



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
CURSO DE ENFERMAGEM**

JOYCE PEREIRA DA SILVA

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE RELACIONADA À SAÚDE DO HOMEM: RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

CAMPINA GRANDE - PB

2018

JOYCE PEREIRA DA SILVA

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE RELACIONADA À SAÚDE DO HOMEM: RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Enfermagem do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Enfermeira.

Área de concentração: Saúde Pública

CAMPINA GRANDE - PB

2018

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586e Silva, Joyce Pereira da.
Educação em saúde relacionada à saúde do homem
[manuscrito] : relato de experiência / Joyce Pereira da Silva. -
2018.
20 p. : il. colorido.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.
"Orientação : Profa. Esp. Sueli Aparecida Albuquerque de
Almeida, Coordenação do Curso de Enfermagem - CCBS."
1. Saúde do homem. 2. Políticas Públicas de Saúde. 3.
Promoção da saúde. I. Título
21. ed. CDD 610.734

JOYCE PEREIRA DA SILVA

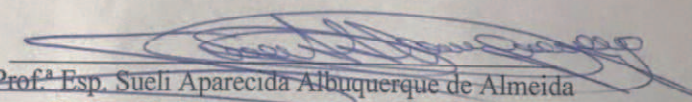
EDUCAÇÃO EM SAÚDE RELACIONADA À SAÚDE DO HOMEM: RELATO DE
EXPERIÊNCIA

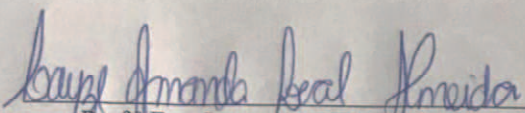
Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Enfermagem do Centro de
Ciências Biológicas e da Saúde da
Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial à obtenção do título de
Enfermeira.

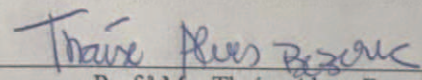
Área de concentração: Saúde Pública

Aprovado em: 28/11/2018.

BANCA EXAMINADORA


Prof.^a Esp. Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof.^a Esp. Layze Amanda Leal Almeida
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof.^a Me. Thaise Alves Bezerra
Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

AGRADECIMENTOS

Inicio meus agradecimentos com um versículo da bíblia sagrada: *“Deem graças ao Senhor porque ele é bom; o seu amor dura para sempre.”* (Salmos 107:1).

Confesso que por vezes questioneei esse amor, porém, como sempre, Deus me provou seu amor e cuidado a mim e o nome dele será o primeiro a quem expresse minha gratidão e em nome dele prometo ser fiel a minha profissão, cuidar bem de meus futuros pacientes, lembrando sempre quem foi Jesus Cristo.

A minha mãe que sempre me incentivou a estudar, desde criança aplaudiu de pé todos os meus avanços e sempre esteve ao meu lado escutando minhas queixas, por todo o amor e apoio incondicional.

Ao meu querido pai, meu herói, aquele que não me deixou desistir nas inúmeras vezes que pensei que não seria capaz, e motivou, confiou na minha capacidade, me fez acreditar que iria dar certo quando pensei que não iria conseguir.

A toda minha família que sempre torceu por mim, sempre estava de braços abertos a me receber nos fins de semana que ia a Monteiro, em especial tia Neta, tia Avani, tia Nalva, tio Nildo, tio Ivan, vó Léo, vô José, tio Djalma, Maria das Dores, Artur, João Paulo, Raphaela, Ivanilson.

Aos meus padrinhos Risolene e Batista, em especial minha madrinha que em todos os momentos da minha vida exerceu presença assídua, durante toda a graduação me ajudou e me incentivou de todas as formas.

Ao meu namorado Jarbas que segurou minha mão nos tropeços que dei me ofereceu seu ombro amigo para enxugar minhas lágrimas, me apoiou e me ajudou em tudo e em todos os momentos que precisei, por todos os sorrisos roubados, abraços que me acalmaram e por se fazer abrigo para meu coração.

A todos os meus colegas de sala, que me acolheram, me escutaram e me ajudaram.

A minha querida orientadora Sueli Almeida, que aceitou prontamente meu pedido para me ajudar na construção deste trabalho e teve toda a paciência do mundo, me ajudando a concluir tudo que tinha em mente para o desenvolvimento deste trabalho.

