

CARTILHA

SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO

MENSTRUÇÃO É ASSUNTO DE TODAS AS PESSOAS <3



Responsáveis:

Isabelle Missano

Kathia Tenório

Larissa Seabra

Verônica Marques

UMA PARCERIA:

SOTEPP

Programa de Pós-graduação em
Sociedade, Tecnologias
e Políticas Públicas

**INSTITUTO
FEDERAL**
Alagoas

SEMINÁRIO NO IFAL ABORDA MENSTRUÇÃO E PROMOVE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE DIGNIDADE MENSTRUAL

A PRESENTE CARTILHA É RESULTADO DO SEMINÁRIO "SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO: MENSTRUÇÃO É ASSUNTO DE TODAS AS PESSOAS" REALIZADO NA SEGUNDA-FEIRA (25/08/2025), NO AUDITÓRIO DO INSTITUTO FEDERAL DE ALAGOAS (IFAL), EM MACEIÓ. O EVENTO CONTOU COM A PARTICIPAÇÃO DAS DOUTORANDAS DO PPG SOTEPP-UNIMA, ISABELLE MISSANO, KÁTHIA TENÓRIO E LARISSA SEABRA, QUE CONDUZIRAM PALESTRAS VOLTADAS À EDUCAÇÃO MENSTRUAL.

FICHA CATALOGRÁFICA

Catálogo na fonte: Biblioteca do Centro Universitário de Maceió, Unima | Afya

M678s

Missano, Isabelle Barros de Souza

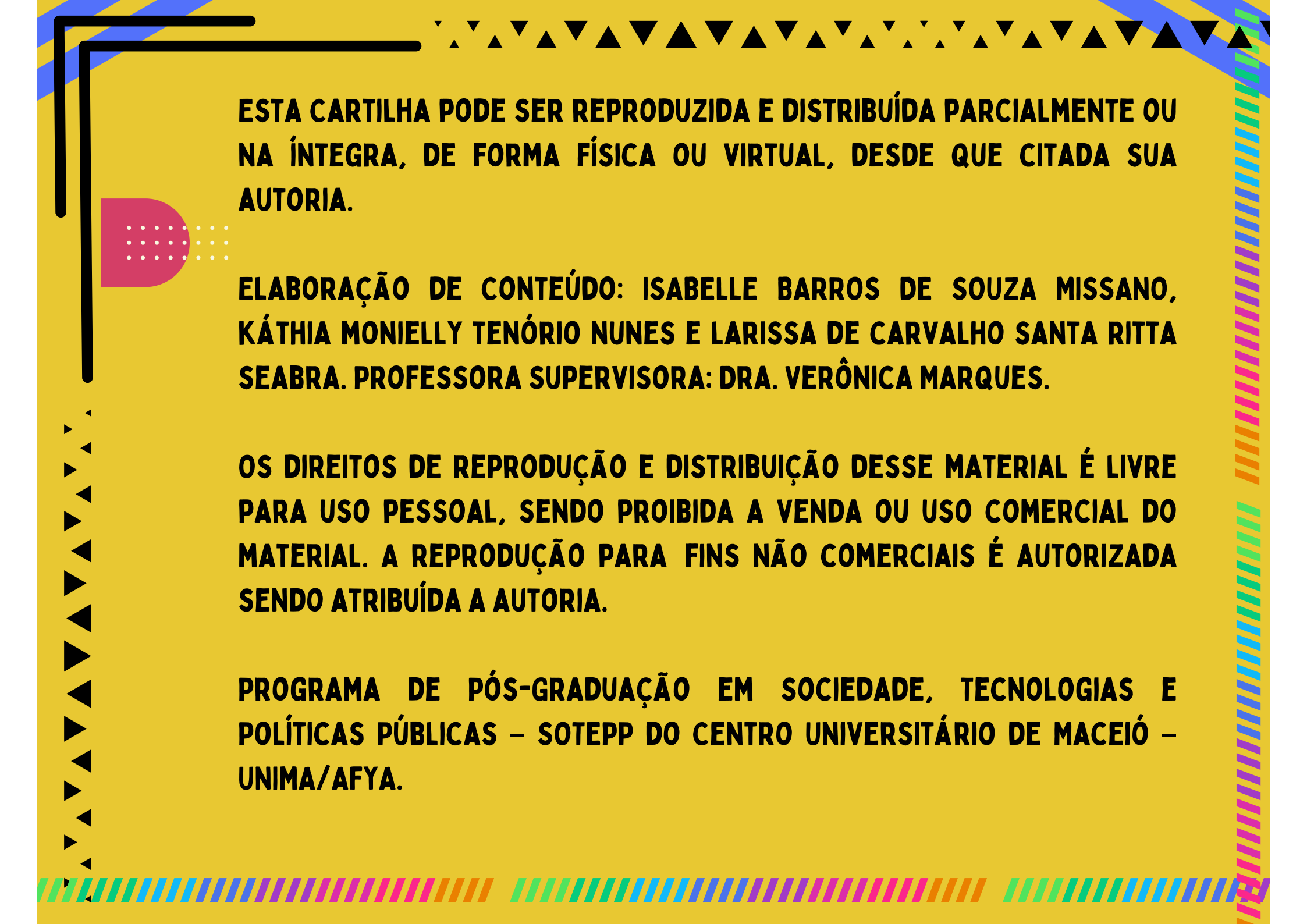
Simplificando a menstruação / Isabelle Barros de Souza Missano, Káthia Monielly Tenório Nunes, Larissa de Carvalho Santa Ritta Seabra ; orientação [de] Verônica Teixeira Marques. – Maceió, 2025.
44 p. : il.

