



**IV Jornada Científica de Atención Primaria de Salud, APSGibara2025**  
**II Simposio de ciencias farmacéuticas Antonio Guiteras Holmes. Holguín 2025.**  
**I Simposio: El pensamiento de Fidel Castro Ruz y la Atención Primaria de Salud**  
**I Simposio de Neumología. NeumoHolguín 2025**

## **CONFERENCIA:**

**Promoción de la Salud Masculina  
desde la Atención Primaria.  
Estrategias para romper esterotipos  
y fomentar masculinidades saludables**

**Dr. Jim Alex González Consuegra**  
Especialista en Medicina Familiar  
Profesor Auxiliar



El objetivo de esta conferencia es **presentar estrategias para la promoción de la salud masculina desde la Atención Primaria de Salud**, enfocadas en la prevención de enfermedades no transmisibles y en la promoción de masculinidades saludables. Se busca que los participantes comprendan cómo los estereotipos culturales afectan la salud de los hombres y cómo los profesionales pueden convertirse en agentes de cambio en la comunidad.



# Introducción a la salud masculina

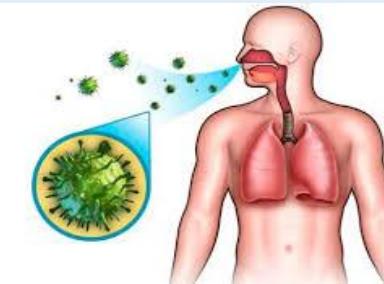
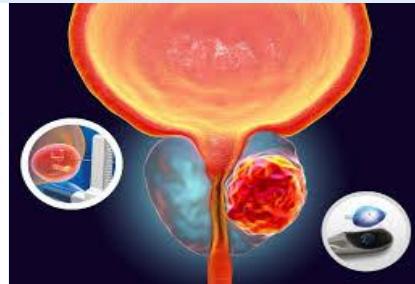
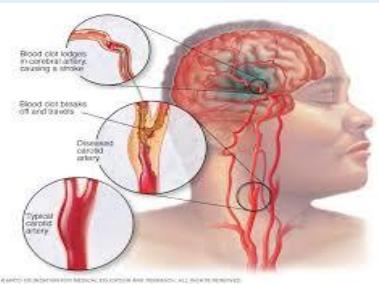
La salud de los hombres representa un desafío prioritario a nivel global y local. En Cuba, los hombres presentan **una menor esperanza de vida y mayores tasas de mortalidad prematura** en comparación con las mujeres. Las enfermedades no transmisibles son la principal causa de muerte, pero los factores culturales y los estereotipos influyen decisivamente en la conducta de salud y en el acceso oportuno a los servicios médicos. Promover un enfoque preventivo y de autocuidado es esencial para reducir estos indicadores.



# Causas de morbilidad y mortalidad en hombres

**Los hombres presentan mayores riesgos de mortalidad prematura debido a diversas causas, entre ellas:**

- Enfermedades cardiovasculares: cardiopatía isquémica y accidentes cerebrovasculares.
- Cáncer: próstata, pulmón y colon.
- Diabetes mellitus y enfermedades metabólicas.
- Enfermedades respiratorias crónicas de vías inferiores.
- Lesiones autoinfligidas y accidentes.

