



PREVENÇÃO DAS DISFUNÇÕES PÉLVICAS ATRAVÉS DA ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA SAÚDE DO HOMEM: REVISÃO DE LITERATURA

*Joana D'arc Melo da Silva e Silva*¹;

MS Ana Lúcia Wirz Gava, Mestre em Psicologia da Saúde e docente²

¹ - Discente do curso de Fisioterapia da UNAMA

² - Docente do curso de Fisioterapia da UNAMA

joannafisio05@gmail.com

RESUMO

Objetivamos com este artigo conhecer melhor sobre o processo de prevenção das disfunções pélvicas do homem através da assistência fisioterapêutica com o suporte da educação em saúde, direcionando a pesquisa na descoberta de como se dá o cuidado e o autocuidado do homem com a saúde, quais as políticas públicas em saúde do homem e como a Fisioterapia poderá subsidiar como ferramenta terapêutica e de prevenção dessas disfunções. A pesquisa foi desenvolvida numa metodologia de pesquisa bibliográfica e documental. Identificamos que os homens não possuem o hábito de realizarem um cuidado com sua saúde de forma rotineira, logo sem a prevenção se torna dificultoso evitar agravos maiores. Conclui-se que o tratamento preventivo e a educação em saúde aliada a assistência fisioterapêutica poderá ajudar a amenizar dores, disfunções pélvicas e complicações osteomusculares, proporcionando maior qualidade de vida a esses homens.

Palavras - chave: Prevenção, Educação, Saúde, Fisioterapia, Pélvica, Homem



UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

ABSTRACT

The objective of this article is to learn more about the process of prevention of pelvic dysfunctions in men through physical therapy assistance with the support of health education, directing the research in the discovery of how men's care and self-care for health takes place, what are the public policies in men's health and how Physical Therapy can support as a therapeutic tool and prevention of these dysfunctions. The research was developed in a methodology of bibliographic and documentary research. We identified that men do not have the habit of taking care of their health routinely, so without prevention it becomes difficult to avoid major problems. It is concluded that preventive treatment and health education combined with physical therapy assistance can help to alleviate pain, pelvic dysfunctions and musculoskeletal complications, providing a higher quality of life for these men.

KEYWORDS: Prevention, Education, Health, Physiotherapy, Pelvic, Man

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

INTRODUÇÃO

A saúde é considerada o equilíbrio existente em uma pessoa, uma harmonização entre corpo e mente, se traduzindo em seu bem-estar e qualidade de vida. Assim, para a Organização Mundial da Saúde (OMS) a saúde é o estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença. Deste modo, a saúde, além da genética, é portanto, consequência das escolhas e hábitos de vida, e a promoção e prevenção à saúde se concentram na adoção de hábitos de vida saudáveis e na identificação e controle precoce de doenças. (Krug, 2002)

A Constituição Brasileira (1998) em seu artigo 198 define que “a saúde é um direito de todos e dever do Estado garantindo mediante políticas sociais e econômicas que visem a redução do risco de doenças e de outras enfermidades, ao acesso universal e igualitário as ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação. (Brasil, 1998, Art.198). Neste sentido, o Estado criou o SUS para atender a este dispositivo constitucional, porém a promoção à saúde depende do autocuidado.

O Ministério da Saúde alerta que a saúde masculina merece uma maior atenção pois os homens, vivem 7 anos a menos que as mulheres. Entre as causas das mortes prematura estão violências e acidentes de trânsito, além de doenças cardiovasculares. A identificação precoce de doenças aumenta as chances de um tratamento eficaz. (Ministério da Saúde, 2022) Este fator pode estar relacionado à formação da masculinidade decorrente do processo histórico da cultura patriarcal desde os primórdios da humanidade. (Couto *et al.*, 2010). Percebe-se que esta cultura influencia no comportamento do homem em relação à busca por informações e cuidados com a da saúde, considerado como fraqueza, levando-os a ignorar a importância do cuidado básico com a saúde.

