

**PROJETO DE EXTENSÃO HOMEM QUE SE AMA SE CUIDA
EDUCAÇÃO EM SAÚDE PREVENTIVA PARA O HOMEM: UM
RELATO DE EXPERIÊNCIA**

*EXTENSION PROJECT MAN WHO LOVES HIMSELF TAKES CARE
OF HIMSELF PREVENTIVE HEALTH EDUCATION FOR MEN: AN
EXPERIENCE REPORT*

Ana Maria Pereira Gomes

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba, Graduanda em Enfermagem
anamariacademica@gmail.com

David Araujo Miranda

FASP – Faculdade São Francisco da Paraíba, Graduando em Enfermagem
davidacademico07@gmail.com

Jaise Nogueira Martins

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba, Graduanda em Enfermagem
jaisenogueiraacademico@gmail.com

Mileni Soares Braz

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba, Graduanda em Enfermagem
mileniacademico@gmail.com, <https://lattes.cnpq.br/0995364313051210>

Maria da Conceição Martins Ferreira

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba, Graduanda em Enfermagem
ferreirarosana07@gmail.com

Marianna Leite Barroso

FASP – Faculdade São Francisco da Paraíba, Docente do Curso de Enfermagem
mariannaleite_@hotmail.com, <http://lattes.cnpq.br/7199442257793496>,
<https://search.app/oS8YzN4Qz7A2DprZ8>

Resumo

O objetivo desse trabalho é relatar a experiência de cinco acadêmicos que participaram do projeto de extensão “Homem que se ama se cuida: Educação em saúde preventiva para o homem”. Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado por cinco graduandos do oitavo período do curso de Enfermagem da Faculdade São Francisco da Paraíba (FASP), na disciplina Processo do Cuidar em Saúde do Homem, no mês de maio de 2024. Resultados: Espera-se um aumento da conscientização da população em questão, dos profissionais de saúde como também dos gestores sobre os riscos de morbimortalidade e a importância de se trabalhar a prevenção para evitar um quadro avançado de doenças, por meio de campanhas educativas que promovam comportamentos sobre a importância do homem se cuidar. Conclusão: Concluindo, o relato tem como base aumentar a procura pelo autocuidado, e assim conscientizar a população masculina sobre os cuidados que devem ser seguidos para que assim tenham uma vida tranquila e longa.

Descritores: Promoção da saúde, autocuidado, saúde do homem.

Abstract

The objective of this work is to report the experience of five academics who participated in the extension project "Man who loves himself takes care: Education in preventive health for men". Methodology: This is a descriptive study, of the experience report type, carried out by five undergraduates in the eighth period of the Nursing course at Faculdade São Francisco da Paraíba (FASP), in the discipline Process care in Men's Health, in the month of May 2024. Results: An increase in public awareness is expected about the risks of morbidity and mortality and the importance of working on prevention to avoid an advanced disease, through educational campaigns that promote behaviors about the importance of men taking care of themselves. Conclusion: In conclusion, the report is based on increasing the search for self-care, and thus raising awareness among friends and relatives about the care that must be followed so that they can have a peaceful and long life.

Keywords: Health promotion, self care, men's health.

INTRODUÇÃO

A maneira como o sistema de saúde no Brasil tem se estruturado mostra que a maior parte dos serviços de atenção primária está focada em grupos da população considerados mais suscetíveis, por meio de iniciativas programáticas voltadas para a saúde feminina, infantil e idosa, com menor ênfase na promoção da saúde masculina. A discrepância torna-se evidente ao analisar os programas de prevenção e campanhas de autocuidado, que são exclusivamente destinados às categorias de usuários mencionadas acima (Alves *et al.*, 2012).

A utilização dos serviços de saúde por homens apresenta variações em relação ao uso feito por mulheres, focando principalmente na procura de cuidados para agravos e doenças. Geralmente, a busca por atendimento ocorre em situações críticas de emergência ou em casos que demandam níveis especializados ou urgentes (Moura *et al.*, 2013).

A constatação de que os homens buscam os serviços de saúde principalmente através do atendimento especializado traz como resultado o aumento das doenças devido à demora no tratamento e ao maior custo para o Sistema Único de Saúde. É crucial ampliar e aprimorar os cuidados de saúde primários, assegurando, desse modo, a promoção da saúde e a prevenção de doenças que poderiam ser evitadas (PNAISH, 2009).

Muitas situações problemáticas poderiam ser prevenidas se os homens adotassem regularmente medidas de prevenção primária. A relutância dos homens

em buscar atenção primária não só gera custos extras para a sociedade, mas também intensifica o sofrimento físico e emocional do paciente e de sua família na batalha pela manutenção da saúde e qualidade de vida desses indivíduos (PNAISH, 2009).

