



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BACHARELADO EM ENFERMAGEM**

RENATA BESERRA DE ARAUJO

**PRÁTICAS EDUCATIVAS DE ENFERMAGEM COMO FERRAMENTA DE
PROMOÇÃO DA SAÚDE DO HOMEM: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**CAMPINA GRANDE
2024**

RENATA BESERRA DE ARAUJO

**PRÁTICAS EDUCATIVAS DE ENFERMAGEM COMO FERRAMENTA DE
PROMOÇÃO DA SAÚDE DO HOMEM: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Área de concentração: Saúde do homem.

Orientador: Profa. Esp. Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida.

**CAMPINA GRANDE
2024**

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.

A663p Araujo, Renata Beserra de.
Práticas educativas de enfermagem como ferramenta de promoção da saúde do homem [manuscrito] : relato de experiência / Renata Beserra de Araujo. - 2024.
39 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2024.
"Orientação : Profa. Esp. Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida, Departamento de Enfermagem - CCBS."
1. Saúde do homem. 2. Educação em enfermagem. 3. Promoção da saúde. I. Título

21. ed. CDD 610.73

RENATA BESERRA DE ARAUJO

PRÁTICAS EDUCATIVAS DE ENFERMAGEM COMO FERRAMENTA DE
PROMOÇÃO DA SAÚDE DO HOMEM: RELATO DE EXPERIÊNCIA

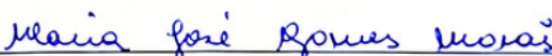
Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Departamento do Curso
de Enfermagem da Universidade Estadual
da Paraíba, como requisito parcial à
obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem.

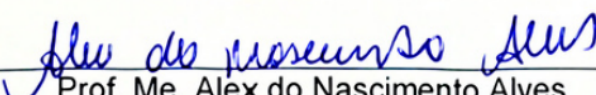
Área de concentração: Saúde do homem.

Aprovada em: 20 / 06 / 2024.

BANCA EXAMINADORA


Profa. Esp. Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Profa. Esp. Maria José Gomes Moraes
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Me. Alex do Nascimento Alves
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

AGRADECIMENTOS

Em um momento tão especial e significativo, expressar gratidão a todos aqueles que, de alguma forma, contribuíram para que eu pudesse chegar ao término desta jornada, se faz importante e necessário.

A Deus, primeiramente, cuja presença constante do seu espírito santo em minha vida, me fortaleceu e me guiou em todos os momentos de dificuldade, conquistas e realizações. Sua presença iluminou meu caminho e sua graça me sustentou em cada passo desta caminhada.

À minha mãe, Aparecida, sou imensamente grata pelas suas orações constantes. Elas foram o bálsamo que acalmou meu espírito e me deu forças para continuar, mesmo nos momentos mais difíceis. Sua fé inabalável é um farol que me guia e um exemplo de amor incondicional, cuidado e proteção. Seus conselhos e sua instrução me trouxeram aos caminhos que trilhei até aqui e aos que continuarei trilhando.

Ao meu pai, Edmilson, devo todo o apoio e sustento que me proporcionaram a possibilidade de estar aqui hoje. Sua força e dedicação são inspirações que levo comigo em todos os aspectos da minha vida. Sua confiança em mim nunca vacilou e foi um pilar fundamental em minha jornada e em tudo que faço.

Aos meus irmãos, Reriston e Raniere, agradeço pelo apoio e incentivo. Vocês foram importantes para mim nessa jornada, me inspirando cada um de sua maneira. A irmandade que compartilhamos é um dos maiores tesouros da minha vida.

Agradeço também aos meus familiares, tias, tios, primos, primas e a minha avó Carmelita, que em algum momento me incentivaram, apoiaram, contribuíram ou torceram pelo meu sucesso. Cada palavra de apoio, cada gesto de carinho e cada pensamento positivo foram fundamentais para a realização deste sonho.

Aos meus amigos mais próximos, que estiveram sempre presentes, incentivando e torcendo pelo meu sucesso, minha gratidão é infinita. A amizade de vocês foi um porto seguro e uma fonte constante de alegria e motivação.

Aos colegas de turma e de estágios, mesmo àqueles que desistiram no meio do caminho, agradeço pela parceria, ajuda, escuta, companheirismo e incentivo. Cada um de vocês contribuiu de forma única para a minha formação, e levo comigo as lições aprendidas e os momentos compartilhados.

minha gratidão. Aos secretários, coordenadores de curso, funcionários e professores, agradeço por todo o suporte e dedicação. Este ambiente foi essencial para o meu crescimento acadêmico e pessoal.

Aos professores que fizeram parte da minha jornada, sou profundamente grata. Cada ensinamento, cada conselho e cada palavra de sabedoria foram fundamentais na construção do conhecimento que hoje possuo na enfermagem. Vocês são verdadeiros mestres e inspiradores.

Um agradecimento especial à minha orientadora, Sueli Albuquerque. Sua ajuda e disponibilidade foram inestimáveis. Sua orientação paciente e sábia guiou meu trabalho, e sua dedicação em tudo que se propõe a fazer foi um exemplo de profissionalismo e generosidade. Não teria conseguido sem o seu apoio constante e sem a oportunidade que me foi dada em fazer parte do projeto de extensão, que foi a inspiração e motivação para este trabalho.

À minha banca composta por Alex Nascimento e Maria José (Deinha), minha sincera gratidão. Suas valiosas contribuições ao longo da minha formação enriqueceram meu trabalho e me fizeram crescer ainda mais como profissional e pessoa. Levo vocês como inspirações profissionais e pessoais para toda minha vida.

Por fim, agradeço de modo geral a todos aqueles que, direta ou indiretamente, contribuíram de alguma forma para que eu pudesse concluir esta etapa. Cada gesto de apoio, cada palavra de incentivo e cada ato de carinho foram essenciais para que eu chegasse até aqui.

A todos vocês, meus mais sinceros agradecimentos. Este trabalho é uma conquista de todos nós.

RESUMO

Introdução: A saúde do homem é um assunto emergente, considerando seus indicadores de saúde e índices de morbimortalidade, compreender as vulnerabilidades dessa população é essencial para desenvolver estratégias de prevenção e promoção da saúde direcionadas a eles, as práticas educativas em enfermagem são uma ferramenta vital nesse processo, pois informam, sensibilizam e proporcionam conhecimentos fundamentais para a melhoria da qualidade de vida.

Objetivo: Descrever as ações educativas em saúde realizadas e vivenciadas por uma acadêmica de enfermagem no projeto de extensão em saúde do homem.

Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, baseada nas vivências das ações e práticas educativas do projeto de extensão “Saúde do Homem: Ações e Reflexões para a Promoção da Saúde”, realizado na Universidade Estadual da Paraíba, localizada na cidade de Campina Grande - PB.

Conclusão: A experiência no projeto de extensão destacou a importância das práticas educativas em enfermagem e superou desafios na promoção da saúde masculina, sensibilizando os participantes em relação as mudanças pessoais e sociais, sendo evidenciado que tais ações foram socialmente relevantes e ressaltando a necessidade de continuidade de iniciativas semelhantes para promover uma saúde equitativa para os homens.

Palavras-chave: saúde do homem; educação em enfermagem; promoção da saúde.

ABSTRACT

Introduction: Men's health is an emerging topic, considering its health indicators and morbidity-mortality rates. Understanding the vulnerabilities of this population is essential for developing prevention and health promotion strategies tailored to them. Educational practices in nursing play a vital role in this process, as they inform, sensitize, and provide fundamental knowledge for improving quality of life. **Objective:** To describe the health education actions carried out and experienced by a nursing student in the "Men's Health: Actions and Reflections for Health Promotion" extension project. **Methods:** This is a descriptive study, of the experience report type, based on the experiences of actions and educational practices of the extension project "Saúde do Homem: Ações e Reflexões para a Promoção da Saúde" ("Men's Health: Actions and Reflections for Health Promotion"), carried out at the Universidade Estadual da Paraíba, located in the city of Campina Grande – PB, Brazil. **Conclusions:** The experience in the extension project highlighted the importance of educational practices in nursing and overcame challenges in promoting men's health. It sensitized participants to personal and social changes, demonstrating that such actions were socially relevant. The need for continued similar initiatives to promote equitable health for men was emphasized.

