

Ações extensionistas para a saúde do homem: um relato de experiência
Extension actions for men's health: an experience report
Acciones de extensión para la salud de los hombres: un informe de experiencia

Recebido: 26/10/2020 | Revisado: 04/11/2020 | Aceito: 04/11/2020 | Publicado: 08/11/2020

Elizabeth Rose Costa Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5947-5535>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: oigresrose@gmail.com

Karoline Lacerda de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8755-5858>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: lacerdakarol@hotmail.com

Andressa da Silva Medeiros

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8677-2543>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: andressamedeirosmedeiros2@gmail.com

Letícia Guimarães Fassarella

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3903-7383>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: lelefassarella@gmail.com

Gabriele Malta da Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2780-0916>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: gabrielemalta2005@hotmail.com

Samara de Andrade Ferreira

ORCID:0000-0002-3961-3213

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: samara.ferreira.a18@gmail.com

Nizélia Ferreira da Silva Floro Rosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2841-0848>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: nizelia.floro@gmail.com

Jady Assis de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2918-9209>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: jadysouza@hotmail.com

Hulda Santana Franco

ORCID: <https://orcid.org/0000-001-5789-9975>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: hulda.sfranco@hotmail.com

Fabiana Cristina Silva da Rocha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7665-0550>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: fabianacsrocha@hotmail.com

Resumo

Objetivo: relatar a experiência vivenciada por bolsistas sobre as ações desenvolvidas com homens jovens e adultos acerca de sua saúde, na perspectiva da promoção e prevenção de agravos. Método: relato de experiência do início do projeto, em março de 2017 a setembro de 2020, sobre a relação da população masculina com a preservação de sua saúde, através do projeto “Cuidando da saúde do homem na perspectiva da promoção à saúde e prevenção de agravos”, realizado numa universidade pública do município do Rio de Janeiro. Resultados: traz a reflexão e discussão com homens jovens e adultos sobre sua relação com a preservação da saúde e a prevenção de doenças, esclarecendo essas questões por meio de orientação sobre questões de gênero masculino, na perspectiva da promoção à saúde. Do mesmo modo, discute-se o acesso à unidade de saúde e a importância de se adotar práticas seguras para sua saúde. Considerações Finais: o projeto de extensão estimula o homem jovem e adulto à reflexão sobre sua saúde, trazendo as políticas públicas de saúde do homem como condutoras da atuação na promoção de saúde e na prevenção de agravos, no estabelecimento de ações que ocupam lacunas de conhecimento e pesquisa.

Palavras-chave: Saúde do homem; Promoção à saúde; Educação em saúde; Enfermagem.

Abstract

Objective: to report the experience lived by scholarship holders about the actions developed with young men and adults about their health, in the perspective of the promotion and

prevention of diseases. Method: experience report from the beginning of the project, in March 2017 to September 2020, about the relationship of the male population with the preservation of their health, through the project “Taking care of men's health from the perspective of health promotion and prevention of grievances”, held at a public university in the city of Rio de Janeiro. Results: brings reflection and discussion with young men and adults about their relationship with health preservation and disease prevention, clarifying these issues through guidance on male gender issues, from the perspective of health promotion. Likewise, access to the health unit and the importance of adopting safe practices for their health are discussed. Final Considerations: the extension project encourages young men and adults to reflect on their health, bringing public health policies for men as drivers of action in health promotion and disease prevention, in the establishment of actions that fill gaps in knowledge and Research.

Keywords: Men's health; Health promotion; Health education; Nursing.