Finalizo com outro versículo: *Que a paz de Cristo seja o juiz em seu coração, visto que vocês foram chamados para viver em paz, como membros de um só corpo. E sejam agradecidos. Habite ricamente em vocês a palavra de Cristo; ensinem e aconselhem-se uns aos outros com toda a sabedoria e cantem salmos, hinos e cânticos espirituais com gratidão a Deus em seu coração. Tudo o que fizerem, seja em palavra seja em ação, façam-no em nome do Senhor Jesus, dando por meio dele graças a Deus Pai.* Colossenses 3:15-17

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 METODOLOGIA	9
3 REVISÃO DE LITERATURA	10
4 RELATO DE EXPERIÊNCIA	12
4.1 Hipertensão arterial	13
4.2 Diabetes mellitus	13
4.3 Atividades física	14
4.4 Lombalgias	14
4.5 Câncer de próstata	14
4.6 Alimentação saudável	15
5 CONCLUSÃO	16
6 REFERÊNCIAS	18

RESUMO

SILVA, J. **Educação em saúde relacionada à saúde do homem: relato de experiência.**

Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em enfermagem) Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande – PB, 2018.

Introdução: Tornando-se um problema de saúde pública a saúde do homem vem a algum tempo chamando atenção no aumento dos níveis de morbimortalidade, tendo em vista que esta população possui pouco interesse quanto a assuntos que envolvem prevenção a doenças e o bem-estar no geral. **Objetivo:** Descrever a vivência relacionada às ações educativas voltadas a instruir os participantes sobre os assuntos abordados, incentivando-os no interesse por questões que visem melhorias na saúde e prevenção de doenças e o esclarecimento de dúvidas acerca dos temas abordados. **Metodologia:** O presente trabalho aborda a temática relacionada à vivência em ações educativas com participantes do projeto “Saúde do Homem: ações e reflexões para a promoção da saúde”. O trabalho foi realizado e fundamentado como relato de experiência, no qual conforme o que foi analisado deu-se como um estudo descritivo. **Conclusão:** De acordo com a observação nas ações foi possível constatar que muitos dos paradigmas que impedem os homens a despertarem o interesse por questões da própria saúde ainda persistem vigorosamente e que a Política Nacional de Atenção à Saúde do Homem necessita de alguns ajustes para melhoria e organizações nos pontos destacados como objetivos da política. É preciso que as equipes de saúde estejam aptas a receber a população masculina, no sentido de atendê-los de forma igualitária em relação às mulheres, esclarecendo dúvidas e incentivando a prevenção de doenças e agravos.

Palavras-chave: Saúde do Homem. Políticas Públicas de Saúde. Gênero e Saúde.

1 INTRODUÇÃO

As taxas de morbimortalidade dos homens são bem maiores comparadas com as das mulheres, fatos esses, relacionados a diversos fatores que estão intrínsecos ao gênero masculino. No início do século XXI começaram os estudos internacionais referentes a saúde do homem, em razão de dados que apontavam uma alta na mortalidade masculina (SHWARZ et al., 2012).

Os homens encontram-se num contexto de fragilidade, tendentes, em maiores proporções, a possuírem doenças crônicas, e mesmo diante de tal realidade a procura aos serviços é insuficiente e acontece, geralmente, de uma forma não assertiva que é por meio de atendimentos na média e alta complexidade, os quais denotam a existência de uma doença já instalada, quando o correto seria a prevenção de doenças no local de atendimento a atenção primária de saúde (SEPARAVICH; CANESQUI, 2013).

Confirma-se através de estudos nacionais que as mulheres morrem menos que os homens, pelo fato de a população masculina trazer consigo diversos paradigmas referentes ao estereótipo viril; desigualdades de gênero, desinteresse em buscar os serviços para cuidar da saúde, pelo agravamento em sua situação de saúde, o que pode levar os mesmos ao óbito (SHWARZ et al., 2012).

Talvez por uma questão cultural, quem busca os serviços primários de saúde com maior frequência são as mulheres, os homens não comparecem a esse tipo de serviço, outro fato que influencia esse ponto negativo é pressupor que o homem é um ser forte e que raramente adocece. Por isso a saúde do mesmo torna-se um problema de saúde pública que necessita de um apoio para que haja uma igualdade na procura por esses serviços, de acordo com a necessidade, favorecendo um atendimento igualitário de gêneros, redução da morbimortalidade e a desmistificação cultural relacionada a procura e atendimento à saúde (SEPARAVICH; CANESQUI, 2013).

A pretensão de buscar o serviço de saúde se dá geralmente quando o processo da doença já está estabelecido no indivíduo, compreendendo que o mesmo poderia ter evitado a patologia se entendesse os meios de prevenções que são propostos através de ações nos setores de atendimento a atenção primária e isso acarretaria uma melhoria significativa na qualidade de vida dessa população (BESSA; MESQUITA; STIPP, 2016).

