

## CUIDANDO DA SAÚDE DO HOMEM: PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DE BEM-ESTAR

SOARES, Bruno Miguel de Abreu<sup>2</sup>; MAGALHÃES, Emanuela Fernanda Cantanhede de<sup>1</sup>; BENVINDO, Giovana Guimarães Lima<sup>2</sup>; COSTA, Girlene Ribeiro da<sup>2</sup>; SOUSA, Irla Beatriz Sipaúba<sup>2</sup>; GONÇALVES, Isabelly Fernandes Galdino<sup>2</sup>; FARIAS, João Pedro de Araújo Carvalho<sup>2</sup>; PEREIRA, Mariana Amorim<sup>2</sup>; DIAS, Mirella Rodrigues<sup>2</sup>; ARAÚJO, Gilderlene Alves Fernandes Barros<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Discente apresentador do 2º período do Curso de Medicina do Centro Universitário UNINOVAFAPI. E-mail: emanuelafernanda2022@gmail.com

<sup>2</sup>Discentes do 2º período do Curso de Medicina do Centro Universitário UNINOVAFAPI.

<sup>3</sup>Docente do Centro Universitário UNINOVAFAPI. Fisioterapeuta. Doutorado em Engenharia Biomédica pela Universidade do Vale do Paraíba.

**Palavras-chave:** Autocuidado. Educação em saúde. Prevenção de doenças. Saúde do homem.

**Introdução:** Os homens, muitas vezes, afastam-se dos cuidados preventivos devido aos estigmas sociais que associam o autocuidado à vulnerabilidade. Essa realidade impacta a qualidade da saúde masculina, aumentando os casos de doenças evitáveis. Portanto, é importante a participação ativa do homem no cuidado da própria saúde, por meio da promoção e da prevenção, estratégias indispensáveis na desconstrução dos estigmas sociais e dos modelos socioculturais instituídos na sociedade e associados ao cuidado da população masculina, auxiliando na redução das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). **Objetivo:** Promover atividades de educação em saúde para prevenir DCNT em homens adultos, incentivando a adoção de hábitos saudáveis e a realização de exames periódicos. **Método:** Trata-se de um projeto de extensão realizado no mês de novembro de 2024, na filial do Grupo Ferronorte, situada no município de Teresina-PI. Homens adultos em idade, entre 20 e 59 anos. As atividades foram realizadas no ambiente de trabalho e incluíram palestras socioeducativas e o uso de materiais didáticos, como folders, enfatizando a conscientização sobre a importância da saúde masculina. Também foram feitas aferições de pressão arterial e medidas antropométricas para alertar sobre os fatores de risco. **Resultados:** A atividade evidenciou resultados positivos, instigou a mudanças de comportamento, reforçando a conscientização sobre o autocuidado e a importância da prevenção entre os homens. Os participantes relataram maior compreensão dos riscos associados às DCNT e demonstraram maior interesse em práticas preventivas e na realização de exames periódicos. **Conclusão:** O projeto fortaleceu a articulação entre ensino e pesquisa, permitindo que os acadêmicos de medicina apliquem seus conhecimentos teóricos na prática. Foi alcançada maior promoção da saúde e do bem-estar dos homens participantes, destacando a importância da educação em saúde para a prevenção de DCNT e a melhoria do autocuidado masculino.

### Referências

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>

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. Doi: <https://doi.org/10.21680/2446-7286.2022v8n2ID26410>