

AÇÕES EDUCATIVAS EM SAÚDE COM GRUPO DE HOMENS CATÓLICOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Educação em saúde

Ana Cristina Garcia de Araújo¹; Josilene Mariz de Brito²; Raniele Suêle Pereira³; Roberta Kaliny de Souza Costa⁴

¹ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, anacristina_pb@hotmail.com

² Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, josilene-brito@hotmail.com

³ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, ranielly.saintclair@hotmail.com

⁴ Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, robertaksc@bol.com.br

INTRODUÇÃO

Os agravos que acometem a população masculina constituem verdadeiros problemas de saúde pública. Esse grupo, além de ser o mais atingido por doenças como o câncer, hipertensão e diabetes, apresentam frágil vinculação com as ações realizadas no ambiente dos serviços de saúde.

Em decorrência dessa problemática, foi instituída em 2009 a Política Nacional de Saúde do Homem, com o intuito de reorientar a assistência à saúde da população masculina, proporcionar o equilíbrio da oferta do serviço com as reais necessidades desse público, visando a prevenção de doenças, a promoção da saúde e a participação ativa dos homens nas questões relacionadas à qualidade de vida¹.

As medidas assistenciais e educativas direcionadas aos homens, em especial, as realizadas no âmbito da atenção básica, são importantes para estimular a adoção de boas práticas em saúde, desvendar alguns mitos, reduzir os índices de morbimortalidade por causas preveníveis e evitáveis nessa população.

Com a educação em saúde é possível intervir nos modos de vida dos indivíduos e da coletividade, proporcionando o desenvolvimento da autonomia dos sujeitos, o compartilhamento de saberes e experiências relacionados aos cuidados à saúde, além de promover a interação da comunidade com a realidade dos serviços de saúde².

Diante disso, o presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência de ações educativas em saúde sobre prevenção do câncer de próstata, hipertensão arterial sistêmica e alimentação saudável, realizadas junto a um grupo de homens católicos, usuários da rede pública de saúde de Caicó/RN.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, vivenciado por acadêmicos de Graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, Campus Caicó, no componente curricular de Estágio Supervisionado, que tem como objetivo a intervenção na realidade da produção dos serviços de saúde/enfermagem, a partir do desenvolvimento de práticas de educação em saúde na rede de atenção básica.

A vivência teve como público alvo um grupo de homens católicos e contemplou três encontros, realizados no período de agosto a novembro de 2016, no turno matutino, em uma igreja católica, localizada no município de Caicó/RN.

Durante o trabalho, buscou-se identificar as problemáticas vivenciadas pelo grupo, a partir de uma prévia observação da realidade, guiada por roteiro norteador, planejar e implementar as ações de forma sistematizada, além de realizar a avaliação das ações propostas, a fim de estimar seu impacto.

Os temas abordados foram: alimentação saudável, prevenção do câncer de próstata e a hipertensão arterial, trabalhados a partir de rodas de conversa, encenação, projeção de vídeos, utilização de imagens e dinâmicas interativas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades de educação em saúde com o grupo de homens foram realizadas em três momentos. No primeiro foi discutida a prevenção do câncer de próstata com a utilização de dinâmica de perguntas e respostas sobre a doença, distribuídas entre os participantes. Foram utilizadas imagens ilustrando a próstata sem alterações e com carcinoma instalado e realizada uma atividade de colagem, envolvendo os fatores de risco para esse tipo de câncer.

Na abordagem desse tema, os homens reconheceram que tem necessidades de saúde a serem atendidas, especialmente às relacionadas ao exame, apontando sugestões para uma melhor adesão e inserção da população masculina nos serviços de saúde da atenção básica. Constatou-se a partir dessa situação que o comportamento do grupo vai de encontro às atitudes características do público masculino que, normalmente, refletem a vergonha em procurar por serviços de saúde, mascaram a sua fragilidade diante dos agravos, o constrangimento, medo e preconceito, vinculado à cultura machista predominante na sociedade³.

O segundo encontro contemplou o tema da hipertensão arterial, trabalhado com a encenação de um júri simulado, em que a acusada era a hipertensão e os jurados eram os homens. Foram apresentadas imagens e vídeo ilustrando o processo de obstrução das artérias e como ocorre o aumento da pressão arterial, os fatores de risco e suas consequências quando não tratada.