Em 27 de agosto de 2009 foi instituído pela portaria nº1944/GM a Política de Atenção Integral à Saúde do homem (PNAISH), com o intuito de ampliar, em diversos aspectos, as circunstâncias que influenciam o progresso no quesito saúde do homem no

Brasil. Dentre os principais propósitos dessa política podem ser destacados a promoção à saúde; simplificar o acesso aos serviços de saúde; prevenção de doenças e agravos, bem como a redução das taxas de morbimortalidade. Os homens até então não estavam inseridos nos demais grupos de modelo básico de atenção, diante desta realidade, essa política foi vista como uma ferramenta acertada que agregou e ampliou o cuidado com esse gênero (GOMES et al., 2012).

Apesar dos objetivos da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem serem voltados ao público masculino, acredita-se que pode haver a possibilidade da mesma não cumprir com os devidos fins a que se propõe, pois é visto que não há a presença desses indivíduos para opinar em diversas ações e planejamentos da mesma (MARTINS; MALAMUT, 2013).

A política ainda está evoluindo e busca inserir os homens para que estes possam opinar nos quesitos que lhes forem de interesse e que possa ser estudado os pontos positivos e negativos dos resultados avaliados (SEPARAVICH; CANESQUI, 2013).

O despreparo e a falta de domínio, dos profissionais da área da saúde, para incentivar a busca do homem ao serviço de atenção primária, são verificados na percepção de que existem grandes contrastes em termos de receptividade e compreensão no atendimento dos homens e mulheres e isso pode ser um dos fatores que influenciam negativamente (BESSA; MESQUITA; STIPP, 2016).

Faz-se importante o conhecimento correlacionado a saúde do gênero masculino, pois os profissionais da saúde devem buscar a compreensão de todas as particularidades para realizar uma assistência completa e de qualidade, como também saber lidar com os paradigmas existentes e esclarecer ao indivíduo os benefícios de empenhar-se com a finalidade de evitar o surgimento de patologias e favorecer melhorias na qualidade de vida e afim de que o acolhimento e todos os serviços prestados sejam igualitários (ALBUQUERQUE et al., 2014).

Nos serviços de atenção primária à saúde o enfermeiro é responsável pela assistência aos usuários e coordenação da equipe destes locais, inicialmente, com o intuito de que esta valorize e priorize ações que intensifiquem a precaução para evitar o adoecimento da população (OITICICA, 2016).

Através de condutas que possam atrair essa população nesse tipo de serviço é possível realizar uma conscientização, através da sensibilização, do quão importante é a saúde do homem e quão assustadoras são as taxas de morbimortalidade dessa população; a

partir desses dados, será mais fácil promover os cuidados necessários (BESSA; MESQUITA; STIPP, 2016).

O interesse pela temática surgiu a partir da participação da discente em um projeto de extensão que atua junto à população masculina, e por perceber nos encontros quinzenais que eram realizados o quanto o grupo sentia dificuldade em reunir os participantes do mesmo, que sempre encontravam justificativas para ausentar-se destes. A pergunta que inquietava era: se um encontro quinzenal no qual eram abordados temas de interesse, era servido lanche, realizado sorteios existiam dificuldades, como seria a busca espontânea desta população nas unidades básicas? Com esta inquietação, o objetivo deste foi descrever as ações desenvolvidas no projeto, relacionadas às orientações básicas sobre os principais agravos que envolvem à saúde do homem, e na sensibilização destes na busca pelos serviços de atenção primária a fim de detectar patologias ou evitar alguns agravos.

2 METODOLOGIA

O presente trabalho refere-se a um relato de experiência, que consiste na descrição de experiências, intervenções e adversidades provenientes das ações planejadas ao longo do projeto de pesquisa e extensão “Saúde do Homem: ações e reflexões para a promoção da saúde” no período de 2017 a 2018. O mesmo foi fundamentado em ações do projeto de extensão, apoiadas pelo Departamento de Enfermagem e pela Pró Reitoria de Extensão da Universidade Estadual da Paraíba.

O relato de experiência é um método que relaciona práticas ao conhecimento científico e engloba os cenários e episódios de intervenções efetuadas em um determinado ambiente, que é de grande utilidade científica (CAVALCANTE; LIMA, 2012).

De acordo com as particularidades analisadas do objeto de estudo, a exposição de suas individualidades, assim como do restante da população, a análise dos fatores de risco, as hipóteses levantadas e a estimativa de prevalência de doenças este estudo vem a ser descritivo (PRODANOV; FREITAS, 2013).

