

Vivências do projeto de extensão "UFPE na praça" com homens idosos: relato de experiência

Experiences of the "UFPE in the square" extension project with elderly men: experience report

Experiencias del proyecto de extensión "UFPE en la plaza" con hombres mayores: informe de experiencia

Lara Emanuele Santana Santos^{1*}, Élide dos Santos Oliveira¹, Jabes dos Santos Silva¹, Joseilma de Lima Silva¹, Alexsandro Costa D'Oleron Barreto dos Santos¹, Natália Borba de Melo¹, Vanessa Maria dos Santos¹, Idjane Santana Oliveira¹, Lara Colognese Helegda¹, Silvana Gonçalves Brito de Arruda¹.

RESUMO

Objetivo: Relatar a experiência das ações de educação em saúde com homens idosos vivenciadas no projeto de extensão Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) na praça, em um município de Pernambuco. **Relato de experiência:** O projeto de extensão UFPE na Praça é centrado na promoção à saúde e prevenção de doenças em grupos de pessoas que frequentam a praça e a Unidade Básica de Saúde (UBS) de um bairro. Os usuários que participam das ações são, em sua maioria, homens idosos que assiduamente frequentam a praça, participando ativamente das intervenções, interpondo comentários e trazendo conhecimentos empíricos que enriquecem e agregam valor as mesmas. O público masculino participante tem funcionado como agentes multiplicadores de conhecimento diante do que aprendem no projeto, e dessa forma contribuem para o aumento do raio de alcance das ações, transformando a realidade de um grupo, família e comunidade. **Considerações finais:** A realização de atividades educativas, escuta ativa e as rodas de discussões, utilizadas no projeto, podem ser inseridas na Atenção Básica para estimular o uso desse serviço pelos homens.

Palavras-chave: Homem, Educação, Promoção da saúde, Qualidade de vida.

ABSTRACT

Objective: To report the experience of health education actions with elderly men experienced in the extension project Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) in the square, in a municipality in Pernambuco. **Experience report:** The UFPE na Praça extension project focuses on health promotion and disease prevention in groups of people who attend the square and the Basic Health Unit (UBS) in a neighborhood. The users who participate in the actions are, in their majority, elderly men who regularly attend the square, actively participating in the interventions, interposing comments and bringing empirical knowledge that enrich and add value to them. The participating male audience has functioned as knowledge multiplier agents in the face of what they learn in the project, and in this way they contribute to increasing the reach of actions, transforming the reality of a group, family and community. **Final considerations:** Educational activities, active listening and discussions, used in the project, can be inserted in Primary Care to encourage the use of this service by men.

Keywords: Man, Education, Health promotion, Quality of life.

RESUMEN

Objetivo: Informar la experiencia de las acciones de educación en salud con ancianos vividas en el proyecto de extensión de la Universidad Federal de Pernambuco (UFPE) en la plaza, en un municipio de Pernambuco. **Informe de experiencia:** El proyecto de ampliación de la UFPE na Praça se centra en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades en grupos de personas que asisten a la plaza y la Unidad Básica de Salud (UBS) de un barrio. Los usuarios que participan en las acciones son, en su mayoría, hombres mayores

¹ Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Vitória de Santo Antão - PE.

*E-mail: la.emanuele@hotmail.com

que asisten regularmente a la plaza, participando activamente en las intervenciones, interponiendo comentarios y aportando conocimientos empíricos que los enriquecen y agregan valor. El público masculino participante ha funcionado como agente multiplicador de conocimiento frente a lo aprendido en el proyecto, y de esta manera contribuye a incrementar el alcance de las acciones, transformando la realidad de un grupo, familia y comunidad. **Consideraciones finales:** La realización de actividades educativas, de escucha activa y de discusión, utilizadas en el proyecto, pueden insertarse en Atención Primaria para incentivar el uso de este servicio por parte de los hombres.

Palabras clave: Hombre, Educación, Promoción de la salud, Calidad de vida.

INTRODUÇÃO

Os projetos de extensão ofertados pelas instituições de ensino superior do país foram criados baseados nos princípios Freireano para operacionalizar a educação em saúde. Tais projetos visam à aproximação do acadêmico a comunidade leiga, rompendo as barreiras do conhecimento, disseminando o conteúdo obtido em sala de aula para os indivíduos presentes nas ações no intuito de aperfeiçoar aquele sujeito a um convívio mais sustentável com o outro, com si próprio e com o meio a sua volta (CHESANI FH, et al., 2017).

