



## CUIDADO, ARTE, CULTURA E SUSTENTABILIDADE

\* Ciclo Verde:  
Dignidade menstrual e sustentabilidade

## CIGARRO! VAMOS FALAR SOBRE ISSO!

\* 20 anos do Ambulatório Antitabágico

## BORA CONVERSAR COM A GENTE!

Você tem lugar nessa conversa!  
Mande sua sugestão de pauta, prêmios, eventos, dicas para o e-mail [ccom@hu.usp.br](mailto:ccom@hu.usp.br)  
Bora conversar! Sua opinião e ideias são importantes! Juntos somos mais fortes e chegamos ainda mais longe!



# Cuidado, Arte, Cultura e Sustentabilidade

## CICLO VERDE: DIGNIDADE MENSTRUAL E SUSTENTABILIDADE



Em 2023, a Superintendência de Gestão Ambiental (SGA) da USP publicou o edital SGA 001/2023, convidando a

comunidade a desenvolver projetos voltados para o “monitoramento de energia e retrofit para prédios inteligentes e inovações em circularidade na Universidade de São Paulo”. Em resposta, o Serviço de Humanização do HU encaminhou a proposta intitulada “Dignidade Menstrual e Ecofeminismo para Comunidades Vulneráveis/Jovens Estudantes: Gestão de Resíduos Sólidos e Combate à Pobreza Menstrual por meio da Educação Ambiental e Democratização de Tecnologias”, tendo sido este um dos projetos contemplados pelo edital.

Com a implementação dessa iniciativa, a Superintendência de Saúde da USP (SAU) uniu-se ao projeto com o objetivo de expandir seu alcance e maximizar o impacto positivo. O resultado foi o projeto “Ciclo Verde: Dignidade Menstrual e Sustentabilidade”, uma iniciativa que busca promover a consciência e dignidade

menstrual e ambiental, respeitando os processos cíclicos naturais das mulheres, contribuindo para um futuro mais justo, saudável e sustentável. O projeto alinha-se com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, abrangendo temas como pobreza, desigualdade, mudanças climáticas, degradação ambiental, paz e justiça.

A pobreza menstrual impõe desafios significativos para muitas mulheres no acesso a produtos de cuidado menstrual adequados. A aprovação da Lei Federal nº 14.214, de 2021, e do Decreto nº 11.432, de 2023, marcam um avanço importante, estabelecendo o Programa de Proteção e Promoção da Saúde Menstrual, que prevê a distribuição de absorventes através da rede Farmácia Popular. No estado de São Paulo, a Lei Estadual nº 17.525, de 2022, institui o programa Dignidade Íntima, visando combater a pobreza menstrual e promover a educação e o acesso à informação sobre saúde menstrual, disponibilizando absorventes para estudantes da rede estadual.

A dignidade menstrual transcende o mero acesso a produtos; ela inclui também a

liberdade de escolha, o acesso a informações precisas e a quebra de tabus relacionados à menstruação. O Ciclo Verde une essa perspectiva à sustentabilidade, realçando a importância de opções ecológicas. Conscientizando sobre o impacto ambiental dos produtos descartáveis, que podem levar até 400 anos para se decompor, conecta assim a dignidade menstrual à responsabilidade ambiental.

Como fruto direto do projeto, foi desenvolvida a cartilha "Ciclo Verde em Diálogo: Florescendo com Consciência Menstrual e Ambiental". Esta publicação se destina a disseminar conhecimento e consciência sobre a importância da sustentabilidade e dignidade menstrual, e está disponível para download gratuito no site do projeto.

A primeira oficina do Ciclo Verde, realizada na Escola de Aplicação da FEUSP para alunas do 5º ano, representou um momento de envolvimento e aprendizado marcantes. A atividade buscou introduzir conceitos de sustentabilidade e dignidade menstrual por meio de dinâmicas interativas e materiais educativos, com um foco especial na discussão aberta sobre esses temas críticos.

A mudança efetiva ocorre com a colaboração conjunta de governos, empresas e cidadãos, enfatizando a importância de políticas públicas que priorizem tanto os indivíduos quanto o meio ambiente. Participar dessa mudança está ao alcance de todos.