O trabalho foi construído de forma observacional, pois foi feita a investigação sem modificar ou alterar diretamente o desenredo da amostra (FONTELLES et al., 2009).

Percebeu-se a participação de em média 31 motoristas de ônibus escolar universitário, das cidades circunvizinhas, tão somente do sexo masculino. Os participantes do projeto e a coordenadora do mesmo escolhiam os temas que seriam estudados e

elaborados pelo grupo, e posteriormente apresentados ao grupo em formato de rodas de conversa.

No início dos encontros foram coletados os dados dos respectivos motoristas tais como: idade, estado civil, número para contato, grau de escolaridade, endereço, horário de trabalho e disponibilidade para participação dos encontros com o grupo do projeto. Posteriormente as reuniões começaram a ser realizadas semanalmente, e nelas eram expostos os temas anteriormente elaborados, e facultado a palavra aos participantes para que houvesse uma interação entre todos que se encontravam no local.

3 REVISÃO DE LITERATURA

O envolvimento nos cuidados relacionados à saúde e a busca pelos serviços relacionados à mesma, é em sua grande maioria, constituídos por pessoas do gênero feminino. E então, a partir da comprovação de tais fatos, através de estudos, existem dúvidas em relação às quais seriam os motivos dos homens estarem mais ausentes quando comparados às mulheres nos quesitos de prevenção às doenças, da procura aos serviços de saúde e da busca por melhorias nos hábitos de vida? Pode ser observado que existe uma ilusão no sentido de que essa preocupação com saúde e o esforço para prevenir-se contra doenças é visto como se fossem algo para pessoas frágeis, no caso as mulheres (LEVORATO et al., 2014).

De acordo com um estudo realizado em Cuiabá/MT, foram observados dados que evidenciaram altas taxas de mortalidade de homens por razões evitáveis. Conforme essa fonte é possível considerarem que se devem ampliar ações voltadas a prevenir tais mortes. O “preconceito” da preocupação com a saúde deve ser abolido e a procura aos serviços de saúde pelos homens deve ser estimulada à população como um todo, para que esses índices de mortalidade reduzam com o passar do tempo (OLIVEIRA et al., 2017).

Conforme um estudo realizado com enfermeiros na Atenção primária em Juazeiro /CE em 2014, conclui-se que é necessário que os serviços de saúde estejam aptos a assistir o homem da melhor forma possível, para que os paradigmas sejam extintos e que os usuários que buscarem tais atendimentos fiquem satisfeitos e consigam obter os resultados esperados de acordo com a assistência prestada, do mesmo modo que seja realizada a promoção à saúde e o incentivo a prevenção de doenças (ALBUQUERQUE et al., 2014).

Em agosto de 2009 foi criada a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do homem (PNAISH), direcionada principalmente, a população masculina dos 20 aos 59 anos

de idade. A mesma foi implantada, visto que anteriormente a saúde do homem não era considerada uma prioridade nos sistemas de saúde; e grandes são os custos com as doenças dessa população, concluindo-se que parte disso se deve a banalização do autocuidado, a falta de estímulos na prevenção de doenças e a baixa procura pelos serviços de saúde (CARRARA; RUSSO; FARO, 2009).

A PNAISH dispõe-se a aumentar o acesso aos serviços de saúde através da desconstrução de pensamentos da masculinidade e quebra de seus paradigmas, aperfeiçoando as ações para promoção a saúde e prevenção de doenças, com o intuito de elevar a expectativa de vida e mudanças de hábitos para práticas mais saudáveis. É importante instruir essa população acerca da eficácia de prevenir-se para evitar a instalação de doenças, assim como o tratamento das mesmas e ao retorno de seu cotidiano. Essa política preconiza a coordenação do suprimento de recursos humanos e materiais, para que estes estejam devidamente adequados as necessidades dos homens. A educação e a capacitação dos profissionais são essenciais, do mesmo modo que o estudo das ações realizadas e da população local se torna imprescindível para que haja um balanço de tudo o que foi eficiente e aquilo que não foi (BRASIL, 2009).

Mesmo a PNAISH tendo ideais importantes para a melhoria na saúde da população masculina, dados de um estudo realizado no ano de 2010 no município de Juazeiro/CE foram constatados que mesmo após o lançamento de tal política os índices de morbimortalidade não foram reduzidos e continuaram a expandir-se. Portanto, faz-se necessário a organização e um planejamento adequado das práticas e condutas propostas pela mesma, o profissional enfermeiro pode traçar metas e capacitar sua equipe na atenção primária para esta execução (ALBUQUERQUE et al., 2014).

