

HIPERTENSÃO ARTERIAL SISTÊMICA: UM OLHAR SOBRE A MASCULINIDADE E O AUTOCUIDADO

Iane Vieira de Freitas¹

Marina Mayara Silva Lira²

Priscila Duarte do Nascimento³

Renata Livia Silva Fônsaca Moreira de Medeiros⁴

Geane Silva Oliveira⁵

Anne Caroline de Souza⁶

RESUMO: **Introdução:** A hipertensão é uma condição crônica prevalente que, se não tratada adequadamente, pode levar a complicações graves como doenças cardíacas e acidente vascular cerebral. Estudos indicam que homens tendem a negligenciar cuidados com a saúde devido a construções sociais de masculinidade que valorizam a força e a invulnerabilidade, contribuindo para a subestimação dos riscos associados à HAS. **Aspectos metodológicos:** Metodologicamente, a revisão integrativa da literatura foi conduzida pela seguinte questão norteadora: Como a masculinidade impacta o autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica? e Qual o papel da enfermagem na promoção do autocuidado e na adesão ao tratamento da hipertensão em homens? A busca foi realizada em bases de dados científicas como PubMed, SciELO e LILACS, utilizando descritores relacionados à "Hipertensão Arterial Sistêmica," "Masculinidade," "Autocuidado," "Enfermagem," e "Saúde do Homem" e "Systemic Arterial Hypertension," "Masculinity," "Self-care," "Nursing," and "Men's Health". Foram incluídos artigos publicados nos últimos cinco anos, em português e inglês, que abordaram a relação entre masculinidade e cuidados com a saúde em homens hipertensos. **Resultados e discussão:** A construção social da masculinidade influencia diretamente o comportamento de saúde dos homens, afetando suas práticas de autocuidado e adesão ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica (HAS). O modelo de masculinidade hegemônica valoriza atributos como força e resistência, desencorajando a procura por cuidados médicos e a adoção de medidas preventivas. Esse padrão também impacta a forma como os homens percebem o envelhecimento e a necessidade de autocuidado, especialmente entre os idosos. A resistência ao tratamento é exacerbada por fatores socioculturais, como a ideia de invulnerabilidade associada ao papel de provedor. A atuação da enfermagem é essencial na promoção do autocuidado, superando barreiras culturais e educando os homens sobre a importância do tratamento contínuo e da adesão às recomendações médicas. Além disso, a visita domiciliar e o vínculo de confiança entre enfermeiro e paciente são fundamentais para garantir o sucesso das intervenções. **Conclusão:** O autocuidado entre homens, especialmente no controle da hipertensão, ainda é deficitário. Este trabalho visa mostrar como os enfermeiros podem promover o autocuidado para reduzir os riscos da doença. Homens acima de 40 anos, frequentemente distantes da Atenção Primária, são mais vulneráveis a doenças cardiovasculares. Enfermeiros nas ESF utilizam ações educativas para aumentar a adesão ao tratamento e alertar sobre os riscos da hipertensão, alinhando-se às diretrizes da PNAISH para promover a saúde masculina.

2076

Palavras-chave: Hipertensão Arterial Sistêmica. Masculinidade. Autocuidado.

¹Graduanda em enfermagem pelo centro universitário Santa Maria.

²Graduanda em enfermagem pelo centro universitário Santa Maria.

³Graduanda em enfermagem pelo centro universitário Santa Maria.

⁴Enfermeira Doutora, pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, FCMSCSP. Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB.

⁵Enfermeira mestre formada pela UFPB, João Pessoa, PB. Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB.

⁶Enfermeira formada pelo Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB. Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB.

INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma das condições crônicas mais prevalentes em todo o mundo, sendo um importante fator de risco para diversas complicações cardiovasculares, como infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral (Julião, Souza e Guimarães, 2021). A HAS caracteriza-se pela elevação persistente dos níveis de pressão arterial, resultante de uma complexa interação entre fatores genéticos, ambientais e comportamentais. A pressão arterial elevada sobrecarrega o sistema cardiovascular, levando a danos progressivos que podem comprometer a função de órgãos vitais. A definição clínica da hipertensão geralmente considera valores de pressão sistólica iguais ou superiores a 140 mmHg e/ou diastólica iguais ou superiores a 90 mmHg, medidos em duas ou mais ocasiões distintas (Batista *et al.*, 2022).