Cartilha - Afya Centro Universitário UNIMA | Afya UNIMA, Maceió, 2025. Programa de Pós-Graduação em Sociedade, Tecnologia e Políticas Públicas (SOTEPP), 2025.

1. Pobreza menstrual. 2. Educação menstrual. 3. Desigualdade de gênero. 4. Saúde pública. I. Nunes, Káthia Monielly Tenório. II. Seabra, Larissa de Carvalho Santa Ritta. III. Marques, Verônica Teixeira. (orient.). IV. Afya Centro Universitário UNIMA. V. Título.

CDU 612.662(075.2)

Bibliotecária responsável: Adriele da Silva Lima CRB-4/1898



ESTA CARTILHA PODE SER REPRODUZIDA E DISTRIBUÍDA PARCIALMENTE OU NA ÍNTEGRA, DE FORMA FÍSICA OU VIRTUAL, DESDE QUE CITADA SUA AUTORIA.

ELABORAÇÃO DE CONTEÚDO: ISABELLE BARROS DE SOUZA MISSANO, KÁTHIA MONIELLY TENÓRIO NUNES E LARISSA DE CARVALHO SANTA RITTA SEABRA. PROFESSORA SUPERVISORA: DRA. VERÔNICA MARQUES.

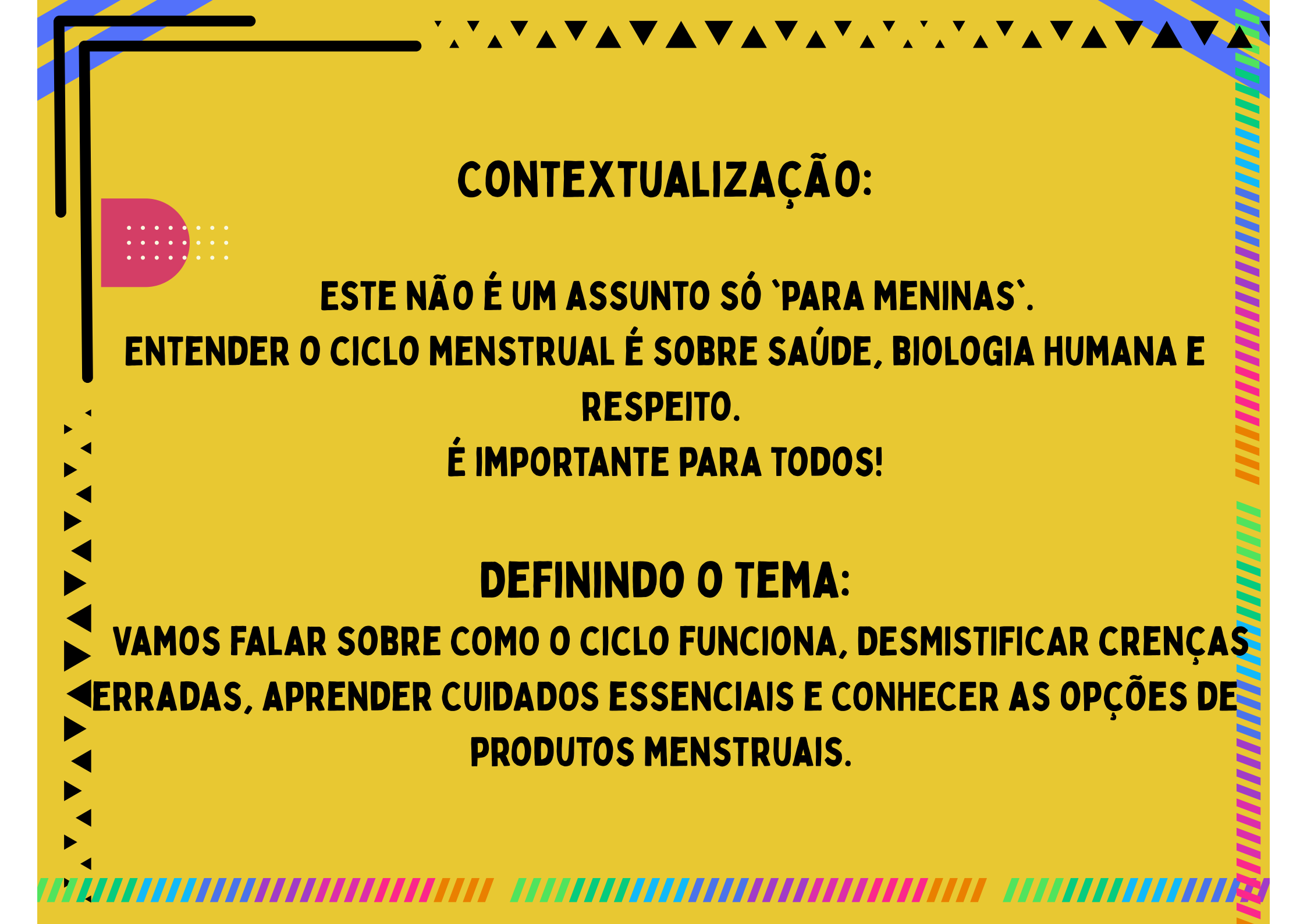
OS DIREITOS DE REPRODUÇÃO E DISTRIBUIÇÃO DESSE MATERIAL É LIVRE PARA USO PESSOAL, SENDO PROIBIDA A VENDA OU USO COMERCIAL DO MATERIAL. A REPRODUÇÃO PARA FINS NÃO COMERCIAIS É AUTORIZADA SENDO ATRIBUÍDA A AUTORIA.