O público masculino está exposto à violência de forma atuante ou como vítima, esse fato além de ser algo ligado a masculinidade pode estar interligado ao uso de drogas. É observado que cada vez mais cedo se dá o consumo de álcool e drogas pelos homens, e isso gera dependência precoce dessas substâncias. A correlação do uso de tabaco e a existência de doenças crônicas evitáveis estão presentes na realidade da maioria da população masculina (ALBUQUERQUE et al., 2014).

Geralmente, a maioria dos homens, na velhice são praticamente impostos a buscar os serviços de saúde, pela grande necessidade, pois na maioria dos casos já possuem doenças instaladas, onde analisando melhor poderiam ter sido evitadas em épocas anteriores de suas vidas. Outros fatores agravantes para a saúde masculina são os acidentes relacionados a transporte, agressões e lesões voluntárias praticadas em si mesmo. O câncer

de próstata tem aumentado nos últimos anos e isso o torna fator preocupante e digno de enfoque na prevenção, principalmente, e no tratamento e acompanhamento da doença. Doenças do aparelho respiratório, circulatório e digestório, são bem comuns aos homens e assim como as outras patologias devem ser incentivadas a prevenção (BRASIL, 2009).

Torna-se imprescindível que os profissionais sejam capazes de compreender a situação, de uma forma integral e holística, de cada homem que vá a procura de algo relacionado a sua saúde e bem-estar. O desenvolvimento de ações baseadas na PNAISH pode ser um instrumento valioso em diversas questões relacionadas a busca aos serviços. Outro passo que deve ser dado é a desconstrução do pensamento que a sociedade possui sobre os homens, no sentido de ser algo incomum estes procurarem ter uma vida saudável, prevenir-se de doenças e estarem incluídos em todos os atendimentos nos serviços de saúde (ALBUQUERQUE et al.,2014).

4 RELATO DE EXPERIÊNCIA

Este relato expõe fragmentos vivenciados durante o período de ações realizadas do projeto de extensão: Saúde do Homem: ações e reflexões para a saúde. O tema do dia era antecipadamente escolhido e discutido de forma clara e objetiva a fim de facilitar o entendimento e conseguir atrair a atenção dos motoristas até o término da ação, em seguida era aberto espaço a outros debates que envolviam o tema e também sobre outros assuntos que os mesmos adentravam. Buscavam-se formas de ilustrar tudo que era exposto, eram utilizados recursos como fotos, cartazes, folders, lousa, com o intuito de facilitar a compreensão dos participantes.

Os encontros eram de início realizados semanalmente, depois começaram a ser quinzenalmente na Universidade Estadual da Paraíba campus I. As ações eram realizadas em salas do departamento de enfermagem e também no ambiente externo da universidade. Nas ações eram esclarecidas as dúvidas sobre patologias, exames de rotina, quais serviços ofereciam determinados tipos de atendimentos, aferição da pressão arterial, exame de glicemia capilar. Havia sempre nos finais das ações, algum lanche e momentos de descontração, nos quais os membros do projeto conversavam individualmente com alguns dos que sentiam vontade de perguntar alguma coisa relacionada ao tema.

Eles sempre interagiam, porém, o grupo avaliava através da observação que em temas que abordavam algo que envolvia alguma doença já existente, ou alguma na qual eles temiam os mesmos não prestavam atenção, às vezes interrompiam para mudar o foco,

ficavam conversando entre si sobre outros assuntos ou utilizando o aparelho celular para passar o tempo. Para atrair a atenção destes, buscava-se falar de uma forma mais descontraída, sem imposições ou preconceito, pois eram percebidos sentimentos de medo, negação, tristeza e angústia em alguns dos que lá estavam.

Buscava-se sensibilizar e aconselhar os participantes a se interessarem mais pela sua saúde era repassado orientações acerca de práticas de exercícios físicos, melhoria na alimentação, redução da ingestão de bebidas alcoólicas e tabaco, realização de exames de rotina, procura aos serviços de saúde, principalmente da atenção primária com objetivo de impulsioná-los na busca pela prática de tais orientações.

Os temas propostos para as ações de educação em saúde foram debatidos obedecendo a um cronograma previamente elaborado pelos participantes do projeto, a fim de otimizar as ações planejadas.

4.1 Hipertensão arterial

Foi realizada uma palestra na sala de aula no departamento de enfermagem, com a participação de cinco motoristas, onde houve a distribuição de folders informativos e aferição da pressão arterial. Houve uma explanação mais detalhada sobre alguns pontos que geraram questionamentos, foi feita a explicação dos possíveis sintomas que indicasse alterações na pressão arterial, consequências de não procurar estabelecer o controle da mesma, medidas preventivas e os principais serviços de saúde para orientações e exames para detectá-la.

