

NOVEMBRO AZUL VOLTADO PARA O CUIDADO DA SAÚDE MASCULINA

Amanda Mendes Wohlfahrt¹
Estêvão Nazareno Alves Polizzeli¹
Leandro Henrique Jesus Ferreira da Silva¹
Rafaela Domingos Rosa Ferreira¹
Theylor Felipe Cerqueira Silva¹
Mona Lisa Rezende Carrijo²

Durante as atividades realizadas nas pré-consultas na unidade de saúde Jardim Maringá I, foi possível observar a dificuldade que muitos homens ainda apresentam em relação ao cuidado com a própria saúde. Notou-se que, em grande parte dos casos, o público masculino busca atendimento apenas em situações extremas ou quando os sintomas já se encontram agravados, o que evidencia uma cultura de resistência e descuido com a saúde.

Essa realidade despertou o interesse do grupo em compreender mais profundamente os fatores que influenciam esse comportamento e, conseqüentemente, motivou a escolha da campanha Novembro Azul como temática do trabalho. Tal escolha fundamenta-se na relevância social e na necessidade de fortalecer ações educativas que promovam a conscientização sobre a importância da prevenção e do acompanhamento médico periódico, além de contribuir para a desconstrução de estigmas que associam a busca por cuidado à fragilidade.

A saúde do homem ainda enfrenta inúmeros desafios no contexto da atenção básica, refletindo-se na baixa adesão dessa população aos serviços de saúde e na predominância de ações pontuais e fragmentadas. Entre os principais fatores que dificultam o acesso e a continuidade do cuidado estão barreiras culturais, como a construção social de que o homem deve ser forte e não adoecer, além de entraves institucionais e organizacionais, como horários incompatíveis e ausência de acolhimento voltado às necessidades masculinas. Para que a assistência à saúde do homem seja efetiva e integral, é essencial reconhecer suas especificidades físicas, psicológicas e sociais,

¹ Discentes da primeira etapa do Curso de Medicina do Centro Universitário - UNIVAG.

² Docente do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG. Mestre em Educação. Graduada em Enfermagem.

superar os obstáculos que limitam o uso dos serviços e adotar estratégias de promoção, prevenção e cuidado contínuo¹.

Assim, observa-se a necessidade de ações que tornem o atendimento mais humanizado e abrangente, incentivando o envolvimento dos próprios homens em seu processo de cuidado. Evidencia-se que os sofrimentos mentais entre os homens constituem um problema de saúde pública de grande relevância, fortemente influenciado pelas construções sociais da masculinidade e pelos padrões culturais que desestimulam a expressão de fragilidade e a busca por cuidado.

Embora haja um avanço no debate sobre o tema, ainda persiste uma “crise silenciosa” marcada pelo adoecimento emocional e pela dificuldade dos homens em reconhecerem-se como sujeitos de cuidado. Na Unidade de Saúde Maringá I, essa realidade se reflete no cotidiano: muitos usuários evitando expor sentimentos ou procurar apoio psicológico. O projeto, portanto, atua na promoção da saúde mental masculina, buscando desconstruir estigmas, incentivar o autocuidado e criar espaços de escuta e diálogo, em consonância com o que o estudo aponta como essencial- reconhecer o sofrimento psíquico masculino como porta de entrada para novas formas de cuidado e para o enfrentamento do machismo que ainda atravessa o campo da saúde².

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) ao longo de quinze anos evidencia avanços importantes na organização das ações e na ampliação da visibilidade das demandas masculinas no SUS³. Embora a política apresente conquistas expressivas nas práticas e diretrizes voltadas à saúde do homem, ainda observamos na realidade dos serviços (como na unidade Maringá I) uma baixa procura desse público, marcada por barreiras culturais, pouca adesão ao cuidado contínuo e busca tardia por atendimento. Assim, mesmo com progressos institucionais, persistem desafios estruturais e comportamentais que limitam o alcance pleno da política e a efetiva participação dos homens no cuidado com a própria saúde.

O Brasil é o único país da América Latina com uma política de saúde específica para a população masculina, o objetivo da PNAISH é promover a melhoria das condições de saúde da população masculina brasileira, contribuindo, de modo efetivo, para a redução da morbidade e da mortalidade dessa população, abordando de maneira abrangente os fatores de risco e vulnerabilidades associados. Através da promoção do acesso a serviços de saúde abrangentes e ações preventivas, a política busca também reconhecer e respeitar as diversas manifestações de masculinidade⁴.

Foi instituída em 2009, a política é baseada em cinco eixos prioritários: acesso e acolhimento; paternidade e cuidado; doenças prevalentes; prevenção de violência e acidentes; e saúde sexual e reprodutiva. Um dos principais desafios é mudar a percepção de que o homem não precisa de cuidado, incentivando o autocuidado e a busca por serviços de saúde⁴.

