

IX MOSTRA DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS

AUTOCUIDADO E SAÚDE DO HOMEM: EDUCAÇÃO EM SAÚDE ENQUANTO ESTRATÉGIA DE INTERVENÇÃO

**DÁGYLA MAYARA OLIVEIRA DIAS¹, MARIA NAYARA ALVES LOBO¹,
ROSEANE PIMENTA DE SOUZA¹, CANDIDA MARIA FARIAS CÂMARA²**

¹Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: mayapsicologa@gmail.com; nayaralobo2@gmail.com;
roseanepimenta88@gmail.com

²Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: candidacamara@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

Muitas doenças podem ser prevenidas ou detectadas precocemente quando os homens procuram os serviços de saúde regularmente, mais especificamente, quando estão em acompanhamento pela equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF), constituinte da Atenção Primária à Saúde (APS), no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). A falta do autocuidado do público masculino, por vezes, está relacionada ao pensamento de que estes não ficam doentes, ou mesmo, é causado devido ao medo de se descobrir alguma doença, além de sentirem que esse cuidado consigo, pode interferir na sua imagem enquanto cuidador da família. No presente trabalho, é apresentado o projeto de criação e planejamento da utilização de vídeos de curta duração em mídias sociais, intencionando a sensibilização do público-alvo (homens entre 25 e 50 anos), sobre a relevância do autocuidado na prevenção de doenças e agravos à saúde física e psicológica. Objetiva-se, de maneira geral, conscientizar os indivíduos da importância da prevenção e cuidados, relacionados a saúde física e mental. O método adotado é de natureza exploratória, tendo em vista o acesso de informações relevantes para a saúde do homem, mesmo diante de um contexto pandêmico, com o compartilhamento de conteúdo informativos em plataformas de música, redes sociais e sites. Com a produção de 4 vídeos curtos que irão tratar do que é a saúde do homem, de como cuidar da saúde física e da saúde mental, e por fim, trazendo a participação de um especialista da área, se buscara despertar a conscientização pessoal dos indivíduos do sexo masculino, a fim de os mesmos buscarem ajuda com os cuidados para saúde. Os resultados esperados estão direcionados para a produção de orientações e informações técnicas destinadas ao público-alvo, que serão disponibilizadas com facilidade nas mídias digitais e que também poderão ser expostos em clínicas da cidade de Quixadá-Ceará. Portanto, acredita-se que será possível promover um espaço de educação em saúde que possibilitará a reprodução de conhecimentos e técnicas que venham a despertar nos indivíduos, a busca por ajuda profissional, com relação aos cuidados físicos e psicológicos. Considera-se também que a relevância do projeto em questão está na contemplação de ações que são essenciais na manutenção e preservação da vida, e, por conseguinte, conduza desdobramentos e investigações futuras.

Palavras-chave: Autocuidado. Saúde. Homem. Psicologia.