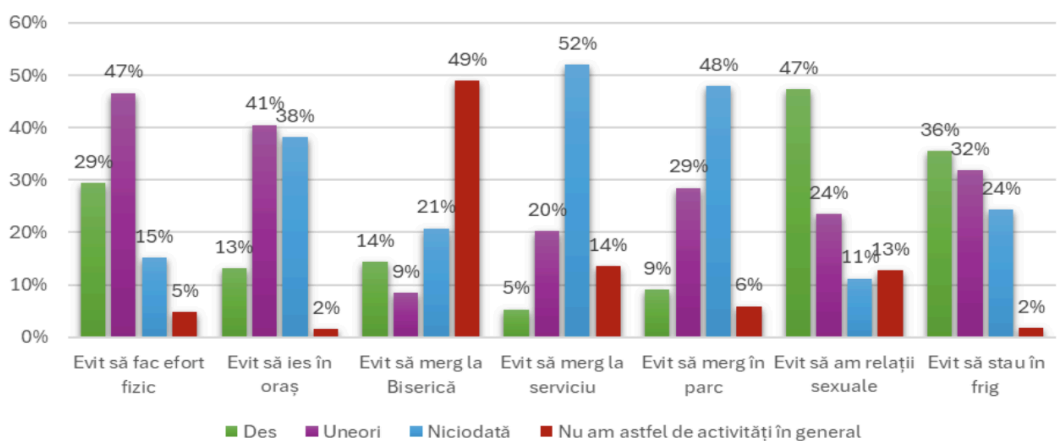
### Produse menstruale folosite

În ce privește utilizarea de produse menstruale se observă o schimbare în timp. Dacă vata, hârtia igienică sau chiar cârpele apar ca fiind folosite în trecut, la primul ciclu, acum absorbantele sunt mult mai prezente. Veniturile sau educația nu fac o diferență semnificativă din punct de vedere statistic. **Este de observat numărul mare de respondente (vârsta medie a eșantionului fiind de 29 de ani!) care la primul ciclu declară că au folosit vată (26%), hârtie igienică (11%) sau cârpe și alte materiale (6%).** Procentele de respondente care declară că au utilizat la primul ciclu și utilizează și în prezent următoarele produse menstruale sunt: vata - 1%, hârtia igienică - 2%, cârpe - 1% și absorbante - 50%. Aceste cifre indică fie că în medie, acum mai puțin de două decenii (dacă vârsta medie a acestora la prima menstruație a fost de 12-13 ani), oferta de produse menstruale (absorbante, tampoane) pe piață era încă redusă, fie că acest eveniment le-a prins nepregătite. Există și generații de persoane care nu au avut acces la produse de calitate (dincolo de diferența urban-rural sau de venituri). Astfel, primele lor experiențe, despre care multe spun că au fost rușinoase, au fost trăite fără a fi pregătite și fără a avea cu cine vorbi.

### Dificultăți întâmpinate în perioada ciclului menstrual

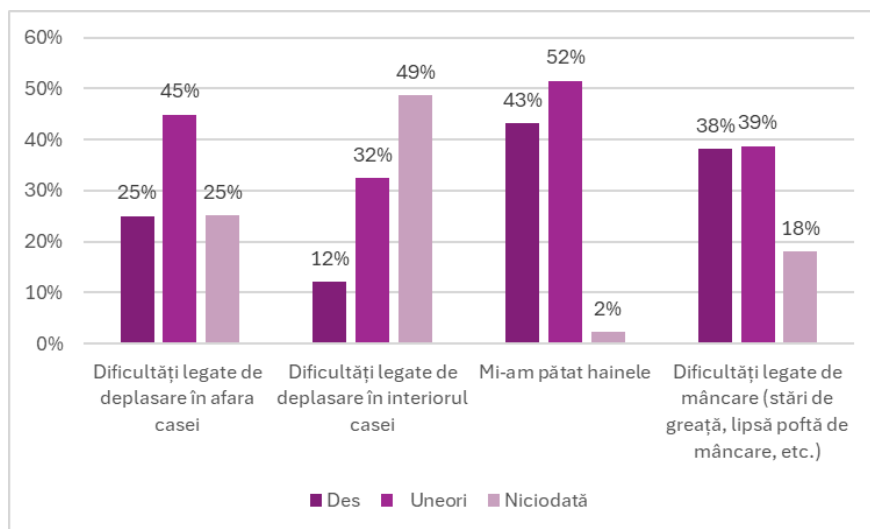
41% dintre respondente declară că nu lipsesc niciodată de la școală/serviciu din cauza problemelor fizice, psihice și emoționale din perioada menstruației. Totuși 5% declară că lipsesc în fiecare lună, 7% destul de des, de aproximativ 8-10 ori pe an și 12% lipsesc de 6-8 ori pe an din acest motiv. Situația nu diferă atunci când sunt analizate cifrele defalcate pe nivel de educație sau venituri. Cumulând aceste ultime procente (24%) - se poate observa că perioada menstruației e corelată cu un **absenteism de la școală/serviciu**, aproape fiecare lună venind la pachet cu absențe. În ce măsură aceste absențe sunt motivate formal sau informal este o altă discuție utilă pentru înțelegerea problematicii legate de impactul menstruației asupra parcursului educativ și profesional al persoanele cu menstruație, dar și pentru identificarea măsurilor de sprijin.

Figura 5. Când sunteți la menstruație:



Multe respondente **evită relațiile sexuale** (des sau uneori - 70.9%), **evită să stea în frig** (des sau uneori - 67.4%), să facă **efort fizic** (des sau uneori - 76%) sau să iasă în oraș (des sau uneori - 53%). Pe de altă parte, foarte multe persoane declară că și-au pătat hainele (des 43.2%, uneori 51.5%) și că au stări de greață, vomă sau nu au poftă de mâncare (des 38.2% și uneori 38.7%).

**Figura 6. În perioada menstruală cât de des v-ați confruntat cu următoarele situații:**



Există deci o serie de **constrângeri evidente** legate de viața de zi cu zi resimțite de respondente atunci când sunt la menstruație. De asemenea, se pot observa mici diferențe între mediul rural și cel urban: persoanele cu menstruație din oraș se confruntă mai frecvent cu dificultăți legate de deplasarea în afara casei, precum și cu situația de a-și păta hainele.

#### **IV. 1.3. Gradul de informare/educație pe temă**

##### **Gradul general de informare**

Aproape jumătate dintre persoanele cu menstruație care au răspuns consideră că nu au avut suficiente informații despre această experiență (peste 46%), fără diferențe majore între urban-rural. Ușor sensibile sunt statisticile la variabila educație, în sensul în care persoanele cu nivel ridicat de educație au considerat în proporție ceva mai mare că nu au avut suficiente informații.

##### **La prima menstruație, ați avut informații suficiente cu privire la această experiență?**

42.4% Da  
46.5% Nu  
10.1% Nu știu

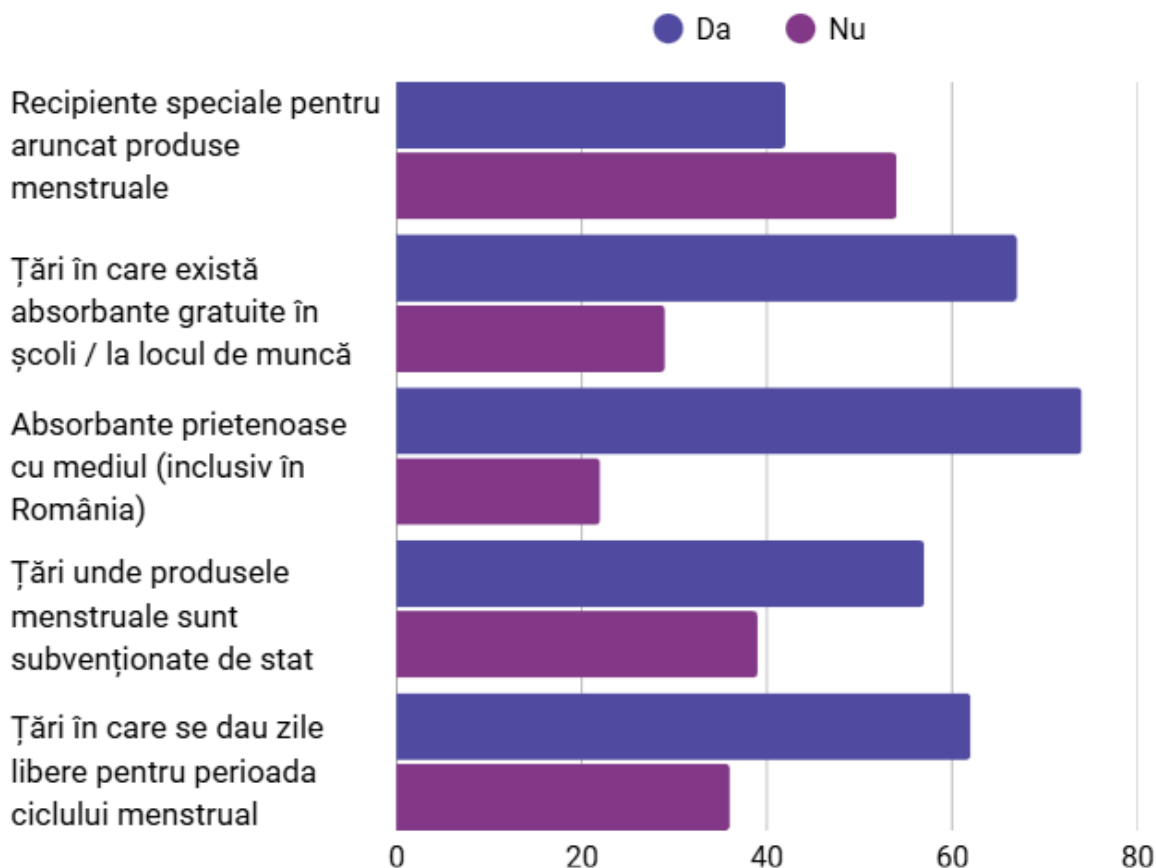
##### **Sursa informării/educației: de la mame la social media**

Primele informații despre menstruație au venit la început de la mame (peste 54%), urmate de alte rude apropiate - alte persoane cu menstruație, urmate de colegi sau prieteni. În timp, rolul mamelor scade semnificativ, cel al colegelor/prietenelor rămâne oarecum constant, dar se produce o schimbare importantă - un **transfer masiv de expertiză către spațiul online** (internet, social media, influenceri). Majoritatea declară că în prezent se informează din aceste surse (50% internet, 33.8 % social media, 10% influenceri). Cadrele medicale devin și ele mai importante ca sursă de informare (40% față de 3.3% la prima menstruație) alături de ONG-uri (crește rolul lor de la 4% la 15.2%). Este deci important de analizat rolul spațiului virtual în informarea/formarea persoanelor cu menstruație pe teme legate de problematica menstruației (mai larg am zice pe teme de educație sexuală) din perspectiva calității și validității acestor informații.