A Política Nacional de Promoção da Saúde tem como objetivo central ampliar a equidade e melhorar as condições e modos de viver da população, fortalecendo a saúde individual e coletiva e reduzindo vulnerabilidades relativas aos determinantes sociais, econômicos, culturais e ambientais da saúde. Para alcançar esse objetivo, organiza-se em torno de diretrizes e eixos operacionais que orientam a prática da promoção da saúde no âmbito do Ministério da Saúde, estados, municípios e Distrito Federal. Entre os princípios que embasam a política estão a integralidade, a universalidade, a equidade, a intersetorialidade e a participação social⁵.

Assim, essa política reconhece que promover saúde vai além da prevenção de doenças: trata-se de atuar sobre condições de vida, como habitação, educação, alimentação, renda, meio ambiente, lazer, e de colocar em jogo a responsabilidade tanto do setor saúde quanto de outros setores da sociedade. A PNPS é um marco orientador para a construção de ambientes favoráveis à saúde, para a participação ativa de indivíduos, coletivos e gestores na transformação das condições de vida, e para o redirecionamento do sistema de saúde para a promoção, e não apenas para a recuperação, da saúde. Desse modo, nota-se que trata-se de uma política que busca tornar a promoção da saúde um eixo estruturante permanente do sistema de atenção, integrando práticas, gestão e contextos sociais para fomentar a qualidade de vida da população brasileira⁵.

A Constituição Federal de 1988 dedica os artigos 196 a 200 à organização jurídica do direito à saúde no Brasil, estabelecendo os fundamentos do Sistema Único de Saúde (SUS). O artigo 196 afirma que a saúde constitui direito universal e dever do Estado, devendo ser assegurada por meio de políticas sociais e econômicas orientadas à redução de riscos e ao acesso igualitário às ações e serviços. Em continuidade, o artigo 197 caracteriza as ações de saúde como de relevância pública, determinando que sua execução pode ser realizada diretamente pelo Estado ou por meio da iniciativa privada, sempre sob regulação, fiscalização e controle governamental⁶.

O artigo 198 estrutura o SUS a partir dos princípios da descentralização, do atendimento integral e da participação da comunidade, além de definir o modelo de

financiamento tripartite entre União, Estados e Municípios. O artigo 199 regulamenta a participação do setor privado na saúde, estabelecendo que sua atuação ocorre de forma complementar ao SUS, mediante contratos e convênios, proibindo expressamente o comércio de órgãos, tecidos e substâncias humanas. Por fim, o artigo 200 descreve as competências específicas do SUS, entre elas a vigilância sanitária e epidemiológica, o controle de doenças, a assistência terapêutica integral, a política de medicamentos, a proteção do meio ambiente e a formação de recursos humanos em saúde. Esses dispositivos constitucionais consolidam a saúde como política pública essencial e definem a estrutura que orienta sua garantia no país⁶.

As ações do Novembro Azul conduzidas pela Coordenação de Atenção à Saúde do Homem do Ministério da Saúde, ressalta a importância para estimular o autocuidado e promover uma abordagem integral da saúde masculina. Destaca-se que a campanha se fundamenta na prevenção, proteção e promoção da saúde, considerando como aspectos socioculturais da masculinidade influenciam o adoecimento e a busca por cuidados. É reforçado que o mês de novembro funciona como marco de sensibilização para temas amplos da saúde do homem, incluindo saúde mental, prevenção de infecções sexualmente transmissíveis, manejo de doenças crônicas, prevenção de violências e acidentes, além do incentivo a hábitos de vida saudáveis. Também é apresentada a continuidade das ações ao longo do ano, com iniciativas de formação e qualificação de profissionais por meio de palestras, cursos, web conferências e rodas de conversa, buscando aproximar a agenda de saúde masculina de diversos territórios e espaços sociais, incluindo instituições governamentais, intersetoriais e organizações da sociedade civil⁷.

Nesse contexto, o Novembro Azul deve ser compreendido como uma estratégia contínua de promoção e prevenção em saúde, que ultrapassa a conscientização sobre o câncer de próstata e abrange o cuidado integral com a saúde do homem. Este trabalho tem como propósito romper tabus, estimular o diálogo e fortalecer a responsabilidade do homem com seu próprio bem-estar. Assim como preconiza a Atenção Primária à Saúde, o projeto atua em diferentes níveis de prevenção e promoção, buscando fortalecer a integralidade do cuidado e o protagonismo masculino na própria saúde. Em relação aos níveis de prevenção, ele atua incentivando hábitos saudáveis, promovendo a escuta qualificada e facilitando o acesso à informação. Já nas ações de promoção da saúde, o projeto atua na quebra de estigmas ligados à masculinidade e na valorização do

autocuidado, estimulando que os homens procurem a unidade não apenas em situações de doença, mas também para o acompanhamento rotineiro e a prevenção de agravos.

