



**BOLETIM TEMÁTICO  
DA BIBLIOTECA DO  
MINISTÉRIO DA  
SAÚDE:**

---

**SAÚDE DO HOMEM**

**Novembro – 2021**

# NOVEMBRO AZUL

O “Novembro Azul” surgiu como uma campanha com o objetivo de discutir a temática do câncer de próstata, abordando principalmente sua prevenção e estimulando os homens a cuidarem mais de sua saúde. Nos últimos anos, diversas ações e atividades relacionadas ao tema são desenvolvidas anualmente no Brasil e internacionalmente.

O Ministério da Saúde compreende a relevância de ampliar o debate acerca da saúde do homem nesse período, contudo, recomenda o planejamento de ações e organização dos serviços de saúde com relação ao homem ao longo de todos os meses do ano, e não apenas no mês de novembro. A perspectiva é, portanto, voltada à saúde integral do homem, ampliando o foco para além do câncer de próstata.

Assim, é importante ressaltar a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem – PNAISH, instituída em 2009, que visa promover a melhoria das condições de saúde da população masculina brasileira, buscando contribuir, de modo efetivo, para a redução da morbidade e da mortalidade dessa população, por meio do enfrentamento racional dos fatores de risco e mediante a facilitação ao acesso, às ações e aos serviços de assistência integral à saúde.

# POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO INTEGRAL DA SAÚDE DO HOMEM

A Política Nacional de Atenção Integral da Saúde do Homem (PNAISH) tem como diretriz promover ações de saúde que contribuam significativamente para a compreensão da realidade singular masculina nos seus diversos contextos socioculturais e político-econômicos, respeitando os diferentes níveis de desenvolvimento e organização dos sistemas locais de saúde e tipos de gestão de Estados e Municípios.

Para atingir o seu objetivo geral, que é ampliar e melhorar o acesso da população masculina adulta – 20 a 59 anos – do Brasil aos serviços de atenção primária à saúde, a PNAISH é desenvolvida a partir de cinco (05) eixos temáticos:

- Acesso e Acolhimento
- Sexualidade responsável e planejamento familiar
- Paternidade e Cuidado
- Doenças prevalentes na população masculina
- Prevenção de Violências e Acidentes

Fonte:

<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-do-homem>>

# PARA VIVER COM SAÚDE

O cuidado com a saúde deve ser feito em todas as fases da vida do homem. Procure a Unidade Básica de Saúde mais próxima de você para lhe acompanhar em toda a sua história:

- Realize consultas;
- Realize exames e testes rápidos;
- Coloque suas vacinas em dia;
- Pegue preservativos sempre que precisar;
- Aprenda sobre planejamento familiar;
- Participe do Pré-Natal do Pai/Parceiro quando estiver acompanhando sua parceria;
- Faça o acompanhamento de tratamentos;
- Realize outras ações de saúde.

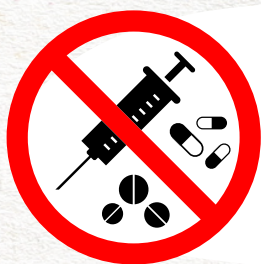
Conheça os exames básicos de rotina na prevenção e promoção da saúde do homem:

- Pressão arterial
- Hemograma completo
- Testes de urina
- Teste de fezes
- Teste de glicemia
- Atualização da carteira vacinal
- Verificação do perímetro abdominal
- Teste de IMC

Fonte:

<<https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2020/novembro/16/mailmkt-geral.jpg>>

# DICAS PARA CUIDAR DA SUA SAÚDE



**Evite consumir bebidas alcoólicas e outras drogas;  
Evite fumar;**

**Converse sobre seus problemas e preocupações com sua(seu) parceira(o), familiares, amigos, profissional da saúde;  
Não use a violência para lidar com as situações da sua vida;**