4.2 Diabetes mellitus

A ação ocorreu no local do estacionamento dos ônibus, foram executadas orientações sobre o que era a doença em si, as diferenças entre a diabetes tipo I e a diabetes tipo II, esclarecimentos sobre os fatores de risco, como prevenir-se, como é feito o diagnóstico, foram apresentadas as consequências da não adesão ao tratamento de tal doença. Foi visto que a maioria associava a existência da doença com a ingestão de alimentos doces ou o consumo do açúcar e então se fez a explicação da importância de manter uma alimentação saudável, a realização de exercícios físicos e a importância de fazer exames de rotina para avaliar a possível chance de desenvolver essa e outras doenças. Neste dia foram distribuídos folders, averiguou-se a glicemia e ao concluir o tema

abordado e realizar os esclarecimentos propostos foi oferecido um lanche para nove participantes do encontro.

4.3 Atividades física

Neste dia foi feito uma roda de conversa em uma sala no departamento de enfermagem, onde de forma mais descontraída foi aberto um diálogo com os 12 participantes a fim de saber quais eram as principais atividades físicas praticadas por eles, quais eles realizavam ou não, quais eram os motivos que os impediam. Após essa conversa, foi mostrada a importância da atividade física para o bem-estar físico e mental, a quantidade de ações que podem ser feitas em qualquer ambiente que estejam e o incentivo para aqueles que levavam uma vida sedentária. Foi possível observar que grandes partes dos participantes realizavam algum tipo de atividade e no momento da conversa demonstraram satisfação em saber os benefícios provenientes de tais práticas, outra parcela dos participantes não demonstrava interesse e colocavam dificuldades para a não realização da mesma.

4.4 Lombalgias

A abordagem deste tema foi realizada em forma de roda de conversa e ao ser exposto mostrou-se ser um tema de muito interesse, pois todos os 6 participantes apontaram a existência de dores lombares. Nesse caso a realização de exercícios de alongamento foi apresentada pelos membros do projeto, com o intuito de mostrar e incentivá-los a realização destes. Também foram apresentados alguns fatores agravantes para as dores lombares, o que fazer quando já existe uma cronicidade em tais dores e também feita a indicação para a procura de serviços oferecidos pela clínica de fisioterapia da UEPB – Campus I.

4.5 Câncer de próstata

Devido à quantidade de óbitos verificados na literatura atual, o tema sobre câncer de próstata foi escolhido para ser debatido de forma detalhada, clara e objetiva aos oito participantes. Foi aproveitada a temática do novembro azul, que é instituída por diversas entidades, para alertar o quão perigoso é essa doença. Foi feito o uso de folders informativos e o debate se deu em forma de roda de conversa, em que os participantes

puderam relatar histórias de familiares ou conhecidos que foram portadores da doença, foram relatadas dúvidas e medos, um dos participantes relatou fazer acompanhamento pelo fato de possuir um familiar, com grau de parentesco próximo, que foi a óbito com diagnóstico de câncer de próstata sem realizar o tratamento. As maiorias dos homens demonstraram interesse pelo tema, porém, percebeu-se que quando se falava em prevenção, exames de rotina e acompanhamento nos serviços de atenção primária à saúde os mesmos não confirmavam que iriam empenhar-se em realizar tais recomendações. Em vista disso, os componentes do grupo tentavam quebrar os tabus que eram observados nas falas nos participantes, na intenção de diminuir o preconceito e manifestar a relevância da prevenção.

4.6 Alimentação saudável

O tema em questão foi abordado devido a quantidade de danos causados pela ingestão inadequada de alimentos. Esta ação foi realizada no estacionamento dos ônibus escolares, pelas dificuldades visualizadas ao chamar os participantes para irem à sala do departamento de enfermagem e os mesmos não demonstrarem interesse para ir. Houve a participação de 10 motoristas e neste local foi retratada a importância de consumir alimentos saudáveis, formas de mudar aos poucos a alimentação sem alterar a rotina. Foram repassadas várias orientações no sentido de ajudá-los em tais modificações, o aconselhamento a buscar os serviços de saúde para ter um aconselhamento de um profissional especializado na área também foi exposto. Ao fim da ação foi oferecido salada de frutas, suco natural e bolo integral.

Os assuntos relacionados aos temas escolhidos foram, na maioria das vezes, aprovados pelos participantes, tendo em vista que os membros do projeto percebiam que os objetivos da ação foram assimilados por eles.