Do ponto de vista epidemiológico, a HAS é um problema de saúde pública de grandes proporções. No Brasil, a prevalência de hipertensão tem aumentado significativamente, refletindo mudanças nos hábitos de vida da população, como o sedentarismo e a alimentação inadequada. Dados recentes indicam que aproximadamente 32% da população adulta brasileira é hipertensa, com maiores taxas observadas em homens e em faixas etárias mais avançadas (Julião, Souza e Guimarães, 2021). Além disso, a HAS é responsável por um número significativo de internações hospitalares e é um dos principais contribuintes para a mortalidade por doenças cardiovasculares no país (Macete e Borges, 2020).

2077

A compreensão do adoecimento masculino é fundamental para contextualizar o enfrentamento da HAS entre homens. Culturalmente, a construção social da masculinidade muitas vezes associa o gênero masculino a características como força, independência e invulnerabilidade, o que pode levar à negação da vulnerabilidade e, consequentemente, à resistência em procurar cuidados de saúde. Essa construção social pode ser um obstáculo significativo para o autocuidado e para a adesão ao tratamento da HAS, já que muitos homens tendem a minimizar os sintomas ou a postergar a busca por atendimento até que a condição se agrave (Júnior *et al.*, 2022). Além disso, o estigma associado à vulnerabilidade e à dependência de cuidados de saúde pode dificultar o reconhecimento da necessidade de mudanças no estilo de vida, como a adoção de uma dieta saudável e a prática regular de exercícios físicos (Macete e Borges, 2020).

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem, implementada pelo Ministério da Saúde, visa abordar essas questões, promovendo ações que incentivem os homens a cuidar mais ativamente de sua saúde. O programa Hiperdia, por exemplo, foi criado para acompanhar pacientes com hipertensão e diabetes, promovendo a adesão ao tratamento e monitorando a evolução dessas condições. No entanto, a efetividade dessas políticas ainda enfrenta desafios, principalmente relacionados à baixa adesão dos homens às orientações e ao acompanhamento contínuo (Silva *et al.*, 2022). O papel da enfermagem nesse contexto é fundamental, pois esses profissionais estão na linha de frente do atendimento primário, sendo responsáveis por ações educativas, de promoção da saúde e de acompanhamento do tratamento (Silva Nogueira, Silva e Pachú, 2021).

A Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) estabelece as normas e diretrizes que orientam a organização da Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil. Sua construção contou com a colaboração de movimentos sociais, gestores, usuários e profissionais da saúde. Entre seus principais objetivos, destacam-se a universalização do acesso aos serviços de saúde, a promoção da saúde e a prevenção de doenças. A PNAB fundamenta-se em princípios como a integralidade do cuidado, a equidade, a humanização, a participação social e a garantia de acessibilidade (Júnior *et al.*, 2022).

2078

A importância do autocuidado na gestão da HAS é inegável, pois ele está diretamente relacionado ao controle da pressão arterial e à prevenção de complicações (Batista *et al.*, 2022). O autocuidado inclui ações como a monitorização regular da pressão arterial, a adesão à medicação prescrita, a prática de atividades físicas, e a manutenção de uma dieta equilibrada (Macete e Borges, 2020). Para os homens, o desafio do autocuidado é ampliado pelo conflito entre a necessidade de cuidar da saúde e as normas de masculinidade que desvalorizam comportamentos associados ao cuidado e à prevenção (Júnior *et al.*, 2022). Por isso, é essencial que os profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, desenvolvam estratégias que considerem essas questões de gênero, promovendo um ambiente de cuidado que respeite as particularidades da masculinidade, mas que também encoraje atitudes proativas em relação à saúde (Silva Nogueira, Silva e Pachú, 2021).

A justificativa para a escolha desse tema reside na necessidade de entender como a masculinidade impacta o autocuidado dos homens com HAS e, assim, identificar estratégias eficazes para melhorar a adesão ao tratamento. A alta prevalência de hipertensão e suas graves

consequências para a saúde tornam esse estudo relevante e urgente. A enfermagem tem um papel central nesse processo, sendo fundamental na implementação de práticas de cuidado que considerem as especificidades do gênero masculino e promovam a saúde de forma integral (Júnior, Arnaldo Soares *et al.*, 2024).