A Educação em Saúde assume um papel fundamental na nossa sociedade levando informação e conhecimento à população sobre os cuidados que a população dever ter com a saúde, sobretudo na promoção e prevenção, pois é possível evitar doenças, usufruindo de uma vida com mais saúde e de qualidade. (Oliveira, 2020). Entre os problemas de saúde que podem acometer os homens, tem as disfunções pélvicas, Todavia, através da atuação fisioterapêutica esses

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

problemas podem ser minimizados. Assim, este estudo pretende explorar a “Prevenção das disfunções pélvicas através da atuação fisioterapêutica na saúde do homem”.

Como problematização analisamos que os homens não possuem o hábito de realizarem, com regularidade, medidas de prevenção primária à saúde, não sendo possível evitar os agravos, assim, “a resistência masculina à atenção primária aumenta não somente a sobrecarga financeira da sociedade, mas também, e, sobretudo, o sofrimento físico e emocional do paciente e de sua família, na luta pela conservação da saúde e da qualidade de vida dessas pessoas”. (BRASIL, 2008, p. 5)

Assim, devido a ausência de promoção e prevenção à saúde o homem está mais suscetível a certos agravos à saúde, como é o caso das disfunções pélvicas. Entre os tratamentos necessários a este problema de saúde tem o fisioterápico. Deste modo, o problema central desta pesquisa é: Como pode ser a atuação fisioterapêutica na saúde do homem com foco na prevenção das disfunções pélvicas?

Para responder a esta problemática propõem-se outras questões, tais como: Como é o autocuidado do homem com sua saúde? Como a educação em saúde pode colaborar no autocuidado do homem com sua saúde? Como a Assistência fisioterapêutica pode prevenir disfunções pélvicas no homem?

A sociedade vem passando de geração em geração com a masculinidade sendo um impedimento para o autocuidado com a saúde. Uma vez que “os homens têm dificuldade em reconhecer suas necessidades, cultivando o pensamento mágico que rejeita a possibilidade de adoecer”. (Brasil, 2008, p. 5)

Para Valdés e Olavarría (1998) e Gomes e Nascimento (2006) (apud Couto, *et al.*, 2010, p. 258) “as dificuldades dos homens têm a ver com a estrutura de identidade de gênero (a noção de invulnerabilidade, a busca de risco como um valor), a qual dificultaria a verbalização de suas necessidades de saúde no contexto da assistência”.

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, foi criada com a intenção de inseri-lo no contexto de prevenção primária à saúde, com destaque para um dos únicos meios de conscientização deste grupo social, que é a Campanha

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

“Novembro Azul” cuja finalidade é alertar para a acuidade do diagnóstico precoce do câncer de próstata.

Deste modo percebe-se que “as políticas públicas não reconhecem a importância da promoção da saúde e prevenção de doenças como questões associadas ao homem, o maior desafio não é somente incluir o gênero masculino nos serviços de APS, mas também sensibilizar os homens quanto à importância do cuidado”, (Santos, 2015, p.1) uma vez que não se verifica ações mais eficazes que realmente alcancem o objetivo de conscientizar os homens da necessidade de realizarem a promoção e prevenção à saúde.

Observa-se, portanto, que há um preconceito em relação ao gênero masculino, pois, ao longo dos anos a saúde do homem foi pouco discutida, gerando uma ausência da assistência à saúde e a falta de disponibilização de orientações básicas, para o autocuidado e sua aproximação com os serviços de saúde. (Santos, 2015)

Sendo assim, existe uma lacuna de reconhecimento sobre a importância dos profissionais de saúde, sobretudo da área da fisioterapia nas ações de orientação, prevenção de agravos e sequelas de doenças. Observou-se ainda, a necessidade da realização de mais estudos direcionados para essa área, devido à escassez de material voltada para a fisioterapia (França, 2018)

Deste modo, a relevância deste estudo está em elencar ações fisioterápicas na prevenção das disfunções pélvicas, e ainda poderá ser um referencial para ações de saúde masculina de forma integral, melhorando assim o autocuidado e conseqüente bem-estar e qualidade de vida.

