



OS PROGRAMAS PREVENTIVOS DE SAÚDE MATERNO-INFANTIL E O ENVOLVIMENTO MASCULINO

Aula 21

**Módulo 12 – Saúde da Comunidade e Envolvimento
Comunitário**



Os programas preventivos de saúde materno-infantil e envolvimento masculino

- Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva.



Objectivos de aprendizagem

- Ao final desta sessão os alunos deverão ser capazes de:
 - ✓ Explicar razões que mantêm homens afastados dos serviços de saúde, o que interfere em suas necessidades de saúde.
 - ✓ Identificar necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva.



Introdução

- Durante muitos anos, são assumidas posições em relação à saúde dos rapazes e dos homens, do tipo: “eles são saudáveis e têm menos necessidades do que as mulheres e as meninas”.
- E mais: assumimos que é difícil lidar com eles, pois são agressivos e não se preocupam com a sua saúde.
- “O homem é o sexo forte e a mulher o sexo frágil”.



Introdução

- Será que esses rótulos de que o homem “é forte”, “é saudável”, “é agressivo” os afasta dos serviços de saúde?
- Chegaria o homem a sentir-se tão superior, a ponto de pensar que não necessita de cuidados de saúde?

Qual a opinião de vocês sobre isso?



Introdução

- É muito importante refletirmos sobre como se dá a socialização dos homens. Muitas vezes, as próprias mulheres no papel de mães, esposas, produzem esses rótulos.
- Independente de ser homem ou mulher, todo indivíduo necessita dos serviços de saúde



O envolvimento com os serviços de saúde deve ser motivado desde a infância.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Estudos comparativos entre homens e mulheres têm comprovado que os homens são mais vulneráveis às doenças, sobretudo às enfermidades graves e crônicas, e que morrem mais precocemente que as mulheres (Nardi et al., 2007; Courtenay, 2007; Luck et al, 2000).



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Apesar da maior vulnerabilidade e das altas taxas de morbidade e mortalidade, os homens não buscam, como o fazem as mulheres, os serviços de atenção primária, adentrando ao sistema de saúde pela atenção ambulatorial e hospitalar de média e alta complexidade;
- Essa condição tem como consequência diagnósticos tardios, agravos de morbidades pelo retardo na atenção e maiores custos para o sistema de saúde.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Muitos agravos poderiam ser evitados caso os homens realizassem, com regularidade, as medidas de prevenção primária à saúde.
- A resistência masculina à atenção primária aumenta não somente a sobrecarga financeira da sociedade, mas também, o sofrimento físico e emocional do utente e de sua família.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Pesquisas apontam várias causas da baixa adesão do homem aos serviços e ações de saúde, que podem ser agrupadas em barreiras socioculturais e institucionais.
- A compreensão dessas barreiras é importante para a proposição estratégica de medidas que venham a promover o acesso dos homens aos serviços de saúde, a fim de resguardar a prevenção e a promoção como eixos necessários e fundamentais de intervenção à saúde masculina.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Parte da não adesão às medidas de atenção integral, por parte dos homens, decorre de variáveis culturais.
- Estereótipos de gênero, enraizados há séculos na cultura patriarcal, potencializam práticas baseadas em crenças e valores do que é ser masculino.
- A doença é considerada um sinal de fragilidade que os homens não reconhecem como inerentes à sua própria condição biológica.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- O homem julga-se invulnerável, o que contribui para que ele cuide menos de si e se exponha mais às situações de risco;
- A isto se acresce o fato de que o indivíduo tem medo que o médico descubra que algo vai mal com a sua saúde, o que põe em risco sua crença de invulnerabilidade.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Os homens têm dificuldade em reconhecer suas necessidades, cultivando o pensamento mágico que rejeita a possibilidade de adoecer.
- Os serviços e as estratégias de comunicação privilegiam as ações de saúde para a criança, o adolescente, a mulher e o idoso.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Uma razão bastante apontada pelos homens para a não procura pelos serviços de saúde está ligada a sua posição de provedor.
- Alega-se que o horário do funcionamento dos serviços de saúde coincide com a carga horária do trabalho.



