

SAÚDE DO HOMEM: RELAÇÃO ENTRE OS HÁBITOS E A PROCURA AOS SERVIÇOS DE SAÚDE

Isabelli Borba¹, Manuelle Piriz², Eliane Tavares³

323

¹Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário da Região da Campanha – URCAMP.

²Enfermeira, graduada pela Faculdade de Enfermagem da UFPEL, Mestre em Enfermagem – PPG/ENF – UFPEL, Doutora em Ciências da Saúde – PPG/ENF – UFPEL.

³Mestre em Educação – PUC/RS, Professora do Centro Universitário URCAMP e supervisora do Estágio de Fisioterapia Comunitária.

Introdução: Os homens tendem a viver menos que as mulheres e estão mais suscetíveis às doenças graves e crônicas, além disso, nota-se que há uma baixa procura aos serviços de saúde e uma visão de fragilidade em relação às doenças por parte da população masculina (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008; LEITE et al., 2010; LEMOS et al., 2017). **Objetivo:** Traçar um perfil dos homens quanto aos hábitos de vida e a relação com os serviços de saúde e a prevenção de doenças. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo quantitativo, sendo aplicado um instrumento para levantar informações a respeito da saúde do homem, trabalhadores do setor alimentício. Foi aplicado um questionário com 15 perguntas objetivas, relativas ao assunto. **Resultados e discussão:** Foram questionados 89 homens com idades entre 22 e 79 anos. Em relação aos hábitos de vida, há uma baixa adesão à prática de atividades físicas e o consumo controlado de doces e alimentos gordurosos. Quanto à saúde, a grande maioria dos homens se considera pessoas saudáveis, e entre as doenças mais prevalentes destaca-se hipertensão e diabetes. Além disso, foi verificada a realização de consultas e exames por grande parte da população masculina. **Conclusão:** De modo geral, é possível constatar que a população masculina está inserida nos serviços de saúde e cultiva bons hábitos alimentares e de vida, o que apresenta contrapontos em relação aos dados indicados nas bibliografias. No entanto, a prática de atividades físicas e a realização de consultas rotineiras é algo que necessita ser mais estimulado.

Palavras-chave: Saúde do homem; Hábitos; Serviços de saúde; Unidades Básicas de Saúde;

INTRODUÇÃO

Segundo Levorato et al. (2014), as mulheres procuram os serviços de saúde quase duas vezes mais que os homens. A baixa adesão às medidas de ação integral identificada na população masculina pode ser explicada por uma questão cultural, onde a doença é considerada um sinônimo de fragilidade e vulnerabilidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008).

Os homens vivem, em média, menos que as mulheres, e estão mais suscetíveis às doenças graves e crônicas. Além disso, há uma série de obstáculos que dificultam a conscientização masculina em relação ao cuidado com a saúde, como por exemplo, a falta de profissionais capacitados para o

atendimento, infraestrutura inadequada e materiais didáticos precários (LEITE et al, 2010; LEMOS et al, 2017).

De acordo com Leite et al. (2010), os homens assumem hábitos pouco saudáveis, que geram fatores de risco para adoecimento. A criação de programas de educação em saúde contribui para a prevenção e promoção da saúde, e servem como estratégias para a reeducação e mudanças de hábitos de vida. Além disso, há a alternativa de inserir esses programas nos locais de trabalho, uma vez que é um ambiente onde os homens passam a maior parte do tempo, o que muitas vezes impede a prática de atividades físicas e o cuidado com a saúde e alimentação.

Visando, dentre outras coisas, ampliar e otimizar o acesso aos serviços de saúde pelos homens, em 2008 foi criada a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem - PNAISH, que tem como eixos temáticos o acesso e acolhimento, saúde sexual e reprodutiva, paternidade e cuidado, doenças prevalentes na população masculina e prevenção de violências e acidentes (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Diante ao exposto, surgiu o objetivo principal do trabalho, que consiste em traçar um perfil dos homens quanto aos hábitos de vida e a relação com os serviços de saúde e a prevenção de doenças.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo com uma abordagem quantitativa, a fim de coletar informações a respeito da saúde do homem. Além da revisão bibliográfica, foi elaborado um questionário com 15 perguntas objetivas, relativas ao assunto.

O questionário foi aplicado durante as ações do Novembro Azul do ano de 2020, nas indústrias do setor alimentício da cidade de Dom Pedrito/RS.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 89 homens, de forma voluntária, com idades entre 22 e 79 anos, residentes da cidade onde a pesquisa foi realizada.

Através da aplicação do questionário foi realizado um levantamento sobre os hábitos alimentares, consumo de álcool e cigarro, prática de atividades físicas, ciclo de sono e a utilização dos serviços de saúde, bem como a própria percepção sobre o seu estado de saúde.

Quando questionados se consideravam pessoas saudáveis, 88,8% dos entrevistados responderam que sim, 5,6% responderam não e 5,6% responderam que nem sempre.

Em relação a problemas de saúde, 74,2% responderam que não possuem nenhum, enquanto 25,8% responderam que possuem alguma doença, as quais estão expostas na figura 1.