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo será baseado numa abordagem qualitativa, com uso das metodologias da pesquisa bibliográfica descritiva.

As bases virtuais mais visitadas foram da Scielo por meio do site de busca Google acadêmico, Academia.Edu e BDTD.

A pesquisa bibliográfica em tela terá como instrumento de coleta uma revisão narrativa de literatura, com diferentes tipos de documentos (artigos, teses, dissertações, textos *on-line*).

Serão utilizados trabalhos obtidos a partir da busca com os descritores "revisão bibliográfica". Foram identificados e inclusos 11 estudos no período de 2005 a 2023.

Os artigos foram analisados seguindo as perspectivas da análise temática (Minayo, 1993), sendo inicialmente procedida a leitura flutuante de todo acervo, a identificação dos eixos temáticos e aferidos seus respectivos núcleos de sentido.

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

ANALISE DE DADOS E DISCUSSÃO

A influência da masculinidade sociocultural na adesão ao cuidado com a saúde

Hodiernamente, os estudos sobre a saúde do homem vêm se expandindo com a tentativa de entender porque essa classe se desleixa com sua saúde, uma vez que, a Organização Mundial da Saúde (OMS) mostra uma taxa de mortalidade maior em indivíduos do sexo masculino em relação ao sexo feminino.

A despeito da maior vulnerabilidade e das altas taxas de morbimortalidade, os homens não buscam, como as mulheres, os serviços de atenção básica. (Figueiredo, 2005; Pinheiro et all, 2002).

As taxas destacadas como tão altas, poderiam amenizar se os homens buscassem meios para a prevenção primária que seria um diagnóstico precoce, mas, sabe-se que há uma resistência muito grande por meio destes, sejam elas, por estereótipos onde o sexo masculino é taxado como mais resistente e, portanto, adoecer seria uma fragilidade, ou por medo de descobrir que algo está afetando sua saúde.

Adesão do Homem à promoção e prevenção a saúde

O homem foi criado a partir de uma cultura patriarcal, acreditando ser invulnerável, com isso, o adoecer gera desconforto e até mesmo vergonha para o indivíduo, fazendo que a adesão das medidas de prevenção a saúde seja mínima. No entanto, deve haver com um incentivo para este cuidado, seja ele feito por meio da família, amigos ou pelo órgão de saúde responsável. Apesar de já existir uma Política Nacional de Atenção Integral a Saúde do Homem (PNASH) ela vem sendo inserida lentamente na saúde pública e por isso não se faz tão eficaz, afinal, sempre é visto propaganda e ações a saúde da mulher, criança, adolescente e idoso (PNASH, 2008), mas a saúde do homem só mais se destaca no mês novembro com a conscientização a respeito de doenças masculinas com ênfase na prevenção ao câncer de próstata.

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

Faz-se necessário uma educação no quesito da saúde, mas não só como orientação aos maiores, uma vez que, a melhor educação vem da base, o melhor momento para ensinar-se algo seria desde a infância, pois segundo Vygotsky (1991) “a criança não é uma máquina vazia” sendo assim, vai construir o seu aprendizado durante todos os processos que lhes serão apresentados, para que assim, o menino ao se tornar um adulto, seja consciente de seu corpo e sua saúde e adote medida de comportamento mais saudável. Além disso, quanto já aos adultos, os programas de saúde, devem ser inseridos em seu dia a dia, as empresas devem oferecer ou cobrar que seus funcionários estejam com sua avaliação médica em dia, afinal, qualquer individuo colabora mais estando com sua saúde em boas condições. Portanto, espera-se que os conhecimentos dos indivíduos acerca da importância do autocuidado, seja tão impactante a ponto de haver mudanças significativas em sua forma de comportamento psicossocial trazendo melhoras a sua saúde.