Ao longo dos anos foi construída, socialmente, entre a população masculina uma ideia de invulnerabilidade em relação às doenças (SOLANO LC, et al., 2017). Nessa perspectiva, tornou-se comum a baixa frequência dessa população nos serviços de saúde (BRASIL, 2009). Entretanto, o estilo de vida adotado pela população masculina no Brasil é cercado de excessos, a exemplo do álcool e tabaco, o que torna esse público mais vulnerável a doenças (ETTIENE C, 2019), esse fato contribui para a diminuição da expectativa de vida desse grupo (WHO, 2019).

A população masculina é sabidamente a que menos busca cuidados preventivos (BÉCCHERI M, 2019) e na maioria dos casos, só procura os serviços de saúde devido a eventos emergenciais relacionados à condições de maior gravidade e absenteísmo no trabalho, em que os serviços são buscados visando o tratamento imediato para o retorno a sua rotina laboral (LEMOS AP, et al., 2017).

Tendo em vista a baixa concentração e procura dos homens aos serviços de saúde, principalmente na atenção primária, o Ministério da Saúde do Brasil criou a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) objetivando contribuir para a oferta de serviços de saúde direcionados a população masculina, principalmente na primeira porta de entrada do Sistema Único de Saúde (BRASIL, 2009).

Em decorrência dessas questões, a saúde do homem tem se tornado um sério problema de saúde pública, uma vez que isso está acarretando o desenvolvimento de doenças crônicas e degenerativas no público masculino levando-os ao atendimento especializado (SIQUEIRA BPJ, et al., 2014).

O Estatuto do Idoso considera integrante dessa faixa etária indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos. Esse documento prevê a garantia de direitos tais como: qualidade de vida, proteção e saúde, entre outros. A promoção da saúde deve ter como foco principal o envelhecimento saudável. Além disso, as ações governamentais devem priorizar o público idoso (BRASIL, 2003).

Desse modo, o presente estudo justifica-se pela necessidade de relatar a participação de homens idosos nas ações de promoção e educação em saúde, visto que há uma dificuldade na procura dos serviços de saúde pelos mesmos. Sendo assim, objetiva-se descrever a experiência das ações de educação em saúde com homens idosos vivenciadas no projeto de extensão Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) na praça, em um município do Estado de Pernambuco.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

O projeto de extensão UFPE na Praça objetiva promoção à saúde e prevenção de doenças em grupos de pessoas que frequentam uma praça e a Unidade Básica de Saúde (UBS) de um bairro localizado em um município do Estado de Pernambuco, com a participação intersetorial da UFPE do Centro Acadêmico, Secretaria Municipal de Saúde, Academia da Cidade e a comunidade local, no ano letivo de 2019.

Esse projeto é voltado à melhoria da qualidade de vida dos usuários, contando com uma equipe multiprofissional, interdisciplinar, e interprofissional composta por discentes dos cursos de graduação (Ciências Biológicas, Bacharelado em Educação Física, Enfermagem, Nutrição e Saúde Coletiva) e pelos docentes que coordenam o projeto, viabilizando as ações e estabelecendo vínculos com os usuários que são acompanhados semanalmente pelo projeto.

Os usuários que participam das ações são em sua maioria homens idosos que, assiduamente frequentam a praça, participando ativamente das intervenções, interpondo comentários e trazendo conhecimentos empíricos que enriquecem e agregam valor às mesmas. A praça é um local estratégico para a realização das ações, pois funciona como um ambiente de lazer, prática de atividade física e convivência para os residentes do bairro.

As ações foram realizadas no formato de roda de conversa e os temas propostos são pensados coletivamente entre os integrantes e os usuários do projeto. Cada integrante fica responsável por viabilizar uma parte da ação e as atividades são previamente sistematizadas e divididas em quatro etapas.

A primeira etapa, consiste entre logística/transporte dos materiais necessários à ação, bem como o deslocamento dos professores, alunos e integrantes, seguido do acolhimento ao público e organização do espaço. A segunda etapa, consiste na apresentação e introdução da temática com perguntas indutivas envolvendo o público para iniciar as discussões. Concomitantemente, os dados obtidos são registrados em diário de campo. Na terceira etapa, foi realizado o acompanhamento de alguns parâmetros vitais, pressão arterial e glicemia capilar e, medidas antropométricas (estatura, peso corporal e circunferência abdominal), que servem para o controle e/ou indicação do risco de doenças crônicas. Na última etapa, foram desenvolvidas atividades físicas como, alongamentos, yoga, caminhada e dança.