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SOCIEDADE, TECNOLOGIAS E POLÍTICAS PÚBLICAS – SOTEPP DO CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MACEIÓ – UNIMA/AFYA.

SEMINÁRIO NO IFAL ABORDA MENSTRUÇÃO E PROMOVE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE DIGNIDADE MENSTRUAL

O ENCONTRO TEVE COMO FOCO DESMISTIFICAR TABUS SOBRE O CICLO MENSTRUAL, DISCUTIR A POBREZA MENSTRUAL E DIVULGAR O PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL, QUE OFERECE ACESSO GRATUITO A ABSORVENTES PELO SUS. COMO RESULTADO DA INICIATIVA, FOI ELABORADA ESTA CARTILHA VIRTUAL INFORMATIVA, COM PREVISÃO DE DISTRIBUIÇÃO PARA TODOS OS CAMPUS DO IFAL.

DESTINADO A ALUNOS DO ENSINO MÉDIO, O SEMINÁRIO TEVE PARTICIPAÇÃO ATIVA DO PÚBLICO, QUE INTERAGIU COM PERGUNTAS E REFLEXÕES. AO FINAL, FORAM DISTRIBUÍDOS ABSORVENTES ÀS MENINAS E MULHERES PRESENTES E BRINDES OFERECIDOS PELA UNIMA A TODOS OS PARTICIPANTES.



CONTEXTUALIZAÇÃO:

ESTE NÃO É UM ASSUNTO SÓ 'PARA MENINAS'.

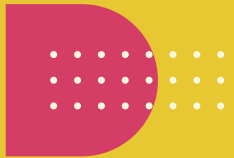
ENTENDER O CICLO MENSTRUAL É SOBRE SAÚDE, BIOLOGIA HUMANA E RESPEITO.

É IMPORTANTE PARA TODOS!

DEFININDO O TEMA:

VAMOS FALAR SOBRE COMO O CICLO FUNCIONA, DESMISTIFICAR CRENÇAS ERRADAS, APRENDER CUIDADOS ESSENCIAIS E CONHECER AS OPÇÕES DE PRODUTOS MENSTRUAIS.

O CICLO MENSTRUAL



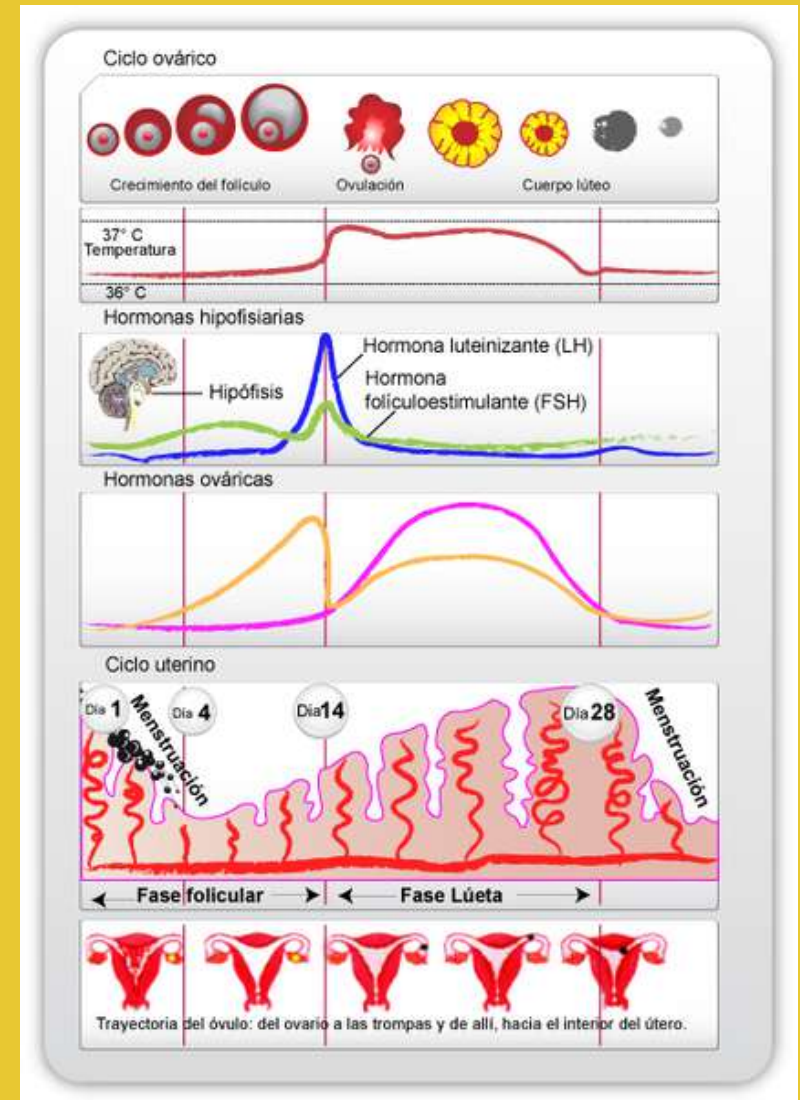
O QUE É A MENSTRUACÃO?