Resumen

Objetivo: relatar la experiencia vivida por los becarios respecto a las acciones desarrolladas con jóvenes y adultos sobre su salud, en la perspectiva de la promoción y prevención de enfermedades. Método: relato de experiencia desde el inicio del proyecto, desde marzo de 2017 a septiembre del 2020, en relación a la población masculina y la preservación de su salud, a través del proyecto “Cuidando la salud de los hombres, desde la perspectiva de promoción de la salud y prevención de agravios, realizado en una universidad pública de la ciudad de Río de Janeiro. Resultados: reflexión y discusión con jóvenes y adultos sobre la relación que existe entre la preservación de la salud y la prevención de enfermedades, desarrollando temáticas orientadoras que involucran al género masculino, desde la perspectiva de la promoción de la salud. Asimismo, se discute el acceso a la unidad de salud y la importancia de adoptar prácticas seguras para su salud. Consideraciones finales: el proyecto de extensión incita a hombres y mujeres jóvenes a reflexionar sobre su salud, manejando las políticas públicas de salud para los hombres como motores de acción en la promoción de la salud y prevención de enfermedades, en el establecimiento de acciones que llenen vacíos de conocimiento y buscar.

Palabras-clave: Salud de los hombres; Promoción de la salud; Educación para la salud; Enfermería.

1. Introdução

A relação homem e saúde, com enfoque de gênero, vem sendo estudada na última década, na tentativa de compreender como esta influencia o comportamento desta população e como a construção social das diferentes masculinidades afeta a saúde dos homens (Martins et al., 2020b).

Atualmente, a relação do homem com sua saúde traz situações complexas, como o fato de associar o ato de cuidar a natureza feminina e não masculina, dificuldade em verbalizar o que sente e um acesso deficiente aos serviços de saúde são questões que, de alguma forma, podem facilitar o adoecimento deste indivíduo (Martins et al., 2020a).

Observando este cenário e identificando que as políticas disponíveis no Sistema Único de Saúde (SUS) eram mais voltadas para saúde infantil e da mulher, o Ministério da Saúde, em 2008, desenvolveu a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNASH), com a intenção de destinar um cuidado característico a este público, pois não havia promoção da saúde masculina; os homens eram inseridos automaticamente em campanhas de público geral, como de diabetes e hipertensão (Martins et al., 2020b).

Foi então criada a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, como um meio de estreitar a relação dos homens com os serviços de saúde ofertados pelo SUS, disponibilizando a entrada pela atenção primária à saúde (APS), a fim de minimizar o número de homens gravemente acometidos por patologias, principalmente, neurovasculares, por causas externas e neoplasias, e diminuir, também, o índice de mortalidade, que se mostra superior em relação às mulheres (Lima & Aguiar, 2020).

Apesar dessas transformações em benefício da saúde do homem, ainda assim os homens mostram uma baixa adesão aos serviços de atenção primária, procurando, mais comumente, os serviços de saúde quando se encontram em estágios mais complexos da doença. Isso mostra como, atualmente, os homens ainda possuem uma cultura arcaica de que não necessitam de cuidados e demonstrar essa necessidade os invalida da sua masculinidade, assimilando o cuidado como uma característica estritamente feminina (Lima & Aguiar, 2020).

A atividade extensionista justifica-se, considerando que as pessoas do gênero masculino não são informadas sobre as políticas de saúde e são pouco inseridas na atenção primária. Um desses fatores ocorre pela falta de tempo dos homens cuja carga horária é sobrecarregada por causa de estudo, trabalho, mas um outro motivo é a falta de divulgação nas mídias das Políticas Públicas de Saúde do Homem. Desse modo, esses fatores contribuíram, e ainda contribuem, para o desencadeamento de futuras doenças crônicas no

sexo masculino. Vale ressaltar, também, os indicativos de altos índices de morbimortalidade do gênero masculino (Pereira, Klein & Meyer, 2019).

Dessa forma, acredita-se na relevância de atividades que estimulem o homem à reflexão sobre sua saúde, bem como a conhecer possíveis agravos característicos do gênero, ressaltando a importância de se cuidar. Nesse sentido, é importante que as Políticas Públicas de Saúde do Homem sejam condutoras da atuação na promoção de saúde e na prevenção de doenças para transformar a realidade (Brasil, 2016).