Os temas escolhidos, dentro os vários que foram trabalhados e com maior adesão dos participantes nas ações foram: alimentação saudável, importância da prática regular de atividade física, prevenção e tratamento de doenças crônicas. A abordagem dessas temáticas envolveu, além da roda de conversa, dinâmicas, atividades lúdicas, ocupacionais e educativas que visam o protagonismo dos participantes, considerando-os de forma holística, como um sujeito biopsicossocial e espiritual.

Na ação em que se abordou a temática de doenças crônicas, sendo elas, hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus, viu-se que os homens idosos tiveram interesse e adesão satisfatórias, uma vez que esses agravos são recorrentes entre eles. Essa ação foi desenvolvida de modo dialógico, trocando-se conhecimentos entre as partes, com conversação, apresentando estratégias de prevenção e tratamento dessas doenças. Para a prática dessa ação foi realizado um preparo de sal de ervas para substituir o sal de cozinha, a fim de agregar mais sabor e diminuir a ingestão de sódio da alimentação. Percebeu-se, ainda, que apresentavam um nível elevado de ansiedade para o momento da aferição da pressão arterial e avaliação dos níveis glicêmicos. Tal característica foi notada quando houve a exposição dos temas que resultou no aumento do desejo de cada participante em verificar se seus índices estavam dentro dos parâmetros de normalidade.

Nos temas envolvendo alimentação, observou-se que os assuntos sempre atraem amplas discussões, pois o alimento faz parte da vida de todos e cada um o enfatiza de forma única, construindo, assim, sua própria experiência alimentar. Esse interesse é demonstrado por meio da exposição de suas vivências de relação com a comida, assim como, levantamento de dúvidas e perguntas relacionadas, como visto na abordagem sobre aproveitamento integral dos alimentos.

Esse tema, permitiu diálogos e transmissão de informações sobre as variedades dos alimentos que podem ser aproveitados na cozinha, além da importância da sua higienização adequada para seu consumo integral, visando, obter uma alimentação saudável, segura e consciente. Notou-se, que os homens presentes nessa ação, puderam despertar o seu interesse e de seus familiares, ao experimentar a geleia da casca de laranja oferecida no final da ação, como também, através das receitas entregues no folder.

As ações voltadas para a discussão e prática de atividade física envolveram a atuação em conjunto dos discentes integrantes do projeto, docentes coordenadores e usuários. Orientações para a prática de atividade

física foram apresentadas juntamente com a conscientização, discussão e reflexão sobre a potencialidade de promoção da saúde e prevenção de doenças que a regularidade dessa prática poderia proporcionar. Diante disso, os usuários idosos apresentavam entusiasmo ao participarem ativamente das intervenções propostas, embora, em alguns momentos, demonstrassem insegurança e limitações em determinadas atividades, nas quais, se resumiam em alongamentos variados, prática de yoga e caminhada orientada. As intervenções foram realizadas em locais adequados da praça e supervisionadas por estudantes e docentes do projeto para garantir a integridade dos participantes.

Durante a ação voltada à prevenção do câncer de próstata, observou-se uma curiosidade tímida. Após a explanação do tema, foram abordadas características fisiopatológicas do processo de carcinogênese, expondo, desde o diagnóstico precoce, até o tratamento definitivo, o que proporcionou uma desmistificação de alguns tabus socialmente construídos, como por exemplo, o temido toque retal. Apesar disso, a timidez e o constrangimento social, ainda, são uma realidade entre o público de homens idosos, fato esse, percebido durante a intervenção.

Todas essas vivências tornaram-se construtivas, tanto aos estudantes integrantes, quanto aos participantes do projeto, garantindo um ambiente desafiador e fértil. Ainda, para os estudantes em suas áreas de formação, foi permitido desenvolver habilidades e competências para a disseminação do conhecimento e comunicação com a população. Destaca-se, que o projeto ensina o quanto a educação em saúde se faz necessária e mostra-se ser eficaz, principalmente, quando se consegue atingir o público em questão, visto que esse grupo é mais resistente aos cuidados preventivos.

