

Autocuidado: ¿una cuestión de género?

Neto Bruna Novaes¹, Lindolpho Mirian da Costa²,
Sá Selma Petra Chaves³, Oliveira Jaqueline Burlandi⁴

RESUMEN

Ambos géneros, masculino y femenino muestran diferentes perspectivas sobre el cuidado de sí mismo. **Objetivo:** el objetivo fue comprender el concepto del cuidado de sí mismo según la perspectiva de cada género, señalando la manera en que cada uno de ellos se ocupa de sí en su vida diaria y menciona el origen de su conocimiento. **Material y métodos:** este es un estudio exploratorio y descriptivo, con abordaje cualitativo a 20 estudiantes de la Universidade Federal Fluminense / Brasil, divididos en dos grupos, según sexo. Se realizó entrevistas abiertas a cada uno de los participantes para luego realizar análisis de contenido. **Resultados:** los varones participan de su autocuidado, asumiendo la responsabilidad, este autocuidado involucra aspectos emocionales de su vida diaria, preocupaciones sobre el medio ambiente en que vive, su higiene y sus relaciones. La mujer relaciona el autocuidado de su salud a cuidar de sí misma, su cuerpo y su casa. **Conclusión:** se podría entender que el hombre posee un amplio entendimiento sobre el cuidado de sí mismo, y que sufre por todo lo que está a su alrededor mientras que la mujer enfrenta el cuidado personal como una relación con ella misma, siendo necesario para el profesional de la salud contribuir proporcionando información que ayude a las personas de ambos sexos en el proceso de autocuidado.

Palabras clave: Cuidado de sí mismo; Identidad de Género; Cultura; Brasil. (Fuente: DeCS BIREME)

Autocuidado: uma questão de gênero?

RESUMO

Os gêneros demonstram perspectivas diferentes quanto ao seu autocuidado. **Objetivo:** o objetivo foi inquerir aos gêneros a respeito de seus entendimentos sobre o autocuidado, elucidando deste modo a maneira que cada gênero trabalha seu cuidado no dia a dia e pontuar a origem de seus conhecimentos sobre o autocuidado. **Materiais e método:** trata-se de um estudo exploratório e descritivo com abordagem qualitativa. Foram 20 sujeitos universitários da Universidade Federal Fluminense/Brasil, divididos igualmente entre ambos os sexos. Utilizou-se entrevista aberta e submetida à análise de conteúdo. **Resultados:** encontramos um homem que participa do seu cuidado, assumindo esta responsabilidade, onde este autocuidado envolve sua emoção em seu dia-a-dia, a preocupação com o ambiente em que vive, com sua higiene e com seus relacionamentos, enquanto a mulher correlaciona o autocuidado à sua saúde, ao cuidar de si, de seu corpo, de sua casa. **Conclusões:** entendemos que o homem possui uma compreensão de autocuidado ampla, que sofre os reflexos de tudo que está a sua volta e que a mulher realiza o autocuidado como relação dela para com ela, portanto é necessário ao profissional de saúde contribuir com informações aos gêneros que lhes auxiliem no processo de autocuidado.

¹ Enfermeira. Especialista em Oncologia Clínica. Universidade Federal Fluminense – UFF/RJ – Brasil - Instituto Nacional de Câncer/ Ministério da Saúde – Brasil.

² Enfermeira. Mestre em Saúde e Sociedade. Universidade Federal Fluminense/UFF, Universidade Federal do Rio de Janeiro – Escola de Enfermagem Anna Nery – Rio de Janeiro - Brasil.

³ Enfermeira. Professora Titular de Universidade Federal Fluminense/UFF – Rio de Janeiro - Brasil.

⁴ Enfermeira. Universidade Federal Fluminense/UFF – Rio de Janeiro – Brasil.

Palavras chave: Autocuidado; Identidade de Gênero; Cultura; Brasil. (Fuente: DeCS BIREME)

Self care: a gender matter?