A pergunta norteadora deste estudo é: Como a masculinidade impacta o autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica? e Qual o papel da enfermagem na promoção do autocuidado e na adesão ao tratamento da hipertensão em homens?

ASPECTOS METODOLÓGICOS

A metodologia do foi baseada em uma revisão integrativa da literatura. Esta abordagem metodológica foi escolhida por permitir a síntese de diferentes estudos já publicados, tanto quantitativos quanto qualitativos, com o objetivo de proporcionar uma compreensão mais abrangente sobre a relação entre masculinidade e autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica (HAS). A revisão integrativa foi adequada para identificar padrões, similaridades, divergências e lacunas no conhecimento existente, além de fornecer subsídios para futuras pesquisas.

A questão norteadora da revisão foi: "Como a masculinidade impacta o autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica? e Qual o papel da enfermagem na promoção do autocuidado e na adesão ao tratamento da hipertensão em homens?" A partir dessa questão, a revisão buscou compreender como a construção social da masculinidade influenciou as práticas de autocuidado e a adesão ao tratamento da HAS entre homens, além de identificar estratégias que poderiam ser adotadas por profissionais de saúde para melhorar esses aspectos.

Para garantir a relevância e a qualidade das informações coletadas, foram estabelecidos critérios claros de inclusão e exclusão dos estudos a serem analisados. Os critérios de inclusão compreenderam artigos científicos que abordaram diretamente a relação entre masculinidade, autocuidado e hipertensão arterial sistêmica em homens. Foram considerados estudos publicados nos últimos cinco anos, escritos em português ou inglês, e disponíveis em texto completo.

Por outro lado, os critérios de exclusão definiram que seriam desconsiderados estudos que não tratassem especificamente do gênero masculino ou que abordassem a hipertensão arterial sistêmica em contextos não relacionados ao autocuidado ou à masculinidade. Revisões

de literatura já publicadas, assim como teses e dissertações, também foram excluídas para evitar duplicidade de dados e garantir a originalidade da análise.

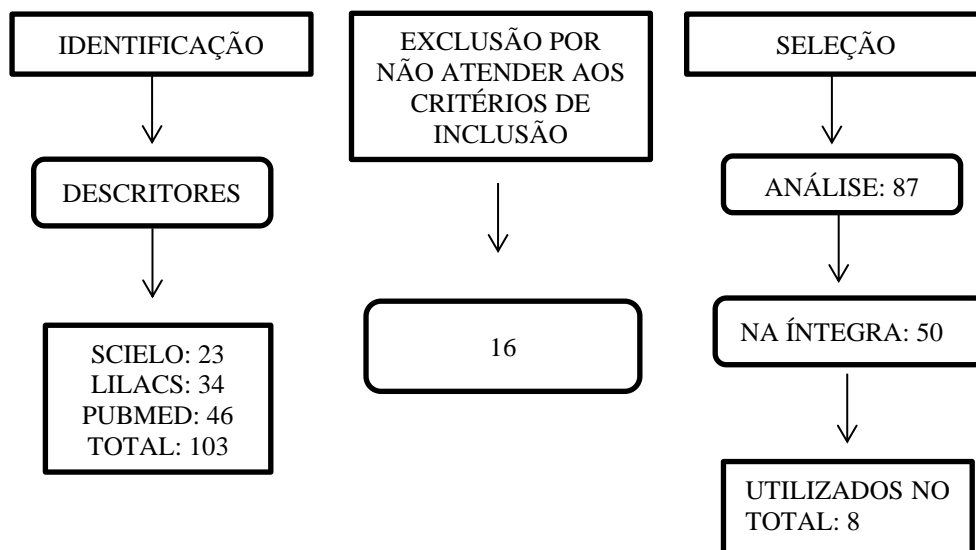
A pesquisa foi conduzida nas seguintes bases de dados: PubMed, SciELO e LILACS. Estas bases foram escolhidas pela sua relevância e abrangência na área da saúde, sendo amplamente reconhecidas por disponibilizarem artigos científicos que tratam de temas como enfermagem, saúde do homem e hipertensão arterial sistêmica. A utilização dessas fontes permitiu uma coleta ampla e diversificada de informações, essencial para uma revisão integrativa que pretendia abordar diferentes aspectos do tema em questão.