- É A DESCAMAÇÃO DO ENDOMÉTRIO (A CAMADA INTERNA DO ÚTERO) QUANDO NÃO HÁ GRAVIDEZ. É UM SINAL DE QUE O SISTEMA REPRODUTOR ESTÁ FUNCIONANDO!"

O CICLO MENSTRUAL

AS FASES DO CICLO:

1. **FASE MENSTRUAL (DIA 1-5): COMEÇA NO 1º DIA DE SANGRAMENTO. LIMPEZA DO ÚTERO.**
2. **FASE FOLICULAR (DIA 1-13): FOLÍCULOS CRESCEM (COMANDADOS PELO FSH E ESTROGÊNIO). ENDOMÉTRIO COMEÇA A SE RECONSTRUIR.**
3. **OVULAÇÃO (~DIA 14): PICO DE LH LIBERTA O ÓVULO. PERÍODO FÉRTIL!**
4. **FASE LUTEÍNICA (DIA 15-28): O FOLÍCULO VIRA "CORPO LÚTEO" E PRODUZ PROGESTERONA. ESPERA PELA POSSÍVEL GRAVIDEZ. SE NÃO OCORRE, PROGESTERONA CAI -> MENSTRUACÃO.**



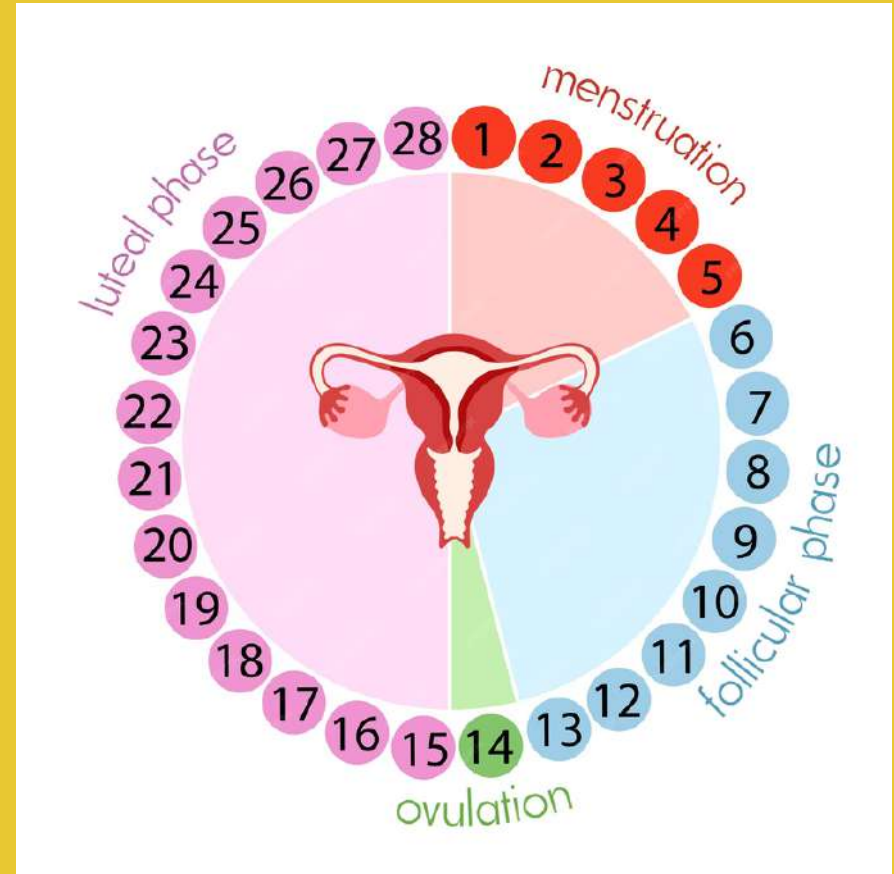
O CICLO MENSTRUAL

FUNÇÃO REPRODUTIVA:

O CICLO TODO PREPARA O CORPO MENSALMENTE PARA UMA POSSÍVEL GRAVIDEZ. A MENSTRUACÃO É O 'REINÍCIO' DESSE PROCESSO.

NORMALIDADE É DIVERSA!

"CICLOS DE 21 A 35 DIAS SÃO COMUNS. NOS PRIMEIROS ANOS, PODEM SER BEM IRREGULARES. O VOLUME DE SANGRAMENTO TAMBÉM VARIA MUITO.