## Informare privind bune practici în domeniu

În ceea ce privește gradul de informare legat de diverse bune practici din alte țări, se observă per ansamblu un grad de cunoaștere ridicat, cu procente de peste 40% de răspunsuri pozitive la toate întrebările legate de gradul de familiarizare cu diverse inițiative și practici bune în domeniu. Nivelul de actualizare al informațiilor este mai redus. Un grad de cunoaștere mai redus apare în ceea ce privește existența de recipiente speciale pentru aruncat asemenea produse (54% nu știu), existența de absorbante prietenoase cu mediul (22% nu știu) precum și faptul că există țări unde sunt absorbante gratuite în școli/locul de muncă (39%). Nivelul de educație ridicat și mediul urban determină o creștere a gradului de cunoaștere a acestor informații.

Figura 7. Știați că există? (valori generale)



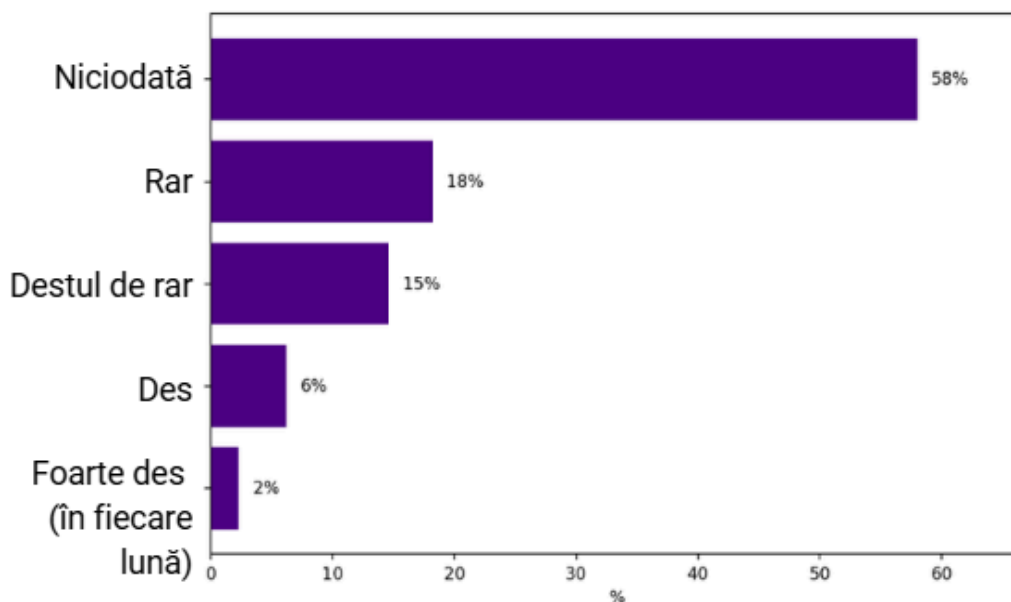
## IV. 1.4. Accesul la produse menstruale

Aspectele legate de sărăcie menstruală au fost testate în cercetarea cantitativă printr-un calup de întrebări dedicat accesului la produse menstruale și un alt calup privind infrastructura necesară pentru ca această experiență să fie una trăită demn. Subliniem de asemenea faptul că cercetarea se bazează pe un eșantion de conveniență care nu a implicat colectarea datelor de la persoane aflate în mod particular în risc de sărăcie menstruală. Aceste aspecte oferă un cadru particular de analiză și interpretare a datelor. Pe de o parte este vorba de faptul că accesul la produse menstruale asigură satisfacerea unei nevoi de bază, orice formă de precaritate legată de acest aspect trebuind să

reprezintă un semnal de alarmă. Pe de altă parte, subliniem faptul că precaritatea asociată menstruației este experimentată într-un context descris de un ansamblu de tabuuri legate de sexualitate, de norme ale rușinii și de procese de stigmatizare, care contribuie la invizibilizarea experiențelor de lipsă și la dificultăți particulare în gestionarea aceste forme de deprivare. În plus, faptul că menstruația rămâne preponderent o problemă discutată între persoanele cu menstruație (vezi analiza de mai sus) plasează tema într-o zonă marginală a agendei publice și politice, limitând recunoașterea sa ca problemă socială legitimă, cu atât mai mult într-un context patriarhal. Toate acestea sunt de fapt argumente puternice în favoarea unei atenții particulare dedicate inclusiv cifrelor mici rezultate din această cercetare, argumente pentru înțelegerea sărăciei menstruale ca problemă publică și în consecință în aducerea în prim plan a rolului pe care statul trebuie să îl aibă în facilitarea accesului la o viață demnă pentru cetățeni și cetățene.

**Peste 40% dintre respondente s-au confruntat măcar o dată cu dificultăți în asigurarea produselor menstruale lunare**, aproximativ 8% dintre acestea declarând că au astfel de dificultăți des (6,2%) și foarte des (2,3%), adică aproape în fiecare lună. Readucem aminte aici faptul că profilul respondentelor nu este acela al unui grup vulnerabil; mai mult decât atât, 77% dintre respondente nu au copii, fapt ce ne îndreptățește să credem că nivelul real al precarității menstruale este, în fapt, mai ridicat decât cel reflectat de aceste date, în condițiile în care grupurile cu risc crescut (persoane cu venituri mici, cu copii în întreținere sau din medii marginalizate) sunt subreprezentate în eșantion.

**Figura 8. Dificultăți în asigurarea produselor menstruale**



Categoria de venituri este o variabilă relevantă în analiză. Astfel, dacă 1% dintre persoanele cu venituri peste salariul minim au experimentat foarte des dificultăți în asigurarea produselor menstruale (în fiecare lună), procentul ajunge la 5% pentru categoria de respondente cu venituri sub salariul minim. De asemenea, dacă pentru categoria de venituri peste salariu minim, 69% au declarat că niciodată nu întâmpină dificultăți, pentru categoria de venituri sub salariul minim, procentul scade la 41% dintre respondente. De menționat și faptul că distincția rural-urban pune în evidență diferențe mai puțin semnificative.

#### **În ce măsură vă sunt la îndemână următoarele produse menstruale?**

Cele mai la îndemână produse menstruale sunt absorbantele clasice (aproximativ 80% dintre respondente) și tampoanele interne (aproximativ 43% dintre respondente), în timp ce mai puțin menționate sunt absorbantele fără



parfum (aproximativ 39%), absorbantele din bumbac (aproximativ 30%) și chiloții menstruali (aproximativ 15%). În același timp, aproximativ 60% dintre respondente au declarat ca vata nu reprezintă un produs pe care să îl aibă în vedere la menstruație.

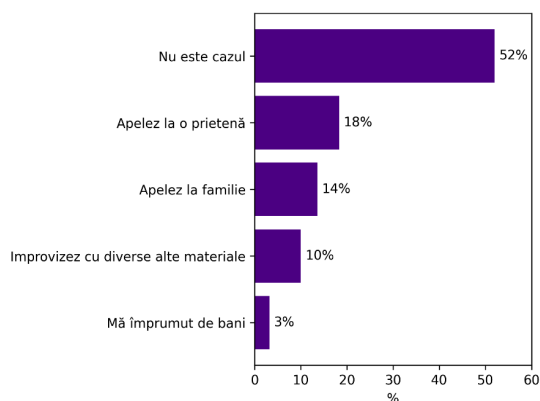
Variabila venituri scoate în evidență faptul că absorbantele generice sunt cele mai la îndemână cu variații mici în funcție de venit, în timp ce un venit peste salariu minim determină accesul la produse mai diverse și cu o calitate mai bună. Astfel, 47% dintre respondentele care au venituri peste salariul minim au declarat că le sunt la îndemână absorbantele fără parfum, în timp ce doar 26% dintre cei cu venituri sub salariul minim au răspuns la fel. Observația este valabilă și pentru absorbantele din bumbac și chiloții menstruali. Corelația cu mediul de rezidență este mai puțin validă, datele punând în evidență faptul că venitul este variabila relevantă în accesul diversificat la produse de igienă menstruală.

### Precaritatea menstruală – mai mult o problemă privată

În situații dificile, prietenele (18%) sau familia (14%) sunt principalii factori de sprijin menționați. Un procent mai redus din respondente au declarat că recurg la strategii care indică o precaritate economică mai accentuată, mai exact 3,2% se împrumută de bani. De subliniat și cele 10% persoane care au spus că improvizează folosind diverse alte materiale aici fiind pe de o parte un semnal de alarmă inclusiv cu privire la probleme de igienă și sănătate, dar și un posibil indiciu cu privire la stigma, rușinea și privatitatea cu care este asociată această experiență.

Corelațiile cu variabile ca mediul de rezidență, nivel de venituri și nivel de educație ne arată că, mai degrabă în rural, pentru respondentele cu studii primare și gimnaziale și cu venituri mici problema rămâne una cu un grad mai ridicat de privatitate și este gestionată în special în familie sau prin apel la utilizarea unor produse improvizate, în timp ce pentru persoanele cu menstruație din urban, cu venituri peste salariul minim și liceu sau studii superioare prietenele capătă un rol mai important în oferirea de sprijin. Putem vorbi deci de un ușor transfer al problematicii din sfera individuală și cea domestică (a familiei), către zona de interese ale persoanelor cu menstruație, un transfer pe care îl considerăm cu potențial de politizare.