5 CONCLUSÃO

Durante a vivência nas ações do projeto, as visões com relação à saúde do homem foram se expandindo. Muito do que foi observado também foi lido na literatura para a produção desse trabalho. Então se percebe que todos os programas que envolvem a saúde do homem precisam ser reavaliados, no sentido de ampliar os pontos positivos e retirar o que não promoveu melhorias na mesma. Referindo-se à procura dos homens aos serviços de saúde, em relação à amostra participante das ações do projeto, foi possível averiguar a comprovação do quão grande são os paradigmas que envolvem a busca pelas melhorias e restabelecimento na saúde dos mesmos.

Mesmo, atualmente, existindo um enfoque maior para a saúde do homem, ainda há muito que melhorar. Com o passar dos dias a equipe do projeto foi tendo dificuldade em reunir esse público onde todos questionavam o porquê? Então se confirma o estudo realizado neste relato de experiência, que ainda há muito para progredir na saúde do homem, no contexto do interesse dos mesmos em relação à saúde. Houve dias que compareciam apenas dois participantes e dias que nenhum deles compareceu e então de certa forma havia uma perda de estímulo de continuar realizando toda a preparação para ações que não estavam sendo valorizadas pelo público-alvo.

A união de forças maiores para o êxito de tal objetivo é totalmente necessária, em que as esferas políticas, os meios de comunicação e as equipes de saúde em níveis primários, secundários e terciários, possibilitem aos homens ideais de que a saúde é algo para ser preservado e restabelecido e que as diferenças de gênero não devem ser levadas em consideração no quesito saúde.

A oportunidade de participar de tal projeto proporcionou a autora, ampliar conhecimentos e modificar a visão relacionada à saúde masculina. Observou-se de perto alguns dos diversos fatores que ainda atrapalham a saúde dos homens. Ainda é difícil para os mesmos lidarem com a própria saúde. Ao concluir este trabalho espera-se ter contribuído e alcançado os objetivos do projeto e ter ajudado cada participante a modificar sua visão acerca da saúde, diminuir os preconceitos para a busca aos serviços básicos e promover à saúde e bem-estar.

ABSTRACT

SILVA, J. P. **Health education with human health: experience report.** Completion of course work (Bachelor of Nursing) State University of Paraiba, Campina Grande – PB, 2018.

Introduction: Becoming a public health problem, man's health has been calling attention to increasing levels of morbidity and mortality for some time, since this population has little interest in matters involving disease prevention and well-being in the general. **Objective:** To describe the experience related to the educational actions aimed at instructing the participants on the subjects addressed, encouraging them in the interest for issues that aim at health improvements and prevention of diseases and the clarification of doubts about the topics addressed. **Methodology:** The present work deals with the theme related to the experience in educational actions with participants of the project "Human Health: actions and reflections for the promotion of health". The work was carried out and grounded as an experience report, in which, according to what was analyzed, it was given as a descriptive study. **Conclusion:** According to the observation in the actions, it was possible to verify that many of the paradigms that prevent men from arousing interest in health issues still persist vigorously and that the National Policy for Health Care of Man needs some adjustments for improvement and organizations are highlighted as policy goals. It is necessary that the health teams are able to receive the male population, not feeling to serve them equally with the women, clarifying doubts and encouraging the prevention of diseases and injuries.

Keywords: Human Health. Public Health Policies. Gender and He.

6 REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, G. A.; LEITE, M. F.; BELÉM, J. M.; NUNES, J. F. C.; OLIVEIRA, M. A.; ADAMI, F. O Homem na Atenção Básica: Percepção de Enfermeiros Sobre as Implicações do Gênero na Saúde. **Esc. Anna Nery** vol. 18, n. 4, Rio de Janeiro Oct./Dec. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452014000400607>. Acesso em: 23 abri. 2018.

AUGUSTO, C. A.; SOUZA, J. P.; DELAGNELLO, E. H. L.; CARIO, S. A. F. Pesquisa qualitativa: rigor metodológico no tratamento da teoria dos custos de transação em artigos apresentados no congressos da Sober (2007-2011). **Rev. Econ. Sociol. Rural** vol. 51, n. 4, Brasília, Oct./Dec. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-20032013000400007>. Acesso em: 23 abri. 2018.

AZEVEDO, I.C.; VALE, L.D.; ARAÚJO, M.G.; CASSIANO, A. N.; SILVA, H. S.; CAVALCANTE, R. D. Relato de experiência: Compartilhando saberes através de saúde na escola: Interfaces do estágio supervisionado em enfermagem. **Revista de enfermagem do centro oeste mineiro**, 2014, jan/abr; v. 4, n. 1, 1048-1056. Disponível em: <<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/565>>. Acesso em: 06 ago. 2018.