A estratégia de busca foi delineada por meio da combinação de descritores em português e inglês, para garantir a amplitude e a profundidade da pesquisa. Os principais descritores utilizados foram "Hipertensão Arterial Sistêmica," "Masculinidade," "Autocuidado," "Enfermagem," e "Saúde do Homem" e "Systemic Arterial Hypertension," "Masculinity," "Self-care," "Nursing," and "Men's Health". Estes termos foram combinados de maneira a maximizar a recuperação de estudos relevantes, utilizando operadores booleanos como AND e OR para refinar os resultados.

Após a coleta dos artigos, foi realizada uma leitura criteriosa e análise dos títulos e resumos para verificar a adequação aos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Os estudos selecionados passaram por uma leitura completa e detalhada, seguida da extração dos dados relevantes para a revisão. A análise dos dados foi conduzida de forma sistemática, identificando as principais contribuições de cada estudo para a compreensão da relação entre masculinidade e autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica.

Os resultados da revisão integrativa foram apresentados de maneira organizada, discutindo as evidências encontradas e relacionando-as com a questão norteadora do estudo. Esperava-se que a análise permitisse identificar barreiras e facilitadores do autocuidado entre homens hipertensos, bem como oferecer sugestões práticas para a atuação dos profissionais de enfermagem na promoção de saúde dessa população. A revisão também buscou apontar lacunas no conhecimento e sugerir direções para futuras pesquisas que pudessem contribuir para a melhoria do cuidado em saúde oferecido aos homens com HAS.

Figura 1- Fluxograma metodológico da pesquisa.



AUTORES 2025.

RESULTADOS

Após a busca, leitura exploratória e a aplicabilidade dos critérios pré-determinados de inclusão, este trabalho se deu por meio de 8 artigos científicos nos quais contemplaram a temática em questão. No quadro 1, apresentado abaixo, estão listados os artigos que foram selecionados por corresponderem a questão norteadora. Os trabalhos a seguir foram organizados com base em informações como identificação, autores, ano de publicação, título, periódico e achados.

2081

Quadro 1- Resultados da revisão sobre o impacto da masculinidade no autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica

CÓDIGO	AUTOR/ANO	TÍTULO	PERIÓDICO	ACHADOS
A1	Souza; Silva, 2023.	Promoção a saúde do homem com análise das experiências dos idosos com hipertensão arterial sistêmica	Saúde coletiva	Foi evidenciado a necessidade de implementar metodologias voltadas à promoção em saúde, assim como inovação dos cuidados prestados da equipe de saúde para subsidiar o matriciamento conforme as singularidades dos usuários do serviço.
A2	Barbosa et al., 2024.	Rastreamento da fragilidade	Rev. bras. geriatr. gerontol	Os resultados ratificam a importância de padronizar o instrumento para

		em pessoas idosas com hipertensão arterial sistêmica por instrumentos diferentes		verificar a fragilidade de pessoas idosas hipertensas. A adequada avaliação da fragilidade busca ofertar uma assistência pautada na prevenção e promoção que capazes de evitar a piora do estado de saúde e agravos da hipertensão arterial.
A3	Souza, 2022.	Masculinidade hegemônica: contingências relacionadas ao déficit de autocuidado à saúde em homens	Revista Perspectivas	Secundariamente busca-se hipotetizar algumas contingên-cias relacionadas ao déficit de autocuidado à saúde, recorrentemente atribuído aos homens. Metodologicamente este estudo é uma análise conceitual construído a partir do exame de literaturas consideradas fundamentais na abordagem dessa problemática.
A4	Silva et al., 2021.	Percepções sobre o autocuidado masculino: uma revisão de literatura	Brazilian Journal of Development	Evidenciando-se que os homens realmente têm baixa adesão as práticas de autocuidado, devido as características hegemônicas do masculino, como causas comportamentais, prioridades de vida e sentimentos de medo. Diante das conclusões é possível afirmar que os profissionais de saúde devem elaborar estratégias para a educação em saúde ao autocuidado desse publico.
A5	Soares Júnior et al., 2024.	Ações e serviços para promover a saúde do homem: Revisão integrativa de literatura	BOCA	Esse estudo permitiu contribuir para a identificação de ações e serviços direcionados para a população masculina tanto na esfera pública quanto privada. Além de mapear tais ações e serviços com vistas a apontar fragilidades colaborando para repensar e planejar novas estratégias e medidas que permitam o acesso do homem aos serviços de saúde em todos os níveis de atenção.
A6	Silva Júnior et al., 2022.	Saúde do homem na atenção básica: fatores que influenciam a busca pelo atendimento	Revista Ciência Plural	Os participantes desconhecem a política a eles direcionada e expressaram como se sentem durante a atenção, diante da demora no atendimento e do desejo de serem assistidos como as mulheres. Emergiram três categorias: (Des)Conhecendo as políticas de saúde; A busca pelos serviços de saúde; e A insatisfação dos homens: revelando fatores que dificultam a procura aos serviços de saúde.

