

EDUCAÇÃO NA SAÚDE DO HOMEM POR MEIO DE CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Girlene Ribeiro da Costa¹;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/0237925771487268>

João Pedro de Araújo Carvalho Farias²;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/8170148763348473>

Bruno Miguel Abreu Soares³;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/6522928100160747>

Emanuela Fernanda Cantanhede de Magalhães⁴;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

Giovana Guimarães Lima Benvindo⁵;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/1704130289139637>

Irla Beatriz Sipaúba Sousa⁶;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/4412788925088332>

Isabelly Fernandes Galdino Gonçalves⁷;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/6815158747786285>

Mariana Amorim Pereira⁸;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/2183621521010000>

Mirella Rodrigues Dias⁹;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/1596359679984104>

Gilderlene Alves Fernandes Barros Araújo¹⁰;

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/9167183761471115>

Fernanda Cláudia Miranda Amorim¹¹

Centro Universitário Uninovafapi (UNINOVAFAPI), Teresina, PI.

<http://lattes.cnpq.br/6252799610100325>

RESUMO: Introdução: Homens frequentemente evitam cuidados preventivos devido a estigmas que vinculam o autocuidado à vulnerabilidade, o que compromete a qualidade de sua saúde e contribui para o aumento de doenças evitáveis. A promoção e prevenção em

saúde são essenciais para desconstruir esses estigmas e diminuir a incidência de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Objetivo: Relatar a experiência de um projeto de extensão curricular voltado à saúde do homem, com ênfase em ações de autocuidado para promoção da saúde e prevenção de doenças. Método: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido como parte de um projeto de extensão realizado nos meses de agosto a novembro de 2024. A ação foi conduzida por estudantes do 2º período do curso de Medicina e realizada em uma empresa de produtos siderúrgicos em Teresina, Piauí. Resultados: As atividades realizadas incluíram palestras socioeducativas sobre autocuidado e prevenção de doenças, distribuição de materiais didáticos com orientações práticas de saúde e aferição de pressão arterial. Conclusão: A ação extensionista favoreceu o desenvolvimento de habilidades e competências fundamentais para a formação acadêmica no curso de Medicina, alinhando teoria e prática em um contexto real, além de fortalecer o vínculo entre a Universidade e população atendida.

PALAVRAS-CHAVE: Extensão Curricular. Educação em saúde. Saúde do homem.

EDUCATION IN MEN'S HEALTH THROUGH EXTENSION CURRICULARIZATION: EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT: Introduction: Men often avoid preventive care due to stigmas that link self-care to vulnerability, which compromises the quality of their health and contributes to the increase in preventable diseases. Health promotion and prevention are essential to deconstruct these stigmas and reduce the incidence of Chronic Noncommunicable Diseases (NCDs). Objective: To report the experience of a curricular extension project focused on men's health, with an emphasis on self-care actions for health promotion and disease prevention. Method: This is a descriptive study, of the experience report type, developed as part of an extension project carried out from August to November 2024. The action was conducted by students in the 2nd period of the Medical course and carried out at a steel products company in Teresina, Piauí. Results: The activities carried out included socio-educational lectures on self-care and disease prevention, distribution of teaching materials with practical health guidelines, and blood pressure measurement. Conclusion: The extension action favored the development of fundamental skills and competencies for academic training in the Medicine course, aligning theory and practice in a real context, in addition to strengthening the bond between the University and the population served.

KEYWORDS: Curricular Extension. Health Education. Men's Health.

INTRODUÇÃO

A saúde do homem é um tema pouco abordado, impactado por estigmas sociais que associam a masculinidade à invulnerabilidade. Esses fatores levam à baixa procura por serviços de saúde, prejudicando a prevenção e resultando em altos índices de morbidade e mortalidade masculina (Morais *et al.*, 2021). A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde

do Homem (PNAISH) busca ampliar o acesso e promover ações preventivas, respeitando as diversas masculinidades presentes no Brasil (Brasil, 2021).

Apesar disso, 34% dos homens entre 20 e 59 anos não estão cadastrados na Atenção Primária à Saúde (APS), recorrendo mais a atendimentos secundários e terciários. As principais doenças que afetam os homens são as crônicas, como problemas cardiovasculares, associadas a comportamentos de risco e barreiras de acesso aos serviços de saúde, como filas e perda de dias de trabalho (Brasil, 2023; Lima; Helfstein, 2023). A prevenção primária é essencial para melhorar a qualidade de vida e reduzir custos no sistema de saúde. Estratégias como a promoção de hábitos saudáveis e o diagnóstico precoce são indispensáveis, mas a adesão masculina ainda é baixa, devido a barreiras socioculturais e institucionais.

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são uma das principais causas de mortalidade masculina, sendo responsáveis por 56,1% das mortes prematuras no Brasil em 2019. Fatores de risco como tabagismo, consumo excessivo de álcool, sedentarismo e alimentação inadequada contribuem para esse cenário (Brasil, 2023; OPAS, 2024).