Keywords: men's health; education, nursing; health promotion.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CIAC – Central de Integração Acadêmica

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

ONU – Organização das Nações Unidas

PA – Pressão Arterial

PNAISH – Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem

RAS – Rede de Atenção à Saúde

SBU – Sociedade Brasileira de Urologia

UEPB – Universidade Estadual da Paraíba

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
1.1	Objetivo Geral.....	12
2	METODOLOGIA	13
2.1	Tipo de Estudo.....	13
2.2	Local do Estudo.....	14
2.3	População	14
2.4	Aspectos Éticos	15
3	REFERENCIAL TEÓRICO	16
3.1	Saúde do Homem	16
3.2	Promoção da Saúde	17
3.3	Ferramentas e Estratégias para Promoção da Saúde	18
3.4	Práticas Educativas em Enfermagem	19
4	RELATO DE EXPERIÊNCIA	20
4.1	Cadastramento dos Participantes	20
4.2	Mídias Digitais	20
4.3	Práticas Educativas	20
5	CONCLUSÃO	30
	REFERÊNCIAS	31
	APÊNDICE A – MATERIAIS GRÁFICOS	37
	APÊNDICE B – CADERNETA	39

1 INTRODUÇÃO

De acordo com a ONU (2022), a população mundial já ultrapassou a relevante marca de 8 bilhões de pessoas, sendo a população masculina um segmento significativo desse número. No Brasil, a população masculina geral representa 48,52% do total e em termos estaduais, esse percentual varia a depender de cada estado, na Paraíba, essa população representa 48,28% em relação ao número total de habitantes no estado (IBGE, 2022).

A saúde é um dos pilares fundamentais que sustentam a qualidade de vida e bem-estar da sociedade contemporânea (Buss; *et al.*, 2020). Nesse sentido, a saúde da população masculina emerge como um tópico de relevância crescente, devido aos seus indicadores de saúde, se tornando objeto de estudos e preocupações por parte da comunidade científica e do poder público (Brasil, 2022).

Embora a saúde tenha sido historicamente associada aos cuidados femininos, a saúde masculina é de igual importância, considerando que os homens possuem maiores índices de morbimortalidade do que as mulheres (França; *et al.*, 2021). Na população masculina Brasileira, as causas principais de mortalidade são as causas externas, doenças do aparelho circulatório e neoplasias (tumores) (Brasil, 2018).

Os desafios na saúde do homem são diversos e multifacetados, especialmente quando consideradas as taxas de mortalidade por suicídio na população masculina, uma questão que se torna ainda mais preocupante ao observar que, durante o período de 2010 a 2019, a maioria dos óbitos por suicídio ocorreu entre homens, representando em média 80% dos casos, uma tendência que evidencia a necessidade de uma abordagem integral da saúde masculina que considere tanto aspectos físicos quanto mentais (Silva; Marcolan, 2022).

A preocupação envolvendo essas evidências exigem estratégias eficazes que vão além da simples atenção clínica, alcançando também a esfera da educação e conscientização, promovendo ações preventivas, que precisam ser aplicadas em todas as fases da vida do homem (Brasil, 2022).

Contudo, a compreensão atual destaca a importância de promover uma visibilidade e abordar de maneira específica e sensível às necessidades e desafios enfrentados por essa população, questões como a prevenção de doenças, promoção do autocuidado e conscientização sobre fatores de risco tornam-se cruciais na promoção de uma vida saudável para os homens (Nunes; *et al.*, 2020).

A masculinidade, como um constructo social, influencia significativamente as práticas de saúde dos homens, a definição do que é ser masculino pode influenciar as decisões de saúde dos homens, suas atitudes em relação ao cuidado preventivo e a forma como buscam ajuda médica (Medrado; *et al.*, 2021).

A participação dos homens nos serviços de saúde frequentemente se restringe a situações que envolvem dores ou problemas graves de saúde (Cobo; *et al.*, 2021). A busca por cuidados preventivos e a adoção de práticas de promoção da saúde ainda são desafios, podendo resultar em diagnósticos tardios, agravamento de doenças evitáveis e impactos negativos na qualidade de vida (Silva; Torres; Peixoto, 2020).

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem – PNAISH, implementada em 2009, é um marco significativo na promoção da saúde masculina no Brasil, tendo em vista o seu objetivo de melhorar as condições de saúde da população masculina, identificando suas singularidades e demandas, reconhecendo a necessidade de estratégias específicas para esse público (Brasil, 2008).

Embora a falta de eficácia nas ações governamentais apresente dificuldades para a implementação, essa política pública representa um avanço significativo em direção a uma abordagem mais holística e efetiva na promoção da saúde e prevenção de doenças da população masculina (Sousa; *et al.*, 2021; Nobre; Freitas, 2021).

Compreender as vulnerabilidades dos homens é essencial para desenvolver estratégias de prevenção e promoção da saúde direcionadas aos mesmos, entendendo que a abordagem da saúde masculina deve ser sensível às necessidades específicas dessa população, sendo fundamental a contribuição das instituições formadoras nessa compreensão, capacitando profissionais aptos a atuarem eficazmente nesse contexto (Vaz; *et al.*, 2018).

As práticas educativas representam uma ferramenta vital na promoção da saúde do homem e a enfermagem, por ser considerada uma profissão central no cuidado à saúde, tem a capacidade de intervir no tratamento de doenças, além de informar e sensibilizar as populações alvo, proporcionando conhecimentos fundamentais para uma melhoria da qualidade de vida (Castro; *et al.*, 2018).

Nesse sentido, as práticas educativas são fundamentais para disseminar conhecimentos, incentivar mudanças de hábitos e comportamentos saudáveis, bem como para prevenir doenças e quando voltadas para a população masculina, elas visam não somente o entendimento das peculiaridades genéticas, mas também a

quebra de estigmas que impedem os homens de buscar cuidados e assistência preventiva (Brasil, 2022).

Ao transcender a tradicional abordagem de tratamento, estas práticas alinham-se à prevenção, estimulam o autocuidado e ao fornecer informações fundamentadas, orientações e apoio, capacitam os homens a tomarem decisões conscientes e concretas sobre sua saúde, levando-os a participar de ações em prol da melhoria de suas condições de vida e saúde (Fernandes; Backes, 2010).

A equipe de enfermagem, nesse contexto, emerge como um agente de mudanças a partir da educação em saúde, desempenhando um papel preponderante na construção de uma relação de confiança e respeito mútuo com os usuários masculinos, agindo efetivamente na promoção da saúde dessa população, criando novos hábitos e, conseqüentemente, prevenindo doenças (Soares; Santos; Costa, 2021).

Ao promover um diálogo aberto sobre saúde e bem-estar com a população, as práticas educativas em saúde incitam nos homens a prevenção proativa, a busca regular por exames e a adoção de estilos de vida mais saudáveis, cultivando assim uma cultura de autocuidado (Garcia; Cardoso; Bernardi, 2019).

O interesse em desenvolver essa temática se deu por uma combinação de estudos pessoais, envolvimento no projeto de extensão focado na saúde masculina e experiências pessoais com familiares do sexo masculino. Essas experiências proporcionaram uma compreensão profunda da necessidade e importância do papel do enfermeiro na saúde da população masculina, considerando a educação em saúde como sendo uma ferramenta vital para a prevenção de doenças e promoção da saúde entre os homens.

1.1 Objetivo Geral

O objetivo geral deste estudo será de descrever as ações educativas em saúde realizadas e vivenciadas por uma acadêmica de enfermagem no projeto de extensão em saúde do homem.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo de Estudo

Este trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, baseado nas vivências das ações e práticas educativas do projeto de extensão “Saúde do Homem: Ações e Reflexões para a Promoção da Saúde” que faz parte do departamento de enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB).

O relato de experiência trata-se de uma ferramenta de pesquisa descritiva, podendo ser compreendida como uma narrativa que valida a experiência como um fenômeno científico, contribuindo para a construção do conhecimento através de uma multiplicidade de leituras da realidade, de modo a contribuir cientificamente com o conhecimento prático na área (Dalto; Faria, 2019).

O projeto de extensão é uma prática acadêmica que busca integrar a universidade e a comunidade, promovendo a troca de conhecimentos e contribuindo para a solução de problemas sociais, permitindo que a academia aplique seus conhecimentos de maneira prática e relevante, beneficiando a sociedade e enriquecendo o ambiente de aprendizado (Lima; Ferreira; Pompeu, 2021).

O projeto de extensão “Saúde do Homem: Ações e Reflexões para a Promoção da Saúde” no ano de 2023 era composto por uma docente coordenadora, uma aluna bolsista e dez discentes voluntários no primeiro semestre, e nove discentes voluntários no segundo semestre.

Os extensionistas eram responsáveis pela realização das ações conforme suas disponibilidades nas quartas-feiras, já que alguns tinham estágio durante parte do período. Dessa forma, cada um tinha as datas específicas para participar das atividades, que contavam sempre com uma média de 3 a 5 extensionistas.