O projeto tem como objetivos: esclarecer as pessoas do gênero masculino, as doenças específicas, na perspectiva da promoção à saúde e prevenção de agravos, conforme a política de atenção integral a saúde do homem; discutir e refletir sobre a atual relação do homem com a sua saúde como usuário da atenção básica de saúde; orientar sobre a prática de hábitos saudáveis para a preservação de sua saúde; estimular a reflexão, ressaltando a importância de prevenir agravos em relação a doenças próprias do gênero; fornecer material educativo no formato de *folders* e panfletos, esclarecendo as doenças próprias do gênero e estimular as investigações que possam contribuir com a saúde do homem.

O projeto atende a uma proposta extensionista, integrando ensino-pesquisa-prestação de serviço (Santos et al., 2016). Tendo como objetivo, relatar a experiência sobre o desenvolvimento das ações extensionistas de um projeto voltado à saúde do homem.

2. Metodologia

A metodologia usada refere-se a relato de experiência, trazendo a prática vivenciada no projeto de extensão “Cuidando da Saúde do Homem na perspectiva da Promoção à Saúde e Prevenção de agravos”, com oito bolsistas voluntários de graduação, que desenvolvem atividades de ensino, pesquisa, cuidado e extensão. O principal alvo do projeto é desmistificar questões de saúde culturalmente construídas, buscando melhorar a captação, a adesão e a percepção do homem como um ser vulnerável, bem como agregar conhecimentos aos profissionais da saúde de forma a contribuir com a prática profissional.

Desta forma, o projeto de extensão foi criado na Faculdade de Enfermagem da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) em 2017, mantendo-se até os dias atuais. Inicialmente, houve uma aproximação dos integrantes com o conteúdo relacionado à população masculina, com reflexões, discussões e aulas teóricas contendo as principais temáticas relacionadas à saúde do homem.

3. Relato de Experiência

Conhecendo o projeto de extensão

A atividade extensionista tem o intuito de levar o conhecimento sobre a saúde do homem para além do meio acadêmico e ampliar o leque sobre a educação em saúde na enfermagem. Para isso, a proposta foi levada a feiras de saúde da instituição nos anos de 2018 e 2019, como em outras instituições de ensino superior e médio, além de eventos em praça pública, nos quais foram realizadas rodas de conversas com a população masculina, com o propósito de levar orientações e esclarecer dúvidas sobre saúde.

Os homens não obtêm informações concretas sobre políticas públicas que os contemplem, hábitos de higiene saudáveis e as comorbidades que mais afetam e ainda são pouco inseridos nos serviços de saúde. Um desses fatores ocorre pela falta de tempo dos homens com carga horária sobrecarregada, por causa de estudo e trabalho, mas, principalmente, pela falta de divulgação das mídias sobre as Políticas Públicas de Saúde do Homem (Martins et al., 2020b).

Para que houvesse um melhor entendimento sobre as particularidades masculinas, que abrangem desde hábitos de higiene saudáveis até doenças que acometem os homens, além das rodas de conversa, foram elaborados *folders* explicativos, cartazes, jogos interativos, aplicados aos homens, para que, assim, houvesse um entendimento e reflexão sobre o que é a saúde do homem e se conhecesse possíveis agravos característicos do gênero.

O projeto tem como preocupação mostrar ao homem a importância de torná-lo sujeito principal do cuidado de sua saúde. Para isso, além dos materiais educativos, eram trazidos dados sobre os índices de morbimortalidade masculina, bem como os dados indicativos de que os homens procuram os serviços de saúde de forma menos frequente quando comparados às mulheres.

Além disso, durante as atividades realizadas nas feiras educativas, traz-se a importância da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH), seus objetivos, metas e conteúdo, pois muitos homens não conhecem a política e não sabem sobre sua importância quando o assunto é saúde do homem (Brasil, 2009).