QUEBRANDO MITOS E TABUS

"MAS EU OUVI DIZER QUE..."

MITO 1: MENSTRUACÃO É "SUJA" OU "IMPURA".

FALSO: É UM PROCESSO BIOLÓGICO NATURAL E SAUDÁVEL. SANGUE MENSTRUAL NÃO É "SUJO" (NÃO CONTÉM TOXINAS). BANHO NORMAL É SUFICIENTE!

MITO 2: NÃO PODE TOMAR BANHO, LAVAR A CABEÇA OU NADAR.

FALSO: HIGIENE É FUNDAMENTAL! BANHO É ESSENCIAL. NADAR COM ABSORVENTE INTERNO/COLETOR É PERFEITAMENTE POSSÍVEL.

MITO 3: NÃO PODE FAZER EXERCÍCIOS FÍSICOS.

FALSO: EXERCÍCIOS PODEM ATÉ AJUDAR A ALIVIAR CÓLICAS! ESCUTE SEU CORPO, ADAPTE A INTENSIDADE SE NECESSÁRIO.

MITO 4: TPM É "FRESCURA".

FALSO: A TENSÃO PRÉ-MENSTRUAL É REAL E CAUSADA POR ALTERAÇÕES HORMONAIS. SINTOMAS FÍSICOS (DOR, INCHAÇO) E EMOCIONAIS (IRRITABILIDADE, TRISTEZA) SÃO VÁLIDOS.

PRODUTOS MENSTRUAIS

TEM OPÇÃO PARA TODO MUNDO!

- **ABSORVENTES EXTERNOS DESCARTÁVEIS:** PRÁTICOS, FÁCEIS DE USAR. VARIEDADE DE TAMANHOS/ESPESSURAS.
- **ABSORVENTES INTERNOS (TAMPÕES):** PERMITEM NATAÇÃO. TROCAR A CADA 4-8H. ATENÇÃO À SÍNDROME DO CHOQUE TÓXICO (RARO, MAS GRAVE).
- **COLETOR MENSTRUAL (COPINHO):** REUTILIZÁVEL (5-10 ANOS), ECONÔMICO, ECOLÓGICO. COLETA EM VEZ DE ABSORVER. PODE FICAR ATÉ 12H. REQUER PRÁTICA PARA INSERIR/RETIRAR.

[HTTPS://SAUDE.CCM.NET/FAQ/3716-SINDROME-DO-CHOQUE-TOXICO-SCT](https://saude.ccm.net/faq/3716-sindrome-do-choque-toxico-sct)

[HTTPS://MELHORCOMSAUDE.COM.BR/COLETOR-MENSTRUAL/](https://melhorcomsaude.com.br/coletor-menstrual/)



PRODUTOS MENSTRUAIS

- **CALCINHAS ABSORVENTES: CONFORTÁVEIS, LAVÁVEIS/REUTILIZÁVEIS, ECOLÓGICAS. BOA PARA FLUXO LEVE/MODERADO OU COMO BACKUP.**
- **DISCOS MENSTRUAIS: SIMILARES AOS COLETORES, MAS FICAM MAIS ALTOS. ALGUNS SÃO DESCARTÁVEIS.**

FATORES NA ESCOLHA:

* **FLUXO, CONFORTO, ESTILO DE VIDA (ESPORTES?), ORÇAMENTO, PREOCUPAÇÃO AMBIENTAL, FACILIDADE DE USO.**

IMPORTANTE:

* **NÃO HÁ UMA OPÇÃO "MELHOR" UNIVERSAL. O MELHOR É O QUE FUNCIONA PARA VOCÊ E TE FAZ SENTIR SEGURA E CONFORTÁVEL!**

* **EXPERIMENTAÇÃO (COM SEGURANÇA) É VÁLIDA.**

[HTTPS://WWW.WOMANLOG.COM/PT/CICLO/HIGIENE-MENSTRUAL-PT](https://www.womanlog.com/pt/ciclo/higiene-menstrual-pt)



CUIDADOS BÁSICOS E SINAIS DE ALERTA

HIGIENE MENSTRUAL ESSENCIAL:

- **TROCAR O PRODUTO (ABSORVENTE/COLETOR) REGULARMENTE (A CADA 4-8H, DEPENDE DO FLUXO/PRODUTO).**
- **LAVAR AS MÃOS ANTES E DEPOIS DE TROCAR.**
- **HIGIENE ÍNTIMA EXTERNA COM ÁGUA E SABÃO SUAVE. EVITAR DUCHAS VAGINAIS.**
- **DESCARTE CORRETO: ENROLAR ABSORVENTES DESCARTÁVEIS NO PAPEL/EMBALAGEM ANTES DE JOGAR NO LIXO (NUNCA NO VASO).**



CUIDADOS BÁSICOS E SINAIS DE ALERTA

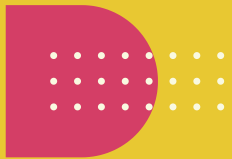
SINAIS DE ALERTA: QUANDO PROCURAR UM PROFISSIONAL DE SAÚDE?