A7	Macete, Borges, 2020.	Não Adesão ao Tratamento não Medicamentoso da Hipertensão Arterial Sistêmica	Revista Saúde em Foco	Os principais fatores associados foram: baixa escolaridade, desigualdades sociais, baixo poder aquisitivo, não aceitação da mudança de hábito, doença assintomática, falta de compromisso com tratamento, falta de instrução da doença crônica e seguimento do regime terapêutico. O indivíduo deve ser protagonista em todo processo para a tomada de decisões. Acredita-se num processo de educação em saúde, capaz de conduzir a pessoa hipertensa à adesão às condutas de controle da HAS através de estratégias com foco nos fatores modificáveis.
A8	Ribeiro et al., 2022.	Contribuições para o autocuidado do homem com hipertensão arterial sistêmica na atenção primária de saúde	Brazilian Journal of Science	o autocuidado como abordagem para o público do sexo masculino ainda mostra um grande déficit de estratégia abordada pelos mesmos, mostrando ainda que a hipertensão arterial sistêmica é um grande agravio à saúde, que acaba afetando os homens acima de 40 anos, pois em sua juventude não procuram por autocuidado e nenhum rastreio na APS, com esse distanciamento na atenção primária os homens acabam sendo mais propensos a desenvolver doenças cardiovasculares e assim morrendo precocemente

AUTORES 2025.

DISCUSSÃO

Após a leitura dos achados, foram fomentados dois eixos temáticos que nortearam a discussão desse estudo, sendo eles: “O impacto da masculinidade no autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica” e “O papel da enfermagem na promoção do autocuidado e na adesão ao tratamento da hipertensão em homens”.

TEMA I- O impacto da masculinidade no autocuidado em homens com hipertensão arterial sistêmica

A forma como a masculinidade é socialmente construída exerce forte influência sobre o comportamento de saúde dos homens, impactando diretamente suas práticas de autocuidado. Nesse contexto, a masculinidade hegemônica, compreendida como um conjunto de normas sociais que definem o que se espera de um "homem", valoriza atributos como força,

autossuficiência e resistência física, o que, por sua vez, favorece uma atitude de negação da vulnerabilidade e de descuido com a própria saúde. Assim, esse modelo de masculinidade acaba desencorajando a procura por serviços médicos e a adoção de medidas preventivas, elementos fundamentais para o controle de enfermidades crônicas, como a HAS (Souza; Silva, 2023).

Além disso, o conceito de masculinidade hegemônica é essencial para compreender a baixa adesão dos homens às práticas de autocuidado. Aqueles que seguem esse padrão social costumam ocultar sintomas, evitar consultas e desconsiderar o uso contínuo de medicamentos comportamentos que favorecem a piora do quadro de HAS. Conforme Silva (2022), traços como independência, controle emocional e força física, embora socialmente valorizados, dificultam o envolvimento em práticas de cuidado, especialmente diante de doenças silenciosas, como é o caso da hipertensão.

Ademais, esse modelo de masculinidade influencia também a maneira como os homens vivenciam o processo de envelhecimento. Para muitos, envelhecer é percebido como uma ameaça à virilidade, uma vez que a redução da força física e a maior dependência de cuidados médicos são interpretadas como sinais de fraqueza. Em decorrência disso, é comum que homens idosos resistam ao autocuidado, adiem a procura por assistência e subestimem os riscos relacionados à HAS, o que, consequentemente, eleva sua vulnerabilidade a complicações graves (Barbosa et al., 2024).