Muito além das propostas das rodas de conversa – e para que fosse possível realizar a troca dos conteúdos aprendidos sobre a saúde do homem –, são realizadas aproximações também em diversos momentos durante o ambiente acadêmico, partindo-se do princípio de

que qualquer momento está aberto à troca de conhecimentos, uma vez que o conteúdo já havia sido perpassado durante as reuniões do projeto.

Buscando disseminar informações sobre a saúde do homem, em junho de 2020 foi criada uma página em uma rede social, Instagram, na qual são postados, semanalmente, conteúdos informativos sobre a saúde desse público-alvo, desmistificando-a de forma didática com homens, estudantes e população em geral. Os comentários, seguidores e curtidas a cada publicação mostram o interesse pela temática e a importância da continuação dessa rede, sendo um elo de comunicação.

Vivenciando o Cuidar da “Saúde do homem”

Desenvolver atividades com a população masculina não é uma tarefa muito fácil, por diversas razões, principalmente quando envolve questões de gênero e a masculinidade se sobrepõe de alguma maneira à saúde.

O gênero masculino possui pouca ou quase nenhuma visibilidade perante os outros públicos, portanto é desafiador fazer com que o homem compreenda que masculinidade não é sinônimo de força, superproteção, provisão e, muito menos, de ausência de doença (Moll et al., 2019).

Para melhor entender as questões que envolvem a saúde do homem, foi necessário adotar a perspectiva do gênero, ou seja, analisar as indagações da assistência à saúde no contexto masculino, pois elas influenciam desde os hábitos de vida do indivíduo à maneira como este lida com as morbidades (Ferreira et al., 2016).

Foi necessário compreender os comportamentos socialmente construídos que, se por um lado, podem levar os homens à maior exposição a riscos que levem ao adoecimento, por outro, mantêm a cultura da dominação masculina (Oliveira et al., 2017). Esta compreensão fez com que as atividades extensionistas ocorressem de forma a dar qualidade no acolhimento a este homem.

Compreende-se que, para acelerar o alcance de melhores indicadores de qualidade de vida e padrões de vida mais longa, é essencial desenvolver cuidados voltados à perspectiva de gênero para a população masculina.

O gênero masculino foi alvo de reflexões, sendo fundamental para a promoção da equidade na atenção a essa população, no desenvolvimento de mudanças significativas para o cuidar de sua saúde.

Educação em Saúde na perspectiva de promoção

A educação e a saúde são espaços de produção e aplicação de saberes destinados ao desenvolvimento humano, havendo um consenso sobre o relevante papel de ações de promoção da saúde e de educação em saúde.

O projeto atua como um facilitador, fornecendo elementos para que a população masculina jovem e adulta se aproprie de conhecimento a respeito da saúde integral, identificando e conhecendo os fatores de risco determinantes do processo saúde-doença.

Muito além da ausência de doença – e para desfazer essa visão sobre o conceito de saúde –, as Políticas de promoção à saúde objetivam atuar sobre os seus determinantes através de ações intersetoriais, que envolvam saneamento básico, renda, trabalho, alimentação, acesso ao lazer – entre outros. Desse modo, a saúde é vista como um recurso da vida e não um objetivo de viver (Brasil, 2012).

Para tal, entende-se por educação em saúde uma atividade desenvolvida com a população, visando abordar aspectos direcionados à promoção, à proteção e à recuperação no âmbito da saúde. Além disso, tem como foco retratar diferentes saberes, valorizando o conhecimento popular já existente, de tal modo que seja uma abordagem perceptiva, a qual integra questões singulares que podem ser adaptadas conforme a necessidade da população (Falkenberg, Mendes, Moraes & Souza, 2014).

Dessa maneira, as pessoas aguçam o seu instinto crítico e reflexivo e passam a desvendar preceitos errôneos que lhe foram passados, sendo capazes, desde então, de modificar seus hábitos de vida e se tornarem protagonistas no cuidado de sua saúde, bem como no da coletividade (Falkenberg et al., 2014).