As políticas públicas em saúde do homem: Histórico, acesso e barreiras da masculinidade

Baseando-se em argumentos fortemente arraigados à história, a população masculina percebe o cuidado à saúde como algo que não é peculiar à masculinidade, ignorando a importância da prevenção de doenças. Aliada a este fato, a forma com que o serviço de saúde se coloca, suscita sentimentos de intimidação e distanciamento, fazendo com que haja o desconhecimento acerca das inúmeras possibilidades fornecidas pela Estratégia de Saúde da Família (ESF), ocasionando a ampliação da vulnerabilidade deste público aos índices de mortalidade. (CAVALCANTI, 2012)

Os homens brasileiros vivem, em média, 7,2 anos a menos que as mulheres. Entre as causas de morte prematura estão a violência e acidentes de trânsito, além de doenças cardiovasculares e infartos. Por isso o Ministério da Saúde implementou, em 2009, a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem. Um dos principais objetivos é promover ações de saúde que contribuam para a compreensão da realidade singular masculina e propiciar um melhor acolhimento no Sistema Único de Saúde - SUS. (bvsms.saude.gov.br; 2023)

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

No Brasil, a saúde do homem vem sendo inserida lentamente na pauta da saúde pública desde o lançamento da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH), formalizada em 27 de agosto de 2009. Essa política fundamenta-se nos seguintes objetivos: qualificar a assistência à saúde masculina na perspectiva de linhas de cuidado, que resguardem a integralidade e qualificar a atenção primária para que ela não se restrinja somente à recuperação, garantindo, sobretudo, a promoção da saúde e a prevenção de agravos evitáveis. (Brasil, 2009)

No artigo em epígrafe, os autores fazem referência a importância do cuidado com a saúde do homem, as dificuldades de chegar às informações até ele, e muitas vezes o próprio homem não busca essas informações porque cresceu sem ter esse incentivo no convívio onde mora ou porque ali naquele local não tem recurso, também esse indivíduo muitas das vezes opta por deixar sua saúde em segundo plano por ser o provedor de sua família e não poder deixar de trabalhar e separar algum período do seu tempo para se cuidar.

Trata-se, no entanto, de um desafio, pois os homens tendem a assumir comportamentos pouco saudáveis, gerando fatores de risco para o adoecimento. Há também que se considerar fatores culturais, como o modelo da masculinidade hegemônica, que associa expressão de necessidades de saúde com demonstração de fraqueza e de feminilização. (Mundo da Saúde, 2010)¹²

A educação em saúde na promoção e prevenção em saúde para bem-estar e na qualidade de vida do homem

A relação entre a educação, saúde e suas práticas é condicionada por dimensões estruturais complexas que precisam de uma análise histórica para sua maior compreensão. (VASCONCELOS; 2001)

Neste sentido, cada vez mais pesquisas comprovam que a saúde, mais do que genética, é consequência das escolhas e hábitos de vida. Porém os homens costumam dar menos atenção à saúde e realizam menos consultas médicas. Um levantamento do Centro de Referência em Saúde do Homem de São Paulo mostra

¹ Figueiredo W. Assistência à saúde dos homens: um desafio para os serviços de atenção primária. Ciênc Saúde Coletiva. 2005;10(1):105-9.

² Schraiber LB, Gomes R, Couto MT. Homens e saúde na pauta da Saúde Coletiva. Ciênc Saúde Coletiva. 2005;10(1):7-17

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

que 70% das pessoas do sexo masculino que procuram um consultório médico tiveram a influência da mulher ou de filhos. O estudo também revela que mais da metade desses pacientes adiaram a ida ao médico e já chegaram com doenças em estágio avançado. (bvsmms.saude.gov.br; 2023)