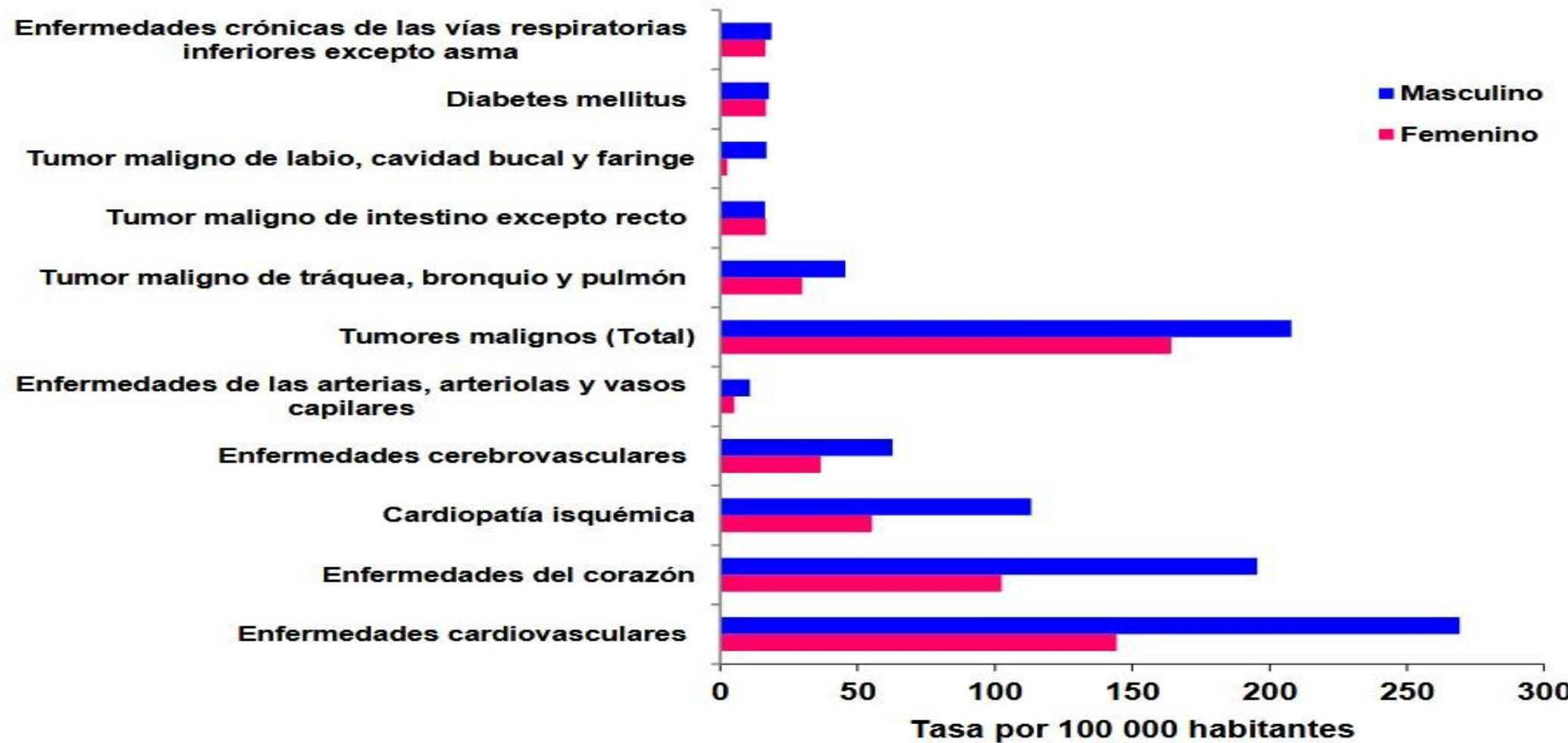


# Causas de muerte en Cuba según sexo en el año 2023.

| Causa  | Masculino   |       | Femenino    |       |
|--|-------------|-------|-------------|-------|
|  | Defunciones | Tasa  | Defunciones | Tasa  |
| 2023   |             |       |             |       |
| Enfermedades del corazón                                   | 17 122      | 338,3 | 14 983      | 289,1 |
| Tumores malignos   | 14 294      | 282,5 | 10 905      | 210,4 |
| Enfermedades cerebrovasculares                             | 5 733       | 113,3 | 5 489       | 105,9 |
| Influenza y neumonía                                       | 4 933       | 97,5  | 4 267       | 82,3  |
| Accidentes   | 3 067       | 60,6  | 2 751       | 53,1  |
| Enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores | 2 113       | 41,8  | 1 817       | 35,1  |
| Enfermedades de las arterias, arteriolas y vasos capilares | 1 554       | 30,7  | 1 298       | 25,0  |
| Diabetes mellitus  | 1 011       | 20,0  | 1 270       | 24,5  |
| Cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado          | 1 389       | 27,4  | 406         | 7,8   |
| Lesiones autoinfligidas intencionalmente                   | 1 390       | 27,5  | 281         | 5,4   |

Tasa por 100 000 habitantes.