Tais ações estão em consonância com a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), que reforça a importância da autonomia, corresponsabilidade e equidade no cuidado, reconhecendo as diferenças de gênero e os contextos sociais que influenciam o modo como cada sujeito vivencia a saúde⁸.

A participação dos acadêmicos, por sua vez, une o conhecimento científico à sensibilidade humana, reafirmando a medicina como um instrumento de transformação social. Desse modo, cada ação educativa representa um avanço na construção de uma cultura de cuidado, prevenção e respeito, na qual o homem assume o papel de protagonista de sua própria saúde.

A ação teve como objetivo compreender e reforçar a importância do Novembro Azul no contexto do cuidado integral à saúde do homem, buscando informar a população masculina da unidade sobre a relevância da prevenção e do autocuidado. Além disso, pretendeu-se promover reflexões sobre a responsabilidade do homem em relação à própria saúde, incluindo aspectos de saúde mental que permeiam diferentes âmbitos da vida cotidiana. Para isso, utilizou-se a caixa motivacional como recurso para estimular o indivíduo a refletir sobre suas práticas, valores e atitudes relacionadas ao cuidado consigo mesmo.

A metodologia utilizada baseou-se no Arco de Maguerez⁹ e na ferramenta 5W2H, tendo como cenário a ESF Maringá I. Os estudantes de medicina da etapa 1 realizaram observação da rotina e do funcionamento da unidade, acompanhados pela preceptora, distribuindo-se pelos setores e realizando territorialização da área com apoio da equipe. Na etapa inicial, por meio de roda de conversa com enfermeiras, técnicas e agentes comunitárias, foram identificados desafios estruturais e organizacionais, como déficit de equipes, inativação de salas, precariedade de espaços, falta de recursos e problemas ambientais na comunidade. A baixa procura dos homens pelos serviços de saúde destacou-se como questão prioritária, reforçada pelos dados cotidianos de atendimento e pelos relatos da equipe.

A partir da análise dos postos-chaves, a temática do Novembro Azul foi escolhida como foco da intervenção, considerando o estigma relacionado ao cuidado masculino, os tabus sobre o exame de toque retal, a baixa adesão aos serviços e o déficit de conhecimento sobre prevenção e saúde integral. O grupo aprofundou o embasamento

teórico utilizando a PNAISH, a PNPS, a Constituição Federal e materiais da campanha. Em seguida, elaborou o planejamento da ação por meio do 5W2H, ferramenta que permitiu organizar objetivos, justificativas, responsáveis, estratégias, cronograma e recursos, garantindo maior clareza e eficiência no desenvolvimento do projeto.

Na etapa final do Arco de Maguerez, a intervenção foi aplicada em 8 de novembro de 2025, com um bate-papo interativo envolvendo 16 participantes. A dinâmica da caixa motivacional buscou estimular reflexão, apesar da baixa adesão nesse momento específico. Ao término, foram sorteados kits de autocuidado para incentivar práticas de bem-estar físico e mental. A ação ocorreu em respeito à equipe e aos usuários, permitindo aos estudantes alcançarem os objetivos propostos e contribuir para a melhoria da realidade observada, sobretudo ao promover engajamento e diálogo sobre saúde do homem durante o Novembro Azul.

Durante a ação educativa os homens participantes tinham idades em torno de 25 a 70 anos, em sua grande maioria eram casados, trabalhadores e pareciam pouco frequentar os espaços de saúde. Na atividade inicial foi possível uma boa adesão dos sujeitos presentes, visto que todos entenderam que deveriam utilizar balões para sinalizar suas respostas em relação as perguntas acerca das temáticas trabalhadas pelo grupo. Foram discutidos temas como saúde masculina (Novembro Azul), preconceitos sobre o exame de toque retal, saúde mental masculina, automedicação e responsabilidade masculina em relação às infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) e à violência.

Mais do que uma ação pontual, o Novembro Azul foi uma experiência transformadora. A vivência possibilitou a compreensão de como o conhecimento se concretiza quando se conecta à realidade das pessoas, e como a educação em saúde pode ser uma poderosa ferramenta de transformação social. Enxergar o impacto do nosso trabalho na comunidade trouxe um sentimento coletivo de realização e pertencimento, reforçando o compromisso com uma medicina mais humana, empática e acessível.

A avaliação realizada pelo grupo após a apresentação revelou um ambiente agradável e profundamente tocado pela reflexão e pelo acolhimento. A maioria dos homens pareciam estar pela primeira vez, sentindo-se verdadeiramente convidados a olhar para dentro de si mesmos e reconhecer que sua saúde emocional merece tanto cuidado quanto qualquer outro aspecto da vida. A clareza da conversa, aliada à proximidade do tema com o cotidiano deles, fez com que o assunto deixasse de parecer distante ou vergonhoso, tornando-se algo compreensível, real e presente.