ABSTRACT

Both male and female genders show different perspectives about self care. **Objective:** The objective was to investigate genders regarding their understandings of the self, thus elucidating the way each gender works in their care every day and score from their knowledge of self. **Material and methods:** It is an exploratory and descriptive study with a qualitative approach 20 students from universidade federal fluminense/brasil have been equally divided in two groups by the sex. An open interview with analysis of content was used. **Results:** We found a man who participates in their care and take on this responsibility, where this care involves his emotions on his day-to-day concern for the environment they live with their health and their relationships, while women correlates the care of their health, to take care of yourself, your body, your home. Conclusion: it could be understood that the man gets a wide understanding about self care, being influenced by the reflex of everything around while the woman faces the self care as a relationship with herself, being, then, necessary to the professional of health to contribute providing information that help the sexes in the process of self care.

Key words: Self-care; Gender identity; Culture; Brazil. (Source: DeCS BIREME)

INTRODUÇÃO

Cada grupo social lida com a doença de maneira própria, demonstrando assim o quanto à cultura (que se constituem em reações organizadas e repetidas dos membros da sociedade) influencia no processo saúde-doença (1). Os gêneros masculino e feminino demonstram perspectivas diferentes quanto ao seu autocuidado já que as regras sociais as quais estes estão submetidos ditam como um indivíduo deve pensar e agir, e como as pessoas de fato se comportam na vida real (2).

Portanto, como a influência cultural reflete-se no autocuidado no homem e na mulher? Deste modo, o objeto deste estudo foi o autocuidado como uma questão de gênero.

Existem alguns modelos de masculinidade, mas entendemos que o modelo hegemônico atende mais ao perfil da atualidade e caracteriza pelo entendimento que o homem tem da autoridade, principalmente no lar; sendo autônomo e livre; possuindo força e coragem e não expressando suas emoções e nem tampouco se permitindo chorar (3). Para o gênero masculino de que o cuidado de si e dos outros e a preocupação com a saúde não são tidos como atribuições masculinas (4).

O papel social desenvolvido pelo gênero feminino possui uma ação cuidativa que envolve o cuidado de si, se estende a casa e família dando relevância a este papel social (5). Ainda para o gênero feminino o cuidar de si, não significa apenas afastar as possibilidades de doenças, mas também cuidar de seu comportamento para evitar brigas, desgastes físicos, cuidados com o corpo e a aparência (6).

O objetivo do estudo foi inquirir aos sujeitos universitários do sexo masculino e feminino a respeito de seus entendimentos sobre o autocuidado, elucidando deste modo à maneira que cada gênero vivenciam o autocuidado no dia a dia, como adquiriram seus conhecimentos sobre o autocuidado. Com isto os profissionais de saúde terão base ou pelo menos poderão refletir sobre o melhor direcionamento de suas orientações para essa clientela, mediante que este mostrará o que é o autocuidado para o homem e para mulher.

Percebemos que a produção científica encontra-se limitada aos problemas e necessidades ao gênero feminino. Mas há um avanço na sociedade globalizada em que vivemos e os fatores podem estar proporcionando mudanças no gênero masculino, em sua relação e compreensão de autocuidado.

Dorothea Orem define autocuidado como a prática de atividades, iniciadas e executadas pelos indivíduos, em seu próprio benefício, para a manutenção da vida, da saúde e do bem-estar (7). Percebe-se que o cuidado, referenciado como autocuidado de Orem, é definido como o cuidado desenvolvido pelo indivíduo, em benefício próprio, por meio de atividades ou ações, capazes de satisfazer às necessidades do próprio ser, a partir de determinados requisitos ou condições, sejam fisiológicas, de desenvolvimento ou comportamentais (8). Estes conceitos surgem do reconhecimento e aceitação do fato de que cada indivíduo é responsável por sua própria saúde e que a pessoa e a sua saúde, qualquer seja seu estado são suas. E estas ações de autocuidado podem ser incorporadas aos gêneros através da cultura que fazem parte, da

educação recebida e das informações que podem ser fornecidas por profissionais de saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo exploratório e descritivo de abordagem qualitativa. O campo de estudo foi a Universidade Federal Fluminense na cidade de Niterói/RJ – Campus Gragoatá, onde foi realizado as entrevistas. Houve consentimento da instituição e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal Fluminense com o protocolo sob Nº 163/04. Este campus foi escolhido por abrigar o maior número de universitários e ter uma maior diversidade de cursos, nos dando um maior aporte de sujeitos para a pesquisa.