A avaliação ao final no primeiro e segundo encontros aconteceu com a utilização de placas de mito ou verdade, com as quais os homens indicavam o julgamento de afirmativas relacionadas aos assuntos.

A hipertensão arterial é uma doença crônica que exige do indivíduo a adoção de medidas farmacológicas e mudanças comportamentais para alcançar o controle dos níveis pressóricos e prevenir complicações. Essas medidas, especialmente as que envolvem hábitos e estilos de vida, são difíceis de serem alcançadas, por isso merecem atenção especial do profissional de saúde, reforçando a importância de comportamentos como a redução do consumo de álcool, o controle da obesidade, a dieta equilibrada, a prática regular de atividade física e a cessação do uso do tabaco⁴.

Nesse sentido, o trabalho com grupos educativos é uma estratégia que possibilita as discussões e orientações quanto à adesão ao tratamento de patologias como a hipertensão, à adequação de alguns comportamentos e à adoção de novos hábitos de vida.

Aprofundando as discussões a respeito da adoção de estilos de vida mais saudáveis, como estratégia para o alcance de resultados mais favoráveis no cuidado à HAS, foi trabalhada com o grupo de homens a temática da alimentação saudável.

O tema foi abordado no terceiro e último encontro, utilizando-se como recurso a montagem de uma pirâmide alimentar, com a colagem de imagens pelos participantes, de alimentos consumidos na sua rotina diária em grandes, médias e pequenas quantidades. Os nutrientes contidos nos alimentos foram discutidos e um álbum seriado foi utilizado na apresentação dos dez passos para uma alimentação saudável.

Finalizando a discussão da temática, procedeu-se a avaliação da atividade com a reconstrução da pirâmide alimentar, de acordo com as experiências e informações discutidas sobre os hábitos alimentares saudáveis.

A prática alimentar adequada e saudável é importante na promoção da saúde, na prevenção e no tratamento não farmacológico de muitas doenças, por isso, maiores esforços devem ser despendidos no sentido de ampliar as

orientações, vislumbrando mudanças no perfil alimentar e nutricional da população, especialmente entre os homens, os jovens e as pessoas que ainda podem prevenir o desenvolvimento de doenças crônicas com alimentação saudável⁵.

A utilização de metodologias ativas nos encontros ajudou no entendimento e estimulou a participação do grupo, sensibilizando os homens com assuntos relacionados a hábitos mais saudáveis, ligados à alimentação e ao cuidado pessoal, aumentando a adesão ao estilo de vida saudável.

CONCLUSÕES

O desenvolvimento das atividades de educação em saúde é relevante para a formação discente ao proporcionar o aperfeiçoamento do processo ensino/aprendizagem e o aprimoramento das habilidades necessárias ao profissional enfermeiro. Considera-se que as trocas de experiências entre conhecimento científico e popular, desmistifica costumes e ressalta a relevância da promoção da saúde, permitindo a formação de vínculos entre universidade/serviços de saúde/equipamentos sociais, indispensáveis à melhoria da saúde dos usuários.

Palavras-Chave: Educação em saúde; hipertensão; Hábitos alimentares; Doenças prostáticas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Política Nacional de Atenção à Saúde do Homem: princípios e diretrizes**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.
2. ROECKER, S.; MARCON, S. S. Educação em saúde na estratégia saúde da família: o significado e a práxis dos enfermeiros. **Esc Anna Nery**. v. 15, n. 4, p. 701-9, 2011. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/ean/v15n4/a07v15n4.pdf> >. Acesso em: 4 abril 2017.
3. CAVALCANTI, J. R. D. et al. Integral Assistance to Men's Health: needs, barriers and coping strategies. **Esc Anna Nery**. v. 18, n. 4, p. 628-634, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v18n4/en_1414-8145-ean-18-04-0628.pdf>. Acesso em: 4 abril 2017.
4. OLIVEIRA, T. L. Effectiveness of education in health in the nonmedication treatment of arterial hypertension. **Acta Paul Enferm**. v. 26, n. 2, p. 179-84, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v26n2/en_v26n2a12.pdf>. Acesso em: 4 abril 2017.
5. LINDEMANN, I. L.; MENDOZA-SASSI, R. A. Guidelines to healthy eating and associated factors among users of primary health care in southern Brazil. **Rev Bras Promoç Saúde**. v. 29, n. 1, p. 34-42, 2016. Disponível em: < http://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/4125/pdf_1 >. Acesso em: 4 abril 2017.