**Figura 9. Ce faceți cel mai des când nu aveți acces la produse menstruale necesare?**



**Figura 10. Ce faceți cel mai des când nu aveți acces la produse menstruale necesare? – în funcție de mediu de rezidență**

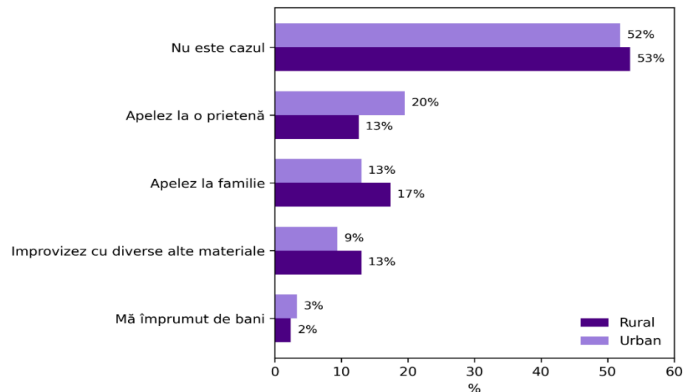
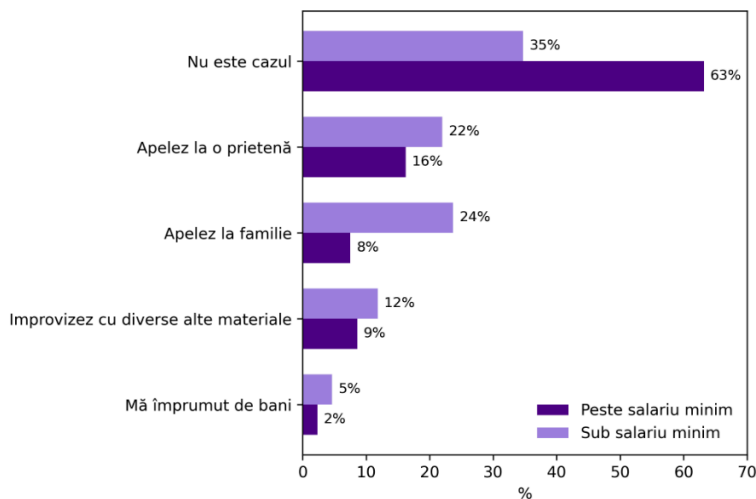


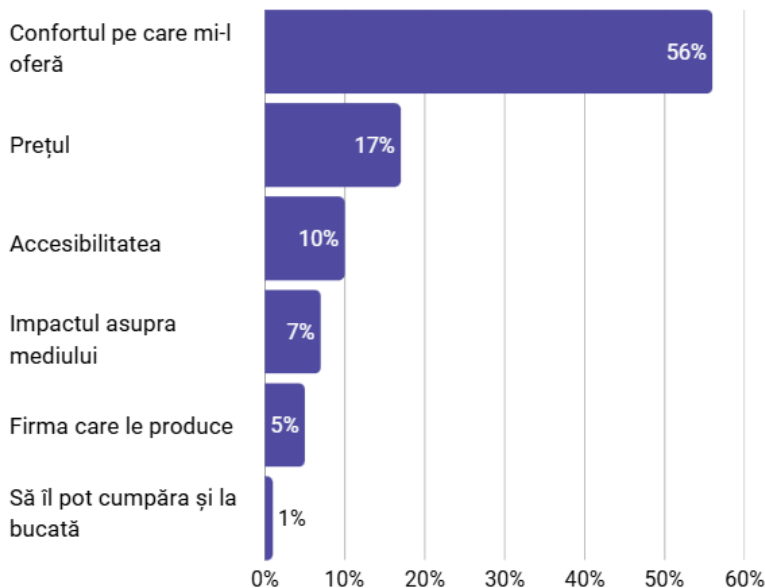
Figura 11. Ce faceți cel mai des când nu aveți acces la produse menstruale necesare? – în funcție de venituri



**Care este cel mai important criteriu în funcție de care alegeți produsele menstruale?**

Confortul este cel mai important criteriu în alegerea produselor menstruale pentru mai mult de jumătate din respondente. Cu toate acestea, având în vedere că ne raportăm la o nevoie de bază, a cărei satisfacere necorespunzătoare implică manifestarea unei forme particulare de stigmatizare, vulnerabilitate și chiar izolare, faptul că 17% dintre respondente au spus că prețul este cel mai important criteriu de alegere, scoate la lumină o altă formă de manifestare a modului precar în care multe persoanele cu menstruație trăiesc încă experiența menstruației.

**Figura 12. Care este cel mai important criteriu în funcție de care alegeți produsele menstruale?**



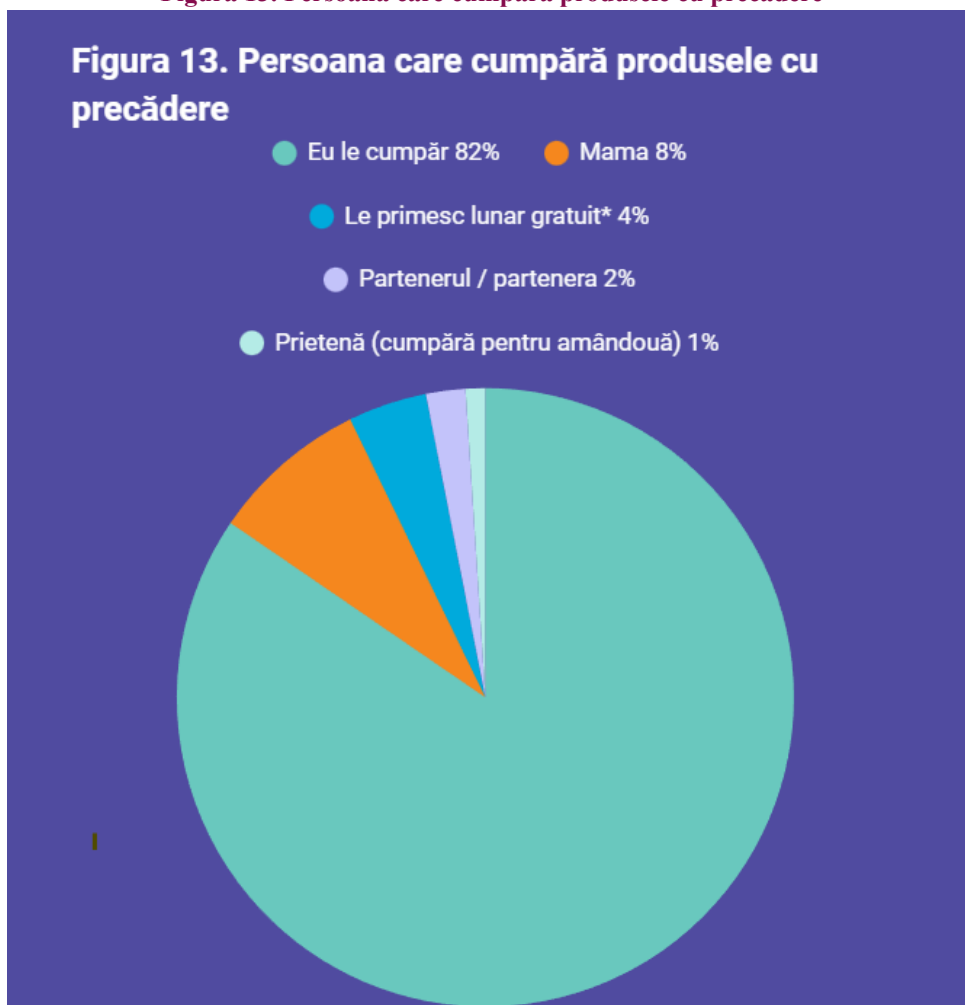
Număr de răspunsuri: 1503

**Prețul – cel mai important criteriu de alegere pentru 41% dintre respondentele cu studii primare și gimnaziale.**

Interesant este faptul că datele se schimbă în corelație cu nivelul de educație, dar nu la fel de mult se întâmplă în corelație cu veniturile și mediul de rezidență. Astfel, dacă în corelație cu variabilele rural-urban și nivel de venituri cele mai importante criterii, în ordinea mențiunilor, sunt confortul, prețul și accesibilitatea (în sens de “cumpăr ce găsesc la magazine”), intersecția cu nivelul de educație arată că, pentru respondentele cu studii primare și gimnaziale clasamentul se schimbă, prețul este pentru 41% dintre acestea principalul criteriu de alegere.

**Canalele comerciale clasice predomină ca locuri de achiziționare a produselor menstruale**, în special supermarketurile din localitate (49,1%) și magazinele de proximitate (24,9%). Nu s-au înregistrat diferențe semnificative în funcție de mediu de rezidență sau nivel de venituri. Putem interpreta acest rezultat și ca o disponibilitate relativ uniformă a produselor menstruale în infrastructura comercială de bază. Procente relevante indică și existența unor strategii alternative de acces, cum ar fi farmaciile (10,6%) sau comenzile online (9,1%).

**Figura 13. Persoana care cumpără produsele cu precădere**



Faptul că 81,9% își achiziționează singure produsele menstruale indică o responsabilitate aproape exclusiv individuală în gestionarea menstruației și reconfirmă **privatitatea asociată acestei experiențe**. Sprijinul familial sau de cuplu este limitat. În același timp, accesul la produse menstruale oferite gratuit rămâne redus - 3,8%.