Neste sentido, se insere a promoção da saúde na prevenção de doenças e a busca de manter esse indivíduo no convívio da sociedade com participação ativa e saudável. Contudo, surge a pergunta: Então, como podemos fazer isso? A resposta esta em levar este homem em campanhas educativas, palestras e outros, gerando assim conhecimento para o mesmo. Essas informações devem ir até ele, seja no local de trabalho, na comunidade ou em sua casa, fazendo com que ele saiba a importância de ser um homem saudável, tanto para o convívio familiar quanto na sociedade. Tais informações advêm e cooperam com o fomento de políticas públicas de Saúde do Homem, como o trato e manejo na prevenção de doenças pélvicas. Com base nas entrevistas realizadas, sobre a importância da informação, 49% dos entrevistados homens destacam ser de muita importância o assunto em tela, enfatizando que falar de disfunções pélvicas no homem é primordial para o bem estar deste público.

Nos três últimos anos, somente em 2021, o Ministério da Saúde, por meio da Política Nacional de Atenção Integral à saúde do homem deu destaque para campanha “Novembro Azul”, onde se fala sobre a prevenção do “Câncer de próstata”.

A fisioterapia como ferramenta de prevenção nas disfunções pélvicas do homem: Conceito e Tipos de Disfunções pélvicas em homens

As disfunções miccionais mais prevalentes no homem são as incontinências, especialmente em decorrência da prostatectomia, porém outras queixas urinárias e condições clínicas precisam ser consideradas para favorecer o correto diagnóstico e tratamento. (MARKLAND, et.al., 2010)

Perdemos parte da informação de que as disfunções miccionais envolvem uma diversidade de queixas urinárias e podem estar relacionadas à fase de esvaziamento ou de enchimento vesical, na presença de alguma alteração do funcionamento do trato urinário inferior, seja por comprometimento de uma ou mais

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

estruturas que o compõem, como a bexiga, a uretra, a próstata, os músculos do assoalho pélvico e ainda a inervação correspondente a estas estruturas pélvicas.

De certo que, estudos revelam que a disfunção pélvica em homens é caracterizada por uma dor crônica localizada na pelve, com duração de três e até seis meses. Os sintomas mais comuns são de dores ou desconforto no períneo, área suprapúbica, pênis e testículos, além de disúria (dor ao urinar) e também dor ejaculatória. (portaldaurologia.org.br, 2023)

Neste artigo, buscamos pesquisar e entender sobre as maiores queixas do público masculino seja ela apenas uma dor inicial na área pélvica, dores no quadril e/ou outras queixas que possibilitem a este homem pedir ajuda e logo, solicitar a intervenção de um profissional de saúde para o seu tratamento.

Assistência Fisioterapêutica para a prevenção das disfunções pélvicas em homens

A fisioterapia pélvica pode de fato contribuir na resolução de distúrbios e na melhoria de qualidade de vida. É uma área da saúde que necessita de conhecimentos multidisciplinares e também do trabalho interdisciplinar, quais sejam ginecológicos, urológicos, psicológicos e de enfermagem. (STEIN, 2018)

Desde a criação dos NASF - Núcleo de apoio á saúde da família no ambiente das Unidades básica de saúde, a fisioterapia tem atuado em conjunto de forma multiprofissional com o demais profissionais de saúde na busca constante deste primeiro contanto com o paciente na atenção primária à saúde como instrumento de promoção desta saúde e mais próxima a comunidade local e não somente na reabilitação.

O Tratamento da fisioterapia pélvica nas disfunções miccionais no homem tem apresentado resultados positivos e a literatura já reconhece sua contribuição no processo de recuperação da continência nos pacientes rostatectomizados desde 2001 (SIC), observando que o período de recuperação de continência pós-operatória, que em geral ocorre em 1 ano, pode ser reduzido para 3 meses com o tratamento de fisioterapia pélvica. (PALMA, et. al.,2014)

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

Na prática clínica do fisioterapeuta, são mais frequentes os pacientes acometidos por incontinências pós-prostatectomia radical, HPB e sintomas do trato urinário inferior (STUI). (interfisio.com.br, 2021)

As técnicas específicas de treino da MAP, podem ser realizadas através de cinesioterapia com exercícios específicos e técnicas manuais e também através do uso do “biofeedback”, inclusive associados, com o objetivo de promover o aumento da força muscular, melhorar a conscientização e a função desta musculatura, (LATADO, 2010) (PINHEIRO, et. al.2012).