**Gráfico 39.2. Mortalidad prematura (30-69 años) según causas seleccionadas y sexo. 2023**



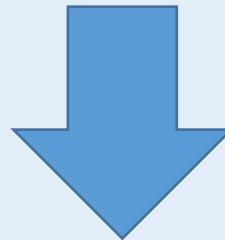
## **Enfermedades no transmisibles más frecuentes**

**Las ENT representan la mayor carga de morbilidad en hombres adultos. Entre las más relevantes se encuentran:**

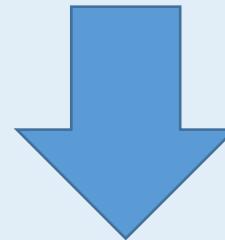
- Cardiovasculares:** hipertensión arterial, infarto de miocardio, accidentes cerebrovasculares.
- Cánceres:** próstata, pulmón y colon.
- Metabólicas:** obesidad, dislipidemia y diabetes mellitus.
- Respiratorias crónicas:** EPOC y asma.

Estas enfermedades suelen coexistir con factores de riesgo conductuales y metabólicos que deben abordarse desde la APS.

## Factores de riesgo conductuales y metabólicos



Entre los factores de riesgo **conductuales**, destacan el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, la inactividad física y la alimentación poco saludable.



Los factores **metabólicos**, como hipertensión, obesidad, hiperglucemia y dislipidemia, interactúan con los conductuales, aumentando significativamente el riesgo de ENT y mortalidad prematura.



Masculinidades  
SANAS

## Enfoque de género y masculinidades

El enfoque de género permite comprender cómo los hombres y las mujeres experimentan la salud de manera diferente, influenciados por roles sociales y culturales.

Fomentar **masculinidades saludables** implica promover modelos de hombres que practiquen el autocuidado, puedan expresar emociones y asuman la corresponsabilidad familiar, contribuyendo a la prevención de enfermedades y al bienestar integral.

# Masculinidades saludables vs. tradicionales

| Tradicional                 | Saludable                                 |
|-----------------------------|---|
| “No debo enfermarme”        | Reconoce síntomas y busca ayuda           |
| “Ir al médico es debilidad” | Valora prevención y control               |
| “El dolor se aguanta”       | Expresa emociones y cuida su salud mental |

La transición hacia masculinidades saludables es un proceso cultural que requiere educación, promoción y acompañamiento comunitario.

## Rol del médico de familia en la APS

**El médico de familia tiene un rol central en la salud masculina:**

- Conocer el contexto familiar y comunitario de cada paciente.
- Identificar factores de riesgo y enfermedades tempranas.
- Realizar seguimiento continuo y acciones preventivas.
- Promover cambios culturales y sociales hacia masculinidades saludables.



Su cercanía con la comunidad permite implementar estrategias sostenibles de prevención y educación para la salud

# Herramientas comunitarias para la promoción de salud



**Existen múltiples herramientas que facilitan la promoción de la salud masculina:**

- Ferias de salud y chequeos preventivos en la comunidad.
- Talleres educativos y grupos de conversación para hombres.
- Jornadas deportivas con inclusión de mensajes preventivos.
- Alianzas con líderes comunitarios y organizaciones locales para ampliar el alcance.

Estas actividades permiten vincular al hombre con su entorno y motivarlo hacia hábitos saludables.

# Educación para la salud adaptada a hombres

La educación para la salud debe ser **clara, directa y contextualizada.**

Es importante usar ejemplos cotidianos, mensajes positivos sobre autocuidado y material gráfico o audiovisual que represente la realidad local.