**Consuma alimentos saudáveis, como frutas, verduras e legumes;  
Pratique exercícios físicos com regularidade;**

**Cultive bons hábitos de higiene pessoal;  
Use preservativo nas relações sexuais;**



**Procure os serviços de saúde para se prevenir;  
Siga as orientações e os tratamentos recomendados pelos profissionais de saúde.**

Fonte:

<[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/saude\\_integral\\_homem.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/saude_integral_homem.pdf)>

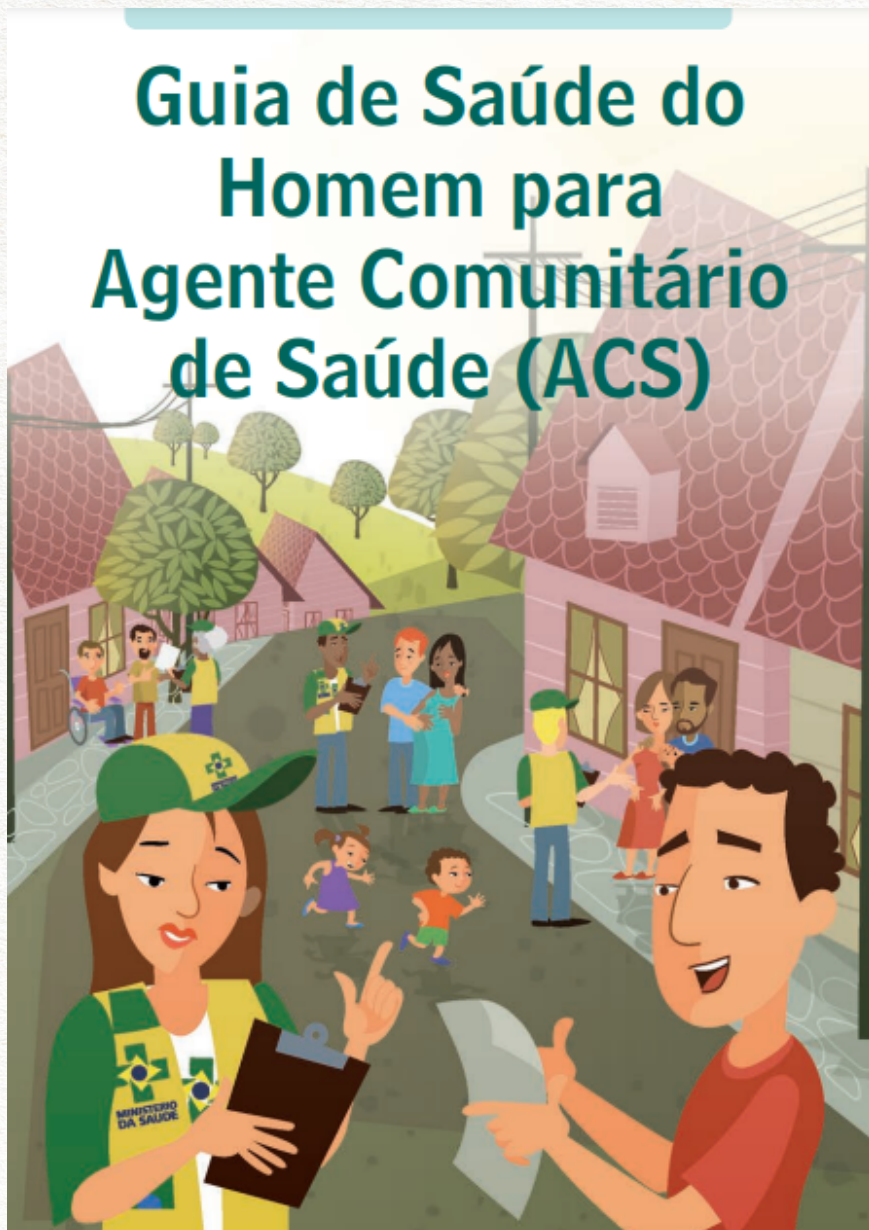
# PRINCIPAIS PUBLICAÇÕES



Câncer de próstata:  
vamos falar sobre isso?