- **CÓLICAS MUITO INTENSAS: QUE NÃO MELHORAM COM ANALGÉSICOS COMUNS, IMPEDEM ATIVIDADES NORMAIS.**
- **SANGRAMENTO EXCESSIVO: PRECISAR TROCAR ABSORVENTE SUPER (OU TAMPÃO GRANDE) EM MENOS DE 2H, COÁGULOS GRANDES FREQUENTES, ANEMIA (CANSAÇO EXTREMO, PALIDEZ).**
- **CICLOS MUITO IRREGULARES: APÓS 2-3 ANOS DA PRIMEIRA MENSTRUÇÃO, CICLOS CONSTANTEMENTE MENORES QUE 21 DIAS OU MAIORES QUE 35 DIAS.**
- **AUSÊNCIA DE MENSTRUÇÃO (AMENORREIA): MAIS DE 90 DIAS SEM MENSTRUAR (SEM GRAVIDEZ) OU NENHUMA MENSTRUÇÃO ATÉ OS 15 ANOS.**
- **SINTOMAS SEVEROS DE TPM/TPM QUE ATRAPALHAM MUITO A VIDA ESCOLAR, SOCIAL OU EMOCIONAL.**

RESUMINDO...

- O CICLO MENSTRUAL É UM PROCESSO NATURAL, REGULADO POR HORMÔNIOS. NÃO É IMPURO NEM MOTIVO DE VERGONHA.
 - CONHECER SEU CORPO E SEU CICLO É AUTOCONHECIMENTO E PODER!
 - HIGIENE ADEQUADA É FUNDAMENTAL. RECONHECER SINAIS DE ALERTA PROTEGE SUA SAÚDE.
 - EXISTEM VÁRIAS OPÇÕES DE PRODUTOS – ESCOLHA A QUE MAIS SE ADAPTA A VOCÊ.
-
- SEU CORPO É INCRÍVEL! MENSTRUAR É UMA FUNÇÃO BIOLÓGICA, NÃO UMA FRAQUEZA. RESPEITE SEU CICLO, CUIDE-SE E NUNCA TENHA VERGONHA DE BUSCAR INFORMAÇÃO OU AJUDA MÉDICA."

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



**VOCÊ JÁ PENSOU QUE ALGO TÃO
NATURAL COMO MENSTRUAR PODE
IMPEDIR ALGUÉM DE IR À ESCOLA?**

:

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

O QUE É A POBREZA MENSTRUAL?

Falta de acesso a produtos de higiene, infraestrutura adequada e informações sobre o ciclo menstrual.

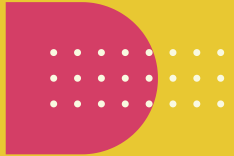
Quem afeta?

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

DADOS BRASILEIROS:

- 1 em cada 4 meninas já faltou à escola por não ter absorvente.
- Alternativas perigosas devem ser evitadas como papel higiênico, miolo de pão ou panos reutilizados, pois podem causar infecções.
- 35 milhões de brasileiros não têm acesso à água potável.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



IMPACTOS NA EDUCAÇÃO:

- Faltas frequentes → baixo desempenho → evasão escolar.
- Medo de vazamentos e bullying.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

IMPACTOS NA SAÚDE:

- Uso de materiais improvisados para substituir o absorvente;
- Infecções urinárias e ginecológicas.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

IMPACTOS NA AUTOESTIMA:

Vergonha, silêncio, exclusão;

Falta de diálogo sobre menstruação.

Menstruação não é sujeira! É saúde!

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Criado pela Lei nº 14.214/2021 – ;

https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2021/lei/l14214.htm

Absorventes gratuitos para quem mais precisa.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO



PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Quem tem direito?

- Estudantes da rede pública de ensino;
- Mulheres em situação de rua;
- Presidiárias e internadas.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Onde encontrar os produtos?

- Escolas;
- Postos de saúde;
- Centros de Referência em Assistência Social (CRAS);
- Presídios.

Absorvente é item de necessidade básica. É direito, não luxo.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

CHAMADA À AÇÃO

- Quebre o tabu.
- Fale sobre menstruação.
- Apoie iniciativas locais.
- Mobilize sua escola!

SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO

PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Para promover a saúde das pessoas, o Governo Federal criou o Programa Dignidade Menstrual, uma iniciativa para promover a conscientização sobre a naturalidade do ciclo menstrual e a oferta gratuita de absorventes higiênicos.

<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/dignidade-menstrual>



SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

O programa garante a distribuição gratuita e continuada de absorventes higiênicos para cerca de 24 milhões de pessoas beneficiadas, que estão entre 10 e 49 anos, e que não têm acesso a esse item fundamental durante o ciclo menstrual.



SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

QUEM TEM ACESSO AO BENEFÍCIO



Pessoa com idade entre 10 e 49 anos inscrita no CadÚnico que:

- Tenha renda mensal até R\$ 218; ou
- Seja estudante de baixa renda da rede pública; ou
- Esteja em situação de rua.