Um elemento relacionado a essa situação é a ideia de que nesse segmento existe uma dificuldade em identificar suas próprias demandas de saúde, devido à crença que rejeita a vulnerabilidade à doença. Isso perpetua a tradicional questão cultural em torno da invulnerabilidade masculina, seu papel como provedor e herói na sociedade (Dantas *et al.*, 2012).

Há também uma forte influência dos hábitos masculinos, como o consumo excessivo de álcool e drogas ilegais, tabagismo, bem como altas taxas de violência e falecimentos por causas externas, que englobam acidentes de trânsito, suicídios, agressões e homicídios (PNAISH, 2009).

A resistência dos homens a procurar serviços de saúde muitas vezes está relacionada à sua visão de provedor. Eles argumentam que o horário de funcionamento dos serviços coincide com o horário de trabalho, priorizando assim suas responsabilidades laborais. É inegável que o trabalho ocupa um lugar central na vida dos homens, especialmente entre aqueles de baixa condição social, reforçando a tradicional responsabilidade masculina de sustentar a família. Embora essa realidade possa representar um obstáculo significativo, é importante ressaltar que atualmente muitas mulheres, de diferentes classes sociais, participam ativamente da força de trabalho e ainda assim encontram tempo para cuidar da saúde (PNAISH, 2009).

Para minimizar tais fragilidades do sistema de saúde, foi criada em 27 de agosto de 2009, por meio da Portaria GM/MS nº 1944, a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH), com o objetivo de guiar a elaboração de diretrizes e ações focadas principalmente na atenção integral, visando à prevenção, promoção da saúde, qualidade de vida e educação, como importantes estratégias para estimular mudanças de comportamento (PNAISH, 2009).

O principal objetivo da PNAISH é tornar mais fácil e abrangente o acesso de qualidade dos homens às ações de saúde na Rede SUS, abordando de forma inteligente os fatores de risco e considerando os aspectos sociais e culturais, com foco

na questão de gênero. Isso é essencial para diminuir as doenças, mortalidade e melhorar a saúde da população masculina de forma eficaz (PNAISH, 2009).

Sendo assim, é fundamental que as equipes da Estratégia Saúde da Família (ESF) estejam familiarizadas com a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem e procurem maneiras de atingir o público masculino, identificando as diversas causas do processo saúde/doença para a elaboração do planejamento de ações e práticas educativas tanto individuais quanto coletivas com o sexo masculino (Monteiro *et al.*, 2019).

Diante disso, o objetivo desse trabalho é relatar a experiência de cinco acadêmicos que participaram do projeto de extensão “Homem que se ama se cuida: Educação em saúde preventiva para o homem”.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado por cinco graduandos do oitavo período do curso de Enfermagem da Faculdade São Francisco da Paraíba (FASP), na disciplina Processo do Cuidar em Saúde do Homem, tal experiência foi realizada na Estratégia Saúde da Família (ESF) SEDE II Geralda Ferreira Parnaíba e nas ruas da cidade, tudo ocorreu na cidade do Baixo-CE, no mês de maio que corresponde ao semestre 2024.1.

Como também foram feitas três visitas técnicas no hospital gerencial na cidade de Cajazeiras-PB, onde foi realizado planos de cuidados para os casos clínicos de três pacientes um em cada dia e em seguida apresentado a professora responsável pela disciplina.

O Relato de experiências é uma abordagem para construção de conhecimento, na qual o escritor compartilha uma experiência vivida no ambiente acadêmico ou profissional, relacionada a um dos pilares da formação universitária (ensino, pesquisa e extensão). Nesse estilo, destaca-se a atenção dada à descrição detalhada das ações realizadas. Para uma boa elaboração do relato, é crucial incorporar embasamento científico e uma postura de análise crítica (Freitas; Fernandes; Almeida, 2021).

É importante mencionar que os estudantes universitários em questão contribuíam ativamente para o debate em equipe desse projeto tanto presencialmente como online, no qual todos os membros participavam do planejamento e também contava com um espaço como um grupo de whatsapp dedicado para discussões, distribuição das tarefas, marcar dia, horário e local para a execução do projeto. Esse espaço foi essencial para analisar e discutir sobre o projeto em questão.

RESULTADOS

Os resultados esperados deste projeto extencionista sobre a importancia da saúde do homem podem incluir diversos aspectos. Primeiramente, espera-se um aumento da conscientização da população em questão, dos profissionais de saúde como também dos gestores sobre os riscos de morbimortalidade e a importância de se trabalhar a prevenção para evitar um quadro avançado de doenças, por meio de campanhas educativas que promovam comportamentos sobre a importância do homem se cuidar. Além disso, a prevenção e a redução da incidência de doenças são metas-chave, alcançadas através de intervenções preventivas como a busca ativa na comunidade masculina, além da implementação de programas de triagem eficazes.