O projeto extensionista, alinhado aos ODS 3 (Saúde e Bem-estar) e ODS 4 (Educação de Qualidade), visa promover hábitos saudáveis, incentivar exames regulares e fortalecer a educação continuada para homens adultos (ONU, 2015). Além disso, proporciona aos acadêmicos de medicina experiência prática em planejamento, execução e avaliação de ações de saúde, fortalecendo competências éticas e sociais.

Os benefícios esperados incluem a melhoria da qualidade de vida dos homens, sensibilização para cuidados preventivos e autocuidado, e o fortalecimento das relações entre a comunidade e a instituição de ensino médico. O projeto busca gerar um impacto duradouro na saúde, educação e bem-estar, promovendo uma sociedade mais saudável e consciente.

OBJETIVO

Relatar a experiência de um projeto de extensão curricular voltado à saúde do homem, com ênfase em ações de autocuidado para promoção da saúde e prevenção de doenças.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido como parte de um projeto de extensão curricular realizado nos meses de agosto a novembro de 2024. A ação foi conduzida por estudantes do 2º período do curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior privada localizada em Teresina, Piauí.

O público-alvo consistiu de trabalhadores do sexo masculino de uma empresa processadora e distribuidora de produtos siderúrgicos voltada para o mercado de construção civil e metalurgia, localizada na mesma cidade. A escolha da empresa foi motivada

por diversos fatores, incluindo o fato de que seu corpo de trabalhadores ser composto majoritariamente por homens e por ser um local onde existem riscos e desafios constantes que envolve ações para a promoção e prevenção da saúde do homem.

O local de realização do projeto, disponibilizou tanto o espaço quanto o auditório para realização da palestra, além de recursos de mídia, como projetor de slides e ferramentas para apresentação de mídia audiovisual. Além disso, a empresa forneceu um horário especial de expediente para os trabalhadores na data marcada para execução do projeto, visando maior adesão do corpo laboral à ação.

As atividades foram planejadas em três etapas: identificação das evidências científicas sobre as ações de autocuidado para promoção da saúde do homem e prevenção de DCNT; elaboração do material didático da palestra e dos folders educativos e execução da ação.

As atividades realizadas no ambiente de trabalho e incluíram palestras socioeducativas com duração de 20 minutos, utilizando materiais didáticos, como folders, para conscientizar os participantes sobre a importância do autocuidado e da prevenção de DCNT.

Além disso, foram realizadas aferições de pressão arterial e medidas antropométricas, com orientações para identificação e controle de fatores de risco, promovendo ações de saúde direcionadas ao bem-estar dos trabalhadores. Nas necessidades identificadas durante a ação os trabalhadores foram orientados e encaminhados a procurar o serviço de saúde. Tais ações tiveram o objetivo de promover a autoconscientização e o entendimento sobre o autocuidado com a saúde do homem, além de práticas de prevenção e promoção de bem-estar no quadro predominantemente masculino de trabalhadores da empresa-alvo.

O projeto em questão não envolveu pesquisa com seres humanos, apenas a distribuição de informações, o que o dispensa da necessidade de aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), conforme estabelecido nas resoluções 466/12. No entanto, foi solicitada autorização institucional para a sua realização (Brasil, 2012).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados do projeto evidenciaram avanços significativos na conscientização dos trabalhadores sobre a importância do autocuidado e da prevenção de DCNT. As palestras socioeducativas criaram um ambiente propício à reflexão sobre hábitos de vida saudáveis, como alimentação balanceada, prática regular de exercícios físicos e controle de fatores de risco, despertando nos participantes maior interesse por práticas preventivas e acompanhamento médico regular.

A aferição da pressão arterial e as medições antropométricas realizadas possibilitaram a identificação de alterações em parâmetros relevantes, como hipertensão e sobrepeso, em alguns trabalhadores. Esses casos foram orientados a buscar atendimento médico especializado, reforçando a relevância das ações de educação em saúde para o diagnóstico precoce e a mitigação de complicações associadas às DCNT.

Durante as atividades, constatou-se que muitos trabalhadores desconheciam aspectos básicos sobre prevenção e promoção da saúde. Um número expressivo demonstrava falta

de informação sobre os riscos associados ao sedentarismo e ao consumo excessivo de sal, açúcar e gorduras. Contudo, ao término das intervenções, os relatos dos participantes indicaram maior conhecimento sobre esses temas e um interesse genuíno em adotar hábitos de vida mais saudáveis.

Apesar dos avanços, foram identificados desafios, como o engajamento inicial dos trabalhadores, dificultado pelo estigma que associa o cuidado com a saúde masculina à fragilidade. Muitos relataram evitar serviços médicos, acreditando que o autocuidado é desnecessário, exceto em situações de urgência. Esse comportamento reflete barreiras socioculturais amplamente discutidas na literatura e reforça a importância de ações educativas contínuas para desconstruir esses estigmas.