SAIBA MAIS

COMO RETIRAR OS ABSORVENTES GRATUITOS



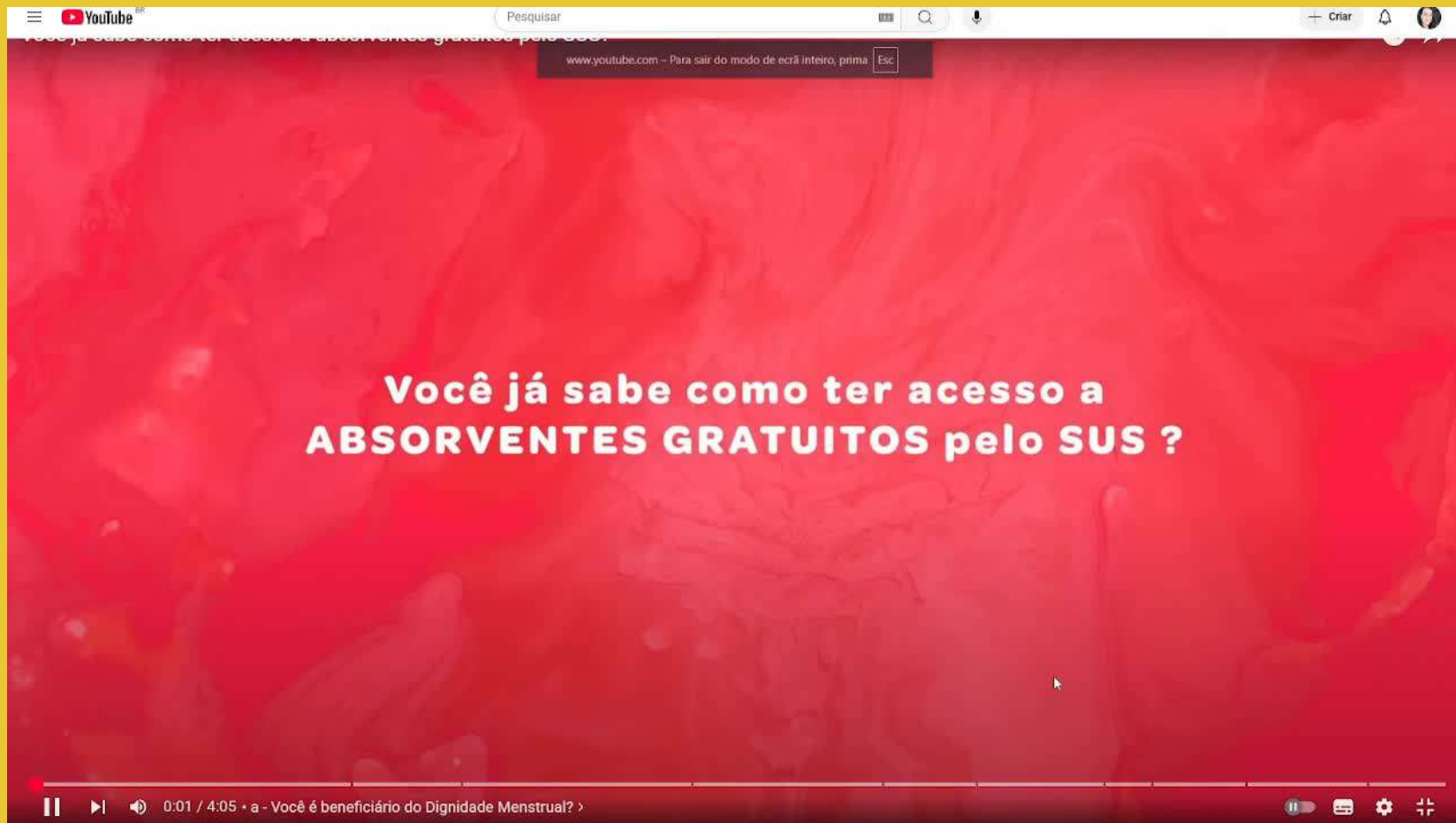
Basta procurar uma farmácia credenciada e apresentar:

- Autorização emitida no Meu SUS Digital;
- CPF;
- Documento de identidade com foto.

SAIBA MAIS

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL



[YOUTUBE.COM/WATCH?V=YWDVLXR8T0&PP=YGUTZGLNBMLKYWRLIG1LBNN0CNVHBA%3D%3D](https://www.youtube.com/watch?v=YWDVLXR8T0&PP=YGUTZGLNBMLKYWRLIG1LBNN0CNVHBA%3D%3D)

SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO

PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Cartilha sobre Saúde e Dignidade Menstrual:

- Cuidados com a saúde
- Dúvidas frequentes
- Materiais informativos

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2025/programa-dignidade-menstrual-novembro-2025.pdf>



SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Guia de Implementação:

- Dúvidas como:

Posso ficar com o mesmo absorvente por quanto tempo durante a menstruação?

As trocas de absorventes devem ser realizadas num prazo de seis horas aproximadamente, a depender do fluxo menstrual.

Durante a menstruação, qual a forma recomendada para higienizar a região íntima?

A higiene íntima deve ser realizada cotidianamente, com água limpa, apenas na área externa da região íntima. Pode-se utilizar espuma de sabão/sabonete neutro.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

Guia de Implementação:

- Dúvidas como:

É recomendado o uso de spray/perfume íntimo?