2084

Além do mais, os fatores socioculturais que definem os papéis de gênero exercem influência direta sobre a maneira como os homens se relacionam com sua saúde. Em distintos contextos culturais, o papel masculino está fortemente associado à função de provedor e à ideia de invulnerabilidade. Em muitas comunidades, reconhecer a necessidade de cuidados é interpretado como fragilidade, o que contribui para o descuido com a saúde e para a resistência à prevenção e ao tratamento de doenças crônicas (Atumane, 2022).

Essa resistência tende a se intensificar em regiões rurais, como o semiárido nordestino, onde a identidade masculina está intimamente ligada à capacidade de realizar trabalhos pesados. Nesses locais, as políticas públicas de saúde enfrentam desafios relacionados a barreiras culturais e logísticas, que dificultam o acesso dos homens aos serviços de saúde e comprometem sua adesão às práticas de autocuidado (Souza, 2022).

Somado a isso, a associação do autocuidado a comportamentos femininos constitui outro fator que dificulta o enfrentamento da HAS entre os homens. Conforme Silva et al. (2021),

muitos ainda veem práticas como realizar consultas médicas, monitorar a pressão arterial e seguir um tratamento regular como atitudes tradicionalmente atribuídas às mulheres, o que reforça a relutância em adotar medidas de cuidado com a própria saúde.

Diante desse cenário, evidencia-se a importância de reformular os padrões de masculinidade. Para tanto, é necessário investir em campanhas e estratégias de saúde pública que promovam o autocuidado como uma demonstração de responsabilidade, e não como sinal de fraqueza. Igualmente, torna-se essencial que os profissionais de saúde, especialmente os que atuam na atenção primária, estejam preparados para reconhecer essas questões e elaborar abordagens que sejam sensíveis às questões de gênero (Silva et al., 2021).

Em conclusão, a masculinidade hegemônica representa um dos principais entraves à promoção do autocuidado entre homens com hipertensão arterial sistêmica. Enfrentar esse desafio exige não apenas o entendimento das normas de gênero, mas também a implementação de políticas e práticas de saúde que integrem o cuidado como elemento central da identidade masculina (Atumane, 2022; Soares Júnior et al., 2024).

TEMA 2- O papel da enfermagem na promoção do autocuidado e na adesão ao tratamento da hipertensão em homens

2085

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) é uma enfermidade crônica que demanda um controle contínuo a fim de prevenir complicações graves, como infartos e acidentes vasculares cerebrais (AVCs). Nesse contexto, a enfermagem desempenha um papel estratégico dentro da atenção primária à saúde, sobretudo no incentivo ao autocuidado e na promoção da adesão ao tratamento entre os homens, os quais enfrentam obstáculos específicos relacionados às construções de gênero e à resistência ao cuidado (Silva Júnior et al., 2022).

Dentre as principais atribuições da enfermagem nesse cenário, destaca-se a realização de ações educativas voltadas à promoção de hábitos saudáveis e ao seguimento correto do tratamento prescrito. Tais ações englobam desde a orientação sobre o uso contínuo de medicamentos e o controle regular da pressão arterial até o incentivo à adoção de um estilo de vida mais saudável, com alimentação equilibrada e prática de atividades físicas. No entanto, é importante ressaltar que a eficácia dessas intervenções depende diretamente da superação de barreiras culturais que influenciam negativamente o comportamento de saúde masculino (Ribeiro et al., 2022).

Além disso, a falta de adesão ao tratamento medicamentoso configura-se como um dos desafios mais recorrentes enfrentados pelos profissionais de enfermagem. Muitos homens interrompem ou não seguem adequadamente o regime terapêutico, seja pela ausência de sintomas perceptíveis da HAS ou pela dificuldade em compreender os riscos associados à doença. Diante disso, cabe à enfermagem adotar estratégias comunicativas eficazes e personalizadas, considerando sempre o contexto social e emocional de cada paciente (Macete, Borges, 2020).

Outro recurso valioso utilizado pela enfermagem é a visita domiciliar, especialmente no acompanhamento pós-alta de homens com hipertensão. Essa prática permite conhecer de forma mais aprofundada as condições reais de vida do paciente, identificar os obstáculos que dificultam o tratamento e oferecer orientações específicas para sua realidade. Ademais, essa abordagem contribui para o fortalecimento do vínculo entre o profissional de saúde e o paciente, favorecendo maior comprometimento com o autocuidado e reduzindo os índices de reinternação (Ribeiro et al., 2022).