Ao longo das respostas, ficou evidente que a apresentação abriu portas para uma nova forma de enxergar a própria vulnerabilidade. Vários participantes afirmaram que passaram a compreender a importância de pedir ajuda, de compartilhar preocupações e de se permitir sentir, sem a pressão de sustentar uma imagem que não corresponde ao que vivem por dentro. A ideia de que homem precisa ser sempre forte e silencioso foi questionada de maneira profunda, e muitos reconheceram que essa mudança de pensamento já representa um passo importante em direção ao autocuidado.

Houve quem expressasse gratidão por finalmente encontrar um espaço seguro para dialogar sobre sentimentos. De forma geral, a avaliação mostrou que a apresentação não apenas transmitiu conhecimento, mas também promoveu conexão, compreensão e esperança - elementos fundamentais para fortalecer a saúde mental masculina em sua totalidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades extensionistas realizadas durante a campanha do Novembro Azul, voltadas para o cuidado da saúde masculina, mostraram-se de grande relevância tanto para a comunidade quanto para os acadêmicos envolvidos no projeto. A ação contribuiu significativamente para a promoção da saúde e para a desconstrução de estigmas que ainda cercam o cuidado com o corpo e a mente do homem.

Em relação aos objetivos, pode-se afirmar que foram atingidos em partes, pois foi possível informar a população masculina sobre a importância dos cuidados com a saúde. Durante as dinâmicas e o quiz, observou-se grande interesse e participação dos usuários da unidade, que demonstraram curiosidade e abertura para aprender mais sobre prevenção, autocuidado e acompanhamento médico regular.

O objetivo de promover a reflexão acerca da responsabilidade masculina e da saúde mental também foi contemplado. Os debates e as perguntas propostas permitiram momentos de diálogo e escuta, estimulando os participantes a repensar comportamentos, reconhecer vulnerabilidades e valorizar o cuidado com o bem-estar emocional.

Já em relação ao objetivo de provocar a reflexão por meio da caixa motivacional, esse foi parcialmente concluído. Apesar da atividade ter sido executada conforme o planejamento, não obteve o engajamento esperado do público. Talvez o grupo precisasse ter demonstrado maior empenho em estimular a participação nessa atividade, a fim de potencializar os resultados esperados.

De modo geral, a extensão atingiu seus propósitos principais, fortalecendo o vínculo entre a universidade e a comunidade. Além disso, contribuiu para a formação acadêmica e humanizada dos estudantes, que puderam vivenciar a importância do diálogo, da empatia e da escuta ativa no contexto da atenção à saúde do homem.

Embora alguns desafios tenham surgido como a dificuldade em envolver todos os participantes na caixa motivacional, o impacto positivo da ação foi evidente. A experiência reforçou a necessidade de manter iniciativas contínuas de educação em saúde, com estratégias que aproximem ainda mais o público masculino dos serviços de atenção primária.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministério da Saúde. Saúde do homem: prevenção é fundamental para uma vida saudável. Brasília: Ministério da Saúde; [data de publicação desconhecida; citado em 14 nov 2025]. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-do-homemprevencaoefundamental-para-uma-vida-saudavel-2>,
2. Silva, Rafael Pereira e Melo, Eduardo Alves. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo? *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. v. 26, n. 10 [Acessado 9 Novembro 2025], pp. 4613-4622. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.10612021>>. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.10612021>.
3. Brandão, Celmário Castro et al. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: 15 anos de importantes avanços e persistentes desafios. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* [online]. v. 29, suppl 1 [Acessado 7 Novembro 2025], e250258. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/interface.250258>>. <https://doi.org/10.1590/interface.250311>. ISSN 1807-5762. <https://doi.org/10.1590/interface.250258>.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2009 [citado em 7 nov. 2025]. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_saude_homem.pdf
5. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2014 [citado em 7 nov. 2025]. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnps.pdf>
6. Brasil. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Artigo 5º [Internet]. Brasília: Senado Federal; 1988 [citado em 7 nov. 2025]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm
7. Brasil. Ministério da Saúde. Campanha Novembro Azul: ações de promoção à saúde do homem [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2024 [citado em 7 nov. 2025]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude>
8. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: Anexo I da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, que consolida as normas sobre as políticas nacionais de saúde do SUS. Brasília: Ministério da Saúde; 2018. 40 p.
9. Silva LAR, Ruiz DA, et al. O arco de Maguerez como metodologia ativa na formação continuada em saúde. *Interfaces Científicas – Educação*. 2020