Para melhor organização e distribuição de tarefas, os discentes se dividiram em três equipes:

- **Organização:** Esta equipe era responsável por planejar as temáticas e os conteúdos que seriam abordados nas ações e no Instagram, e por repassar essas informações para as outras equipes prepararem os respectivos materiais.
- **Design/Artes:** Essa equipe era responsável pela criação de materiais gráficos, como panfletos e cartazes, para facilitar a compreensão das temáticas abordadas nas ações (APÊNDICE A). Também criavam as publicações do Instagram do projeto (@paposaudemasculina), onde eram

divulgadas fotos das ações, publicações temáticas sobre a saúde do homem e convites para eventos programados.

- **Instagram:** Essa equipe é responsável pela postagem do material produzido pela equipe de Design no Instagram, elaborar legendas, buscar novos seguidores, responder dúvidas e comentários, responder mensagens privadas e produzir novos conteúdos.

Cada uma das equipes era composta igualmente por três pessoas.

2.2 Local do Estudo

As ações do projeto de extensão foram realizadas majoritariamente na Central de Integração Acadêmica (CIAC), localizada na Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), e alguns dias no próprio estacionamento da universidade, na cidade de Campina Grande (Campus I), tendo seu início em março de 2023 à novembro de 2023.

A UEPB tem uma história marcante em Campina Grande, cidade conhecida por seu desenvolvimento tecnológico e cultural. Fundada em 1966 como Universidade Regional do Nordeste (URNe), tornou-se uma universidade pública estadual apenas em 1987. A instituição desempenha um papel importante no desenvolvimento regional, oferecendo cursos e projetos de extensão que visam melhorar a qualidade de vida local. A parceria entre a UEPB e Campina Grande fortalece o avanço educacional e social na cidade e no Estado (Codecom, 2024).

2.3 População

O público participante foi composto por homens, motoristas de transporte escolar de cidades circunvizinhas a Campina Grande, que transportam estudantes até a UEPB e permanecem diariamente em seus estacionamentos enquanto aguardam os alunos para retornarem às suas cidades. Esses motoristas desempenham um papel essencial na rotina escolar, garantindo a segurança e o transporte eficiente dos estudantes. Entretanto, a longa jornada de trabalho, os longos períodos em uma mesma posição, a realização constante de movimentos repetitivos e a rotina exaustiva fazem com que eles, por vezes, negligenciem os cuidados com a saúde e se privem de ter hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e prática regular de atividades físicas, necessárias para uma melhor qualidade de vida.

2.4 Aspectos Éticos

Este estudo, por se tratar de um relato de experiência, o comitê de ética foi dispensado. No entanto, é importante ressaltar que todas as diretrizes éticas foram seguidas durante a realização deste estudo. Conforme a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, manteve-se o anonimato dos participantes para proteger sua privacidade e confidencialidade (Brasil, 2012).

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Saúde do Homem

A saúde do homem, como conceito, vai além da ausência de doenças. Envolve uma abordagem integral que considera aspectos físicos, mentais e sociais. A saúde masculina é marcada por questões específicas, muitas vezes relacionadas a comportamentos e atitudes culturalmente associadas ao gênero masculino. Homens são frequentemente vistos como resistentes à ideia de adoecer e podem ter dificuldade em reconhecer suas necessidades de saúde (Soares; Santos; Costa, 2021).

Os homens, muitas vezes, buscam atendimento nos serviços de saúde apenas quando percebem algum problema de saúde. Isso pode ser atribuído a vários fatores, incluindo a resistência destes em buscar atendimento e a falta de conhecimento sobre as políticas de saúde voltadas para eles. Além disso, a implementação de políticas públicas e medidas relacionadas à promoção e prevenção da saúde masculina tem sido lenta, o que pode dificultar o acesso dos mesmos aos serviços de saúde (Silva Júnior; *et al.*, 2022).

Atualmente, a principal política voltada para a saúde masculina é PNAISH, instituída no Brasil em 2009 com suas raízes na Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), que através de suas campanhas de prevenção e eventos científicos, destacou a necessidade de uma política de saúde específica para os homens. A formulação dessa nova política envolveu várias partes interessadas, incluindo acadêmicos, organizações não governamentais e com maior predominância, as sociedades médicas. E apesar de ser um marco na saúde masculina, a abordagem biomédica da política gerou críticas por não ser suficientemente holística e inclusiva (Hemmi; Baptista; Rezende, 2020).

A promoção da saúde voltada especificamente para os homens é de suma importância. Isso inclui a realização de ações que aumentem a adesão dessa população aos serviços de saúde, reconhecendo suas necessidades individuais e promovendo uma assistência integral. É necessário fomentar essas estratégias na atenção básica, a fim de superar e minimizar as dificuldades em abordar a saúde masculina e implementar suas políticas, elaborando abordagens específicas para o atendimento à saúde do homem (Santos; *et al.*, 2022).

Os enfermeiros são imprescindíveis nesse processo, contribuindo e promovendo significativamente mais saúde por meio de atividades educativas e de

uma visão holística e integral sobre a saúde dessa população. Esse cuidado e perspectiva fortalecem o vínculo com os clientes e permite a identificação com precisão de suas necessidades, considerando que esses profissionais são os principais responsáveis pela adesão do público masculino às práticas educativas e aos cuidados de saúde (Brandão; Milochi, 2021).

Por isso, é fundamental que os profissionais de enfermagem recebam capacitações e condições adequadas de trabalho para lidar com as questões específicas relacionadas à saúde do homem. Isso exige uma compreensão profunda sobre as necessidades de saúde da população masculina, bem como a implementação eficaz de estratégias de promoção da saúde direcionadas especificamente a esse grupo. Além disso, é necessário superar as barreiras que impedem os homens de buscar atendimento nos serviços de saúde (Disney; *et al.*, 2022).

3.2 Promoção da Saúde

A Promoção da Saúde abrange diversas estratégias e métodos que têm como objetivo lidar com as complexidades associadas à saúde e à vida. Seu foco está na criação de modos de vida mais saudáveis e na atuação sobre os fatores sociais e coletivos que influenciam a saúde dos indivíduos, promovendo assim uma melhoria significativa na qualidade de vida (Carvalho; Akerman; Cohen, 2022).

Esta prática transcende o tratamento de doenças, concentrando-se na prevenção e no bem-estar geral, aspectos fundamentais da atenção à saúde. Para que isso ocorra, é essencial a articulação e cooperação entre ações e serviços preventivos e curativos, tanto individuais quanto coletivos, dentro e fora dos setores. Esse esforço visa formar uma Rede de Atenção à Saúde (RAS) capaz de promover uma abordagem holística, coordenada e integral, garantindo o acesso aos diversos pontos dos serviços de saúde, promovendo, protegendo e recuperando a saúde da população (Nakata; *et al.*, 2020).

Os enfermeiros, como profissionais de saúde, desempenham um papel fundamental no entendimento e na implementação de estratégias e políticas de promoção da saúde. Sua atuação, baseada em sua formação e experiência, é essencial para garantir uma compreensão holística do ser humano e para a aplicação consistente dessas políticas, melhorando as condições de saúde e bem-estar da

comunidade, garantindo uma oferta de atendimento resolutivo (Oliveira; Ramos; Golçalves, 2020).

São eles os profissionais protagonistas no processo de educação da saúde, instruindo e influenciando a população, promovendo mudanças no conhecimento. Essa instrução e educação em saúde são as ferramentas norteadoras e fundamentais para a construção teórico-prática da promoção da saúde, de forma que seja capaz de fornecer melhores condições de saúde individual e coletiva (Costa; *et al.*, 2020).

A enfermagem contribui significativamente na promoção da saúde por meio de atividades educativas e oferece uma escuta qualificada e acolhedora, o que não só fortalece o vínculo com os usuários, mas também permite identificar de forma precisa suas necessidades específicas. E a partir disso, é possível realizar novos planejamentos para implementação de uma assistência eficaz e direcionada para redução dos problemas de saúde de uma determinada população (Soares; Santos; Costa, 2021).

3.3 Ferramentas e Estratégias para Promoção da Saúde

Diversas ferramentas e estratégias têm sido exploradas e implementadas para a promoção da saúde. Estas incluem a educação em saúde, ações de prevenção de doenças, campanhas de conscientização sobre saúde, intervenções comportamentais, políticas públicas de saúde, além da utilização de tecnologias digitais para disseminar informações de saúde que facilitam o autocuidado (Gonçalves; *et al.*, 2020; Carvalho; Akerman; Cohen, 2022).

A personalização dessas estratégias de acordo com o público alvo é imprescindível para atender às necessidades individuais dos mesmos. Elas partem principalmente de políticas públicas e de condições favoráveis para o desenvolvimento das mesmas, abordando os determinantes da saúde em sua totalidade, o que implica em políticas públicas saudáveis, uma efetiva articulação intersetorial do poder público e a mobilização da população (Buss; *et al.*, 2020).