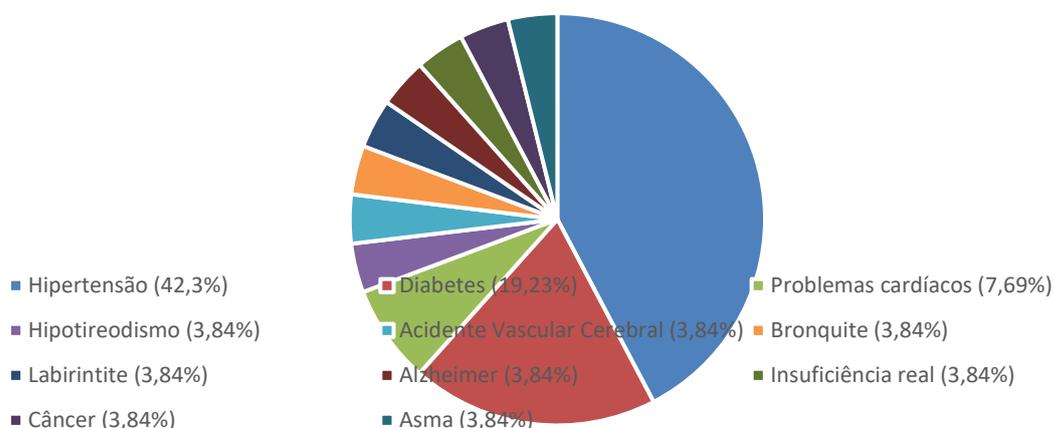


Figura 1. Doenças mais prevalentes no levantamento

Quanto aos hábitos de vida diária, em relação aos hábitos alimentares, obteve-se os seguintes resultados descritos na tabela 1.

Tabela 1: Hábitos alimentares

	Nunca	1 a 3 vezes na semana	>4 vezes na semana	Diariamente
Consumo de frutas e legumes	4,5%	55,1%	3,4%	37,1%

Consumo de bebidas alcoólicas	49,4%	46,1%	1,1%	3,4%
--------------------------------------	-------	-------	------	------

Fonte: Dados extraídos do instrumento da pesquisa

326

Ainda em relação à alimentação, 55,1% dos entrevistados responderam que consomem doces e alimentos gordurosos apenas uma vez na semana, 24,7% consomem diariamente e 20,2% consomem até 3 vezes na semana.

No que se refere ao cigarro, 80,9% relataram que não fumam, enquanto 19,1% responderam que fumam, resultando em uma média de 16,6 cigarros por dia.

No tocante a prática de atividades físicas, 47,2% não praticam, 36% praticam pelo menos 3 vezes na semana, 13,5% praticam diariamente e 3,4% praticam mais de 3 vezes na semana.

O sono foi outro tópico analisado. 73% dos entrevistados relataram que dormem entre 6 e 8 horas por dia, 21,3% dormem menos de 6 horas por dia e 5,6% entre 8 e 12 horas/dia.

Em relação à saúde, os resultados obtidos podem ser analisados na tabela 2.

Tabela 2: Relação com os serviços de saúde

	Mais de 2 anos	Mais de 1 ano	Menos de 1 ano
Última consulta na unidade de saúde	22,5%	29,2%	48,3%
Última vez que realizou exames	21,3%	25,8%	52,8%

Fonte: Dados extraídos do instrumento da pesquisa

Quando questionados a respeito da procura pela unidade de saúde, 58,4% afirmam que buscam o serviço apenas quando estão doentes ou sentindo alguma coisa, 23,6% procuram regularmente, realizam exames e acompanhamento, 15,7% não procuram nunca e 2,2% apenas quando tem alguma ação de saúde. Além disso, 64% dos entrevistados relatam que quando estão doentes procuram primeiro o Pronto Socorro, 19,1% recorrem primeiro ao

médico particular ou convênio, 15,7% procuram a Unidade Básica de Saúde e 1,1% recorre ao Posto de Atendimento Médico.

Por fim, quando questionados em relação à saúde mental no dia da entrevista, 93,3% dos entrevistados afirmou estar calmo/tranquilo, 3,4% alegre/feliz e 3,4% agitado/ansioso.

327

CONCLUSÃO

Por meio do levantamento realizado, foi possível perceber que a maior parte dos homens se considera pessoas saudáveis, e entre as doenças mais prevalentes destaca-se a hipertensão e diabetes. Em relação aos hábitos de vida, percebe-se que a grande maioria possui uma alimentação saudável, com baixo consumo de alimentos gordurosos, bebidas alcoólicas e cigarro. Entretanto, a prática de atividades físicas não é algo prevalente.

No que se refere ao cuidado e a procura por serviços de saúde, verificou-se a realização de consultas e exames por grande parte do público masculino, todavia, a maioria só procura uma unidade de saúde em caso de doenças, sendo o Pronto Socorro o local mais recorrido.

De modo geral, é possível constatar que a população masculina está inserida nos serviços de saúde e cultiva bons hábitos alimentares e de vida, o que apresenta contrapontos em relação aos dados indicados nas bibliografias. No entanto, a prática de atividades físicas e a realização de consultas rotineiras é algo que necessita ser mais estimulado.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde, Saúde de A a Z, Saúde do Homem. Disponível em < <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-do-homem> > Brasil, 2020.

BRASIL, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (Princípios e Diretrizes) [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2008.

LEITE, Denise et al. A influência de um programa de educação na saúde do homem. O Mundo da Saúde, São Paulo: 2010;34(1):50-56.

LEMOS, Ana Paula et al. Saúde do homem: os motivos da procura dos homens pelos serviços de saúde. Revista enfermagem UFPE on-line., Recife, 11(Supl. 11):4546-53, nov., 2017.

328

LEVORATO, C. D. et al. Fatores associados à procura por serviços de saúde numa perspectiva relacional de gênero. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 19, n. 4, abr. 2014, p. 1263-1274.