Paralelamente, destaca-se a importância da educação em saúde. Homens com baixo nível de escolaridade ou pouca familiaridade com questões relacionadas ao cuidado tendem a encontrar mais dificuldades para compreender e seguir as orientações médicas. Nesse sentido, a enfermagem exerce uma função fundamental ao adaptar a linguagem das informações clínicas e ao utilizar recursos educativos que dialoguem com a realidade dos pacientes atendidos (Rocha et al., 2024).

No caso específico dos homens idosos, o cuidado deve considerar também as limitações físicas e cognitivas decorrentes do processo de envelhecimento. Assim, é papel da enfermagem propor estratégias que estimulem a autonomia desses pacientes, como o uso de lembretes para a medicação e a inclusão da família no cotidiano do cuidado, o que favorece tanto a adesão ao tratamento quanto a melhoria da qualidade de vida (Souza; Silva, 2023).

Além dos conhecimentos técnicos, o estabelecimento de um vínculo de confiança entre enfermeiro e paciente é fator determinante. Homens tendem a se engajar mais no tratamento quando se sentem respeitados, ouvidos e acolhidos. Por isso, uma abordagem centrada na pessoa, que considere seus valores, crenças e modo de vida, torna-se essencial para o êxito das intervenções de enfermagem (Ribeiro et al., 2022).

Dessa maneira, observa-se que a atuação da enfermagem na promoção do autocuidado entre homens com hipertensão arterial sistêmica transcende a mera prescrição de medicamentos e o monitoramento clínico. Ela envolve acolhimento, escuta qualificada, educação em saúde e o enfrentamento de barreiras socioculturais que dificultam a adesão ao tratamento. Com estratégias sensíveis às questões de gênero e alinhadas à realidade dos pacientes, a enfermagem contribui para um cuidado mais eficaz, humanizado e transformador.

CONCLUSÃO

O autocuidado, como abordagem voltada para o público masculino, ainda apresenta um grande déficit em termos de estratégias adotadas pelos próprios homens. Nesse contexto, o objetivo deste trabalho é apresentar formas de abordagem que os enfermeiros podem utilizar para promover o autocuidado como um método eficaz de minimizar os riscos e controlar a hipertensão arterial.

A hipertensão arterial sistêmica representa um grave problema de saúde, especialmente entre homens com mais de 40 anos, que, na juventude, frequentemente não buscam o autocuidado nem realizam rastreios na Atenção Primária à Saúde (APS). Esse distanciamento da APS torna os homens mais vulneráveis ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, resultando em mortes precoces.

2087

As principais estratégias utilizadas pelos enfermeiros nas Estratégias de Saúde da Família (ESF) para promover o autocuidado são baseadas em ações educativas. Nessas abordagens, os enfermeiros realizam consultas que incluem orientações sobre cuidados e saúde, com o intuito de alertar os homens sobre os riscos da doença e aumentar a adesão ao tratamento.

Dessa forma, o enfermeiro, atuando na Atenção Primária à Saúde, desempenha um papel fundamental na promoção e prevenção da saúde. Por meio da educação em saúde, ele busca incentivar os homens hipertensos a adotarem o autocuidado diário, focando neles como centro do cuidado. Isso é alinhado com as diretrizes da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH), que orienta as ações e estratégias voltadas para a promoção e prevenção da saúde masculina.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Keila Rodrigues de; BORGES, José Wicto Pereira; RODRIGUES, Malvina Thaís Pacheco. Não adesão ao tratamento medicamentoso da hipertensão arterial sistêmica na atenção básica de saúde. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 32, n. 1, p. e32010393, 2024.

ALVES DE SOUZA, Albertina; FERREIRA DA SILVA, Maria Rocineide. Promoção a saúde do homem com análise das experiências dos idosos com hipertensão arterial sistêmica. **Saude Coletiva**, v. 13, n. 85, 2023.

ATUMANE, Ali Momade Ali. **Aspectos socioculturais relacionados à saúde do homem**. Editora Dialética, 2022.