Entretanto embora a implementação dessas ferramentas e estratégias sejam eficazes em cumprir o seu objetivo de promoção da saúde, ainda persistem algumas dificuldades relacionadas a baixa adesão por parte de alguns grupos, a exemplo da população masculina, relacionado muitas vezes a indisponibilidade de horário e a outras razões individuais (Carvalho; Akerman; Cohen, 2022).

3.4 Práticas Educativas em Enfermagem

A Educação em saúde desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e na prevenção de doenças. Este processo facilita a troca de informações entre profissionais de saúde e indivíduos do sistema de saúde, utilizando diversos recursos, desde tecnológicos até os mais simples, para o desenvolvimento da educação na saúde (Pavinati; *et al.*, 2022).

Uma das competências e atribuições da equipe de enfermagem é a promoção da conscientização sobre a saúde na população. Os enfermeiros assumem um papel central nesse processo, não apenas fornecendo cuidados diretos, mas também conscientizando e sensibilizando os usuários com conhecimentos e habilidades para cuidarem de sua própria saúde (Oliveira; Ramos; Golçalves, 2020).

As práticas educativas em enfermagem são importantes no que diz respeito ao desenvolvimento do conhecimento, pensamento reflexivo e crítico a respeito dos hábitos de vida que favoreçam a saúde. Tais atividades levam em conta o contexto e a diversidade local em que a população está inserida, considerando suas condições de vida e saúde, reforçando e incentivando a autonomia e uma busca ativa por seus direitos à saúde (Fittipaldi; O'Dwyer; Henriques, 2021).

A educação em saúde na atenção primária e na comunidade é uma estratégia essencial, considerando que essa abordagem abrange uma diversidade de atividades educativas que são conduzidas em sua maioria pelos profissionais de enfermagem, sendo tais atividades fundamentais para a prevenção de doenças e promoção da saúde (Gonçalves; *et al.*, 2020).

Desse modo, as práticas de educação em saúde emergem como uma ferramenta imprescindível tanto na atenção primária à saúde quanto na comunidade em geral. É crucial que os profissionais, especialmente os enfermeiros, busquem continuamente aprimorar seus conhecimentos e técnicas para efetivar essas ações de educação em saúde, garantindo transferências de conhecimentos efetivas para a prevenção de doenças e promoção de saúde (Costa; *et al.*, 2020).

4 RELATO DE EXPERIÊNCIA

4.1 Cadastramento dos Participantes

O cadastramento dos participantes foi realizado a partir de uma busca ativa dos mesmos nos estacionamentos da UEPB sempre no primeiro dia de ação do projeto de extensão em cada semestre. Ao serem localizados, os discentes se apresentavam, explicavam sobre o projeto e questionavam se os motoristas tinham disponibilidade e interesse em participar das ações, que eram realizadas às quartas-feiras por volta das 8h, com duração média de uma hora.

Em seguida, aqueles que aceitavam participar preenchiam uma ficha cadastral, na qual eram coletadas informações importantes sobre saúde, perfil socioeconômico e outros dados pessoais, como endereço e número de contato.

4.2 Mídias Digitais

Com o objetivo de manter um contato mais frequente, compartilhar novos conteúdos e informar os participantes sobre o local e horário das ações, foram criados um perfil no Instagram (@paposaudemasculina) e um grupo no WhatsApp.

No Instagram, era realizado a divulgação do projeto, permitindo que outros homens fossem alcançados pelos conteúdos do mesmo. Por este meio, os participantes do projeto tinham acesso as fotos das ações realizadas e eram informados sobre novas atividades especiais programadas.

No WhatsApp, os participantes eram lembrados um dia antes da ação sobre o local e horário, sendo convidados a participar. Além disso, o link de algumas publicações do Instagram era compartilhado no grupo para facilitar o acesso.

4.3 Práticas Educativas

Todas as quartas-feiras, às 8h da manhã, eram realizadas ações educativas focadas na saúde masculina. Para cada ação, era definido um tema específico para discussão. As práticas incluíam o uso de panfletos e folders com um resumo do conteúdo, elaborados de forma a serem de fácil compreensão e visualização. Além disso, havia discussões verbais sobre o tema, durante as quais os participantes eram questionados sobre seu conhecimento prévio.

Frequentemente, eram esclarecidos mitos e verdades relacionados ao tema abordado. Era interessante observar que muitos motoristas compartilhavam suas experiências pessoais e incentivavam seus colegas a adotar novos hábitos. Essa

troca de experiências era muito importante, pois promovia uma identificação maior com o tema discutido e incentivava mudanças positivas.

Ao longo do ano de 2023, as temáticas abordadas foram:

MAIO

- **03/05/2023 - Prevenção e promoção da saúde:**

Essa temática é de extrema importância para o projeto, uma vez que a prevenção de doenças e a promoção da saúde são fundamentais para a qualidade de vida dessa população. Por esse motivo, foi escolhido como o primeiro tema a ser discutido com o grupo. Nesse dia foi realizado uma roda de conversa na Central de Integração Acadêmica (CIAC) sobre a relevância de adotar comportamentos mais saudáveis. Durante essa conversa, os participantes foram incentivados a compartilhar suas percepções e conhecimentos sobre esses comportamentos e a importância de mudar hábitos para reduzir o risco de desenvolver doenças. Pode-se perceber que os mesmos se mostraram bastante engajados, compartilhando informações sobre seus próprios cuidados pessoais (ou a falta deles) em relação à saúde. Esse diálogo motivou o grupo de extensionistas, pois ficou evidente que os homens compreenderam a temática e estavam entusiasmados em melhorar seus hábitos com base no que estava sendo discutido. Além disso, durante o encontro, foi realizado o preenchimento de uma caderneta individual (APÊNDICE B) para cada participante, com registros de alguns parâmetros de saúde importantes, como pressão arterial, frequência cardíaca, saturação e frequência respiratória, com a intenção de que esses registros na caderneta fossem realizados semanalmente, ao final de cada encontro, com a finalidade de observar e orientar caso algum parâmetro se encontre fora do esperado.

- **10/05/2023 - Hipertensão arterial:**

Neste dia foi realizado um mutirão sobre a hipertensão arterial, considerando que esse é um tema relevante, porque seu controle adequado é essencial para prevenir complicações cardiovasculares e melhorar a qualidade de vida. Após alguns minutos do horário estabelecido e divulgado, os participantes não compareceram à CIAC. Diante disso, os extensionistas decidiram ir até o estacionamento e realizar esse mutirão de aferição de pressão arterial (PA), explanação sobre o assunto e entrega de um panfleto com dicas de prevenção e combate à hipertensão arterial. Ao chegar

no estacionamento, os motoristas foram receptivos e admitiram não ter se lembrado de ir ao local combinado, embora tenham sido informados pelo grupo no WhatsApp. Eles aceitaram a verificação da PA, alguns já eram hipertensos, enquanto outros não tinham diagnóstico de hipertensão, mas apresentavam PA elevada no momento e foram orientados a procurar atendimento de saúde para fazer o acompanhamento necessário. Foi possível perceber uma certa falta de vontade ou interesse por parte dos mesmos em comparecer ao local previamente combinado, o que fez com que os extensionistas repensassem algumas estratégias, considerando que ir até eles, quando necessário, proporcionava uma recepção positiva.

- **17/05/2023 - Hábitos alimentares:**

Os hábitos alimentares são capazes de afetar a saúde de maneira positiva ou negativa, influenciando diretamente na qualidade de vida da população, por essa razão, foi o tema escolhido para ser discutido neste dia. Os participantes desta vez compareceram ao local combinado (CIAC), onde participaram de uma conversa sobre a importância da adoção de hábitos alimentares saudáveis e os benefícios que isso pode trazer a saúde. Durante a discussão, explorou-se a substituição de alguns alimentos por outros mais nutritivos. Ao final, os mesmos receberam um panfleto com os principais pontos abordados. Eles foram participativos durante a discussão e ficou evidente que a maioria possui hábitos alimentares inadequados, muitas vezes devido à rotina de trabalho, que os leva a se alimentar em lanchonetes com opções ricas em frituras, massas, doces e refrigerantes. No entanto, após a discussão, eles reconheceram que esses hábitos não são benéficos para a saúde e manifestaram interesse em buscar maneiras de promover mudanças positivas.

- **24/05/2023 - Atividade física (sedentarismo):**

Nesta ocasião, os participantes compareceram novamente à CIAC, onde foi realizada a exposição do tema por meio da entrega de panfletos detalhando os benefícios do exercício físico para a prevenção de doenças, além da aferição de pressão arterial (PA). Alguns dos presentes relataram que já praticavam atividades físicas regularmente, como caminhadas ou academia. No entanto, outros se identificaram como sedentários, realizando apenas as atividades de vida diária. Apesar disso, todos reconheceram a importância de realizar mudanças em prol da saúde. A

conscientização foi um sucesso para os extensionistas, que viram o assunto sendo compreendido e valorizado pelos participantes presentes.