*\*Procentul respondentelor care declară că beneficiază de produse menstruale oferite gratuit (3,8%) trebuie interpretat cu prudență, întrucât colectarea datelor a fost realizată de Asociația Pe Stop prin intermediul propriilor rețele. Având în vedere că organizația desfășoară activități de distribuire a produselor menstruale către beneficiarele sale, este probabil ca acest procent să fie supraestimat în cadrul eșantionului, iar la nivelul populației generale accesul constant la produse menstruale gratuite să fie semnificativ mai redus.*

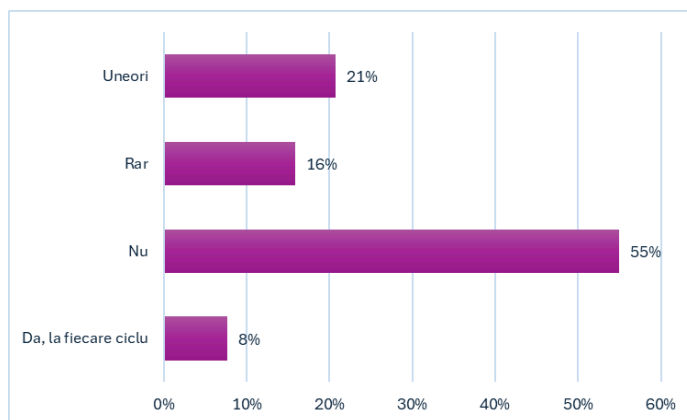
### **Costul mediu lunar al produselor menstruale**

Costul mediu lunar al produselor menstruale este de 46,8 lei, costuri care variază puțin pe categorii de venituri. Astfel, respondentele cu venituri peste salariul minim cheltuie în medie cu 3 lei mai mult pe produsele menstruale pe lună, spre deosebire de cele care au venituri sub salariul minim. Aceste date pot sugera faptul că necesarul de produse menstruale este relativ constant, iar posibilitatea de ajustare a consumului în funcție de venit este limitată. Acest aspect se poate constitui într-o povară disproporționată pentru respondentele cu venituri mai mici. De asemenea, se observă costuri mai mari pentru persoanele din rural, care cheltuie în medie 52,56 lei pe lună

pentru produsele menstruale, în timp ce costurile ajung la 45,84 lei pentru respondentele din urban. Aceste diferențe pot reflecta o ofertă mai restrânsă de produse, costuri de transport mai mari, lipsa alternativelor mai accesibile sau existența unor inegalități teritoriale în accesul la produse menstruale care pot contribui la accentuarea precarității menstruale în mediul rural.

În același timp, acest cost este apreciat ca fiind relativ ridicat de o proporție semnificativă a respondentelor. **Aproape două treimi dintre acestea (63%) apreciază costul lunar al produselor menstruale ca fiind relativ scump (48%) sau foarte scump (15%).** Doar 6% dintre respondente îl consideră ieftin, iar 18% corect. Această percepție este relevantă în special în contextul unui cost mediu lunar relativ constant, independent de nivelul veniturilor, ceea ce sugerează că produsele menstruale reprezintă o cheltuială inevitabilă, dificil de ajustat.

**Figura 14. Schimbați mai rar decât ați avea nevoie produsul folosit (absorbant, tampon, vată) pentru a face economii?**



Percepția costului produselor menstruale ca fiind ridicat se reflectă și în comportamente menite să reducă cheltuielile. Astfel, aproape o treime dintre respondente **(29%) declară că schimbă mai rar decât ar avea nevoie produsul menstrual utilizat pentru a face economii**, fie la fiecare ciclu (8%), fie ocazional (21%). Acest tip de comportament indică existența unor constrângeri financiare care influențează direct modul de gestionare a menstruației și poate avea implicații negative asupra sănătății și demnității personale. În acest context, faptul că majoritatea respondentelor (63%) percep costurile ca fiind relativ scumpe sau foarte scumpe sugerează că precaritatea menstruală nu se manifestă doar prin lipsa totală a produselor, ci și prin utilizarea insuficientă sau inadecvată a acestora, ca strategie de adaptare la presiunea financiară.

Analiza dezagregată evidențiază diferențe semnificative în comportamentele de ajustare a utilizării produselor menstruale în funcție de mediul de rezidență și nivelul veniturilor. Astfel, persoanele cu menstruație din mediul rural raportează într-o proporție mai mare schimbarea mai rară a produselor menstruale din motive financiare: 15% dintre acestea declară că fac acest lucru la fiecare ciclu, comparativ cu doar 6% dintre respondentele din mediul urban. În același timp, ponderea celor care afirmă că nu recurg niciodată la această strategie este semnificativ mai mică în mediul rural (49%) decât în mediul urban (56%).

Diferențe similare se observă și în funcție de venituri. Respondentele cu venituri sub salariul minim sunt mai expuse la constrângeri financiare, 12% dintre acestea declarând că schimbă mai rar produsele menstruale la fiecare ciclu, față de doar 5% în rândul persoanelor cu menstruație cu venituri peste salariul minim. De asemenea, doar 43% dintre persoanele cu menstruație cu venituri sub salariul minim afirmă că nu fac niciodată astfel de ajustări, comparativ cu 63% dintre cele cu venituri mai mari.

#### **Accesul la produse menstruale la toaleta locului de muncă/școală/locuri publice**

Doar 12% dintre respondente raportează că au acces la produse menstruale în toaletele de la locul de muncă sau școală. **O majoritate covârșitoare, 78%, declară că nu există astfel de produse disponibile și nu există**

variații pe dimensiunea rural-urban. Aceste cifre indică o accesibilitate foarte redusă a produselor menstruale în spațiile publice de lucru sau educaționale. Atragem atenția că lipsa acestor produse poate genera situații incomode sau chiar absentism, așa cum arată alte cercetări (Plan Internațional, 2018).

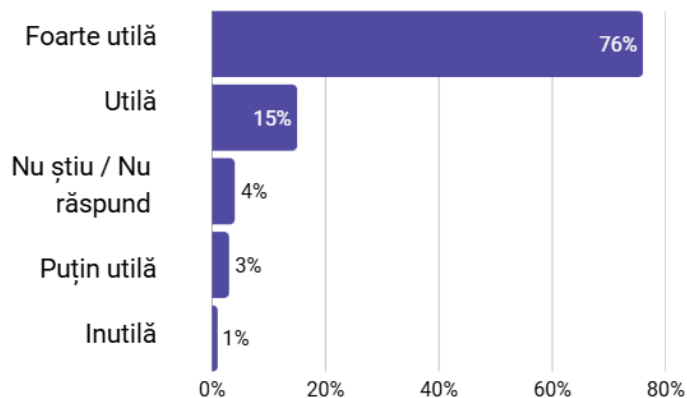
**Figura 15. Cât de des ați găsit produse menstruale în locuri publice?**

	[În restaurant/bar/cafeină]	[În bibliotecă]	[La toaleta publică]	[În malluri]	[La cinematografe/teatre]	[La cantina socială]	[La Centrul de zi]
Des	7%	1%	3%	4%	1%	0%	2%
Foarte rar	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Niciodată	41%	73%	78%	75%	79%	51%	46%
Nu este cazul	5%	14%	6%	5%	6%	37%	39%
Rar	44%	6%	9%	11%	8%	5%	6%

#### Utilitatea unei zile libere motivate de perioada menstruală

Majoritatea covârșitoare a respondentelor, 91%, consideră că o zi liberă motivată de perioada menstruală ar fi benefică (foarte utilă - 76%, utilă - 15%). Aceste date arată nevoia de sprijin și sugerează că implementarea unei astfel de măsuri ar putea îmbunătăți confortul persoanelor care menstruează.

**Figura 16. Utilitatea unei zile libere motivate de perioada menstruală**



#### Accesul gratuit la produse menstruale

Majoritatea covârșitoare a respondentelor consideră de asemenea că accesul gratuit la produse menstruale ca fiind foarte util - 89% și util - 8%, ceea ce indică o acceptare aproape unanimă a importanței unei politici publice care să faciliteze accesul la astfel de produse. Alte două date colectate menite să completeze tabloul nevoilor generate de experiența menstruației prin grila de analiză a accesului la diverse tipuri de produse/servicii/politici care ar fi utile, sunt cele legate de dificultatea accesului la produse menstruale și raportarea costului acestora la veniturile proprii. Din acest punct de vedere, 24% dintre respondente au fost de acord cu afirmația „accesul la produse menstruale este dificil”, iar 33% au dat mai degrabă un răspuns de tipul “nici, nici”. De asemenea, 58% dintre respondente au fost de acord cu afirmația că “produsele menstruale sunt scumpe”,



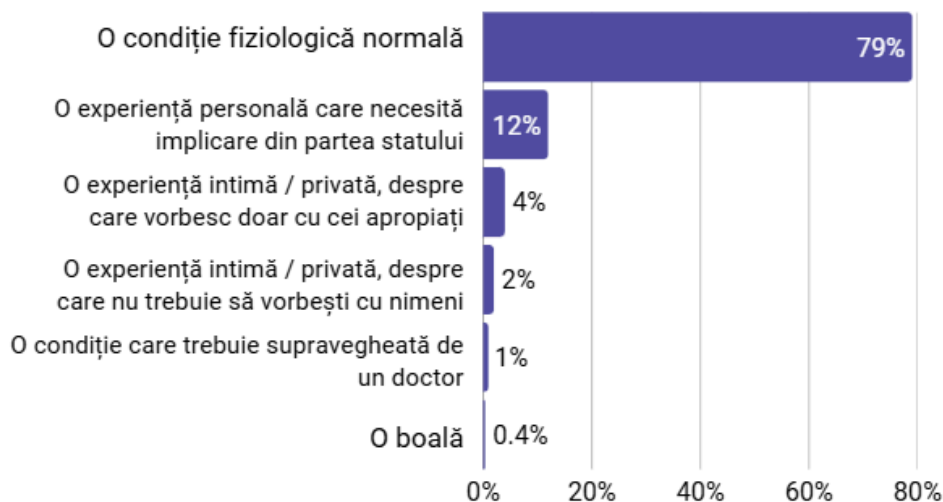
doar 9% fiind în dezacord cu această afirmație, fapt ce ne oferă de asemenea informații clare cu privire la nevoile de politici.