Optamos por universitários para que pudéssemos preservar a proximidade da amostra quanto ao acesso à informação e escolaridade. Os sujeitos universitários de cursos variados (história, administração, química, física, engenharia, letras, pedagogia, serviço social, matemática e comunicação social) foram de brasileiros, de qualquer faixa etária, porém, que residiam na zona sul de Niterói-município do estado do Rio de Janeiro, Brasil- há pelo menos 5 anos, isto para que se possa ter uma proximidade socioeconômico e cultural da amostra, já que «cada grupo social lida com a doença de maneira própria, demonstrando assim o quanto à cultura influencia no processo saúde-doença»(1). Foram 20 entrevistas, divididas igualmente entre ambos os sexos, onde os sujeitos foram identificados pelas letras H (homem) e M (mulher) sucedidos de numeração (H1, H2, M1, M2, ...). A participação dos sujeitos foi efetuada mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, que trata de pesquisas envolvendo Seres Humanos.

A coleta de dados foi realizada através de entrevista aberta, tendo como base as seguintes perguntas: O que você entende por autocuidado? Como o pratica em seu dia-a-dia? E de onde você adquiriu o hábito do autocuidado?

As entrevistas tiveram um tempo de duração de trinta minutos, sendo realizadas no mês de outubro e novembro de 2004 até atingir o ponto de saturação dos dados nas falas dos entrevistados, ou seja, quando os depoimentos começaram a se repetir foi encerrada a coleta de dados. Foi feita uma análise de conteúdo, sendo inicialmente efetuada uma pré-análise dos dados: audição das entrevistas, transcrição das falas, organização dos dados, determinação dos critérios para caracterização. Assim, a categorização se deu no agrupamento das significações

em comum nos depoimentos colhidos com sua posterior interpretação.

RESULTADOS

Dos 20 entrevistados, 10 foram do sexo masculino e 10 do sexo feminino. A faixa etária variou dos 19 aos 34 anos, todos residentes no município de Niterói/RJ. Ao analisar as falas foram categorizados *os pontos comuns* e *as diferenças* que se constituem como autocuidado, sua prática no dia a dia e de onde adquiriam estes hábitos:

1) *Pontos Comuns Sobre o autocuidado:*

A) o cuidado de si e o cuidado consigo;

«Ah, acho que é ter responsabilidade consigo mesmo»H5

«A palavra já diz ... é o cuidar de si mesmo, cuidar da alimentação, do corpo, mente.»M8

Aqui então, pode-se notar que a compreensão de autocuidado é também espelho de uma reflexão e de um envolvimento pessoal, onde o cuidado com o corpo é também expresso como escolha, ou atitude.

B) A PRÁTICA DE HIGIENE

«É você ter precaução com as coisas que você faz, assim, com suas atitudes, sua higiene» H9

«Pra mim é com a saúde, inclui alimentação e cuidados com a sua casa». M6

Olhando para a fala do gênero feminino em relação ao autocuidado estas apontam uma preocupação com sua saúde, com a manutenção desta, discriminando o cuidado com sua alimentação, com seus interesses, com o cuidar de si, cuidados com a casa, do seu corpo e da sua mente.

2) *A diferença - sua preservação.*

«Eu entendo pela pessoa se autocuidar, ou seja, se preservar para não cometer erros e aprender com eles.»H1

Ao se referir sobre o autocuidado o gênero masculino evidencia a compreensão da manutenção desta ação como forma de coibir enfermidades, utilizando os erros como forma de aprendizagem.