BESSA, A. T. T.; MESQUITA, M. G. R.; STIPP, M. A. C. Saúde do Homem e Doença Cardiovascular: Gerenciamento do Cuidado de Enfermagem em Nível Ambulatorial. **Revista Online de Pesquisa.**, v. 8, n. 3, p. 4766-4772, 2016. Disponível em: <<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3954>>. Acesso em: 18 mar. 2018.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (princípios e diretrizes)**. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_saude_homem.pdf>. Acesso em: 02 out. 2018.

CARRARA, S.; RUSSO, J. A.; FARO, L. I. A política de atenção à saúde do homem no Brasil: os paradoxos da medicalização do corpo masculino. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, v. 19, n. 3, Rio de Janeiro, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-73312009000300006&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 02 out. 2018.

CAVALCANTE, B. L. L.; LIMA, U. T. S. Relato de experiência de uma estudante de enfermagem em um consultório especializado em tratamento de feridas. **Journal of Nursing and Health**, v. 2, n. 1, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/3447/2832>>. Acesso em: 06 ago. 2018.

FONTELLES, M. J.; SIMOES, M. G.; FARIAS, S. H.; FONTELLES, R. G. S. **METODOLOGIA DA PESQUISA CIENTÍFICA PARA A ELABORAÇÃO**

DE UM PROTOCOLO DE PESQUISA. Disponível em:
<https://cienciassaude.medicina.ufg.br/up/150/o/Anexo_C8_NONAME.pdf>.
Acesso em 18 nov. 2018.

GOMES, R.; FACHEL, A. L.; KNAUTH, D.; SILVA, G. S. N. Sentidos Atribuídos à Política Voltada Para a Saúde do Homem. **Ciênc. saúde coletiva**, vol.17, n. 10, Rio de Janeiro, Oct. 2012. Disponível em:
<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232012001000008&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em 20 mar. 2018.

LEVORATO, C. D.; MELLO, L. M.; SILVA, A. S.; NUNES, A. A. Fatores associados à procura por serviços de saúde numa perspectiva relacional de gênero. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 4, 2014. Disponível em:
<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232014000401263&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 01 out. 2018.

MARTINS, A. M.; MALAMUT, B. S. Análise do Discurso da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem. **Saúde soc.** v. 22, n. 2, São Paulo, Apr/June, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-12902013000200014&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 20 mar. 2018.

OITICICA, R.M. B. **Proposta de Intervenção Para aumento da procura da população masculina por atendimentos nas unidades de atendimento de saúde da família de Campo Grande – AL.** 2016. 32f. Trabalho De Conclusão De Curso - Universidade Federal De Minas Gerais, 2016. Disponível em:
<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/proposta_interven%C3%A7ao_aumento_procura_popula%C3%A7ao.pdf>. Acesso em 20 mar. 2018.

OLIVEIRA, J. C. A. X.; CORRÊA, A. C. P.; SILVA, L. A.; MOZER, I. T.; MEDEIROS, R. M. K. PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DA MORTALIDADE MASCULINA: CONTRIBUIÇÕES PARA ENFERMAGEM. **Cogitare Enfermagem**, v.22, n. 2, 2017. Disponível em:
<<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/49742>>. Acesso em: 01 out. 2018.

ROKSUND, G. Cuidados de saúde preventivos. **Revista Portuguesa de Clínica Geral**, vol. 27 n. 5, Lisboa, 2011. Disponível em:
<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-71032011000500009>. Acesso em: 01 out 2018.

SCHRAIBER, L. B.; BARROS, C. R. S.; COUTO, M. T.; FIGUEIREDO, W. S.; ALBUQUERQUE, F. P. Homens, masculinidade e violência: estudo em serviços de atenção primária à saúde. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 15, v. 4, p. 790803, São Paulo, 2012. Disponível em:
<http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2012000400011&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 06 ago. 2018.

SCHWARZ, E; GOMES, R; COUTO, M. T.; MOURA, E. C.; CARVALHO, S. A.; SILVA, S. F. C. Política de Saúde do Homem. **Revista Saúde Pública**, vol. 46, Brasília, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-89102012000700015&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 01 out. 2018.

SEPARAVICH, M. A.; CANESQUI, A. M. Saúde do Homem e Masculinidades na Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: Uma Revisão Bibliográfica. **Saúde soc**, v. 22, n. 2, São Paulo, Apr./June, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-12902013000200013&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em 19 mar. 2018.