Contribuição do projeto e seus desafios

Ao desenvolver uma atividade extensionista, que envolve a saúde do homem, pode-se dizer que o principal objetivo é a informação ao homem e, de alguma forma, levá-lo a pensar em cuidar da sua saúde.

Os homens, de forma geral, habituaram-se a evitar o contato com os espaços da saúde, sejam os consultórios médicos, sejam os corredores das unidades de saúde pública, orgulhando-se da própria invulnerabilidade. Avessos à prevenção e ao autocuidado, é comum que protelem a procura de atendimento, permitindo que os casos se agravem e ocasionando,

ao final, maiores problemas e despesas para si e para o sistema de saúde, que é obrigado a intervir nas fases mais avançadas das doenças (Brasil, 2009).

Outra perspectiva do projeto é diminuir a invisibilidade desta população, tanto nas unidades acadêmicas quanto nas de saúde. A saúde do homem, ainda hoje, é pouco explorada ou até invisível aos profissionais de saúde, visto que, comprovadamente, a população masculina cuida menos de sua saúde se comparada à população feminina (Martins et al., 2020b).

À medida que a saúde do homem é trazida para discussão, menos invisível torna-se essa população para os profissionais e acadêmicos, pois é a partir do conhecimento que ele cativa perante as necessidades e particularidades que englobam a saúde do homem, que sua assistência torna-se diferenciada permitindo a ele que humanize e torne mais singular as medidas adotadas para o cuidado (Martins et al., 2020a).

A fim de desmistificar pré-conceitos e disseminar conhecimento de maneira geral, o projeto de extensão busca se aproximar da população masculina, contribuindo com a expansão de medidas de promoção da saúde, tais como a importância da higiene íntima adequada, ou tratamento/prevenção de doenças. Além disso, o projeto busca informar e esclarecer sobre as Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST), a vasectomia, a presença do parceiro no pré-natal e a política de atenção integral à saúde do homem.

Vista como estratégia para atingir a população masculina, foi encontrada nas mídias sociais, como o Instagram, uma ferramenta importante de educação em saúde, de simples acesso para a maior parte da população de todas as idades, sobretudo os jovens.

Esta ferramenta permitiu abordar as temáticas de suma importância para a saúde do homem em linguagem de entendimento descomplicado, ampliando o conhecimento do homem sobre si mesmo e seus direitos e, conseqüentemente, contribuindo para a sua qualidade de vida, pois quanto mais se conhece sobre o assunto, maior será a adesão às políticas de saúde e aos cuidados e menores serão os preconceitos.

Os desafios que compreendem essa prática estão na constante atualização acerca das novas e das já implantadas demandas de saúde apresentadas, que, muitas vezes, passam despercebidas aos olhos da população masculina pela padronização do cuidado. No entanto, os acadêmicos também passam por dificuldades semelhantes, visto que este é um conteúdo ainda pouco abordado nas salas de aula, restringindo ao estudante o interesse em buscar novos meios para agregar em sua formação.

4. Considerações Finais

A extensão oferece inúmeras possibilidades de crescimento aos acadêmicos de graduação em enfermagem, bem como favorece a população masculina jovem e adulta a compreender a importância de cuidar da saúde e conhecer suas particularidades e singularidades como gênero masculino. Além disso, possibilita a efetividade da relação da teoria com a prática, em ações que possibilitem diminuir a invisibilidade desta população nas unidades de saúde.

É um desafio pensar na saúde do homem como promoção e prevenção de agravos, mas, para tal, é imprescindível um acolhimento em sua integralidade. A falta de visibilidade dessa população traz consequências que traduzem o aumento de morbimortalidade da população masculina.

No que concerne ao ensino de enfermagem, vale ressaltar a necessidade de incluir a temática “saúde do homem” nos currículos, a fim de compreender e propor ações pautadas em princípios do SUS e nas proposições da Política à Saúde do Homem e, assim, garantir acesso de todos os profissionais e não apenas aos inseridos no projeto de extensão.