Quando inquiridos sobre como se dava a prática do autocuidado no dia-a-dia, os gêneros apontaram:

1) *Pontos Comuns Sobre a Prática do Autocuidado no Dia-a-Dia:*

A) Cuidados com os relacionamentos interpessoais

«Eu tento cuidar do próximo também, das pessoas em volta» H2

«Como pratico? Nas próprias relações, como reflexo. Relação é como se fosse um espelho [...]»H8

«Procuro ver as pessoas com quem me relaciono,

escolher as pessoas do meu grupo de relacionamento [...]»M1

Aqui percebe-se um achado novo, posto que a preocupação do homem era manter sua masculinidade. Isto evidencia uma maior preocupação com sua afetividade, onde este diz que é melhor pensar antes e não agir por impulso, manifestando um pensamento onde este autocuidado é fruto das relações de pessoas (9).

2) *Diferenças relativas à prática de autocuidado:*

A) A manutenção de uma prática de higiene difere no entendimento dos gêneros:

«Eu tento cuidar da higiene pessoal, dos meus negócios, dos materiais da faculdade, [...]» H2

«Ué? Higiene pessoal básica, escovar o dente, tomar banho [...]» H6

«Eu sou vaidoso, gosto de me cuidar fisicamente.»H5

«É basicamente isso, faço preventivo, faço com ginecologista por ser mulher, eu me cuido [...]» M1

Assim, o gênero masculino amplia para as escolhas e atitudes, assumindo a sua própria responsabilidade no autocuidado¹⁰, expressando sua vaidade no cuidado com o corpo. Enquanto que para o gênero feminino esta prática de autocuidado engloba também os cuidados com a prevenção de problemas de saúde, indo ao médico, não se limitando a higiene e alimentação (9).

B) O DESENVOLVIMENTO DE PRÁTICAS DE ATIVIDADES FÍSICAS (CAMINHADA, CORRIDA) E COM A PRÁTICA DO AUTOCONHECIMENTO

«Eu tomo alguns cuidados, corro, caminho, evito o sedentarismo.»H1

«Como? Eu presto atenção em mim mesma, nas coisas que eu sinto, nas coisas que eu penso e nas coisas que eu gosto também, que eu cuido.»M2

Na intenção de conhecer como se dava a prática cotidiana do autocuidado, foi identificado que esta prática para o gênero masculino está ligada a realização de atividades físicas, evitando o sedentarismo e preocupando-se também com sua saúde mental. O gênero feminino se mostra mais preocupado com suas vivências, com seu próprio interesse.

Nas respostas sobre onde tinham adquirido o hábito de autocuidado os entrevistados pontuaram:

1) *Pontos Comuns Sobre Onde Tinham Adquirido o Hábito de Autocuidado:*

A) Provinha da família;

«Bom eu trouxe de casa, meu pai sempre me ensinou, minha mãe também, sempre me ensinou a fazer isso [...]»H1

«Ah eu acho que desde a infância estes autocuidados eles são inseridos na nossa mente através de nossa família, ai depois vem a escola né?»M5

Para eles, isto está ligado diretamente às influências culturais, da educação recebida. Percebemos que eles vêem a família como um ponto central para obter este conhecimento, mas eles não se fecham apenas para ela e se abrem para outras fontes de informação e formação, como os relacionamentos e a educação. Fortificando que o autocuidado é aprendido e um processo educativo (9).

A fala do gênero feminino não destoa do masculino, fortifica a importância da família na transmissão deste conhecimento, ressalta a importância do papel da mãe e sua proximidade para passar o autocuidado. Para elas este momento se inicia na infância e se inserem na mente.

B) Dos relacionamentos;

«[...] outros foi convivência com meus amigos e colegas que incentivam a fazer exercícios [...]»H1

«[...] e com as pessoas próximas também, agente vai aprendendo um pouco aqui, um pouco ali, vamos formando este autocuidado.»H2

«[...] outra parte foi adquirindo no meu dia-a-dia, com o convívio com os meus colegas, com os meus professores, e em outros espaços também.» M3

Aqui o gênero masculino demonstra uma percepção das influências recebidas por ele, indicando mais uma vez sua mudança, quando percebe que os relacionamentos influem em seu autocuidado e que o conhecimento lhe proporciona o aprendizado para o autocuidado, assim como sua identidade de gênero também foi repassada nas relações familiares.⁸Então, podemos dizer que o autocuidado também é influenciado e adquirido através dos relacionamentos, como resultado de uma ação conjunta (9).