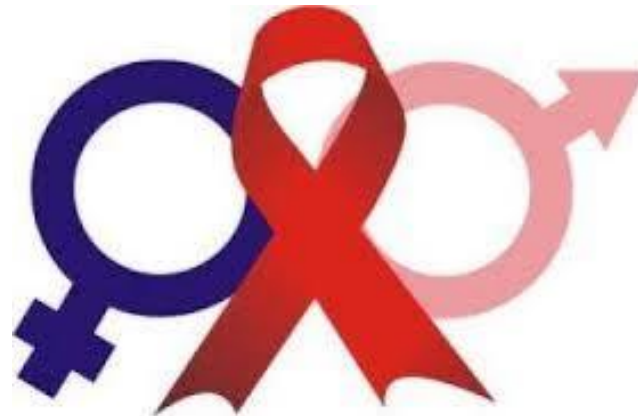
Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Não se pode negar que os homens, em geral, são mais prejudicados pela actividade laboral. Nesse sentido, três alternativas devem ser pensadas:
 - ✓ A ida a unidade sanitária é um direito do homem trabalhador, que terá sua falta ou atraso justificado;
 - ✓ Criação de terceiro turno em parte das unidades sanitárias;
 - ✓ Implementação de acções de saúde ocupacional nos locais de trabalho (grandes empresas).



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Ainda que o trabalho masculino seja um obstáculo ao seu envolvimento com os serviços de saúde, há de se destacar que grande parte das mulheres, de todas as categorias socioeconômicas, faz hoje parte da força produtiva, inseridas no mercado de trabalho formal, e nem por isso deixam de procurar os serviços de saúde.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Outro ponto igualmente assinalado é a dificuldade de acesso aos serviços assistenciais, alegando-se que, para marcação de consultas, há de se enfrentar longas esperas que, muitas vezes, causam a “perda” de um dia inteiro de trabalho, sem que necessariamente tenham suas demandas resolvidas em uma única consulta.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Novas pesquisas e perspectivas procuram formas mais cuidadosas de entender como é feita a socialização de homens e rapazes, entender as suas necessidades em termos de desenvolvimento saudável e como os educadores da área da saúde e outros podem ajudar da maneira mais adequada.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Nos últimos 20 anos e devido a numerosas iniciativas levadas a cabo para conferir poder às mulheres e corrigir desigualdades de género, muitos defensores dos direitos das mulheres aprenderam que a promoção da saúde e bem-estar das raparigas também requer o envolvimento de homens e rapazes.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- A Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento (CIPD, 1994) e a IV Conferência Mundial sobre Mulheres (Beijing, 1995), lançaram as bases para a inclusão de homens e rapazes no empreendimento de esforços, visando a melhoria do status das mulheres e raparigas.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- O Programa de Acção da CIPD, por exemplo, procura “promover a igualdade de género em todas as esferas da vida, incluindo a vida familiar e comunitária, encorajar e levar os homens a assumirem responsabilidade pelo seu comportamento sexual e reprodutivo, bem como pelos seus papéis familiares e sociais”.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Em Moçambique as principais morbidades masculinas são: Malária, Sida, Tuberculose, DTSs, anemias, parasitoses intestinais e vesicais, asma e diabetes.
- No Brasil, por exemplo, pesquisa revelou que os problemas de saúde mais recorrentes nos homens estão em três eixos: violência, exposição a riscos e saúde sexual e reprodutiva.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Medidas de promoção da saúde e prevenção de doenças que atendem às principais necessidades masculinas:
- Prevenção da **osteoporose**: inserir alimentos ricos em cálcio na dieta e se expor ao sol todos os dias, de 10 a 15 minutos, antes das 10h e após às 16h, para fixar e ativar a vitamina D, responsável pela absorção de cálcio no organismo.



Dieta rica em alimentos saudáveis contribui para melhor qualidade de vida e previne a obesidade.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- **Prática de exercícios físicos, regularmente:** a actividade física realizada desde a juventude previne o organismo do risco de vários problemas à saúde, principalmente de ordem metabólica e os cardiovasculares.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- É grande a incidência de acidentes no trânsito envolvendo homens jovens, por isso não dirigir se tiver ingerido **bebida alcoólica** e evitar caronas ao perceber que o motorista está alcoolizado.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- A medição periódica da pressão arterial detecta a hipertensão, evitando, desta maneira, possíveis complicações, **como derrame, infarto, problemas renais, aneurismas.**
- O homem deve, na realizar, anualmente, dosagem sanguínea do colesterol, triglicérides e glicose.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- **Combate ao HIV/Sida:** Debater extensamente o impacto da multiplicidade de parceiros sexuais frente à magnitude da epidemia em Moçambique, de forma a implementar intervenções com o objectivo de aumentar a fidelidade mútua a um parceiro sexual e a fidelidade em quadro poligâmico.
- Quando isto não for factível, os objectivos deverão ser para limitar o número de parceiros sexuais, de modo semelhante como os ugandeses foram capazes de atingir em finais de 80 e princípios de 90, através do “pasto zero”.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Desenvolver intervenções apropriadas para homens, em particular os mais velhos, de forma a parar o devastador impacto das relações sexuais intergeracional (“quatorzinhas”).
- Neste sentido, intervenções centradas somente nas mulheres jovens falharão se este fenómeno não for considerado, conquanto são os homens quem detém poder nestes relacionamentos.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- O encorajamento a pessoas vivendo com o HIV/SIDA para participarem em campanhas como “eu paro o vírus” deve ser explorado, embora isto deva ser feito com o total apoio das redes de PVHS e num contexto onde as consequências potencialmente negativas de acrescido estigma possam ser evitadas.
- Uso de preservativo “sempre”.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- A partir dos 40 anos, recomenda-se fazer, anualmente, o exame da próstata com um urologista.
- Após os 50 anos, mesmo àqueles que nunca fizeram o uso de óculos e lentes de contato, é recomendável ir ao oftalmologista, anualmente, para prevenir contra a incidência de glaucoma.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Algumas doenças são características da condição masculina ou possuem uma incidência maior em homens. Portanto, enumeramos a seguir os principais problemas que podem colocar em risco a saúde reprodutiva do homem.





Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Andropausa:
 - ✓ Não é uma doença, mas uma fase em que surgem alterações na vida do homem, entre os 50 e 70 anos. Deve-se a redução na produção de hormônios masculinos, provocando alterações sexuais e físicas, como diminuição do desejo sexual e flacidez muscular.
 - ✓ Para atravessar melhor esta fase, o homem deve ter uma boa alimentação, praticar esportes, ter repouso adequado e, em alguns casos, apoio psicoterápico.



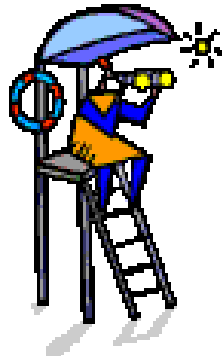
Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Câncer de próstata:
 - ✓ Ocorre mais acima dos 50 anos. A consulta com o urologista, a partir dos 40 anos, é de extrema importância e deve ser feito o acompanhamento contínuo, anualmente.
 - ✓ As taxas de PSA total devem ser inferiores a 2,5ng/dl. Valores superiores devem ser analisados pelo médico.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Alguns fatores podem contribuir para a prevenção do câncer de próstata e de outros tipos de câncer, como:
 - ✓ Não fumar;
 - ✓ Manter uma dieta saudável, rica em frutas, legumes e cereais e pobre em carne vermelha e alimentos gordurosos;
 - ✓ Não ingerir bebidas alcoólicas.



Observem as medidas gerais de promoção de vida saudável aplicadas na prevenção do câncer de próstata.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Hipertrofia Benigna da Próstata (HBP):
 - ✓ É comum acima dos 50 anos, aumentando progressivamente com a idade.
 - ✓ Representa o crescimento nodular da próstata, causando obstrução mecânica ao fluxo da urina, o que leva à dificuldade para urinar. A urina estagnada na bexiga favorece o surgimento de infecção urinária e formação de cálculos.
 - ✓ O tratamento pode ser clínico ou cirúrgico, dependendo da avaliação médica.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Ejaculação Precoce:
 - ✓ É caracterizada pela incapacidade do homem em manter a ereção por tempo suficiente para satisfazer-se a si e à companheira.
 - ✓ Pode ser primária ou secundária e de curta ou longa duração.
 - ✓ Afeta, principalmente, homens na faixa etária da adolescência e após 60 anos.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Ejaculação precoce (continuação):
 - ✓ No adolescente, é influenciada pela inexperiência, ansiedade e hiperexcitação.
 - ✓ Acima dos 60 anos está associada, muitas vezes, à disfunção erétil.
 - ✓ O tratamento baseia-se em medicamentos antidepressivos, psicoterapia e exercícios de controle e relaxamento.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- **Disfunção Erétil:**
 - ✓ É a presença do desejo sexual sem a correspondente ereção do pênis. Suas causas são diversas e o tratamento pode ser simples.
 - ✓ A origem pode ser hormonal, neurológica ou vascular, mas na maioria dos casos é psicológica.
 - ✓ Alcoolismo, fumo e outras drogas podem influenciar este problema.
 - ✓ A disfunção erétil não tem relação com infertilidade.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

■ Fimose:

- ✓ É uma anomalia comum, que impede em maior ou menor grau, a exteriorização da glândula (extremidade do pênis), impossibilitando a higiene adequada e, em alguns casos, dificultando o ato sexual.
- ✓ Quando necessário, o tratamento é cirúrgico a constituir um procedimento simples.



Necessidades dos homens em relação à saúde reprodutiva

- Varicocele:
 - ✓ É o processo de dilatação das veias dos testículos, semelhante ao que ocorre nas pernas (varizes). A varicocele pode ocorrer em qualquer um dos testículos, ou mesmo em ambos.
 - ✓ Em geral, é indolor, mas dependendo do seu volume, pode causar dor, além de infertilidade.
 - ✓ O tratamento da varicocele é cirúrgico.