Datele arată așadar existența unui **decalaj între realitatea trăită și nevoi**. Vorbim pe de o parte de un acces redus la produse menstruale în spațiile publice, de costuri ridicate ale acestora, de dificultate în procurarea produselor necesare, dar de o percepție clară a utilității unor demersuri care să faciliteze accesul. Putem interpreta în mod cert aceste date ca reflexive a unor nevoi de politici care să faciliteze accesul pe de o parte la produse menstruale (vezi costuri mai reduse sau distribuirea gratuită), pe de altă parte la un anumit tip de confort (zi liberă) necesar în trăirea demnă a menstruației. Aceste rezultate evidențiază faptul că produsele menstruale sunt de asemenea percepute nu ca un beneficiu opțional, ci ca o necesitate de bază, cu impact asupra calității vieții persoanelor cu menstruație.

#### IV. 1.5. Percepții despre experiența menstruală

79% dintre respondente consideră în mod corect menstruația o condiție fiziologică normală, dar doar 12% cred că menstruația este o experiență personală care necesită implicare din partea statului/autorităților. Deci **menstruația este percepută preponderent ca o experiență personală și mult mai puțin ca o problemă socială și/sau politică**, fapt ce indică o slabă politizare. Educația rămâne și în acest caz factor cu potențial de destigmatizare și trecere a experienței din zona privată în cea politică și de politici.

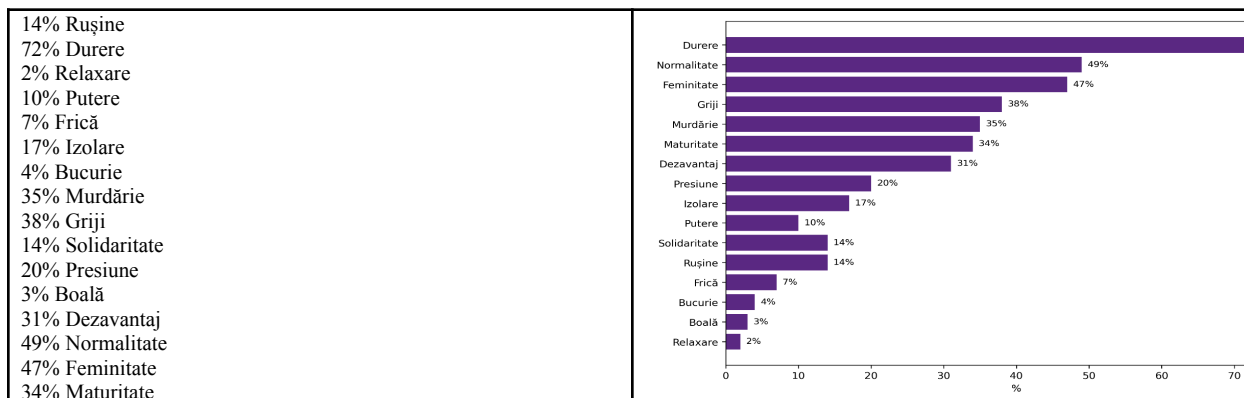
Figura 17. Ce credeți că este în primul rând menstruația?



Menstruația este pentru multe dintre respondente o experiență normală (49%), dar este și o normalizare a durerii (72%), a grijii (38%), a dezavantajului (31%), chiar și a izolării (17%). Mai mult decât atât, experiența normală a menstruației este asociată cu murdăria de 35% dintre respondente, dar și cu rușinea (14%) și cu presiunea (20%). În contrapondere, doar 10% au asociat experiența cu puterea, 14% cu solidaritatea și cu

bucuria (doar 4%). Experiența menstruației, normală și dureroasă, este și despre maturitate pentru 34% dintre respondente. Subliniem faptul că această întrebare a avut posibilitatea răspunsului multiplu și credem noi că oferă o imagine conturată despre felul în care interviuatele trăiesc această experiență. Iar imaginea este una a **acceptării și normalizării durerii, dezavantajului, rușinii, izolării, murdăriei și presiunii**, nu întâmplător o imagine care de fapt reflectă experiențe mai cuprinzătoare ale persoanelor cu menstruație în societate dacă e să ne gândim, printre altele, la dubla zi de muncă, violența domestică și de gen, atitudinile sexiste și misogine, discriminarea de gen, aspecte legate de maternitate, feminizarea sărăciei, etc.

**Figura 18. Cu ce cuvinte asociați menstruația? (posibil răspuns multiplu)**



**Experiența dificilă (67% acord), dureroasă, rușinoasă, dezavantajată, care pune presiune și te izolează, a menstruației rămâne o problemă despre care e greu de discutat cu părinții (23% acord), cu bărbații (39%), la școală (31 %) și la serviciu (29%), principalele persoane cu care poate fi împărtășită rămânând prietenele (78% - sunt în dezacord că este greu să vorbești cu prietenele despre menstruație).** Privatitatea trăirii acestei experiențe rezultă așadar și din datele prezentate mai sus, la care se adaugă faptul că menstruația este considerată un aspect privat al unei persoane de 36% dintre respondente. De asemenea, faptul că școala nu este percepută ca un spațiu sigur pentru discutarea menstruației este profund problematic și este cauzat, credem noi, în principal, de lipsa educației sexuale în sistemul de învățământ românesc și de integrarea insuficientă a perspectivei de gen în educație, ceea ce menține stigmatizarea și lipsa de sprijin pentru eleve.

**Figura 19. Vă rugăm să ne spuneți în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații:**

	Dezacord	Nici dezacord, nici acord	Acord	Nu știu/ Nu răspund	Nu este cazul
Este greu să vorbești despre experiența menstruală cu părinții.	39%	31%	23%	2%	4%
Este greu să vorbești despre experiența menstruală cu bărbați.	22%	31%	39%	2%	3%
Este greu să vorbești cu prietenele despre menstruație.	78%	10%	5%	1%	2%
Este greu să vorbești la școală despre menstruație.	21%	27%	31%	2%	15%
Este greu să vorbești la serviciu despre menstruație.	24%	28%	29%	3%	12%
Accesul la produsele menstruale necesare este dificil.	31%	33%	24%	2%	5%
Produsele menstruale sunt scumpe.	9%	24%	58%	2%	2%

Perioada menstruală este dificilă pentru o persoană.	7%	19%	67%	2%	1%
Sănătatea poate fi afectată de lipsa accesului la produse menstruale/educație.	7%	7%	77%	4%	1%
Menstruația este un aspect privat al unei persoane.	18%	40%	36%	2%	1%

### Percepția asupra efectului lipsei produselor menstruale asupra sănătății în funcție de nivelul de educație

În mod cert, respondentele sunt conștiente de faptul că lipsa accesului la produse menstruale poate afecta sănătatea, 77% dintre participantele la studiu afirmând acest lucru. Important de subliniat aici, așa cum am făcut-o și mai sus, felul în care corelația cu educația ne oferă o imagine diferită. Mai exact, în timp ce 80% din respondentele cu liceu și studii superioare sunt de acord cu afirmația că sănătatea poate fi afectată de lipsa accesului la produse menstruale, doar 55% dintre cei cu studii primare și gimnaziale sunt de aceeași părere. Aceste date reafirmă rolul educației ca factor esențial în înțelegerea legăturii dintre menstruație și sănătate și evidențiază modul în care lipsa informării adecvate poate conduce la minimalizarea riscurilor asociate accesului insuficient la produse menstruale. În acest context, absența educației sexuale în sistemul de învățământ contribuie la perpetuarea inegalităților și la vulnerabilizarea persoanelor cu un nivel educațional mai scăzut.

**Figura 20. Vă rugăm să ne spuneți în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații:**

	Dezacord	Nici dezacord, nici acord	Acord	Nu știu/ Nu răspund
Găsesc cu ușurință un coș de gunoi pentru a arunca produsele menstruale folosite.	15%	30%	15%	3%
Prefer să nu cer ajutorul/ să nu discut cu nimeni în perioada menstruală.	48%	30%	17%	2%
Prietenele/colegele mele mă ajută în perioada menstruală.	15%	30%	48%	2%
Partenerul/ partenera mă ajută în perioada menstruală.	11%	14%	58%	12%
Colegii/prietenii mei bărbați mă ajută în perioada menstruală.	43%	28%	13%	11%
Cred că ar trebui să primesc sprijin emoțional în perioada menstruală.	11%	25%	56%	3%
Cred că ar trebui să primesc sprijin financiar în perioada menstruală.	20%	32%	37%	6%
Depind de banii familiei când trebuie să îmi cumpăr produse menstruale.	56%	13%	22%	5%

În continuarea analizei de mai sus, și alte date vin să evidențieze caracterul doar **privat** al experienței menstruale și modul în care sprijinul este căutat sau oferit aproape exclusiv în cercuri restrânse. Deși 17% dintre respondente preferă să nu ceară ajutor sau să nu discute cu nimeni în perioada menstruală, sprijinul, atunci când există, provine în principal de la prietene sau colege (48%) și de la partener/parteneră (58%), în timp ce implicarea colegilor sau prietenilor bărbați rămâne marginală (13%). Această distribuție indică faptul că menstruația continuă să fie gestionată într-un spațiu intim, limitat, modelat de norme sociale și de stigmatizare. În același timp, peste jumătate dintre respondente consideră că ar trebui să beneficieze de sprijin emoțional în această perioadă (56%), iar

37% indică nevoia de sprijin financiar, ceea ce contrastează cu caracterul privat al experienței. Mai mult, faptul că 22% depind de banii familiei pentru achiziționarea produselor menstruale reflectă o lipsă de autonomie în gestionarea acestei experiențe, amplificând vulnerabilitatea asociată menstruației. Astfel, privatitatea menstruației, dublată de stigmat și de dependențe economice, limitează accesul la sprijin adecvat și transformă o experiență biologică normală într-una gestionată în condiții de vulnerabilitate și inegalitate.