DISCUSSÃO

O desenvolvimento de projetos de extensão universitária tem a finalidade de estimular a cultura de responsabilidade social, planejando atividades que visam intervir na realidade da comunidade local, contribuindo assim, na promoção de saúde da população, a partir da fusão do conhecimento popular e científico (SIQUEIRA SMC, et al., 2017). Dentro dessa ideia, as ações de extensão multidisciplinar e interprofissional do projeto UFPE na Praça permitiram viabilizar o acesso da comunidade ao conhecimento ofertado pela universidade, por meio dos discentes e docentes que realizaram as ações de educação em saúde.

Os elevados índices de doenças e mortalidade na população masculina, quando comparado com as mulheres, estão relacionados a falta de adesão aos comportamentos preventivos e busca pelos serviços de saúde, envolvendo questões intrapessoais, socioculturais do próprio sistema de saúde e cotidiano. Sendo assim, torna-se essencial a utilização de estratégias para reforçar a importância do autocuidado (BORGES LM e SEIDL EMF, 2013). As ações de extensão permitem fornecer conhecimentos e incentiva os homens idosos a fazerem escolhas determinantes para uma melhor qualidade de vida (PEREIRA MMM, et al., 2015).

Diante disso, as discussões do projeto UFPE na Praça mostraram-se uma estratégia relevante ao incentivo das práticas de autocuidado ao grupo de homens idosos, visto que durante as ações realizadas foram notadas as mesmas situações descritas acima, onde o comportamento dos homens que participaram do projeto possuíam características de falta de adesão à prevenção na busca dos cuidados de saúde. Portanto, o projeto UFPE na praça, sensibilizado com esta problemática procurou solucioná-la por meio de atividades de intervenção preventiva, educando e conscientizando os homens sobre às temáticas, debatendo-as no grupo.

Os temas propostos nas ações do projeto UFPE na Praça apresentavam-se no formato de roda de conversa, tornando possível a construção do conhecimento coletivo entre o público alvo presente na ação, como também dos discentes e docentes do projeto que possibilitaram o protagonismo de todos durante as atividades. Sampaio J, et al. (2014) abordam que esse modelo de intervenção pode ser considerado mais que uma simples formatação circular, mas também, um espaço que favorece a fala crítica e escuta sensível entre todos os participantes. A realização das atividades no projeto UFPE na Praça também possibilitou a promoção de vínculo com o público alvo, e está em consonância com o que preconiza Silva W, et al. (2019), quando afirmam que promover ações com a comunidade envolve o estímulo ao meio social e permite a interação do grupo, fortalecimento de vínculos, exposição de ideias e compartilhamento de saberes.

De acordo com o estudo realizado por Gomes AP, et al. (2016), os homens idosos têm maior suscetibilidade a aderir um estilo de vida alimentar de baixa qualidade nutricional quando comparado as mulheres, sendo essencial, o estímulo e a promoção da alimentação saudável para esse público. Nesse sentido, temas como o “Aproveitamento Integral dos Alimentos”, foram construídos de acordo com a alimentação diária dos participantes do projeto, trazendo-lhes conhecimentos que os incentivaram à adesão desse método sustentável, oferecendo-lhes benefícios tais como economia doméstica e um maior acesso a alimentação adequada e saudável.

Observou-se que a partir do desenvolvimento das intervenções envolvendo a prática de atividade física pelo projeto UFPE na praça, os homens idosos apresentaram-se mais interessados pela temática e por inseri-la regularmente em sua rotina diária. Isso, também, ocorreu no estudo de Medeiros PA, et al. (2014), onde relataram que os homens idosos demonstraram uma sensibilização para o desenvolvimento de hábitos saudáveis após participarem de intervenções práticas de atividade física. Além disso, Pereira MCA, et al. (2016), observaram que grupos de convivência envolvidos com a prática de atividade física apresentaram maior preocupação em cuidar da saúde.

Contudo, foi visto que ao tratar da temática sobre o câncer de próstata com os homens idosos, muitos deles mostraram-se acanhados para trocar experiências envolvendo o assunto sendo necessário a criação de estratégia para torná-los participativos na discussão. Esse fato condiz com o estudo de Gomes R, et al. (2016), onde foi relatado que os homens, em sua maioria, resistem ao tratar sobre esse tema e às práticas preventivas, como o exame do toque retal, motivados por um preconceito cultural, prevalecendo o medo, a vergonha e o machismo.