- **31/05/2023 - Estresse:**

Essa ação teve como objetivo alertar sobre o estresse e seus problemas associados. Durante uma conversa sobre a temática, os motoristas relataram sofrer muito com o estresse no trabalho e no trânsito, além dos estresses pessoais e familiares que também enfrentam. Ao final, foi entregue um panfleto com dicas sobre como combater o estresse. Além disso, foram realizadas algumas técnicas de respiração que ajudam a aliviar a ansiedade, uma das principais causas do estresse. O feedback imediato positivo daqueles que realizaram a técnica conforme orientado demonstrou que essa abordagem foi bem-sucedida.

JUNHO

- **07/06/2023 - Hipertensão Arterial (com uma nova abordagem):**

Após as ações e o mutirão de aferição da pressão arterial realizados no dia 10/05, os extensionistas perceberam a necessidade de adotar uma nova abordagem sobre o assunto, dada sua importância. O objetivo era alcançar mais motoristas com essa temática. Desta vez, entregou-se um panfleto que abordava de forma simples como prevenir a hipertensão. Além disso, foram realizadas novamente as aferições da pressão arterial e feitos alertas sobre os riscos associados à elevação da mesma. Isso se justificava pelo fato de que muitos participantes continuavam hipertensos, mesmo sem diagnóstico de hipertensão arterial. Além disso, alguns que já possuíam o diagnóstico e faziam uso contínuo de medicações também apresentavam elevação nos valores da pressão arterial.

- **14/06/2023 - Tabagismo:**

O tabagismo foi um tema escolhido considerando que ainda continua sendo um problema na saúde da população de modo geral, sendo um dos principais causadores de câncer e outros problemas pulmonares e circulatórios. Com o grupo, foi realizada uma conversa sobre essa temática, onde alguns relataram ainda serem tabagistas, mas que compreendem o mal que fazem à sua saúde e demonstram vontade em deixar esse vício. Por outro lado, um deles já foi tabagista por muitos anos, conseguiu largar o vício e deu seu testemunho em relação a isso, incentivando os outros a

fazerem o mesmo. Isso foi muito relevante e contribuiu de forma positiva para a ação. Ao final, foram entregues panfletos sobre a temática e os participantes foram orientados sobre como buscar ajuda pelo SUS para parar de fumar. No entanto, foi possível perceber neles a resistência e vergonha em procurar os serviços de saúde em relação a isso.

- **21/06/2023 - Etilismo:**

Neste dia, mais um vício comum e por vezes normalizado na sociedade foi discutido: o etilismo. Em uma roda de conversa, os extensionistas falaram sobre o assunto e foram surpreendidos com o entusiasmo do grupo ao abordarem o tema. Inicialmente, alguns relataram gostar de beber e falaram de forma muito positiva. No entanto, ao longo da conversa, puderam perceber a seriedade do assunto e que, mesmo comportamentos que consideravam saudáveis em relação ao vício, podem na verdade ser comportamentos de risco para o etilismo. Todos que estavam presentes no encontro relataram fazer uso social do álcool, e a maioria confessou beber semanalmente, o que é preocupante, além de geralmente exagerarem na quantidade nesses dias. Eles foram alertados sobre os riscos e foi possível perceber uma mudança na forma de pensar sobre o assunto. Alguns expressaram a intenção de diminuir a frequência e a quantidade de álcool que ingerem normalmente.

- **28/06/2023 - Obesidade:**

A obesidade foi um tema considerado importante a ser discutido, tendo em vista o estilo de vida dos participantes e relatos anteriores dos mesmos sobre sedentarismo e alimentação inadequada. Foi realizada uma discussão a respeito da obesidade com a ajuda de alguns materiais gráficos. Devido à falta de equipamentos necessários, não foi possível realizar o cálculo de IMC de forma adequada, mas foi feito o cálculo de acordo com os valores de peso e altura relatados por eles. Com isso, foi possível identificar a obesidade em alguns dos participantes. Eles foram orientados a procurar o serviço de saúde de suas cidades para encaminhamento a um nutricionista.

AGOSTO

- **23/08/2023 - Acidentes de trabalho:**

Abordar a temática dos acidentes de trabalho com esse público é essencial, pois estão constantemente expostos a riscos no trânsito, comprometendo sua segurança e a dos

passageiros. Inicialmente, tentou-se discutir o tema em um dos dias da ação, mas, ao perceber que ninguém compareceu, os extensionistas foram ao estacionamento distribuir panfletos e conversar rapidamente com os presentes. No entanto, encontraram poucos ônibus e nenhum motorista. Uma mensagem foi enviada ao grupo, e alguns informaram que estavam em manutenção dos ônibus, impossibilitando a abordagem naquele momento. Na semana seguinte, novamente ninguém compareceu no horário e local combinados, apesar dos avisos no grupo. Assim, foi feita uma busca ativa nos estacionamentos da UEPB, onde foram encontrados individualmente ou em pequenos grupos. Realizou-se uma abordagem rápida sobre acidentes de trabalho, focando nos cuidados e prevenção de acidentes de trânsito, os mais comuns para esses profissionais. Foram entregues panfletos informativos, e todos se mostraram receptivos e atentos às informações, manifestando interesse em adotar as medidas de segurança discutidas.

- **30/08/2023 - Vacinação:**

A vacinação foi escolhida como tema a ser abordado, considerando que, nos últimos anos, durante e após a pandemia, muito se tem falado sobre o assunto, frequentemente envolvendo fake news e desinformação generalizada. Decidiu-se, então, destacar a importância da vacinação e verificar pendências vacinais entre os mesmos, orientando-os a tomar as vacinas em atraso na unidade de saúde mais próxima de suas residências. Ao chegar no horário e local combinados, poucos participantes compareceram, mas informaram que os demais estavam no estacionamento. Assim, os extensionistas decidiram se dividir em dois grupos: um ficou responsável por desenvolver essa temática na CIAC, enquanto o outro se deslocou até o estacionamento para realizar abordagens individuais com aqueles que estavam ali. Todos receberam panfletos e orientações detalhadas sobre o assunto, mostrando-se receptivos e dispostos a regularizar seus cartões vacinais, demonstrando interesse em manter suas imunizações em dia e buscar proteção contra doenças.

SETEMBRO (AMARELO)

O Setembro Amarelo é uma campanha de prevenção ao suicídio realizada no Brasil, com o objetivo de conscientizar e informar a população sobre a importância da saúde mental e oferecer o apoio necessário a quem precisa de ajuda. Por esta razão, foi

decidido abordar temas a respeito da saúde mental e da prevenção ao suicídio durante todas as ações deste mês.

- **06/09/2023 - Prevenção ao suicídio:**

Na primeira ação do Setembro Amarelo, foi realizada uma conversa aberta com os motoristas sobre a prevenção ao suicídio, incluindo dicas de como identificar sinais de ideação suicida em si mesmos e em pessoas próximas, como familiares e amigos. Além disso, foi discutida a importância da valorização da vida e como buscar ajuda nesses casos. Estes se mostraram atenciosos e alguns compartilharam relatos de pessoas próximas que passaram por essa situação, o que enriqueceu a discussão. Em seguida, receberam materiais produzidos pelos extensionistas com informações sobre o tema e orientações sobre como buscar ajuda, para que tivessem esses recursos sempre à mão quando necessário.

- **13/09/2023 - Depressão:**

A depressão é uma doença silenciosa que pode levar ao suicídio, tornando-se um assunto muito importante a ser discutido. Neste dia, todos foram informados sobre essa doença em uma roda de conversa, abordando os principais sinais e sintomas e como identificá-los. Foi enfatizada a importância da ajuda profissional qualificada, pois a depressão tem tratamento e cura se for tratada adequadamente e não negligenciada. Os mesmos foram participativos na conversa, compartilhando suas compreensões do assunto e relatando experiências pessoais com a depressão. Eles demonstraram compreensão quanto à necessidade de ajuda profissional, embora alguns mencionassem o receio que muitos homens sentem de serem considerados frágeis, menos masculinos ou errados ao procurar esse tipo de ajuda. Isso evidenciou os preconceitos ainda presentes na sociedade em relação ao cuidado com a saúde mental, especialmente entre os homens.