Esto facilita la comprensión y promueve la participación activa.



# Entrevista motivacional y consejería breve



**La entrevista motivacional es una estrategia eficaz para fomentar cambios de conducta:**

- Permite explorar la disposición al cambio y los motivos personales.
- Identifica barreras culturales y sociales.
- Se aplica en intervenciones cortas durante la consulta, centradas en un mensaje clave.

Estas técnicas aumentan la adherencia a hábitos saludables y la prevención de ENT.

# Actividades comunitarias y participación social

**La participación activa de la comunidad es fundamental:**

- Talleres de nutrición, actividad física y prevención de ENT.
- Grupos de apoyo para hombres con hipertensión, diabetes u obesidad.
- Jornadas de autoexploración y educación sobre cáncer masculino.



Promover estas actividades fortalece la conciencia de autocuidado y la corresponsabilidad comunitaria.

# Integración intersectorial

**Para maximizar el impacto de las intervenciones, es necesaria la coordinación con otros sectores:**

- Escuelas, centros laborales y organizaciones sociales.
- Medios de comunicación locales para la difusión de mensajes preventivos.
- Políticas de salud comunitaria que prioricen la atención masculina.



La integración intersectorial amplía el alcance y sostenibilidad de las estrategias de promoción de la salud.



## Campañas y uso de medios digitales

**Las campañas de comunicación pueden incluir:**

- Mensajes de texto con recordatorios preventivos.
- Videos educativos en redes sociales y radios comunitarias.
- Testimonios de hombres promotores de salud que inspiren a otros.

El uso de medios digitales facilita el alcance y la participación, especialmente entre los hombres jóvenes.

# Experiencias prácticas en la promoción de la salud masculina en Cuba

En diferentes comunidades del país, se han implementado estrategias innovadoras desde la APS para acercar la salud a los hombres, reconociendo sus particularidades culturales y sociales:

- Consultas diferenciadas para hombres en policlínicos y consultorios.
- Talleres comunitarios sobre masculinidades y autocuidado.
- Actividades deportivas y recreativas con mensajes de salud.
- Experiencias de acompañamiento entre pares.



Estas experiencias demuestran que, cuando se adaptan las acciones a las realidades de los hombres y se involucra a la comunidad, es posible transformar percepciones, mejorar la asistencia a los programas preventivos y sembrar una nueva cultura de salud masculina.

# Resultados esperados

**Las estrategias de promoción de la salud masculina buscan:**

- Incrementar la asistencia a consultas preventivas.
- Reducir factores de riesgo conductuales y metabólicos.
- Disminuir la mortalidad prematura por ENT.
- Mejorar la calidad y esperanza de vida.



**Esperanza de vida**  
(2018-2020)

**77.70**



Datos: Oficina Nacional de Estadística e Información

CUBADEBATE

# Desafíos y barreras

Entre los principales desafíos se encuentran:

- Necesidad de capacitación en enfoque de género y masculinidades.
- Falta de continuidad en las acciones comunitarias.
- Estereotipos culturales que desincentivan la consulta médica.
- Limitaciones de recursos humanos y materiales en APS.