Dentre as técnicas utilizadas podemos citar o “Exercício de Kegel”, criados há mais de 80 anos pelo ginecologista norte-americano e professor da Universidade da Califórnia Arnold Kegel. (www.medicare.pt, 2021)³

Sendo assim, como prevenção, os exercícios na fisioterapia servem para fortalecimento muscular e auxilia este homem na não ocorrência prevalente da disfunção pélvica. Em destaque esta o “Exercício de Kegel”, que age no fortalecimento e reeducação da musculatura do pavimento pélvico

Segundo Brunhara, 2023⁴, os Exercícios de Kegel são benéficos na melhora da ereção e a duração das relações sexuais, beneficiando também aos órgãos sexuais e permitindo que homens experimentem uma sexualidade mais plena com: um maior controle sobre a ejaculação, ereções mais firmes, aumento da libido, etc....

Como a Assistência Fisioterapêutica pode prevenir disfunções pélvica no homem?

O Tratamento da fisioterapia pélvica nas disfunções miccionais no homem tem apresentado resultados positivos e a literatura já reconhece sua contribuição no processo de recuperação da continência nos pacientes prostatectomizados desde 2001 (SIC), observando que o período de recuperação de continência pós-operatória, que em geral ocorre em 1 ano, pode ser reduzido para 3 meses com o tratamento de fisioterapia pélvica. (PALMA, et. al.,2014)

³ A importância dos exercícios de Kegel na sua saúde (medicare.pt)

⁴ Exercícios de Kegel para homens: como fazer? - Blog Omens

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa trouxe à tona a questão sobre o cuidado e autocuidado do homem com a sua saúde. Sabe-se que a cultura patriarcal trouxe ao homem um sentido errôneo de invulnerabilidade. Neste sentido a população masculina direciona que o cuidado com sua saúde não seja uma atitude para homens, desta forma ignora-se a gravidade de doenças e distanciam-se da prevenção de agravos.

Destaca-se aqui, que a responsabilidade não é somente dos homens, mas da sociedade como um todo, visto que é necessária a superação da cultura machista. Além disso, o governo também pode auxiliar esta população por meio do aperfeiçoamento de políticas públicas já existentes e criação de novas.

Por fim, a assistência fisioterapêutica poderá ajudar a amenizar dores, disfunções pélvicas e complicações osteomusculares, proporcionando maior qualidade de vida a esses homens.

REFERÊNCIAS

A Fisioterapia em um grupo de reeducação perineal masculino. Physical therapy in a group of male perineal reeducation Lia Ferla, Ft.*, Luiza Rohde, Ft.*, Luciana Paiva, Ft., D.Sc.*Recebido em 3 de novembro de 2010; aceito em 14 de janeiro de 2011.

ALBANO, B. R.; BASÍLIO, M. C.; NEVES, J. B. **Desafios para a inclusão dos homens nos serviços de Atenção Primária à Saúde.** Revista de Enfermagem Integrada, v.3, n. 2, 2010.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil: promulgada em 5 de outubro de 1988. 4. ed. São Paulo: Saraiva, 1990.

BRASIL. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

BRASIL. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: princípios e diretrizes. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_saude_homem.pdf. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

BRASIL. Plano de Ação Nacional 2009-2011 da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: princípios e diretrizes. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_saude_homem.pdf. Acesso em: 08 abr. 2024.

CAVALCANTI, J.R.D. **Assistência Integral a Saúde do Homem: necessidades, obstáculos e estratégias de enfrentamento.** Cuité: CES, 2012.