- **20/09/2024 - Síndrome do esgotamento profissional:**

Essa condição se tornou relativamente comum em diversas profissões, o que tem sido motivo de preocupação para a saúde de modo geral. Por este motivo a temática foi abordada e foi feita a aplicação de alguns questionários, que permitiram a cada um compartilhar os principais motivos de estresse em sua profissão. A discussão foi proveitosa, e todos compreenderam a necessidade de aliviar esses estresses para

evitar o esgotamento. Para isso, foram instruídos em algumas técnicas para o alívio do estresse.

- **27/09/2023 - Ansiedade:**

Finalizando os temas abordados no setembro Amarelo, o último encontro do mês foi realizado mais uma vez na CIAC, com a presença da grande maioria. Neste encontro, discutiu-se a ansiedade e os principais gatilhos para seu desenvolvimento. Ao final, os extensionistas apresentaram algumas técnicas para o controle da ansiedade. Os participantes tiveram a oportunidade de compartilhar suas compreensões sobre o assunto e demonstraram estar bem informados, reconhecendo a importância de buscar técnicas para aliviar a ansiedade e evitar outras complicações de saúde mental, como a depressão e o suicídio, temas anteriormente discutidos.

OUTUBRO

- **04/10/2023 - Obesidade e Colesterol (HDL/LDL):**

A ação deste dia abordou a relação entre a obesidade e o colesterol (HDL/LDL). Através de uma roda de conversa, discutiu-se a temática, orientando sobre os tipos de colesterol e em quais alimentos eles estão presentes. Ao final, houve um momento para retirada de dúvidas, onde muitos relataram sofrer com colesterol alto relacionado ao estilo de vida (trabalho, alimentação, sedentarismo). Eles foram bastante participativos e se sentiram confortáveis em tirar suas dúvidas sobre o assunto. A ação foi concluída com o incentivo ao desenvolvimento de novos hábitos que podem prevenir essas complicações.

- **18/10/2023 - Perigos da Automedicação:**

A automedicação é um problema que pode resultar em diversas complicações de saúde e é frequentemente negligenciado, especialmente por pessoas que relutam em buscar serviços de saúde, uma tendência comum na população masculina. Por essa razão, essa questão foi abordada através da entrega de panfletos e questionários, ambos destacando os principais riscos associados à automedicação. Foi observado, pelas respostas e comentários dos participantes, que muitos fazem uso frequente de medicamentos sem prescrição médica, especialmente analgésicos e relaxantes musculares. Além disso, o uso indiscriminado de antibióticos também foi mencionado como um problema recorrente. Ao final da atividade, percebeu-se que os mesmos

foram capazes de realizar uma autoanálise sobre o assunto e reconsiderar suas práticas em relação à automedicação, reconhecendo a importância de buscar orientação médica adequada ao sentirem necessidade de fazer uso de qualquer tipo de medicamento.

- **25/10/2023 - Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs):**

Esta ação foi realizada através da distribuição de panfletos nos estacionamentos da UEPB, já que os participantes, mais uma vez, não compareceram ao local combinado dentro do horário. A temática foi brevemente abordada, considerando o desconforto e a timidez ao tratar esse tipo de assunto com os homens. No entanto, foi possível fornecer informações sobre as principais Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) e os métodos de prevenção, destacando a importância do uso de preservativos e do acompanhamento médico regular. Os panfletos incluíram informações detalhadas sobre os sintomas das ISTs mais comuns e a importância da testagem regular. Apesar da dificuldade inicial, muitos participantes se mostraram receptivos e interessados em aprender mais sobre a prevenção.

NOVEMBRO (AZUL)

O Novembro Azul é uma campanha de conscientização sobre a saúde masculina, especialmente focada na prevenção e no combate ao câncer de próstata, promovendo informações sobre a importância dos cuidados regulares e do diagnóstico precoce. Por esta razão, foi decidido abordar temas a respeito desse assunto durante todas as ações deste mês.

- **01/11/2023 - Dia D - (promoção) ao combate do câncer de próstata:**

No primeiro dia do mês foi realizada a ação denominada como “Dia D”, que foi cuidadosamente planejada com antecedência, com ampla divulgação em todas as mídias digitais do projeto e distribuição de convites ao longo do mês de outubro, o que atraiu a atenção da equipe do CODECOM-UEPB, que realizou uma reportagem (Link de acesso: <https://youtu.be/V8NaMZLkwFI?si=IW1oNoKRzWJ1vcOF>) sobre essa iniciativa. Durante o evento, foi conduzida uma roda de conversa sobre a relevância da campanha do novembro Azul, abordando também informações sobre o câncer de próstata e medidas preventivas. Todos demonstraram grande interesse, compartilhando experiências e conhecimentos sobre o tema. Ao final, foram

realizadas aferições de pressão arterial, sorteio de brindes e um café da manhã. Dois motoristas, a coordenadora do projeto e uma das extensionistas participaram da entrevista conduzida pelo CODECOM-UEPB.

- **22/11/2023 - Bons hábitos que ajudam a prevenir o câncer de próstata:**

Em continuidade ao mês de combate ao câncer de próstata, esta ação teve como objetivo discutir bons hábitos que podem prevenir o câncer de próstata, através da distribuição de panfletos educativos que informavam quais hábitos são adequados para a prevenção. Os homens mais uma vez demonstraram grande participação e levantaram dúvidas sobre o tema discutido, o que deixou o grupo de extensionistas bastante entusiasmado ao perceber o interesse deles com a temática.

- **29/11/2023 - Os principais problemas de saúde enfrentados pelos homens:**

Finalizando o mês de prevenção ao câncer de próstata e o ano de 2023 do projeto, foi realizada uma ação que abordou os principais problemas de saúde enfrentados pelos homens, proporcionando um resumo abrangente dos temas discutidos ao longo do ano, juntamente com algumas informações novas. Ao final, os participantes puderam esclarecer dúvidas sobre os temas discutidos, seguido por um momento de agradecimento pela participação de todos aqueles que estiveram presentes durante as ações ao longo do ano. Eles demonstraram gratidão pelas informações transmitidas e compartilharam feedbacks positivos sobre mudanças de hábitos e disseminação das informações adquiridas nas ações para outros homens, colegas e familiares.

5 CONCLUSÃO

A experiência adquirida no projeto de extensão voltado para a saúde do homem revelou-se extremamente enriquecedora, tanto no âmbito profissional quanto pessoal. A importância da saúde masculina como tema a ser discutido emergiu claramente ao longo do projeto. As práticas educativas em enfermagem mostraram-se fundamentais para a promoção da saúde nessa população, destacando a necessidade de intervenções contínuas e específicas para este grupo.

Durante o desenvolvimento das atividades, foram enfrentadas algumas dificuldades na implementação das atividades propostas, como a falta de tempo, o desinteresse e as barreiras culturais e sociais históricas em relação à saúde masculina apresentaram-se como desafios significativos. No entanto, o projeto conseguiu superar muitas dessas dificuldades, promovendo ações educativas eficientes. Foi observado que os participantes conseguiram compreender os temas abordados e, mais importante, tornaram-se disseminadores de novos conhecimentos dentro de suas comunidades, o que pode levar a mudanças positivas de hábitos e à adoção de práticas mais saudáveis.

A participação no projeto proporcionou uma visão ampliada e mais profunda sobre a importância da educação em saúde. Essa experiência permitiu identificar de maneira mais clara as demandas reais de saúde da população masculina e aprender a utilizar uma linguagem e postura adequadas para interagir com esse público. Além disso, o projeto sensibilizou os discentes para a importância de continuar contribuindo, enquanto profissional de enfermagem, com as necessidades e demandas específicas dessa população.

Conclui-se que este projeto de extensão se destacou por sua relevância social e educativa, ao mesmo tempo em que proporcionou um crescimento pessoal e profissional significativo. A continuidade e ampliação de iniciativas como esta são essenciais para a promoção de uma saúde integral e equitativa para os homens, contribuindo para a quebra de barreiras e preconceitos que ainda cercam a saúde masculina. A experiência reforça a necessidade de políticas públicas mais eficazes e de um esforço coletivo para que a educação em saúde alcance e transforme positivamente a vida dos homens.

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, D. R.; MILOCHI, C. S. A importância do enfermeiro da atenção básica na promoção à saúde do homem. **Faculdade Sant'Ana em Revista**, v. 5, n. 1, p. 6-14, 2021. Disponível em: <https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/fsr/article/view/1664>. Acesso em: 29 mai. 2024.