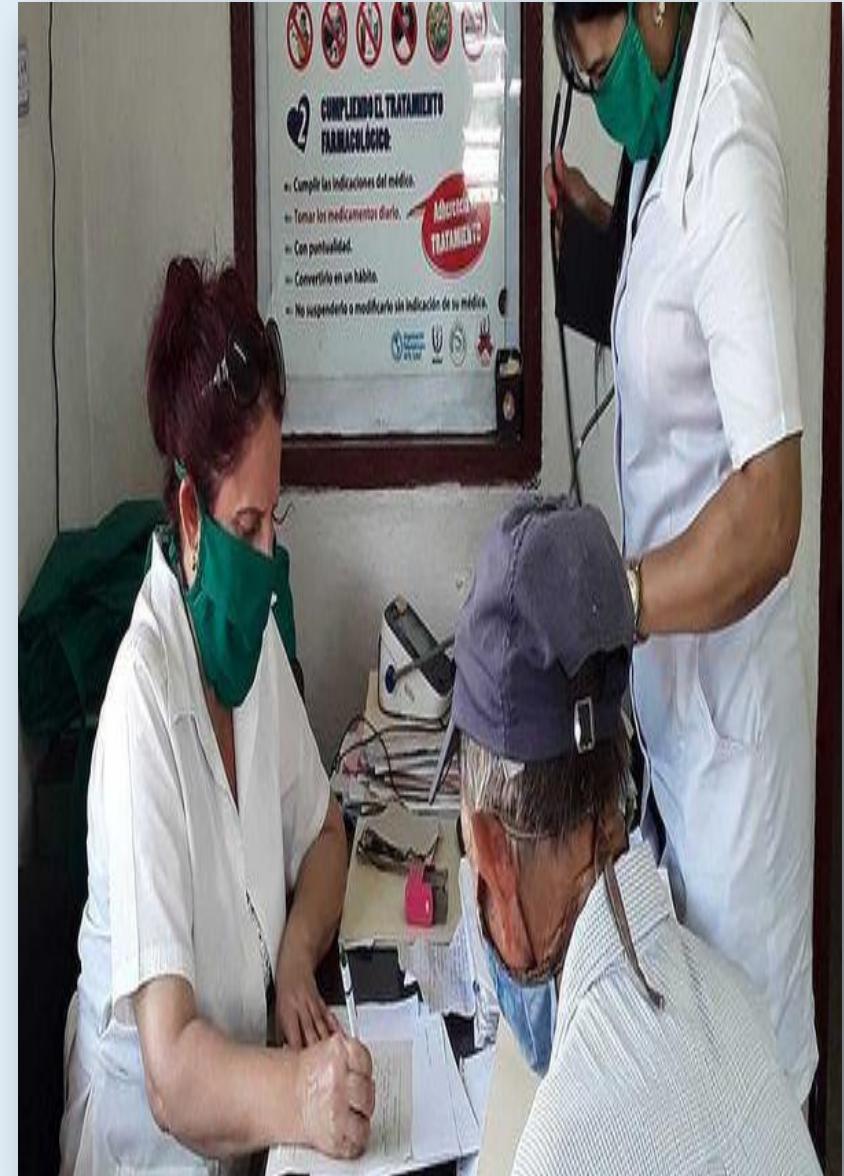
Superar estas barreras requiere compromiso institucional y comunitario.

## Conclusiones

- 1.La salud masculina enfrenta una elevada carga de enfermedades no transmisibles, asociadas en gran medida a estilos de vida y factores culturales.
- 2.El enfoque de género y la promoción de masculinidades saludables son esenciales para reducir la mortalidad prematura y mejorar la calidad de vida de los hombres.
- 3.El médico de familia en la APS es un agente de cambio cultural, capaz de transformar hábitos y percepciones a través de la educación, la consejería y el trabajo comunitario.
- 4.Romper estereotipos asociados a la masculinidad es un paso decisivo para que los hombres participen activamente en el cuidado de su salud.
- 5.Invertir en la promoción de la salud masculina desde la comunidad no solo salva vidas, sino que también contribuye a un sistema de salud más sostenible y equitativo.

# Recomendaciones finales

- Implementar programas de educación y promoción adaptados al hombre.
- Incorporar la entrevista motivacional y la consejería breve en APS.
- Fortalecer la participación comunitaria y la intersectorialidad.
- Promover masculinidades saludables mediante ejemplos positivos.
- Evaluar continuamente los resultados para ajustar estrategias.





La promoción de la salud masculina desde la Atención Primaria no solo busca prevenir enfermedades, sino **transformar la manera en que los hombres se relacionan con su salud y su comunidad**.

Fomentar masculinidades saludables es un camino hacia una sociedad más equitativa, consciente y activa en el cuidado de la vida.