BARBOSA, Samara Frantheisca Almeida et al. Rastreamento da fragilidade em pessoas idosas com hipertensão arterial sistêmica por instrumentos diferentes. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 27, p. e230245, 2024.

BATISTA, Gabriella Farias et al. Principais fatores que influenciam na adesão do tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. e26311124760-e26311124760, 2022.

DA SILVA NOGUEIRA, Ana Júlia; SILVA, Jéssica Larissa Viana; PACHÚ, Clésia Oliveira. Assistência de enfermagem aos portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 12, p. e219101219269-e219101219269, 2021.

DA SILVA SOUSA, Alex. Masculinidade hegemônica: contingências relacionadas ao déficit de autocuidado à saúde em homens. **Perspectivas em Análise do Comportamento**, v. 13, n. 2, p. 207-218, 2022.

DA SILVA, Ana Carla Virgínio Rodrigues et al. Efetividade do programa hiperdia na atenção primária em saúde: uma revisão da literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 9, p. 1059-1066, 2022.

DA SILVA, Jullyendre Alves Teixeira et al. Percepções sobre o autocuidado masculino: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 2, p. 20766-20777, 2021.

DE LEÃO, Alice Alves Menezes Ponce; DA SILVA MONTEIRO, Mayane Ynêssa. Masculinidade hegemônica e velhice. **Perspectivas Sociais**, v. 8, n. 01, 2022.

DE SOUZA, Albertina Alves; DA SILVA, Maria Rocineide Ferreira. Promoção a saúde do homem com análise das experiências dos idosos com hipertensão arterial sistêmica. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 13, n. 85, p. 12506-12521, 2023.

DO NASCIMENTO, Manoel Mateus Xavier et al. Epidemiologia das internações por infarto agudo do miocárdio nos setores de emergência do Ceará. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 6, p. e12920-e12920, 2023.

JULIÃO, Nayara Abreu; SOUZA, Aline de; GUIMARÃES, Raquel Rangel de Meireles. Tendências na prevalência de hipertensão arterial sistêmica e na utilização de serviços de saúde no Brasil ao longo de uma década (2008-2019). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 09, p. 4007-4019, 2021.

JÚNIOR, Arnaldo Soares et al. Ações e serviços para promover a saúde do homem: revisão integrativa de literatura. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 18, n. 52, p. 340-357, 2024.

JÚNIOR, Clausson Disney Silva et al. Saúde do homem na atenção básica: fatores que influenciam a busca pelo atendimento. **Revista Ciência Plural**, v. 8, n. 2, p. 1-18, 2022.

MACETE, Katiuscia Galavotti; BORGES, Grasiely Faccin. Não Adesão ao Tratamento não Medicamentoso da Hipertensão Arterial Sistêmica/Not Adhering to Non-Drug Treatment of Systemic Hypertension. **Saúde em Foco**, p. 128-154, 2020.

OLIVEIRA, André Luiz Abrantes; DE SOUZA, Bertulino José. Políticas públicas de saúde do homem do campo no semiárido nordestino. **Estudos Sociedade e Agricultura**, v. 28, n. 3, p. 644-675, 2020.

PEREIRA CHAGAS, Denicy de Nazaré et al. Autocuidado do homem pós-alta hospitalar: perspectivas para o cuidado de enfermagem numa abordagem domiciliar. **Enfermagem Brasil**, v. 19, n. 5, 2020.

PIRES, Lucas Castro et al. Fatores associados à hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus na população atendida pelo Projeto Vozes das Ruas em Jundiaí. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 17, n. 44, p. 2986-2986, 2022.

2089

RIBEIRO, Wanderson Alves et al. Contribuições para o autocuidado do homem com hipertensão arterial sistêmica na atenção primária de saúde. **Brazilian Journal of Science**, v. 1, n. 12, p. 30-41, 2022.

ROCHA, Natália Claudino et al. A influência da literacia em saúde na adesão ao tratamento da Hipertensão Arterial Sistêmica e Diabetes Mellitus no Brasil. **CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES**, v. 17, n. 7, p. e8324-e8324, 2024.

RODRIGUES, Bárbara Letícia Silvestre et al. Impacto do Programa Academia da Saúde sobre a mortalidade por Hipertensão Arterial Sistêmica no estado de Pernambuco, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 12, p. 6199-6210, 2021.