Não. O uso de spray/perfume íntimo e outras substâncias sintéticas não é indicado, tendo em vista que a higiene íntima deve ter menor presença possível de agentes químicos que possam causar irritações. Deve-se evitar produtos com cheiro e corantes que possam causar alergias.

Menstruação é um modo de prevenção da gravidez ou de infecções sexualmente preveníveis?

Não. Para prevenir gravidez, é necessário utilizar corretamente o método contraceptivo. Vale lembrar que a única forma de prevenir doenças sexualmente transmissíveis é utilizar preservativos durante todo o ato sexual.

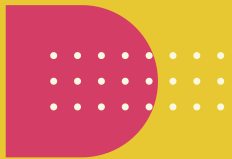
SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

- Alunas do IFAL podem sempre procurar o setor da saúde para te acesso aos absorventes;
- Se você conhece alguém mais que se enquadra e que precisa de absorventes, repasse essa informação para esta pessoas;
- Quem precisa e não estuda em uma instituição de ensino pública pode procurar uma Unidade Básica de Saúde, CRAS ou CREAS.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PERGUNTAS ANÔNIMAS

Durante todo o evento foi disponibilizado um bloquinho de notas que circulou entre os presentes para registro de perguntas anônimas com dúvidas sobre o assunto.

Foram realizadas diversas perguntas.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PERGUNTAS ANÔNIMAS

Qual a função da menstruação no corpo feminino?

Renovar o revestimento do útero (endométrio) quando não ocorre gravidez, permitindo que o corpo esteja pronto para um novo ciclo reprodutivo.

O que pode causar irregularidades na menstruação?

Estresse, alterações hormonais, uso de medicamentos, doenças ou mudanças de peso.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PERGUNTAS ANÔNIMAS

Quais medidas podem ser tomadas na família, escola e sociedade para eliminar esse tabu e melhorar a qualidade de vida feminina?

- Na família: conversar abertamente sobre o tema e apoiar meninas e mulheres.
- Na escola: incluir educação sexual e de saúde reprodutiva, sem preconceitos.
- Na sociedade: campanhas de informação, acesso a absorventes e acolhimento no ambiente de trabalho.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PERGUNTAS ANÔNIMAS

O que causa o ciclo menstrual durar mais de 35 dias?

Alterações hormonais, síndrome dos ovários policísticos (SOP), estresse ou disfunções da tireóide.

O que causa a cólica menstrual?

Ocorre porque o útero se contrai para expelir o sangue e o tecido do endométrio. Essas contrações liberam substâncias chamadas prostaglandinas, que aumentam a dor.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO

PERGUNTAS ANÔNIMAS

O que acontece no corpo feminino que causa a menopausa?

Acontece quando os ovários reduzem a produção de hormônios (estrogênio e progesterona), fazendo cessar a ovulação e a menstruação. É um processo natural do envelhecimento feminino.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO



PALESTRA SOBRE O CICLO MENSTRUAL

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



PALESTRA SOBRE POBREZA MENSTRUAL

SIMPLIFICANDO A MENSTRUÇÃO



PALESTRA SOBRE O PROGRAMA DIGNIDADE MENSTRUAL

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



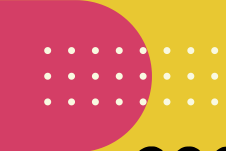
AO FINAL DO EVENTO FOI REALIZADO A DISTRIBUIÇÃO DE ABSORVENTES PARA AS MENINAS. ALÉM DE BRINDES COMO BLOCO DE ANOTAÇÃO, COPO, CANETAS, CHOCOLATES E SORTEIO DE CAIXAS DE BOMBONS.

SIMPLIFICANDO A MENSTRUACÃO



AO FINAL DO EVENTO FOI REALIZADO A DISTRIBUIÇÃO DE ABSORVENTES PARA AS MENINAS. ALÉM DE BRINDES COMO BLOCO DE ANOTAÇÃO, COPO, CANETAS, CHOCOLATES E SORTEIO DE CAIXAS DE BOMBONS.

AGRADECIMENTOS



GOSTARÍAMOS DE AGRADECER A UNIVERSIDADE DE MACEIÓ (UNIMA AFYA) PELO FORNECIMENTO DOS BRINDES E AO INSTITUTO FEDERAL DE ALAGOAS (IFAL) POR TER ABRAÇADO A IDÉIA E DIVULGADO O EVENTO NAS SALAS DE AULAS PARA SEUS ALUNOS E FORNECIDO ABSORVENTES PARA DISTRIBUIRMOS COMO BRINDES, ALÉM DE TER DISPONIBILIZADO O AUDITÓRIO PARA A REALIZAÇÃO DO EVENTO. O APOIO DE VOCÊS FOI IMPRESCINDÍVEL PARA A REALIZAÇÃO E SUCESSO DO EVENTO.



Muito obrigada!



UMA PARCERIA:

SOTEPP

Programa de Pós-graduação em
Sociedade, Tecnologias
e Políticas Públicas



**INSTITUTO
FEDERAL**
Alagoas