C) Do conhecimento empírico (provindos da escola, dos livros) e da mídia.

«[...] alguns eu aprendi na escola [...] ai você lendo você vê que estas coisas elas fazem mal ao organismo.»H1

«[...] e também a gente vê muito na televisão, informação pela televisão, jornal, estas coisas, mídia né?»M1

O gênero feminino também ressalta a importância da mídia na propagação deste conhecimento e a sua contribuição para a saúde.

DISCUSSÃO

O entendimento do autocuidado para os gêneros está ligado a uma prática não apenas de higiene pessoal, de

precauções com as coisas que ele faz, chegando a envolver suas atitudes. As tecnologias do eu, em especial, o cuidado de si e o conhecimento de si, são apresentados como exercícios de autonomia, usados pelos gregos, com estratégias para alcançar um estado de perfeição e de pureza desejados². Evidenciando que o desenvolvimento de seus interesses é importante para sua saúde. Percebe-se mais claramente que o autocuidado para o gênero masculino é o cuidar de si mesmo, com sua higiene pessoal, evidenciando uma responsabilidade consigo.

Para ele este autocuidado não se restringe apenas a sua pessoa, mas ao ambiente no qual ele vive. Neste ponto ele amplia seus horizontes e percebe que também sofreremos os reflexos de tudo que está a nossa volta. Para o gênero masculino o autocuidado é preservar-se para não cometer erros e se cometê-los aprender com eles, isto é para que sua vida seja mais segura. Assim, notamos que este gênero assume o seu autocuidado, onde ele chama para si a responsabilidade de cuidar-se (10).

O gênero feminino particulariza o autocuidado, especificando onde ele deve ser aplicado. O movimento feminista tem influenciado o homem em sua vida levando-o a um processo de liberação, proporcionando então uma mudança no papel social do homem o que podemos identificar na sua reflexão sobre seus atos e suas conseqüências para sua vida e saúde.

Um dos requisitos da teoria de Orem sobre o autocuidado é o desvio de saúde o qual ocorre quando há a instalação de alguma doença ou lesão, incluindo assistência médica adequada, execução de medidas prescritas pelo médico, conscientização e atenção aos efeitos e resultados decorrentes da situação patológica, modificação de autoconceito, aprendizado de vida decorrente das condições e da patologia existente, sendo basicamente realizado na aquisição de atitudes de vida que promovam o desenvolvimento contínuo do indivíduo (7).

No entendimento dos depoentes o autocuidado não se restringe apenas em ações de autocuidado consigo, mas para os gêneros o autocuidado também é praticado dentro dos relacionamentos estabelecidos. O homem possui um modelo solitário a ser seguido, reservado nas experiências pessoais, predisposto a superficialidade e prático; dirigindo seu agir e atividades, esperando-se que apenas compreenda as necessidades emocionais de suas parceiras e de seus filhos, sendo cúmplice e sensível (8).

O gênero masculino abre-se para reflexões que culturalmente não estão estabelecidas para ele, abrindo

se assim para mudanças.

Já o gênero feminino fala de uma prática de autocuidado também nos relacionamentos interpessoais expressando o cuidado na escolha dos seus parceiros (preocupa-se na segurança de sua sexualidade), nas escolhas afetivas para convivência grupais. Elas também aplicam este autocuidado na busca de profissionais de saúde (9) para a realização de preventivo, realizam os cuidados básicos de higiene e com a alimentação.

Sobre isso Orem diz que os requisitos universais integram sua teoria para o autocuidado, que as são ações para o desenvolvimento do mesmo entrelaçam a pessoa, seu ambiente e sua situação vivida. Os requisitos universais são comuns aos seres humanos, no auxílio do funcionabilidade associada à manutenção da integridade, funcionamento do organismo e dos processos de vida (7).