Considerando-se, ainda, a existência de uma Política Nacional de Saúde do Homem e de Saúde do Idoso (BRASIL, 2009; BRASIL, 2006), e o fato relacionado à ausência de demanda desse grupo na Atenção Básica em Saúde, o projeto torna-se importante para o desenvolvimento de atividades de promoção da saúde, contribuindo para o envelhecimento saudável, conforme preconizam essas políticas. Dessa maneira, pode-se perceber que as ações desenvolvidas no projeto UFPE na Praça são condizentes com as políticas citadas, principalmente, no que se refere às orientações de prevenção, estímulo para o autocuidado, tratamento e cuidados com às doenças.

O projeto de extensão UFPE na praça agregou saberes singulares aos discentes por meio da troca de conhecimento interprofissional e interdisciplinar, fornecendo a construção de um pensamento crítico, escuta ativa e postura profissional, além de estimular a habilidade para gerir conflitos e imprevistos, capacidade de planejamento e intervenções em educação à saúde com uma visão integral do indivíduo e outras experiências.

Sugere-se, que as estratégias utilizadas nesse projeto, possam ser inseridas na Atenção Básica para atrair o público de homens idosos. Ainda, verifica-se a necessidade de implementar novos projetos de extensão e de serviços de saúde que contribuam à adesão e o aprendizado desse público, além de avaliar o impacto da melhoria na qualidade de vida desses indivíduos.

REFERÊNCIAS

1. BÉCCHERI M. "Coisa de Mulherzinha". Revista Programa Radis de Comunicação e Saúde, 2019; 18(11): 20-22.
2. BRASIL. 2009. In: Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem. Brasília.
3. BRASIL. 2006. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília.
4. BRASIL. 2003. Estatuto do Idoso. Brasília.
5. BORGES LM, SEIDL EMF. Efeitos de intervenção psicoeducativa sobre a utilização de serviços de saúde por homens idosos. Revista Interface, 2013; 17(47): 777-788.
6. CHESANI FH, et al. A Indissociabilidade entre a Extensão, o Ensino e a Pesquisa: O Tripé da Universidade. Revista Conexão UEPG, 2017; 13(3): 452-461.
7. ETTIENE C. Padrões Tóxicos: Rótulos sobre masculinidade geram efeitos sobre a saúde de homens e mulheres. Revista Programa Radis de Comunicação e Saúde, 2019; 18(11): 16-17.
8. GOMES AP, et al. Baixa qualidade da dieta de idosos: estudo de base populacional no sul do Brasil. Ciência & Saúde Coletiva, 2016, 21(11):3417-3428.
9. GOMES R, et al. As arranhaduras da masculinidade: uma discussão sobre o toque retal como medida de prevenção do câncer prostático. Ciência & Saúde Coletiva, 2008; 13(6): 1975- 1984.

10. LEMOS AP, et al. Saúde do homem: os motivos da procura dos homens pelos serviços de saúde. *Revista de Enfermagem UFPE online*, 2017; 11(11): 4546-4553.
11. MEDEIROS PA, et al. Participação masculina em modalidades de atividades físicas de um Programa para idosos: um estudo longitudinal. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2014; 19(8): 3479-3488.
12. PEREIRA MCA, et al. Contribuições da socialização e das políticas públicas para a promoção do envelhecimento saudável: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 2016; 29(1): 124-131.
13. PEREIRA MMM. Saúde do homem na atenção básica: análise acerca do perfil e agravos à saúde. *Revista Enfermagem UFPE online*, 2015; 9(1): 440-447.
14. SAMPAIO J, et al. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 2014; 18(2): 1299-1311.
15. SILVA W, et al. Ações educativas vivenciadas com idosos: um relato de experiência. *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, 2017; 15(3): 1679-1983.
16. SIQUEIRA BPJ, et al. Homens e cuidado à saúde nas representações sociais de profissionais de saúde. *Escola Anna Nery, Revista de Enfermagem*, 2014; 18 (4): 690-696.
17. SIQUEIRA SMC. Atividades extensionistas, promoção da saúde e desenvolvimento sustentável: experiência de um grupo de pesquisa em enfermagem. *Escola Anna Nery, Revista de Enfermagem*, 2017; 21(1): 1-7.
18. SOLANO LC, et al. O acesso do homem ao serviço de saúde na atenção primária. *Revista FundCare Online*. 2017; 9(2): 302-308.
19. WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. *World health statistics 2019: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. Genebra: Suíça; 2019; 3-132.