Para os acadêmicos, o projeto representou uma oportunidade única de integrar teoria e prática, vivenciando a extensão universitária de forma enriquecedora. A experiência possibilitou o desenvolvimento de habilidades fundamentais, como comunicação efetiva em saúde, trabalho em equipe, planejamento e execução de intervenções, além de ampliar a empatia no atendimento a diferentes contextos socioculturais.

Outro destaque foi a parceria com a empresa, que desempenhou papel essencial ao disponibilizar infraestrutura, como auditório e recursos audiovisuais, além de ajustar o expediente para viabilizar a participação dos trabalhadores. Esse suporte institucional evidencia a relevância das parcerias entre universidades e o setor privado no enfrentamento de desafios em saúde pública.

A análise das atividades realizadas indica que ações educativas como essas têm o potencial de gerar impactos duradouros na saúde e no bem-estar dos participantes. Os trabalhadores demonstraram maior abertura para discutir questões relacionadas à saúde e interesse na continuidade de iniciativas semelhantes. Além disso, para os acadêmicos, o contato direto com a população-alvo ampliou a compreensão sobre as dificuldades de acesso à saúde enfrentadas pelos homens e a importância de estratégias de comunicação claras e acessíveis.

Os dados obtidos e as respostas positivas dos participantes reforçam a importância da educação em saúde como uma ferramenta transformadora, tanto para a comunidade atendida quanto para a formação de futuros profissionais de saúde. Recomenda-se a ampliação e a periodicidade de ações semelhantes, com o objetivo de consolidar os resultados alcançados e maximizar os impactos positivos na saúde coletiva.

Assim, os alunos envolvidos no projeto de extensão tiveram uma experiência significativa ao participar da organização e execução das atividades educativas voltadas para a saúde do homem. Durante o processo, puderam aplicar na prática os conhecimentos adquiridos em sala de aula, aprimorando suas habilidades de comunicação, educação em saúde e trabalho em equipe.

A interação com os trabalhadores da empresa proporcionou um aprendizado real sobre as necessidades e desafios enfrentados pela população masculina em relação ao autocuidado e à prevenção de doenças. Além disso, os alunos observaram o impacto

positivo das ações realizadas, como o aumento do interesse dos trabalhadores em se cuidar, realizar exames periódicos e adotar práticas de saúde preventiva. Essa vivência também contribuiu para o desenvolvimento da empatia e da capacidade de adaptação das estratégias educativas ao contexto real do público-alvo.

Entre os aspectos positivos do projeto, destacaram-se o engajamento ativo dos discentes, a sistematização da ação educativa e o apoio estrutural da empresa, que disponibilizou espaço, recursos e cronograma flexível para as atividades.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de extensão foi uma oportunidade enriquecedora para os alunos, que puderam integrar teoria e prática em uma ação educativa significativa. A experiência contribuiu para o fortalecimento do compromisso dos alunos com a promoção da saúde e a prevenção de doenças, além de ajudá-los a superar desafios na comunicação de temas de saúde de forma acessível. O envolvimento no projeto também destacou a importância da educação em saúde como uma ferramenta essencial para promover mudanças comportamentais e desconstruir estigmas em torno do autocuidado masculino.

A experiência proporcionada aos acadêmicos favoreceu o desenvolvimento de competências essenciais, como comunicação em saúde, organização de estratégias educativas e interação com a comunidade, fortalecendo a articulação entre ensino, pesquisa e extensão.

Para a comunidade-alvo, a iniciativa contribuiu para a sensibilização sobre a importância do autocuidado e do acesso aos serviços de saúde, destacando o potencial transformador da educação em saúde na promoção de bem-estar e melhoria da qualidade de vida. Recomenda-se a continuidade e a ampliação de ações semelhantes, com maior abrangência e periodicidade, a fim de consolidar os resultados obtidos e ampliar o impacto positivo em saúde coletiva.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466**, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. 2012. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria GM/MS nº 3.562, de 12 de dezembro de 2021**. Altera o Anexo XII da Portaria de Consolidação GM/MS nº 2, de 28 de setembro de 2017, para dispor sobre a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH). Documentação Técnica, 2021. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2021/prt3562_15_12_2021.html

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **VIGITEL BRASIL 2023: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito**

telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2023. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2023.pdf

LIMA, A. K. S.; HELFSTEIN, D. R. A não adesão aos serviços de atenção básica pelo público masculino. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 6, n. 5, p. 25589-25604, 2023. Doi: 10.34119/bjhrv6n5-396.

MORAIS, J. L. P., *et al.* Saúde do homem e determinantes sociais na saúde coletiva. **Revista de enfermagem UFPE on-line**. v. 15, n. 2, 2021. Doi: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2021.247844>

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Transformando nosso mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável**. 2015. Disponível em: <https://sdgs.un.org/2030agenda>.

PAN AMERICAN HEALTH ORGANIZATION (OPAS). **Leading causes of death and disease burden in the Americas: Noncommunicable diseases and external causes**. Washington, D.C.: PAHO, 2024. Doi: 10.37774/9789275128626.