

PET-SAÚDE/GRADUASUS: AÇÃO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA SEMANA DO HOMEM – ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E PREVENÇÃO DE DOENÇAS E AGRAVOS NÃO TRANSMISSÍVEIS

Débora Suellen Ribeiro Gomes¹; Rejane Maria Sales Cavalcante Mori²; Sandra Maria dos Santos Figueiredo³; Gabrielly Rodrigues Moura⁴; Ana Caroline Negrão Lopes⁵

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Mestrado em Patologia das Doenças Tropicais, UFPA;

³Mestrado em Saúde e Educação na Amazônia, Secretaria Municipal de Saúde (SESMA);

⁴Graduando, UFPA;

⁵Graduando, UFPA

debora.gomes7@hotmail.com

Introdução: No Brasil a partir de observações sobre a saúde da população, são notórios os grandes obstáculos enfrentados para o cuidado e promoção da saúde do homem. Tal cenário deve-se em grande parte ao embate frequente em questões de estereótipos de gênero, socioculturais e do senso comum¹. Em análise de dados epidemiológicos, nota-se pontos de fragilidade que alertam para um olhar mais atento aos homens brasileiros, como por exemplo a taxa bruta de mortalidade geral no Brasil, em homens de 20 a 59 anos, segundo o Ministério da Saúde, foi igual a 4,6 óbitos por mil habitantes, estando 2,3 vezes maior que as mulheres. As principais causas de mortes em ordem de maior prevalência são as externas (acidentes de transporte terrestre, quedas, agressões), as doenças do aparelho circulatório, e as neoplasias². Dessa forma é de fundamental importância e necessidade fazê-lo compreender a urgência do autocuidado, que inclui a realização de exames periódicos e preventivos, além do conhecimento acerca das principais doenças que os afetam, a fim de propiciar uma mudança positiva nesse cenário há muitos anos persistente no Brasil². **Objetivos:** Promover, de forma simples e acessível, práticas de cuidados com a saúde que se tornem hábitos persistentes para prevenção de doenças e agravos não transmissíveis por meio de uma experiência de educação alimentar e nutricional realizada em uma Unidade Municipal de Saúde (UMS) em Belém, Pará, direcionada para o público masculino. **Descrição da Experiência:** A atividade de educação em saúde foi realizada em 2 dias diferentes para que um público grande de usuários tivesse a oportunidade de participar, sendo uma realizada no dia 10 e a outra no dia 12 do mês de julho de 2017, na UMS do Guamá, no turno da tarde. A ação de educação alimentar e nutricional contou com a participação de usuários que aguardavam atendimento na clínica médica da unidade. Caracterizada como atividade de sala de espera, a ação foi realizada em 3 momentos. O primeiro, dedicado à informações e orientações básicas sobre a saúde do homem, se deu por meio de diálogo aberto entre as acadêmicas do curso de nutrição e os usuários da unidade acerca das principais doenças que acometem os homens, como diabetes, câncer de próstata, hipertensão arterial, cálculos renais, insuficiência renal, câncer de estômago e a importância do autocuidado, com observação das principais características de cada condição, seus sinais e sintomas, tratamento e a necessidade da realização de exames periódicos e preventivos, além da proposição sobre a atual condição da saúde do homem no Brasil para entendimento e sensibilização dos usuários. No segundo momento foram difundidas dicas simples e essenciais para se ter uma alimentação saudável, fazendo relação entre as práticas de prevenção e as doenças anteriormente discutidas, incentivando-os a melhorar seu estilo de vida, desmistificando conceitos incoerentes com relação ao autocuidado do homem. Por fim, no terceiro momento foi realizada uma dinâmica para avaliação dos conhecimentos alcançados a partir do que foi dito nas etapas anteriores sobre as principais doenças que acometem os homens. A dinâmica foi

composta pela exposição de casos clínicos fictícios que remetessem a situações cotidianas de sinais e sintomas de patologias antes comentadas, ao final de cada exposição foi feita a pergunta sobre o que aquele indivíduo poderia ter, seguida de três opções. Após a escolha de uma alternativa pelos usuários, foi dada a resposta correta sobre o questionamento acerca do assunto abordado, com a confirmação ou não da resposta escolhida. Ao final da dinâmica foram entregues materiais educativos sobre alimentação saudável e sua importância para a prevenção de doenças e agravos não transmissíveis, e também com orientações para a realização de exames periodicamente. A atividade foi realizada por acadêmicas do curso de nutrição, tutor e preceptor do Programa Pet-saúde/GraduaSUS. Teve duração de 30 minutos, e contou com a participação de 20 usuários no primeiro dia, e 28 usuários no segundo dia. **Resultados:** Os resultados foram caracterizados em: entendimento acerca das principais doenças que acometem os homens no Brasil. Observou-se excelente participação e interação dos usuários em todos os momentos da atividade, principalmente durante a dinâmica, já que a mesma apresentava situações cotidianas e atraiu a atenção de todos, refletindo inclusive a realidade de muitos dos participantes, o que proporcionou debates muito interessantes e pertinentes às situações propostas, com exposição de relatos e dúvidas acerca do tema principal da atividade, contando ainda com expressiva participação de mulheres que também aguardavam atendimento, com o intuito de repassar as informações que foram prestadas para seus companheiros, filhos e pais, além da atenção empreendida por todos no decorrer da atividade. **Conclusão ou Considerações Finais:** A ação de educação em saúde, direcionada ao público masculino possibilitou experiência ímpar para as acadêmicas de nutrição. O planejamento de uma atividade que alcançasse um público considerado resistente pelo próprio comportamento em relação à saúde foi um desafio, ao final da ação restou um grande aprendizado sobre a importância do posicionamento do profissional de saúde que deve se mostrar preocupado e interessado nos problemas de quem busca atendimento médico, em que a procura por formas que incentivem este usuário a mudar de atitude seja permanente, o que faz das atividades de educação em saúde uma ferramenta estratégica e eficaz para o alcance do usuário, identificação de seus problemas e prestação de informações e direcionamentos acessíveis para promoção da saúde.

Descritores: Educação em saúde, Alimentação saudável, Saúde do homem.

Referências:

1. Scussel MRR, Machado DM. Política nacional de assistência integral à saúde do homem: uma revisão integrativa. REFACS [Internet]. 2017; 5(2):235-244 [acesso em 2017 set 12]; Disponível em: <http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/viewFile/1754/pdf>.
2. Moura, Erly. Perfil da situação de saúde do homem no Brasil. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz - Instituto Fernandes Figueira, 2012. [acesso em 2017 jul 07]; Disponível em: <http://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2014/maio/13/Perfil-da-Situa---o-de-Sa--de-do-Homem-no-Brasil.pdf>.