Vale ainda ressaltar a lacuna existente na produção de conhecimento voltado à temática, sendo necessária uma perspectiva de reformulação dos paradigmas sobre a saúde do homem.

Pode-se dizer que o projeto de extensão é o caminho que leva à experiência, ao aprendizado, ao conhecimento, à compreensão, à sensibilidade da realidade vivida pela população masculina no que se refere à saúde. A partir desta vivência no projeto, os acadêmicos poderão levar os ensinamentos para a vida pessoal e profissional, na busca de significados fundamentais, a fim de compreender e propor ações pautadas em princípios do SUS e nas proposições da Política de Atenção Integral à Saúde do Homem.

Referências

Brasil. (2012). Ministério da Saúde. *DataSUS: indicadores e dados básicos*. Brasília. Recuperado de <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/defthtm.exe?idb2012/c10.def>

Brasil. (2009). Ministério da Saúde. *Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: Plano de Ação Nacional*. Brasília. Recuperado de <http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2014/maio/21/CNSH-DOC-Plano-Nacional.PNAISH-2009-2011.pdf>

Brasil. (2016). Ministério da Saúde. Conselho Nacional da Secretaria de Saúde. *Promoção da saúde – Proposta do Conselho Nacional de Secretários de Saúde para sua efetivação como política pública*. Recuperado de <http://www.conass.org.br/promocao-da-saude/>

Falkenberg, M. B., Mendes, T. P. L., Moraes, E. P. & Souza, E. M. (2014). Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(3), 847-852.

Ferreira, F. G. P., Costa, H. P., Carvalho, C. M. D. L., Leite, A. C. P., & Celestino, J. J. de H. (2020). A saúde masculina no paradoxo teoria-prática: aplicabilidade na enfermagem. *Research, Society and Development*, 9(8), e574986155. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.6155>

Lima, C. S., & Aguiar, R. S. (2020). Men's access to primary health care services: an integrative review. *Research, Society and Development*, 9(4), e157943027. Doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i4.3027>

Moll, M., Boff, N., Silva, P., Siqueira, T., & Ventura, C. (2019). O enfermeiro na saúde na saúde da família e a promoção de saúde e prevenção de doenças. *Enfermagem em Foco*, 10(3). doi:<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2019.v10.n3.2001>

Martins, E. R. C., Oliveira, K. L., Medeiros, A. S., Fassarella, L.G., Franco, H. S., Rocha, F. C. S., Costa, G. M., Costa, C. M. A., Spindola, T., & Alves, F. S. (2020a.) Saúde do homem jovem e as práticas educativas na perspectiva da promoção a saúde. *Research, Society and Development*. 9(9), e400997351. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7351>

Martins, E. R. C., Medeiros, A. C., Oliveira, K. L., Fassarella, L. G., Moraes, P. C., & Spindola, T. (2020b). Vulnerabilidade de homens jovens e suas necessidades de saúde. *Escola Anna Nery*, 24 (1), e20190203. Doi: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2019-0203>

Pereira, J., Klein, C., & Meyer, D. E. (2019). PNAISH: uma análise de sua dimensão educativa na perspectiva de gênero. *Saúde e Sociedade*, 28(2), 132-146.

Santos, J. H. S., Rocha, B. F., Passaglio, K. T. (2016). Extensão Universitária e formação no Ensino Superior. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, Rio de Janeiro, 7(1), 23-28.
Doi: <https://doi.org/10.36661/2358-0399.2016v7i1.3087>.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Elizabeth Rose Costa Martins – 10%

Karoline Lacerda de Oliveira – 10%

Andressa da Silva Medeiros – 10%

Letícia Guimarães Fassarella – 10%

Gabriele Malta da Costa – 10%

Samara de Andrade Ferreira – 10%

Nizelia Ferreira da Silva Floro Rosa – 10%

Jady Assis de Souza – 10%

Hulda Santana Franco – 10%

Fabiana Cristina Silva da Rocha – 10%