Correlacionando as falas dos gêneros masculino e feminino, percebemos que cada um possui uma compreensão sobre autocuidado. Estas ações não se limitam nestes pontos e amplia-se para o desenvolvimento dos procedimentos básicos de higiene, envolve o cuidado com o corpo, a alimentação, como também a manutenção de sua vaidade (praticar o autocuidado também é zelar pela aparência).

Para Orem, quando o autocuidado é efetivamente realizado, ele contribui para a manutenção da integridade e a funcionabilidade do organismo humano (7).

Os cuidados físicos são expressos e esperados pelo gênero masculino como as atividades físicas, enquanto que para o gênero feminino a ação de autocuidado, evidencia-se como uma relação dela para com ela, focalizando este cuidado diretamente à manutenção de sua saúde. O que também chamou atenção foi à prática de autocuidado no desenvolvimento de seu autoconhecimento referente aos seus interesses e a percepção das sinalizações expressas pelo seu corpo, naquilo que ela sente, pensa e gosta. Evidenciando que este autocuidado também é introspectivo (10).

Comparando as falas percebe-se que o gênero masculino difere do gênero feminino no ponto em que eles demonstram uma precaução, uma procura pela responsabilidade própria de seu autocuidado, responsabilidade esta que o gênero feminino já apresenta, uma vez que esta demonstra uma maior «habilidade» para com o autocuidado, pois além de apontar os cuidados básicos que este próprio gênero masculino aponta, ela está um passo a frente no momento o qual ela busca

aprofundar-se em seu autoconhecimento, identificando este como uma prática de autocuidado¹⁰. O gênero masculino se mostra diferente do que lhe é habitual, mostrando-se mais preocupado com seus sentimentos e expondo até mesmo sua vaidade.

Orem considera a educação para o autocuidado um processo dinâmico que depende da vontade do cliente e da percepção dele sobre sua condição clínica (7).

As falas dos gêneros sobre onde adquiriram o hábito de autocuidado se aprende com a família, na convivência do dia-a-dia, naquilo que os pais falam, que os amigos informam, no que é aprendido no colégio.

A família é à base de tratamento de saúde em qualquer família, sendo as principais responsáveis pela assistência da saúde, as mulheres que lançam mão do recurso disponível². O autocuidado não é uma prática individualista, nem exclusiva do profissional ou do cliente; consiste na interação entre pessoas, envolvendo diversos profissionais, a família e a coletividade (9).

O gênero feminino ressalta que o autocuidado é parte das convivências e experiências de vida, que assim este conhecimento é construído no cotidiano do seio familiar, nas relações não só interpessoais, como também na estrutura da sociedade. Além de perceber estas influências aponta os meios que lhes dão margem para propagação do conhecimento. Estas evidenciam uma visão mais ampla e profunda de suas influências já que desde sua infância são preparadas para tomar o controle de seus cuidados e de outrem, como já discutido anteriormente.

O que se mostrou através deste estudo foi que o gênero masculino chama para si a responsabilidade de seu autocuidado, preocupando-se com o ambiente em que vive, com sua higiene e principalmente com seus relacionamentos. Assim, ele se abre para mudanças demonstrando uma preocupação quando menciona os relacionamentos como uma forma de autocuidado, indo contra a construção de seu gênero.

O gênero feminino liga o autocuidado à sua saúde, com o cuidar de si, de seu corpo, de sua casa. Mais uma vez o inesperado surgiu, pois ela correlaciona o seu cuidado com seu bem estar, revelando que o autocuidado é uma atitude sua para consigo, demonstrando uma preocupação não somente com sua saúde, mas de uma maneira ampla, procurando conhecer-se na totalidade.