Oficina na Escola de Aplicação da FEUSP



**Acesse pelo QR Code a cartilha Ciclo Verde em Diálogo: Florescendo com consciência menstrual e ambiental.**



## CICLO DE PALESTRAS



20/03  
às 17h

**Lançamento do Projeto  
Ciclo Verde**

**Dignidade Menstrual**

25/03  
às 17h

16/04  
às 17h

**Sustentabilidade e  
Saúde Menstrual**

**Participe dessa iniciativa de educação e promoção da **dignidade menstrual** e **práticas sustentáveis** de saúde e higiene menstrual.**

Venha fazer parte! **Contamos com sua presença!**

### Onde?

Auditório do Hospital Universitário  
Av. Prof. Lineu Prestes, 2565, 2º andar

ou online pelo QR Code

<https://meet.google.com/wuv-gmwq-ddm?hs=224>



 cicloverdeusp

 sites.usp.br/cicloverde

**USP**

SUPERINTENDÊNCIA DE  
GESTÃO AMBIENTAL

Hospital Universitário  
**HU**  
USP

**S A U S P**



**Venha participar de uma atividade especial  
na horta do Hospital Universitário!**

**Dia 23/03  
a partir  
das 9h**



Rua Cipotânea, atrás do HU

- **Oficina de saúde menstrual sustentável**
- **Horticultura: ervas para a saúde menstrual**
- **Espaço para perguntas e troca de experiências**

**Promovendo saúde menstrual sustentável e  
conexão com a natureza na horta do HU!**

 [cicloverdeusp](https://www.instagram.com/cicloverdeusp)

 [sites.usp.br/cicloverde](https://sites.usp.br/cicloverde)

**USP**

**SUPERINTENDÊNCIA DE  
GESTÃO AMBIENTAL**

**Hospital Universitário  
HU  
USP**

**SAUSP**

# CIGARRO! VAMOS FALAR SOBRE ISSO!

Nessa nova coluna vamos falar sobre prevenção e promover a saúde em relação ao uso de cigarro. Fique ligado!

## 20 ANOS DO AMBULATÓRIO ANTITABÁGICO

Em 2004, nasceu o Ambulatório Antitabágico do HU, sob a responsabilidade do Dr. João Paulo Becker Lotufo, para auxiliar os servidores do hospital que tivessem a vontade de parar de fumar. Aos poucos o atendimento foi ampliado aos usuários e por fim a toda população da região, após o credenciamento do ambulatório no Centro de referência de álcool, tabaco e outras drogas do Estado de São Paulo (CRATOD) para o recebimento da medicação (reposição de nicotina e bupropiona) pelo Ministério da Saúde. O ambulatório começou com atendimento contínuo, nunca recusando quem os procurasse, e com sistema de manutenção do paciente, de maneira que ele não só parasse, mas também que não voltasse a fumar (as famosas e frequentes recaídas). O grupo clássico era formado por 10 a 15 pessoas, mas ao longo do tempo tiveram grupos maiores, de 30 a 40 pessoas, onde 25% eram iniciantes, 50% estavam em tratamento e 25% tinham parado de fumar, mas seguiam no grupo para ajudar quem estava começando e para manterem-se sem recaídas. A troca entre os pacientes foi fundamental e rica, aumentando a eficácia do ambulatório de 35 a 50% do total de pacientes.

No campo do ensino estagiaram no

ambulatório a equipe de enfermagem do ICESP, residentes (R3) de pneumologia da UNICAMP, residentes do Hospital Menino Jesus, entre outros. Além do grupo há sete anos participar do Curso de Aperfeiçoamento em Psicogeriatria do Instituto de Psiquiatria do HCFMUSP.

Já na área médica o grupo trabalhou junto às Sociedades de Pediatria (SPP e SBP), esteve presente nos congressos da SBPT, SPPT, ABEAD, Medicina Estilo de Vida e FREEMIND (terceiro setor), e fez parte da Comissão de tabagismo da Associação Médica Brasileira (AMB) e da Comissão de Drogas Lícitas e Ilícitas do Conselho Federal de Medicina (CFM).

O grupo recebeu menção honrosa na área de tabagismo do Congresso da Associação Latino-Americana de Tórax (ALAT) com este projeto e cinco prêmios no congresso de Asma, DPOC e Tabagismo.

Segundo o Dr. João Paulo, foram 20 anos prazerosos, onde pôde viajar pelo país com a apresentação dos trabalhos realizados e transmitir as ideias de prevenção, finalizando 2023 com a apresentação do projeto Dr. Bartô na comissão contra as drogas criada pelo vice-governador Felício Ramuth na tentativa de diminuir a introdução dos jovens nas drogas.



A partir do Ambulatório Antitabágico do HU, Dr. João Paulo B. Lotufo criou o projeto Dr. Bartô e os Doutores da Saúde, para a prevenção de drogas, tabagismo e álcool entre crianças e adolescentes.

[drbarto.46graus.com](http://drbarto.46graus.com)

[www.drbarto.com.br](http://www.drbarto.com.br)

**Acesse pelo QR CODE:**



# QUER PARAR DE FUMAR?

## VENHA PARA A UBAS!

## TODA TERÇA ÀS 8H30



3091-9311  
antitabagismo@hu.usp.br

superintendência