BRASIL. CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. **RESOLUÇÃO Nº 466**. 2012. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 18 jan. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O estigma social que envolve a saúde masculina**. Brasília, DF, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2022/o-estigma-social-que-envolve-a-saude-masculina>. Acesso em: 29 ago. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Perfil da morbimortalidade masculina no Brasil**. Brasília, DF, 2018. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perfil_morbimortalidade_masculina_brasil.pdf. Acesso em: 12 set. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: princípios e diretrizes**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_saude_homem.pdf. Acesso em: 22 jul. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde do homem: cuidado e prevenção devem ser feitos em todas as fases da vida**. Brasília, DF, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/novembro/saude-do-homem-cuidado-e-prevencao-devem-ser-feitos-em-todas-as-fases-da-vida>. Acesso em: 27 ago. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Boletim Epidemiológico**. Volume 53, número 08, Brasília, DF, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2022/boletim-epidemiologico-vol-53-no08/view>. Acesso em: 25 out. 2023.

BUSS, P. M.; HARTZ, Z. M. de. A.; PINTO, L. F.; ROCHA, C. M. F. Promoção da saúde e qualidade de vida: uma perspectiva histórica ao longo dos últimos 40 anos (1980-2020). **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 12, p. 4723-4735, dez. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320202512.15902020>.

CARVALHO, F.; AKERMAN, M.; COHEN, S. A dimensão da atenção à saúde na Promoção da Saúde: apontamentos sobre a aproximação com o cuidado. **Saúde e Sociedade**, v. 31, n. 3, p. e210529pt, 2022.

CASTRO, A. P. R. de. *et al.* Promoting health among the elderly: actions in primary health care. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, n. 2, p. 155–163, mar. 2018.

COBO, B.; CRUZ, C.; DICK, P. C. Desigualdades de gênero e raciais no acesso e uso dos serviços de atenção primária à saúde no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 26, n. 9, p. 4021-4032, set. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232021269.05732021>.

CODECOM. Uepb. **Universidade Estadual da Paraíba chega aos 58 anos de fundação como protagonista na educação superior**. 2024. Disponível em: <https://uepb.edu.br/universidade-estadual-da-paraiba-chega-aos-58-anos-de-fundacao-como-protagonista-na-educacao-superior/>. Acesso em: 10 jun. 2024.

COSTA, D. A. *et al.* Enfermagem e a educação em saúde. **REVISTA CIENTÍFICA DA ESCOLA ESTADUAL DE SAÚDE PÚBLICA DE GOIÁS "CÂNDIDO SANTIAGO"**, v. 6, n. 3, p. e6000012-e6000012, 2020.

DALTRO, M. R.; FARIA, A. A. de. Relato de experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 223-237, jan. 2019. Disponível em

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812019000100013&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 18 nov. 2023.

FERNANDES, M. C. P.; BACKES, V. M. S. Educação em saúde: perspectivas de uma equipe da Estratégia Saúde da Família sob a óptica de Paulo Freire. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 63, n. 4, p. 567–573, jul. 2010.

FITTIPALDI, A. L. de. M.; O'DWYER, G.; HENRIQUES, P. Educação em saúde na atenção primária: as abordagens e estratégias contempladas nas políticas públicas de saúde. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, p. e200806, 2021.

FRANÇA, A. M. B. de. *et al.* SAÚDE DO HOMEM NA ATENÇÃO BÁSICA: FATORES QUE LEVAM OS HOMENS A NÃO PROCURAR A ASSISTÊNCIA DE SAÚDE. **Caderno de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde - UNIT - ALAGOAS**, [S. l.], v. 6, n. 3, p. 191, 2021. Disponível em:

<https://periodicos.grupotiradentes.com/fitsbiosauade/article/view/9260>. Acesso em: 30 out. 2023.

GARCIA, L. H. C.; CARDOSO, N. de. O.; BERNARDI, C. M. C. do. N. Autocuidado e Adoecimento dos Homens: uma revisão integrativa nacional. **Revista Psicologia e Saúde**, [S.L.], p. 19-33, 9 out. 2019. Universidade Catolica Dom Bosco.

<http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v11i3.933>.

GONÇALVES, R. de S *et al.* Educação em saúde como estratégia de prevenção e promoção da saúde de uma unidade básica de saúde / Health education as a strategy for the prevention and promotion of health in a basic health unit. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 3, n. 3, p. 5811–5817, 2020. DOI:

10.34119/bjhrv3n3-144. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/11122>. Acesso em: 11 may. 2024.

HEMMI, A. P. A.; BAPTISTA, T. W. de F.; REZENDE, M. de. O processo de construção da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, p. e300321, 2020.

IBGE. **Panorama do Censo 2022**. 2022. Disponível em: <https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/indicadores.html>. Acesso em: 16 mar. 2024.

LIMA, M. X. A.; FERREIRA NETO, M. N.; POMPEU, R. M. Projeto de extensão no ensino superior como prática de responsabilidade social. **Revista de Gestão e Avaliação Educacional**, [S. l.], v. 9, n. 18, p. 1–12, 2021. DOI: 10.5902/2318133839368. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/regae/article/view/39368>. Acesso em: 22 nov. 2023.

MEDRADO, B. *et al.* Homens e masculinidades e o novo coronavírus: compartilhando questões de gênero na primeira fase da pandemia. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 1, p. 179–183, jan. 2021.

NAKATA, L. C. *et al.* Conceito de rede de atenção à saúde e suas características-chaves: uma revisão de escopo. **Escola Anna Nery**, v. 24, n. 2, p. e20190154, 2020.

NOBRE, J. de P.; FREITAS, C. A. de. Aspectos relacionados à implementação da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) no Brasil. **Espaço Para A Saúde - Revista de Saúde Pública do Paraná**, [S.L.], v. 22, p. 1-7, 23 nov. 2021. Instituto de Estudos em Saude Coletiva - INESCO. <http://dx.doi.org/10.22421/1517-7130/es.2021v22.e794>.

NUNES, A. B. *et al.* Os desafios na inserção do homem nos serviços de saúde da atenção primária / The challenges in the insertion of man in health services in primary care. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 3021–3032, 2020. DOI: 10.34119/bjhrv3n2-141. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/8598>. Acesso em: 30 oct. 2023.

OLIVEIRA, A. P. M. de.; RAMOS, D. A.; GONÇALVES, J. R. O PAPEL DO ENFERMEIRO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO HOMEM E A IMPORTÂNCIA DAS POLÍTICAS PÚBLICAS DE SAÚDE. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, Brasil, São Paulo, v. 3, n. 7, p. 257–273, 2020. DOI: 10.5281/zenodo.4172970. Disponível em: <https://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/59>. Acesso em: 01 jun. 2024.

ONU. **População Mundial Atinge 8 Bilhões de Pessoas**. 2022. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2022/11/1805342>. Acesso em: 12 out. 2023.

PAVINATI, G. *et al.* TECNOLOGIAS EDUCACIONAIS PARA O DESENVOLVIMENTO DE EDUCAÇÃO NA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, [S. l.], v. 26, n. 3, 2022. DOI: 10.25110/arqsaude.v26i3.2022.8844. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/saude/article/view/8844>. Acesso em: 04 jun. 2024.

SANTOS, R. R. dos. *et al.* SAÚDE DO HOMEM NA ATENÇÃO BÁSICA SOB O OLHAR DE PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM. **Enfermagem em Foco**, [S.L.], v. 12, n. 5, p. 887-893, 31 mar. 2022. Conselho Federal de Enfermagem - Cofen. <http://dx.doi.org/10.21675/2357-707x.2021.v12.n5.3905>.

SILVA, D. A. da; MARCOLAN, J. F. TENDÊNCIA DA TAXA DE MORTALIDADE POR SUICÍDIO NO BRASIL. **Revista Baiana de Enfermagem**, [S. l.], v. 36, 2022. DOI: 10.18471/rbe.v36.45174. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/45174>. Acesso em: 11 jan. 2024.

SILVA JÚNIOR, C. D. *et al.* Saúde do homem na atenção básica: fatores que influenciam a busca pelo atendimento. **Revista Ciência Plural**, v. 8, n. 2, p. 1-18, 2022.

SILVA, S. L. A. da.; TORRES, J. L.; PEIXOTO, S. V. Fatores associados à busca por serviços preventivos de saúde entre adultos brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 3, p. 783–792, mar. 2020.