**[CLIQUE AQUI E ACESSE A OBRA](#)**

# PRINCIPAIS PUBLICAÇÕES



Guia de Saúde do Homem para Agente Comunitário de Saúde (ACS)

**[CLIQUE AQUI E ACESSE A OBRA](#)**

# PRINCIPAIS PUBLICAÇÕES



Guia do pré-natal do parceiro para  
profissionais de Saúde

**[CLIQUE AQUI E ACESSE A OBRA](#)**

gov.br/saude



DISQUE SAÚDE 136

#SaúdeDoHomem



**HOMEM, CUIDE-SE.**

O MELHOR DA VIDA É TER

**SAÚDE.**

**PARA VIVER COM SAÚDE É PRECISO SE CUIDAREM TODAS AS FASES DA VIDA.**

Procure ter uma alimentação saudável, faça atividades físicas e procure se prevenir. Realize consultas em uma Unidade Básica de Saúde mais próxima.



gov.br/saude



DISQUE SAÚDE 136

#SaúdeDoHomem



**QUER UMA GRANDE DICA? CUIDE DA SUA SAÚDE AGORA E SEMPRE.**

**HOMEM, CUIDE-SE.**

O MELHOR DA VIDA É TER

**SAÚDE.**

Em todas as fases da vida, conte com a sua Unidade Básica de Saúde. Realize consultas, faça acompanhamento com a equipe de saúde, pegue preservativos e realize outras ações de saúde. Não deixe para depois, cuide-se agora.



gov.br/saude



DISQUE SAÚDE 136

#SaúdeDoHomem

**COM A CULTURA DE PAZ, SUA SAÚDE GANHA UMA GRANDE ALIADA.**

**HOMEM, CUIDE-SE.**

O MELHOR DA VIDA É TER

**SAÚDE.**

A violência, inclusive no trânsito, é um grande risco à sua saúde. Mantenha a calma em situações de conflito e estresse, não corra perigos desnecessários e converse sobre seus problemas com pessoas de confiança. Evite, ainda, consumir bebidas alcoólicas e outras drogas. Na dúvida, procure a sua Unidade Básica de Saúde.





Para mais publicações sobre Saúde do Homem, acesse aqui a pesquisa na BVS MS.

Para saber mais, entre em contato conosco:

**Atendimento por e-mail:**  
[bibreferencia@saude.gov.br](mailto:bibreferencia@saude.gov.br)

**Atendimento por Telefone:**  
(61) 3315-2410

**Consulta online ao acervo:**  
<http://bvsmms.saude.gov.br/>

**Pesquisa de Atos Normativos do Ministério da Saúde:**  
<http://saudelegis.saude.gov.br/saudelegis/secure/norma/listPublic.xhtml>

**Solicitação de artigos científicos em saúde:**  
[bibcomut@saude.gov.br](mailto:bibcomut@saude.gov.br)

## Créditos

Boletim Temático produzido pela  
Divisão de Biblioteca do  
Ministério da Saúde  
Dibib/Codinf/CGDI/SAA/SE/MS

### **Bibliotecárias responsáveis**

Marina Vaz Santos Valadares -  
CRB 1-3442

Seprot/Dibib/Codinf/CGDI/SAA/SE/MS

Helen Ferreira Cristalino Pereira -  
CRB 1-3458

Seab/Dibib/Codinf/CGDI/SAA/SE/MS

### **Projeto gráfico e diagramação**

Marina Vaz Santos Valadares  
Seprot/Dibib/Codinf/CGDI/SAA/SE/MS

### **Revisão**

Equipe de Divulgação Interna da  
Subsecretaria de Assuntos  
Administrativos  
EDI/SAA/SE/MS

Coordenação de Saúde do  
Homem  
COSAH/CGCIVI/DAPES/SAPS