#### IV. 1.6 Mituri despre menstruație

Datele arată că respondentele infirmă majoritatea miturilor și prejudecăților legate de menstruație, ceea ce indică o poziționare informată față de această experiență. Astfel, 5% consideră că menstruația este periculoasă, 1% o văd ca un păcat, iar 7% cred că persoanele cu menstruație ar fi murdare în această perioadă. Percepții precum isteria (10%) sau iraționalitatea (7%) sunt, de asemenea, respinse de majoritatea respondentelor. În plus, doar 9% sunt de acord cu restricții religioase precum interdicția de a merge la biserică. În același timp, această poziționare informată nu elimină vulnerabilitatea practică a experienței menstruale. Cum precizam anterior, multe dintre răspunsuri indică dificultăți reale legate de durere, izolare, presiune socială, lipsa sprijinului emoțional sau financiar și dependența de alții pentru produsele menstruale. Astfel, chiar dacă stigma și miturile sunt contestate, experiența trăită rămâne în aria vulnerabilității.

Corelând răspunsurile cu **nivelul de educație**, se observă însă diferențe semnificative: respondentele cu studii primare și gimnaziale au percepții mai conservatoare sau mai încărcate de mituri comparativ cu cei cu liceu și studii superioare. De exemplu, pentru afirmația „menstruația este periculoasă” procentul este 7% vs 5%, „menstruația este un păcat” 4% vs 0%, „femeile sunt murdare” 31% vs 3%, „femeile sunt isterice” 29% vs 7%, „femeile sunt iraționale” 25% vs 4%, iar „nu ai voie să mergi la biserică” 32% vs 6%. Aceste diferențe subliniază **rolul educației în construirea unei perspective informate și în reducerea credințelor eronate.**

**Figura 21. Mituri despre menstruație. Vă rugăm să ne spuneți în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații:**

	Dezacord	Nici acord, nici dezacord	Acord
Menstruația este periculoasă	74%	17%	5%
Menstruația este un păcat	92%	3%	1%
Femeile sunt murdare în perioada menstruației	81%	9%	7%
Femeile sunt isterice în perioada menstruației	69%	18%	10%
Femeile sunt iraționale în perioada menstruației	73%	16%	7%
Femeile sunt vulnerabile în perioada menstruației	20%	27%	50%
Nu ai voie să mergi la biserică în perioada menstruației	77%	11%	9%

**Figura 22. Alte mituri despre menstruație. Vă rugăm să ne spuneți în ce măsură sunteți de acord cu următoarele afirmații:**

	Dezacord	Nici acord, nici dezacord	Acord
Nu ai voie să te apropii de partener în perioada menstruației	80%	12%	7%
Femeile nu au voie să folosească tamponurile interne dacă sunt virgine	75%	15%	9%
Nu este indicat ca femeile să semneze acte în perioada menstruației	92%	6%	2%
Femeile au un comportament diferit în perioada menstruală.	33%	38%	30%
Femeile sunt incapabile să ia decizii în perioada menstruației	91%	7%	2%



Femeile nu au voie să atingă anumite mâncăruri în perioada menstruației pentru că sunt impure	93%	4%	3%
---	-----	----	----

Datele suplimentare privind miturile și restricțiile tradiționale asociate menstruației arată o tendință similară: respondentele infirmă majoritatea credințelor eronate, ceea ce confirmă poziționarea informată și rațională față de menstruație. De exemplu, 7% sunt de acord că nu au voie să se apropie de partener în perioada menstruației, 9% consideră că virginele nu ar trebui să folosească tampoanele interne, 2% cred că persoanele cu menstruație nu ar trebui să semneze acte sau că nu pot lua decizii, iar doar 3% cred că anumite mâncăruri sunt interzise din cauza impurității. În schimb, o proporție mai mare (30%) recunoaște că persoanele cu menstruație pot manifesta un **comportament diferit în perioada menstruală**, ceea ce poate indica o percepție realistă asupra efectelor fiziologice și emoționale. Datele ne arată de asemenea faptul că se mențin diferențe relevante atât pe nivel de educație, cât și între mediul urban și rural, ceea ce reconfirmă rolul esențial al educației în construirea unei perspective informate asupra menstruației, dar arată și persistența unor atitudini mai conservatoare în mediul rural.

## V. Concluzii și sugestii

### Comentariu general - Experiența menstruației are potențial vulnerabilizant chiar și în cazul unui eșantion de conveniență.

Tabloul statistic general este, așa cum am descris în metodologie, unul în care predomină persoanele cu menstruație tinere, din urban, fără copii, cu educație peste medie și cu venituri medii. Literatura de specialitate identifică populația în categoria de risc de sărăcie menstruală printre persoanele tinere, fără studii, din zone mai ales rurale și cu venituri mici. Chiar dacă, per ansamblu, eșantionul cercetării nu este reprezentativ pentru acest grup specific, destule rezultate generale pot fi interpretate ca semnale de alarmă cu privire la riscul de sărăcie menstruală în care se află, sau se pot afla, persoane ale căror drepturi, inclusiv dreptul la o sănătate și la o viață demnă, trebuie să fie garantate de stat. Astfel, atragem atenția asupra faptului că, fără a avea un eșantion format din persoane aflate în risc de sărăcie menstruală, datele colectate arată că:

- aproximativ 30% dintre respondente s-au declarat nepregătite pentru prima menstruație.
- 41% dintre respondente au declarat că au experimentat cel puțin o dată dificultăți în perioada menstruală;
- aproape două treimi (63%) consideră costul lunar relativ ridicat sau foarte ridicat;
- 29% dintre respondente schimbă mai rar produsul menstrual decât ar fi necesar pentru a face economii;
- 24% au fost de acord că accesul la produse menstruale este dificil;
- 5% dintre respondente lipsesc de la școală/serviciu în fiecare lună, 7% de aproximativ 8-10 ori pe an și 12% lipsesc de 6-8 ori pe an, din motive legate de probleme legate de menstruație, ceea ce în cifre duce la un număr de luat în considerare (din cele 1558 de chestionare);
- 9% dintre respondente consideră că persoanele de sex feminin nu pot folosi tampoane interne dacă nu și-au început viața sexuală.

Într-un astfel de context, care reflectă, credem noi, în mod clar o vulnerabilitate accentuată a eșantionului nostru, este legitim să ne întrebăm care este nivelul de precaritate și vulnerabilitate la care este trăită experiența menstruației pentru persoanele aflate în mod real în risc de sărăcie menstruală. Ceea ce vrem să evidențiem este faptul că datele colectate în cadrul prezentului raport indică faptul că **experiența menstruației are un potențial vulnerabilizant chiar și în cazul unui eșantion de conveniență**. Dificultățile raportate de o proporție semnificativă a participantelor la studiu evidențiază faptul că menstruația este frecvent trăită în condiții care pot genera disconfort, insecuritate și limitări reale în viața de zi cu zi. Analize mai detaliate (de exemplu regresii) vor putea evidenția asemenea aspecte și mai clar.

Aceste constatări oferă temeuri solide pentru a considera că, în cazul persoanelor aflate în risc de sărăcie și excluziune, experiența menstruației poate fi profund amplificată ca factor de vulnerabilitate. Menstruația, altfel un fenomen biologic firesc, poate deveni o experiență care afectează în mod particular demnitatea umană, cu atât mai



mult în contexte corelate cu lipsa accesului la resurse adecvate, servicii de sănătate, informații de calitate și alte mecanisme de sprijin. Mai mult, datele sugerează că stigma, rușinea, tabuurile și precaritatea din jurul trăirii menstruației pot conduce la restrângeri efective ale exercitării altor drepturi fundamentale, precum dreptul la sănătate, dreptul la educație, dreptul la muncă și libertatea de mișcare. Astfel, menstruația riscă să se transforme dintr-un proces biologic firesc și un moment special de trecere de la pubertate la maturitate într-un obstacol structural în calea exercitării depline a drepturilor fundamentale, rezultând desigur de aici și necesitatea unor intervenții publice sistematice.

## Concluzii

### Educația înainte de toate

Poate cea mai evidentă concluzie a acestui studiu este **importanța educației** în contextul larg și divers de probleme legate de menstruație. Educația este cea care:

- influențează semnificativ și constant schimbarea de înțelegere și raportare privind menstruația;
- contribuie la diminuarea prejudecăților și miturilor;
- îmbunătățește semnificativ gradul de informare;
- este uneori mai importantă ca veniturile (de exemplu în alegerea produselor menstruale) și/sau ca mediul de rezidență (urban/rural);
- persoanele cu menstruație mai educate sunt cele care în proporție mai mare percep dimensiunea publică, politică a fenomenului și nevoia de transfer către comunitate, dincolo de caracterul personal, privat al experienței menstruale.

Astfel, persoanele cu menstruație mai educate sunt capabile în proporție mai mare să spargă stigma culturală și socială legată de menstruație. Între mituri și înșurătorii, educația reprezintă linia de demarcație care permite persoanelor cu menstruație să-și construiască o percepție corectă asupra experienței. Chiar fără acces extins la educație sexuală sau educație despre sănătatea reproductivă, respondentele se poziționează, în mare parte, corect față de credințele eronate, contestând idei precum menstruația ca păcat, periculoasă sau ca sursă de impuritate. Aceasta arată că experiența directă poate funcționa ca mecanism de rezistență la presiuni sociale și stigmatizare, însă corelațiile cu nivelul de educație evidențiază vulnerabilități semnificative: respondentele cu studii primare sau gimnaziale mențin credințe mai conservatoare și sunt mai expuse izolării și vulnerabilității. Influențele religioase și culturale patriarhale par reduse în rândul celor cu liceu și studii superioare, dar persistă percepții subtile despre capacitatea decizională sau comportamentul persoanelor cu menstruație în perioada menstruală, ceea ce indică faptul că stigmatul nu dispare complet. Astfel, educația devine factorul decisiv nu doar în infirmarea miturilor, ci și în înșurătorirea persoanelor cu menstruație, completând experiența practică și contribuind la o gestionare mai autonomă și mai sigură a menstruației.