Sobre a prática do autocuidado no dia a dia, mais uma vez

o novo se fez presente, o gênero masculino demonstra o cuidado com sua emoção em seu dia-a-dia e o gênero feminino aponta sua busca ao autoconhecimento. Notamos que as falas do gênero masculino não apontam a busca por ajuda de um profissional, ao contrário do gênero feminino, que faz referência a esta prática, demonstrando assim que este gênero tem uma visão mais voltada para prevenção.

Porém ambos mostraram um entendimento igualitário quando indicam que o autocuidado não é uma prática individualista, nem exclusiva do profissional ou do cliente; consiste na interação entre pessoas, envolvendo diversos profissionais, a família e a coletividade (8).

Na análise sobre onde o autocuidado foi aprendido, os gêneros masculino e feminino convergiram quanto à influência obtida da família, com a convivência, os relacionamentos e a educação. Porém, na fala do gênero feminino evidencia-se uma visão mais ampla, mostrando uma tendência ao aprofundamento, já que esta cita a mídia como uma influência para o seu autocuidado, indicando assim uma maior habilidade na autocuidado e uma maior percepção quanto às influências sofridas.

Contudo o gênero masculino também não se fecha e nota as suas influências, porém ainda timidamente, mas sem deixar de evidenciar as influências de seus relacionamentos. Mediante a isto os profissionais de saúde devem estar atentos às mudanças que ocorrem em nosso meio. Assim, este estudo trouxe uma contribuição para a prática profissional, já que aponta uma mudança no comportamento desta amostra pesquisada. Pois o profissional de saúde é um agente educador, portanto este transmite idéias e conceitos, influenciando também nesta cultura.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Campos GWS. Sete considerações sobre saúde e cultura. Saúde e Sociedade [Internet]. 2002 [citado 20 Dic 2009];11(1): [aprox. 16p.]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v11n1/11.pdf>
2. Melo FMG. Papéis sociais de gênero na velhice: o olhar de si e do outro. Rev. bras. enferm. 2009 Oct;62(5):705-710.
3. Nascimento PFG. «Ser homem ou nada»: diversidade de experiências e estratégias de atualização do modelo hegemônico da masculinidade em Camaragibe/PE [dissertação]. Pernambuco (PB): Universidade Federal de Pernambuco; 1999.

4. Costa RG. Saúde e masculinidade: reflexões de uma perspectiva de gênero. *Revista Brasileira de Estudos de População*. 2003 jan-jun;20(1):80-92
5. Sá SPC. Idoso: Representações Sociais da velhice e as implicações no cuidado de si. [dissertação]. Rio de Janeiro (RJ): Universidade Federal do Rio de Janeiro. UFRJ; 2004.
6. Simões SMF, Souza IEO. Mulher a decisão no cuidar da própria saúde. Niterói(RJ):Intertexto; 2002.
7. George JB. Teorias de Enfermagem. Os fundamentos para a prática profissional. Porto Alegre (RS): Artes Médicas;1993.
8. Minayo MCS, Deslandes SF, Cruz Neto O, Gomes R, Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Petrópolis (RJ):Vozes; 1994.
9. Bub MBC, Medrano C, Silva CD, Wink S, Liss PE, Santos EKA. A noção de cuidado de si mesmo e o conceito de autocuidado na enfermagem. *Texto Contexto Enferm*. 2006;15(Esp):152-7
10. Siqueira MJT. A Constituição da Identidade Masculina: Alguns Pontos para Discussão. *Psicol. USP*. [Internet]. 1997 [citado 20 Dic 2009];8(1): [aprox. 8p.]. Disponible em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-65641997000100007&script=sci_arttext

Correspondencia

Mirian da Costa Lindolpho
 Rua Miguel de Frías 245.
 Bloco 04 - apto 603
 CEP: 24.220.001
 Icaraí, Niterói - Ríó de Janeiro
 Teléfono (21) 8805-8268
 Correo electrónico: profmirianlindolpho@yahoo.com.br

Forma de citar este artículo: Neto BN, Lindolpho MC, Sá SPC, Oliveira JB. Autocuidado: una cuestión de género?. *Rev enferm Herediana*. 2009;2(2):73-79.