CREFITO-3. Documento Norteador da Fisioterapia na Atenção Básica do Estado de São Paulo. São Paulo: CREFITO, 2021. Disponível em: [https://www.crefito3.org.br/dsn/noticias.asp?cn=10900#:~:text=O%20Documento%20Norteador%20da%20Fisioterapia,da%20Aten%C3%A7%C3%A3o%20B%C3%A1sica%20\(AB\)](https://www.crefito3.org.br/dsn/noticias.asp?cn=10900#:~:text=O%20Documento%20Norteador%20da%20Fisioterapia,da%20Aten%C3%A7%C3%A3o%20B%C3%A1sica%20(AB)). Acesso em: 08 abr. 2024.

COUTO, M.T.*et al.* O homem na atenção primária à saúde: discutindo (in)visibilidade a partir da perspectiva de gênero. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação.** v. 14, n. 33, p. 257-270, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1414-32832010000200003>. Acesso em: 08 abr. 2024.

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

CHOW, Mario KienYiang. Os motivos que levam o homem a procurar o sistema de saúde. Graduação no Curso de Bacharelado, em Fisioterapia. **Artigo**. PERUÍBE: UNISEPE, 2023. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/fpbe/wp-content/uploads/sites/10008/2024/01/OS-MOTIVOS-QUE-LEVAM-O-HOMEM-A-PROCURAR-O-SISTEMA-DE-SA%C3%9ADE.pdf>.

DENZIN, N. K.; LINCOLN, Y. S. **O Planejamento da Pesquisa Qualitativa: Teorias e abordagens**. Porto Alegre: ARTMED, 2006.

FERLA, Lia; ROHDE, Luiza, PAIVA, Luciana. A Fisioterapia em um grupo de reeducação perineal masculino. **Fisioterapia Brasil**. v. 12, n. 2, março/abril, 2011. Disponível em: <https://convergenceseditorial.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/808/169> Acesso em: 08 abr. 2024.

FERNANDES Leite, D., GONÇALVES Ferreira, I. M. ., de Souza, M. S. ., Silva Nunes, V., & de Castro, P. R. (2010). **A influência de um programa de educação na saúde do homem**: DOI: 10.15343/0104-7809.201015056. *O Mundo Da Saúde*, 34(1), 50–56.

FIGUEIREDO, W. Assistência à saúde dos homens: um desafio para os serviços de atenção primária. **Ciências&Saúde Coletiva**. a.10, n.1, 2005. p.105-9. <https://www.scielo.br/j/csc/a/W7mrnmMQP6jGsnvbnj7SG8N/abstract/?lang=pt>

FRANÇA, G.S. de *et al.* Homem x Serviços de saúde: uma questão cultural? **ConexãoFametro** 2018. Disponível em: <<https://www.doity.com.br/anais/conexaofametro2018/trabalho/69311>>. Acesso em: 08/02/2024

GIL, A.C. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. 7ªed. São Paulo: Atlas, 2022.

KRUG, E.G. *et al.* **Relatório Mundial de Violência e Saúde**. Genebra: OMS, 2002. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/biblioteca/relatorio-mundial-sobre-violencia-e-saude/> Acesso em 19 de mar. de 2024.

KUHN, T. A **estrutura das revoluções científicas**. São Paulo: Editora Perspectiva, 1992

LATADO, A. *et al.* **Tratamento Fisioterapêutico em Pacientes com Incontinência Urinária Pós-Prostatectomia Radical**. Projeto “Diretrizes Clínicas do Complexo Hospitalar Universitário Professor Edgard Santos”. Junho, 2010.

MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. **Fundamentos da Metodologia Científica**. São Paulo: Atlas, 2003.

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA

MARKLAND, A.D. Prevalence of urinary incontinence in men: results from the national health and nutrition examination survey. **J Urol**.n. 184, a.3, set, 2010. p.1022-7.

MINAYO, M, C, S (Org.); DESLANDES, S, F.; NETO, O, C.; GOMES, R. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**.Petrópolis:Vozes, 1994. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/franciscovargas/files/2012/11/pesquisa-social.pdf>. Acesso em 19 de mar. de 2024.