### Acasă - locul primei experiențe menstruale

Acasă este de departe locul în care majoritatea persoanelor experimentează prima menstruație, mamele, bunicile sau surorile fiind cele de la care se iau primele informații și care acordă sprijin în acele momente. Deci familia (și în primul rând persoanele cu menstruație din familii) este instituția care furnizează primele informații, primul sprijin emoțional. Este evidentă astfel nevoia ca aici, acasă, să existe informare și formare privind în special ce se întâmplă în mod real cu corpurile persoanelor atunci când apare menstruația și să poată recunoaște schimbările fiziologice dar și emoționale legate de acest moment.

### Lipsă parteneriat familie-școală, familie-instituții medicale

Este o lipsă de preocupare instituțională a acestor instituții pentru această problemă dar și o lipsă a unui parteneriat de dialog, colaborare familie-școală. Există o rețea de persoane cu menstruație (mame în primul rând dar și bunici, surori, prietene, colege de serviciu) care oferă sprijin, o solidaritate informală care acoperă lipsa unui sprijin din partea unor instituții cu responsabilități cel puțin indirecte în domeniu. Școala este aproape absentă - nu există



interes instituțional pentru temă, pe ici pe colo se acoperă parțial lipsa de informații corecte prin intervenția unor specialiști veniți din afară (ONG-uri în general). Mai mult sunt semne de bullying în perioada de școală legate de această experiență. Locul de muncă pare să fie un mediu mai prietenos. Nici relația cu cadrele medicale de specialitate nu este percepută ca fiind una bună.

### **Cultură a rușinii**

Se observă prezența mai curând a unei culturi a rușinii vs. o cultură a afirmării și asumării cu bucurie a acestei experiențe fundamentale. Stigmatizarea socială și culturală joacă un rol important în acest sens.

### **Lipsa exercițiului de reflecție asupra propriilor corpuri, experiențe**

În general, studiul arată că lipsește un exercițiu de reflecție și de cunoaștere a corpului în contextul schimbărilor aduse de prima menstruație. Marea majoritate fie nu sunt sigure că s-a schimbat ceva o dată cu această primă experiență, fie consideră chiar că nu s-a schimbat ceva (34% - adică 526 de persoane).

### **Griji față de alții nu față de ele și o lungă listă de NU-uri**

Foarte multe respondente au menționat în diverse feluri grijile permanente legate de acest eveniment lunar din viața lor - când/dacă le vine ciclul; să nu se păteze, grija de a fi pregătite cu ce le trebuie, să nu lase urme pe unde merg, să schimbe absorbantele, acasă să nu fie văzute de tații, bunicii sau frații lor. Sunt griji mai ales față de alții, și nu față de propriile lor nevoi fizice și emoționale. Acestor persoane nu le-a spus mai nimeni ce ar trebui să facă pentru a gestiona durerile, stările, pentru a își înțelege experiențele corporale de acest tip, experiențe care le marchează profund viața socială, personală, intimă.

### **Transfer de expertiză de la mame la internet**

Primele informații despre menstruație vin de la mame, urmate de alte rude apropiate, majoritar persoanele cu menstruație. În timp rolul mamelor scade semnificativ, cel al colegelor/prietenelor rămâne oarecum constant dar se produce o schimbare importantă- un transfer masiv de expertiză către spațiul online (internet, social media, influenceri). Majoritatea declară că în prezent se informează din aceste surse (50% internet, 33.8 % social media, 10% influenceri). Cadrele medicale devin și ele mai importante ca sursă de informare (40% față de 3.3% la prima menstruație) alături de ONG-uri (crește rolul lor de la 4% la 15.2%). Este deci important de analizat rolul foarte important al spațiului virtual în informarea/formarea persoanelor pe teme legate de problematica menstruației (mai larg am zice pe teme de educație sexuală) din perspectiva calității și validității acestor informații.

### **O experiență dificilă, trăită în privat, dar care necesită intervenție prin politici publice!**

Datele analizate conturează o experiență a menstruației percepută predominant ca fiind **dificilă** (67% acord), caracterizată prin **durere, rușine, presiune, izolare și dezavantaj**, deși este considerată, în același timp, o experiență **normală** și asociată. Această ambivalență explică de ce menstruația rămâne o realitate trăită mai degrabă individual decât împărtășită deschis. Dificultățile de acces la produsele menstruale și percepția larg răspândită că acestea sunt **scumpe raportat la venituri** se adaugă presiunilor deja existente, contribuind la menținerea unei experiențe marcate de disconfort și vulnerabilitate. În acest context, sprijinul covârșitor pentru **accesul gratuit la produse menstruale, dar și pentru o zi liberă** apare ca un răspuns pragmatic la nevoi reale, nu doar ca o măsură simbolică. Caracterul privat al experienței este consolidat și de dificultatea de a discuta despre menstruație cu anumite categorii de persoane sau în anumite spații: 23% dintre respondente sunt de acord că este greu să vorbească despre menstruație cu părinții, 39% cu bărbații, 31% la școală și 29% la locul de muncă. Aceste procente indică persistența unor bariere de comunicare în spații instituționale sau relaționale marcate de norme sociale și dezechilibre de putere.



## Școala nu este un spațiu sigur pentru persoanele cu menstruație.

În mod particular școala apare ca un spațiu problematic, în care o parte semnificativă a respondentelor resimte dificultăți în a vorbi despre menstruație. Faptul că instituția școlii nu este percepută ca un spațiu sigur pentru discutarea unei experiențe biologice normale dar și pentru trăirea acestora este îngrijorător, având în vedere rolul școlii în educație, informare și reducerea stigmatizării. Această lipsă de siguranță poate contribui la accentuarea rușinii, la absenteism școlar și la perpetuarea tăcerii în jurul menstruației, cu efecte pe termen lung asupra bunăstării și egalității de gen. În contrast, mamele și prietenele rămân principalul spațiu de deschidere și sprijin. Astfel, menstruația este trăită preponderent în cercuri restrânse, informale, ceea ce explică de ce 36% dintre respondente o consideră un aspect privat al persoanei. Privatitatea acestei experiențe nu reflectă doar o alegere individuală, ci și rezultatul unui context social în care menstruația este insuficient discutată, înțeleasă, fiind chiar încă stigmatizată în spațiile publice și instituționale. În același timp accesul absolut limitat la produsele menstruale în școli, alături de susținerea foarte mare (peste 95% consideră util și foarte util) pentru existența unor astfel de politici, dar și polemicile recente pe temă existente în societatea românească ne arată cât de deconectată este de fapt școala de nevoile reale ale persoanelor cu menstruație. Contrastul este cu atât mai mare cu cât răspunsul oficial al ministerului educație a fost unul centrat pe incluziunea elevilor.

## Venitul, mediul de rezidență și nivelul de educație influențează semnificativ accesul la produse menstruale, dar și strategiile de gestionare a acestora.

Absorbantele generice rămân cele mai accesibile, în timp ce produsele de calitate mai bună sau mai diverse sunt mai ușor disponibile pentru respondentele cu venituri peste salariul minim. Diferențele sunt vizibile și între rural și urban: persoanele cu menstruație din rural cu venituri mici și nivel educațional scăzut gestionează menstruația mai mult în intimitatea familiei sau improvizând cu materiale alternative, ceea ce poate afecta igiena și sănătatea. În contrast, respondentele din urban, cu venituri peste minim și cu liceu sau studii superioare folosesc produse mai de calitate și recurg mai frecvent la sprijinul prietenelor, indicând o *transferare parțială a problematicii de la sfera individuală și domestică către o dimensiune comunitară sau socială*, cu potențial de politizare. **Costul produselor menstruale reprezintă o constrângere relevantă**, fiind cel mai important criteriu de alegere pentru 41% dintre respondentele cu studii primare și gimnaziale. Cheltuielile sunt mai mari în rural comparativ cu urban, iar aproape două treimi consideră costul lunar relativ ridicat sau foarte ridicat. Consecința directă a acestor constrângeri financiare sunt comportamentele de ajustare periculoase: 29% dintre persoanele cu menstruație schimbă mai rar produsul menstrual decât ar fi necesar, cu un impact mai accentuat asupra celor cu venituri sub salariul minim (12% vs 5% pentru cei cu venituri peste salariul minim). Aceasta evidențiază o *limitare a demnității, sănătății și confortului personal*, precum și o *accesibilitate insuficientă a produselor menstruale în spațiile publice de lucru sau educaționale*, care poate genera absenteism sau situații incomode.

## Nevoia de politici în domeniu este resimțită!

Percepția larg răspândită asupra necesității sprijinului este semnificativă: 91% dintre respondente consideră că o zi liberă motivată de perioada menstruală ar fi benefică, iar 89% consideră accesul gratuit la produse menstruale foarte util, alte 8% considerându-l util. De asemenea, 24% au fost de acord că accesul la produse menstruale este dificil, iar 58% au recunoscut că acestea sunt scumpe. Aceste date arată *nevoia clară de politici publice care să reducă precaritatea menstruală*, prin facilitarea accesului la produse gratuite sau subvenționate, prin măsuri de sprijin la locul de muncă și în instituțiile de învățământ, precum și prin reducerea inegalităților determinate de venit, educație sau mediu de rezidență. În acest sens responsabilitatea principală revine ANES care trebuie să își asume implementarea măsurilor din Strategia Națională privind promovarea egalității de șanse și de tratament între persoanele cu menstruație și bărbați pentru perioada 2022–2027, respectiv pilotarea unor proiecte privind amplasarea de automate cu absorbante sanitare în spații publice, atât în mediul urban, cât și în mediul rural și în comunități marginalizate. ANES trebuie să asume și intervenții mai ferme clare pentru integrarea perspectivei de gen în politicile de sănătate și educație, astfel încât menstruația și impactul său social să fie recunoscute ca o problemă de drepturi, nu doar ca un proces biologic.