Outro resultado esperado é o aumento da procura da população masculina a Unidade Basica de Saúde (UBS), podendo contribuir para a detecção precoce de doenças, assim aumentando o número de diagnósticos iniciais, por meio de ações e campanhas de rastreamento e maior conhecimento dos homens dos seus direitos a saúde. Esses resultados, combinados, podem levar a uma compreensão mais profunda da importância da saúde para o homem e melhorias significativas na prevenção, detecção e tratamento de doenças.

DISCUSSÃO

Diante das dificuldades que o homem tem em reconhecer suas proprias necessidades. Nesse sentido esse projeto de extensão tem o objetivo de

consciëntizar sobre a importância de cuidar da sua saúde e mostrar que o homem também tem o seu lugar reservado na atenção primária.

O projeto foi realizado na cidade do Baixio no Ceará, onde colocamos em prática na ESF SEDE II Geralda Ferreira Parnaíba, onde realizamos palestra educativa como os usuários do sexo masculino sobre como é indispensável que eles busquem a prevenção de diversas patologias que assola o sexo masculino, fazendo com que eles tenham uma maior incidência de morbimortalidade.

Diante da temática, também confeccionamos panfletos educativos que foram distribuídos na unidade como também no centro da cidade de Baixio para que eles pudessem levar para suas casas e utilizá-los como um lembrete, para que entendam que eles têm seu lugar por direito em qualquer serviço de saúde e que todos os homens são exemplos de força, mais que mesmo assim, não são invencíveis. Para finalizar, ofertamos um café da manhã para todos os presentes, para que se sintam mais acolhidos e dispostos a visitar cada vez mais a atenção primária.

Figura 1 – Planfleto do projeto de extensão de Saúde do Homem.



Fonte: acervo pessoal dos autores, 2024.

Figura 2 – Ação de promoção da saúde do homem.



Fonte: acervo pessoal dos autores, 2024.

CONCLUSÃO

As leituras e preparação do material para serem apresentados nas nossas visitas foram todos pensados em uma forma de prevenção e cuidado para que o público alvo tenha uma maior adesão a uma vida mais saudável e cuidadosa.

Sobre as questões da ida ao local de aplicação da extensão, evidencia-se que a procura masculina nos pontos de saúde tem um baixo índice de procura, sendo assim uma preocupação para a saúde pública, tendo em vista que essa procura só acontece quando está em último caso.

A ação de prevenção de saúde, homem que se ama se cuida: Educação em saúde preventiva para o homem desenvolveu potencialidade, pois tirou dúvidas e aconselhou os mesmos sobre os perigos e consequências do não acompanhamento de rotinas à saúde, e tirou todas as dúvidas desta população.

Concluindo, o relato tem como base aumentar a procura pelo autocuidado, e assim conscientizar a população masculina sobre os cuidados que devem ser seguidos para que assim tenham uma vida tranquila e longa.

REFERÊNCIAS

SILVA, P.; FURTADO, M.; GUILHON, A.; SOUZA, N.; DAVID, H. A Saúde do Homem na Visão dos Enfermeiros de uma Unidade Básica de Saúde. **Esc Anna Nery** [Internet]. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/55Wd4Z5nV9xsXDHHJ3R4mdc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 mai. de 2024.

BRASIL.Ministérioda Saúde. Secretariade Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem** (princípios e diretrizes) [Internet]. Brasília, 2009. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_homem.pdf. Acesso em: 21 mai. de 2024.

MOURA, E.C.; SANTOS, W.; NEVES, A.C.M.; ROMEU G.; SCHWARZ, E. Atenção à saúde dos homens no âmbito da Estratégia Saúde da Família. **Cien Saude Colet** [periódico na internet] (2013/Mai). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/SvzSh9fTZwFRGwTfKm4KXPF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 mai. de 2024.

MOURÃO, S.L.B.; TAPETY, F.I.; MONTEIRO, C.F.D.S.; FEITOSA, L.G.G.C.; LAGO, E.C. Práticas educativas à saúde do homem: desafios na Estratégia Saúde da Família. Disponível em: <https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/494/484>. Acesso em: 21 mei. de 2024

MUSSI, RICARDO FRANKLIN DE FREITAS, FÁBIO FERNANDES FLORES, CLAUDIO BISPO DE ALMEIDA. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Revista práxis educacional** 17.48 (2021): 60-77. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S2178-26792021000500060&script=sci_arttext. Acesso em: 14 mai. de 2024.