PALMA, P.C.R (Org.).**Urofisioterapia: Aplicações Clínicas das Técnicas Fisioterapêuticas nas Disfunções Miccionais e do Assoalho**. Pélvico. 2ª ed.Campinas: Personal Link Comunicações, 2009. Disponível em:<https://www.fcm.unicamp.br/fcm/sites/default/files/2016/page/urofisioterapia.pdf>. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

PINHEIRO, B. F, *et al*. Fisioterapia para consciência perineal: uma comparação entre as cinesioterapias com toque digital e com auxílio do biofeedback.**Fisioterapia em Movimento**.a. 25, n. 3, jul/set, 2012. p. 639-48. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/fm/a/hxgVKZPk3FFY6vDrbKZqnFk/>. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

SANTOS, P.H.B dos. Saúde do homem: invisibilidade e desafios na atenção primária à saúde.**Seminário Nacional de Serviço Social e Política Social**. Florianópolis: UFSC, 2015. Disponível em:<https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/180737>. 2017-11-07. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

SCHRAIBER, L. B.; GOMES, R; COUTO, M.T. Homens e saúde na pauta da Saúde Coletiva. **Ciências&Saúde Coletiva**. a.10, n.1, 2005. p.7-17. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Tdb9VxVyHcTjZ6PskNpBntL/> Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

STEIN, S.R. *et al*. Entendimento da fisioterapia pélvica como opção de tratamento para as disfunções do assoalho pélvico por profissionais de saúde da rede pública. **Revista Ciências Médicas**. a. 27, n.2, 2018. p. 65-72.Disponível em: <http://dx.doi.org/10.24220/2318-0897v27n2a4242>. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

VASCONCELOS, E. M. **Participação popular e educação nos primórdios da saúde pública brasileira**. In: Vasconcelos EM, organizador. A saúde nas palavras e nos gestos: reflexões da rede educação popular e saúde. São Paulo: Hucitec; 2001. p. 73-99.

VYGOTSKY, L. S. A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores. **4ª ed. São Paulo**: Martins Fontes, 1991.

SITES PESQUISADOS

BEZERRA, Sofia. **A importância dos exercícios de Kegel na sua saúde.** Publicado em 06/03/2021. Disponível em: [https:// medicare.pt](https://medicare.pt). Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

MALFACINI, S. L. L. Fisioterapia Pélvica nas Disfunções Miccionais Masculinas. Publicado em: 14/01/2021. Disponível em: [https:// interfisio.com.br](https://interfisio.com.br). Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. O estigma social que envolve a saúde masculina. 01/12/2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quer-me-exercitar/noticias/2022/o-estigma-social-que-envolve-a-saude-masculina> Acesso em: 15 de maio de 2024.

OLIVEIRA, Ana Paula de. **Educação em saúde: conheça a importância deste tema.** Publicado em 16/11/2020. Disponível em: [https:// zelas.com.br](https://zelas.com.br). Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

PORTAL Drauzio Varella. Síndrome da dor pélvica masculina: conheça as causas, os sintomas e opções de tratamento Publicado em: 15/11/2023. Revisado em: 22/11/2023. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/autor-convidado/sindrome-da-dor-pelvica-masculina-conheca-as-causas-os-sintomas-e-opcoes-de-tratamento/#:~:text=A%20s%C3%ADndrome%20cr%C3%B4nica%20da%20dor,ou%20em%20qualquer%20%C3%B3rg%C3%A3o%20p%C3%A9lvico.> Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

VARELA, Daniele. A fisioterapia no tratamento da incontinência. Publicado em: 06/03/2017. Disponível em: <https://portaldaurologia.org.br/sua-saude/dicas/a-fisioterapia-no-tratamento-da-incontinencia>. Acesso em: 08 de fevereiro de 2024.

VEGA, Caio. Exercícios de Kegel para homens: como fazer? Atualizado 20/05/2023. Disponível em: <https://omens.com.br/blog>. Acesso em: 09 de fevereiro de 2024.