## Sărăcia menstruală - o problemă de sănătate publică.

Faptul că aproape o treime dintre respondente (29%) declară că schimbă mai rar decât ar fi necesar produsele menstruale pentru a face economii indică nu o alegere, ci o constrângere financiară constantă. Situația este și mai gravă în rândul celor 10% care spun că improvizează folosind alte materiale, o practică ce expune direct la riscuri serioase pentru sănătate. Chiar și în eșantionul format preponderent din persoanele cu menstruație din mediul urban, cu studii medii și superioare, venituri peste salariul minim și majoritar fără copii cifrele sugerează că precaritatea menstruală nu este exclusiv o problemă a unor grupuri vulnerabile, ci mai degrabă una structurală. Disparitățile devin și mai evidente în eșantionul rural, cu studii primare și gimnaziale și venituri sub salariul minim: aici, până la 20% dintre persoanele cu menstruație improvizează, iar aproximativ 38% schimbă absorbantele mai rar decât ar fi necesar. Aceste procente arată o combinație periculoasă între sărăcie, acces limitat la educație și lipsa resurselor de bază pentru igienă, elemente care devin factori de excludere, vulnerabilitate și risc cu privire la starea de sănătate. În același timp, chiar dacă Ministerul Sănătății reprezintă una dintre instituțiile cheie în această ecuație, răspunsul primit la întrebările adresate indică o abordare predominant formală, lipsită de substanță și insuficient ancorată în realitățile rezultate din studiu. Informațiile furnizate se limitează la enunțuri generale și trimiteri normative, fără a răspunde în mod direct problemelor semnalate și fără a reflecta complexitatea nevoilor identificate în rândul grupurilor vulnerabile. Nu în ultimul rând, abordarea menstruației redusă la dimensiunea sa strict biologică arată perspectiva limitativă cu care operează Ministerul Sănătății. Prin această reducere a problematicii sunt eludate responsabilitățile instituționale privind prevenirea sărăciei menstruale și garantarea efectivă a dreptului la sănătate.

## VII. Bibliografie

- Alexandru, A.-G. (2024). *Drumul nedreptății: Gen și infrastructură. O analiză a zonelor rurale marginalizate* (Teză de doctorat). Școala Națională de Studii Politice și Administrative.
- Apostolescu, M. L. (2024). *Sărăcia menstruală: Femeile din Estul Europei muncesc de trei ori mai mult pentru produsele de igienă feminină*. Friedrich-Ebert-Stiftung România. <https://romania.fes.de/ro/e/saracia-menstruala-femeile-din-estul-europei-muncesc-de-trei-ori-mai-mult-pentru-produsele-de-igiena-feminina.html>
- Babbie, E. (2010). *The Basics of Social Research* (Belmont, CA: Wadsworth).
- Băluță, O. (Coord.), Bragă, A., & Iancu, A. (Eds.). (2011). *Impactul crizei economice asupra femeilor* (pp. 9–40). MAIKO Publishing.
- Blanton, R., Blanton, S., & Peksen, D. (2019). The gendered consequences of financial crises: A cross-national analysis. *Politics & Gender*, 15(4), 941–970. <https://doi.org/10.1017/S1743923X18000545>
- Carneiro, M. M. (2021) 'Menstrual poverty: enough is enough', *Women & Health*, 61(8), pp. 721–722. doi: 10.1080/03630242.2021.1970502.
- Camera Deputaților a României. (2021). *Proiect de lege* (L202/2021; B.P.I. nr. 457/15.09.2021). Parlamentul României. [https://www.cdep.ro/pls/proiecte/upl\\_pck2015.proiect?idp=19488](https://www.cdep.ro/pls/proiecte/upl_pck2015.proiect?idp=19488)
- Camera Deputaților a României. (2024). *Proiect de lege* (L362/2024; B.P.I. nr. 644/08-10-2024). Parlamentul României. [https://www.cdep.ro/pls/proiecte/upl\\_pck2015.proiect?cam=2&idp=22049](https://www.cdep.ro/pls/proiecte/upl_pck2015.proiect?cam=2&idp=22049)
- Christley, O. R. (2022). Traditional gender attitudes, nativism, and support for the radical right. *Politics & Gender*, 18(4), 1141–1167. doi:10.1017/S1743923X21000374;
- Constantin, O. (2024). *Tinerii vor absorbante gratuite*. Asociația Iele-Sânziene, <https://ielesanziene.org/resurse/>;



- Constantin, O. (n.d.). *Ghidul programului pentru absorbante gratuite în școli*. <https://ongen.ro/wp-content/uploads/2025/01/Ghidul-programului-pentru-absorbante-gratuite-in-scoli.pdf>
- de la Iglesia Aza, L., & Solymosi-Szekeres, B. (2025). Menstrual health and employment law, with a special focus on the new regulation in Spain. *Economic and Industrial Democracy*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/0143831X251397482>
- EIGE, 2016, Almost 23 million children in the EU are poor: For every additional child, a woman's risk of falling into poverty increases, [https://eige.europa.eu/newsroom/news/almost-23-million-children-eu-are-poor-every-additional-child-womans-risk-falling-povertyincreases?language\\_content\\_entity=en](https://eige.europa.eu/newsroom/news/almost-23-million-children-eu-are-poor-every-additional-child-womans-risk-falling-povertyincreases?language_content_entity=en)
- Ghosh, J. (2013). *Economic crises and women's work: Exploring progressive strategies in a rapidly changing global environment*. UN Women, <https://www.unwomen.org/sites/default/files/Headquarters/Attachments/Sections/Library/Publications/2013/1/Economic-crises-and-womens-work.pdf>;
- Goetz, J., & Mayer, S. (Eds.). (2023). *Global perspectives on anti-feminism: Far-right and religious attacks on equality and diversity*. Edinburgh University Press. <https://www.jstor.org/stable/10.3366/ji.7358671>
- Grigoriu, N. (2025). *Brașovul e salvat: Vin absorbantele! Restul poate aștepta...* Transilvania 365. <https://transilvania365.ro/brasovul-e-salvat-vin-absorbantele-restul-poate-astepta/>;
- Iele-Sânziene. (2023, mai). *Lege pentru produse menstruale gratuite în școli*. <https://ielesanziene.org/lege-pentru-produse-menstruale-gratuite-in-scoli/>;
- Institutul Național de Statistică. (2025a, September 30). *Distribuția apei în anul 2024*, <https://insse.ro/cms/ro/content/distributie%20a%20apei-%20in-%20anul-%202024>;
- Institutul Național de Statistică. (2025b, June 27). *Populația conectată la sistemele de canalizare și epurare a apelor uzate în anul 2024*, <https://insse.ro/cms/ro/tags/comunicat-populatie%20conectata%20la%20sistemele%20de%20canalizare-%20si%20epurare%20a%20apelor%20uzate-%20in%20anul%202024>;
- Insarauto, V. (2021). Women's vulnerability to the economic crisis through the lens of part-time work in Spain. *Work, Employment and Society*, 35(4), 621–639. <https://doi.org/10.1177/09500170211001271>;
- Kantola, J., & Lombardo, E. (2020). Strategies of right populists in opposing gender equality in a polarized European Parliament. *International Political Science Review*, 42(5), 565–579. <https://doi.org/10.1177/0192512120963953>;
- Lecerf, M. (2025, May). *Addressing menstrual poverty in the EU* (EPRS Members' Research Service, PE 772.855). European Parliamentary Research Service. [https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS\\_BRI\(2025\)772855](https://www.europarl.europa.eu/thinktank/en/document/EPRS_BRI(2025)772855);
- Moise, E. (2023). Un drept pentru care încă mai trebuie luptat: Asigurarea produselor de igienă intimă feminină în școli. *Noua Revista a Drepturilor Omului*, 3, 61–77, [https://www.revistadrepturileomului.ro/assets/docs/2024\\_1/NRDO%202024\\_1\\_moise.pdf](https://www.revistadrepturileomului.ro/assets/docs/2024_1/NRDO%202024_1_moise.pdf);
- Niță, A. (2023). *Menstruation: Social inequality and biopolitics in Socialist Romania*. <https://theanthro.art/menstruation-social-inequality-and-biopolitics-in-socialist-romania-anca-nita/>
- Partenie, A. (2025). „Așa a dat Dumnezeu!” – *Experiența menstruației pentru femeile vulnerabile*. Iscoada, <https://iscoada.com/text/asa-a-dat-dumnezeu-experienta-menstruatiei-pentru-femeile-vulnerabile/>;
- Patterson, A. (2014). The social construction and resistance of menstruation as a public spectacle. in *Illuminating how identities, stereotypes and inequalities matter through gender studies*, Springer (pp. 91–108), 10.1007/978-94-017-8718-5\_8.
- Plan International UK. (2018). *Break the barriers: Girls' experiences of menstruation in the UK*. <https://plan-uk.org/media-centre/1-in-10-girls-have-been-unable-to-afford-sanitary-wear-survey-finds>



- Senatul României. (2025, December 8). *Stenograma ședinței Senatului din data de 8 decembrie 2025*. Parlamentul României. [https://www.senat.ro/PAGINI/Stenograme/Stenograme\\_2025/Plen/25.12.08.pdf](https://www.senat.ro/PAGINI/Stenograme/Stenograme_2025/Plen/25.12.08.pdf)
- UNAIDS. (2012). *Impact of the global economic crisis on women, girls and gender equality* (UNAIDS/JC2368E), [https://www.unaids.org/sites/default/files/media\\_asset/JC2368\\_impact-economic-crisis-women\\_en\\_0.pdf](https://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/JC2368_impact-economic-crisis-women_en_0.pdf);
- UNICEF. (2023). *Period poverty: Impact of taboos and barriers on information and resources for menstrual health and hygiene*, <https://www.unicef.org/mena/media/24606/file/Period%20Poverty.pdf>;
- UN Women. (2025, July 28). *Period poverty: Why millions of girls and women cannot afford their periods*. <https://www.unwomen.org/en/articles/explainer/period-poverty-why-millions-of-girls-and-women-cannot-afford-their-periods>
- World Bank. (2021). *Menstrual health and hygiene resource package: Tools and resources for task teams*. World Bank, <https://documents1.worldbank.org/curated/en/497961622035770181/pdf/Tools-and-Resources-for-Task-Teams.pdf>