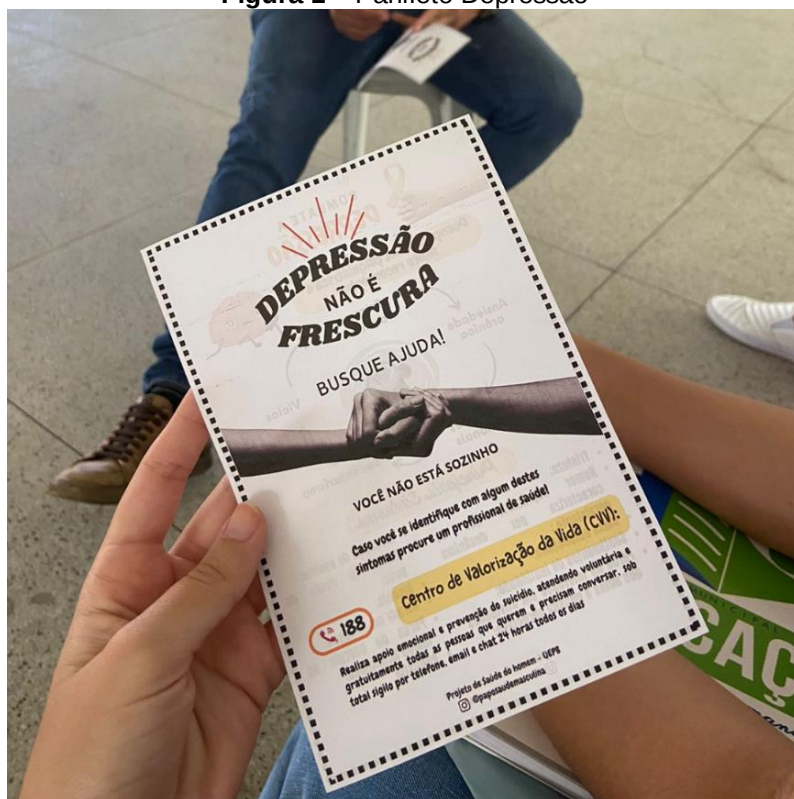
SOARES, B. V.; SANTOS, M. V. F. dos.; COSTA, T. S. da. Promoção e prevenção à saúde integral do homem pela enfermagem: revisão integrativa. **Scire Salutis**, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 172-179, 11 nov. 2021. Companhia Brasileira de Producao Cientifica. <http://dx.doi.org/10.6008/cbpc2236-9600.2022.001.0019>.

SOUSA, A. R. de. *et al.* Implementação da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: desafios vivenciados por enfermeiras. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 55, p. e03759, 2021.

VAZ, C. A. M. *et al.* Contribuições do enfermeiro para a saúde do homem na atenção básica. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 122–126, 2018. Disponível em: <https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/60>. Acesso em: 20 nov. 2023.

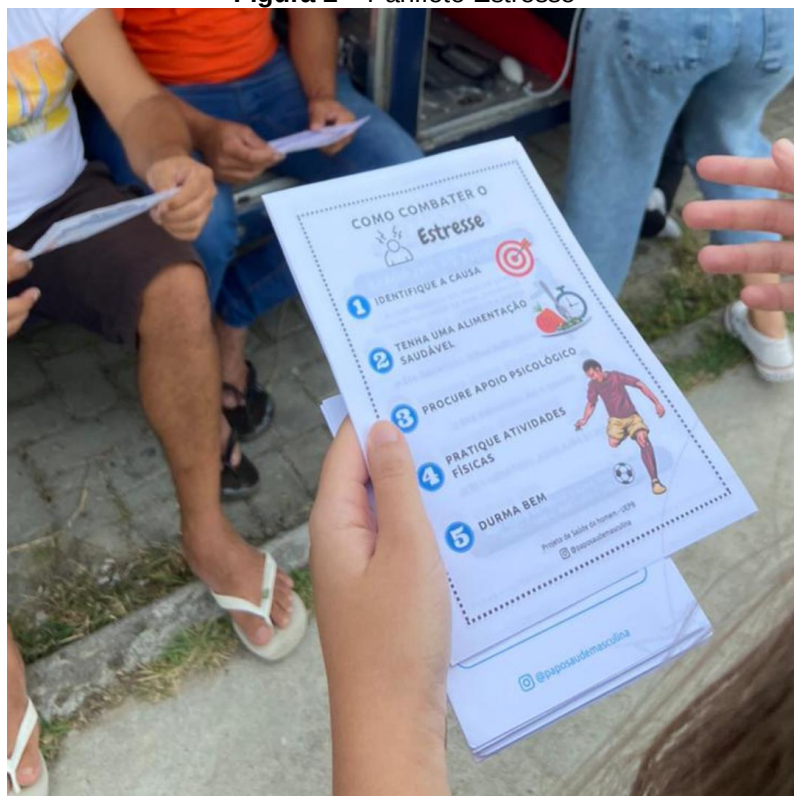
APÊNDICE A – MATERIAIS GRÁFICOS

Figura 1 – Panfleto Depressão



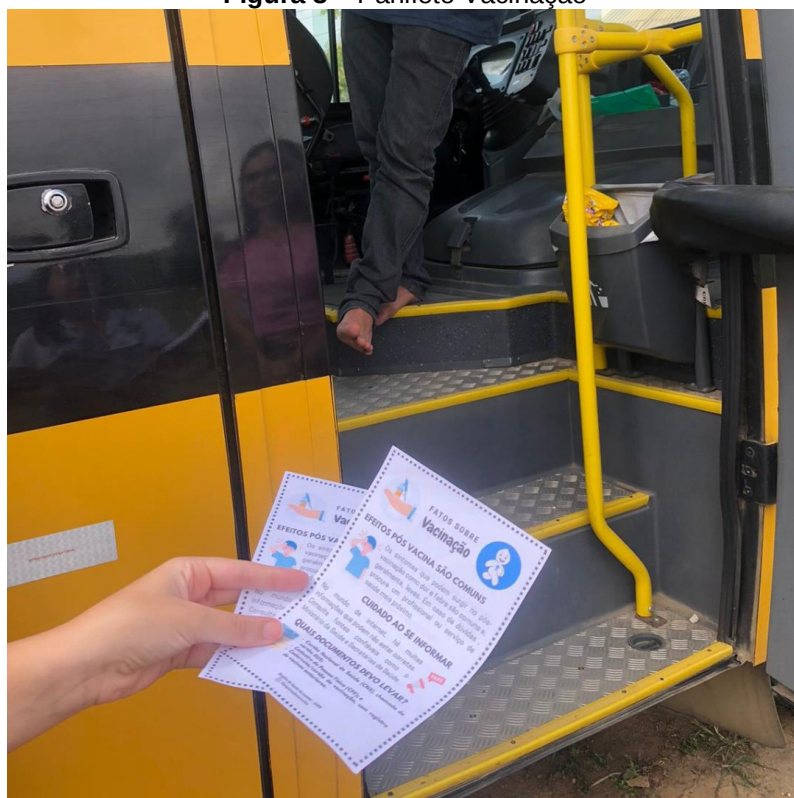
Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

Figura 2 – Panfleto Estresse



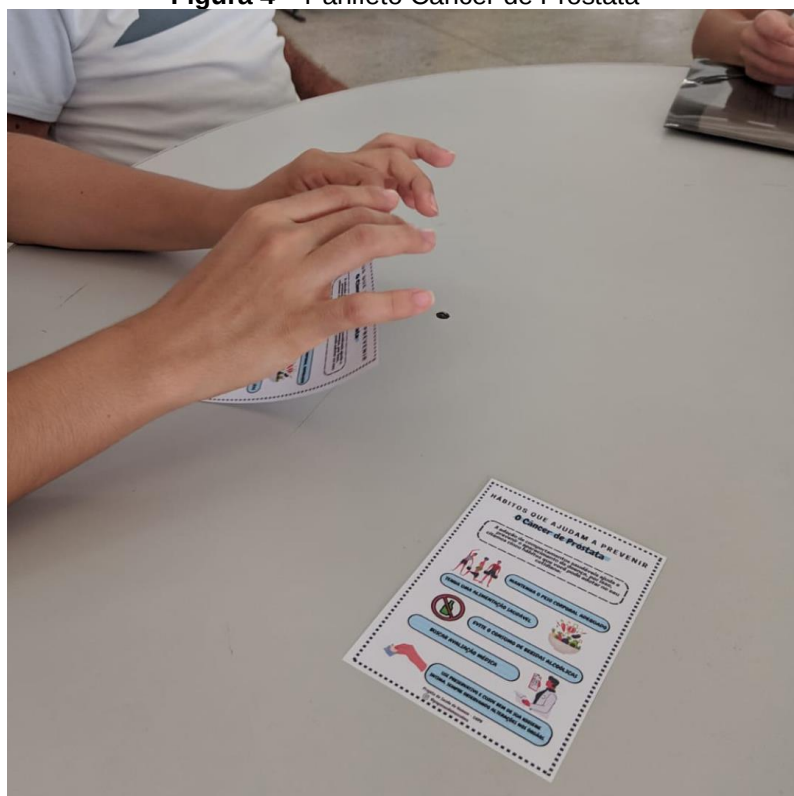
Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

Figura 3 – Panfleto Vacinação



Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

Figura 4 – Panfleto Câncer de Próstata



Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

APÊNDICE B – CADERNETA

Figura 5 - Caderneta



Fonte: Elaborada pela autora, 2023.