



PROMOÇÃO DA SAÚDE DO HOMEM POR MEIO DE GRUPOS DE JOGOS DE MESA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Edson de Souza Nascimento Júnior², Fernanda Michelli Pinheiro Willers³, Fernanda Vogel⁴, Letícia Bianca Petter da Silva⁵, Moane Marchesan Krüg⁶.

¹ Resumo simples, desenvolvido durante as aulas teóricas do Programa de Residência Multiprofissional da Saúde da Família - UNIJUI/ FUMSSAR.

² Profissional de Educação Física Residente do Programa de Residência em Saúde da Família, e-mail: edson.nascimento@sou.unijui.edu.br

³ Psicóloga Residente do Programa de Residência em Saúde da Família, e-mail: fernanda.m.willers@gmail.com

⁴ Enfermeira do Programa de Residência em Saúde da Família, e-mail: nanda121215@gmail.com

⁵ Nutricionista da FUMSSAR e Preceptora do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família - UNIJUI/FUMSSAR, e-mail: leti.bianca56@gmail.com

⁶ Professora do Curso de Educação Física da UNIJUI e Tutora do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família - UNIJUI/FUMSSAR, e-mail: moane.krug@unijui.edu.br

Introdução: O modelo de masculinidade hegemônico que ainda persiste em nossa sociedade, influenciando os homens e atribuindo a eles características, como “enérgicos”, “independentes”, “intrépidos” e “fortes” por exemplo, estão amplamente presentes em todas as faixas etárias. Haja vista estes “atributos” relacionados ao gênero, precariza o seu cuidado, uma vez que cuidar e falar sobre saúde ainda é fortemente visto como um ato feminino. Desta forma, há necessidade em trabalhar a promoção da saúde com o público masculino, para que os índices de procura a saúde aumentem, em consonância os índices de mortalidade diminuam. Considerando que atualmente há demanda de 2.308 (dois mil trezentos e oito) usuários masculinos no território em questão e que poucos deles buscam a promoção de sua saúde junto aos serviços ofertados, percebe-se a necessidade de estudar essa temática.

Objetivos: Relatar ações mais eficazes para atingir o público masculino, que demonstra pouco interesse pela promoção da saúde. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, descritivo e exploratório, conduzido pelos residentes do Programa de Residência Multiprofissional da Saúde da Família. Os dados foram coletados a partir de observações diretas, percepções da equipe de saúde e documentos como ficha de inscrição e frequência.

Resultados: Com base no diagnóstico do território, percebeu-se que os homens não participavam dos grupos existentes na UBS e, surgiu a ideia de criar um grupo atrativo para essa população. Deste modo optou-se por trazer os jogos de mesa, tendo em vista que culturalmente, homens tendem a gostar deste tipo de atividade. Sendo assim, foi realizada a criação de um grupo exclusivo para homens, de forma quinzenal e com duração de aproximadamente duas horas. Durante o grupo é discutido sobre a saúde do homem de forma integral, isso significa abordar todos os aspectos que influenciam o bem estar do homem, considerando não apenas a ausência de doenças, mas também a saúde física, emocional, social, e até mesmo espiritual. Tais discussões ocorrem junto aos jogos de mesa, que em sua maioria se constituem por jogos de memória, jogos de carta, damas, dominó, entre outros. Dentre as propostas de discussão, destacam-se as doenças crônicas não transmissíveis



(DCNT) e seus agravos, a saúde mental, a importância dos exercícios físicos e seus efeitos agudos e crônicos, as temáticas relacionadas à participação social na comunidade e as pautas de melhorias na infraestrutura do bairro. As temáticas abordadas durante os encontros foram muito pertinentes e relevantes, e contribuíram para o entendimento e crescimento do grupo, uma vez que as conversas sobre saúde e qualidade de vida se tornaram assuntos de interesse em comum. Além disso, os usuários integrantes do grupo de jogos (atualmente cerca de 10 a 12 usuários) iniciaram também nos grupos de exercícios físicos, uma atividade fundamental para a manutenção e melhora da saúde. Tal participação se deu pelo entendimento dos usuários sobre a importância da aptidão física relacionada à saúde, e como o treinamento de força e resistência muscular, de flexibilidade e de aptidão cardiorrespiratória podem ser fundamentais para a sua qualidade de vida. **Conclusões:** Como consequência dessa forma de grupo, percebe-se a participação do público masculino de forma mais efetiva e participativa, uma vez que os homens conseguem se sentir mais seguros e menos constrangidos ao falar sobre saúde, quando ouvidos em grupos específicos. É preciso investir em grupos exclusivos para homens se a ideia é aumentar a participação dos mesmos e despertar esta população para cuidados que promovem a saúde. Ainda, estratégias que chamem a atenção do sexo masculino, como jogos de mesa, podem ser ferramentas importantes de adesão a manutenção da participação, uma vez que permitem que os mesmos se divirtam, interajam e construam vínculos junto aos grupos. **Palavras-chave:** Educação em saúde; bem estar masculino; atividades; práticas corporais.