

A INFLUÊNCIA DOS PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS NA SAÚDE MENTAL

THE INFLUENCE OF AESTHETIC PROCEDURES ON MENTAL HEALTH

.....

Carolina Guimarães Trópia
tropiac@yahoo.com

Sabrine Pereira da Silva Moreira
sabrinemoreira2002@gmail.com

Data de submissão: 29/11/2023
Data de aprovação: 29/02/2024

R E S U M O

Introdução: A pesquisa aborda como tema o impacto dos procedimentos estéticos na saúde mental, destacando a importância da percepção da aparência física na autoestima e imagem corporal. Enquanto alguns procedimentos podem ter efeitos positivos na autoestima, é crucial considerar os possíveis riscos e efeitos negativos na saúde mental. Essa preocupação com os padrões estéticos em níveis excessivos tem surgido devido à cultura da “boa forma” e às inúmeras propagandas que associam o corpo perfeito. A partir dessa obsessão que tem sido introduzida às mulheres, que para chegar no corpo perfeito e desejado, é preciso realizar procedimentos estéticos, que são opções rápidas para se alcançar o retorno desejado. **Objetivo:** analisar como os procedimentos estéticos podem influenciar na saúde mental. **Metodologia:** foi realizada a pesquisa de campo quantitativa, aplicada pelo *google forms* para explorar os efeitos psicológicos da busca pela estética ideal e suas consequências na saúde mental dos indivíduos. **Resultados:** Os resultados foram apresentados por meio de gráficos que abordaram a pesquisa quantitativa que mostrou como pessoas se sentem em relação a mídia e os procedimentos estéticos. A pesquisa mostrou que as pessoas realizam os procedimentos mais por conta da autoestima. **Conclusão:** Por fim, esta pesquisa chama a atenção para a responsabilidade compartilhada da mídia, da sociedade e dos profissionais de saúde em promover uma abordagem mais equilibrada e saudável em relação à beleza e à autoimagem, envolvendo o bem-estar emocional das pessoas e a construção de uma sociedade que valoriza a acessibilidade e a economia. Nossas perspectivas futuras envolvem a necessidade de realização de pesquisas mais abrangentes, com uma amostra maior, a fim de obter um conjunto de resultados que possam oferecer uma visão mais abrangente do tema abordado. Faz necessário uma maior participação do esteticista em pesquisas no âmbito da pós-graduação e assim possibilitar uma análise mais



Este trabalho está licenciado sob uma Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.

abrangente dos fatores que motivam a busca por procedimentos estéticos, seja por autoestima, ou influência da mídia e ou outros determinantes sociais. O campo da estética carece de pesquisas sobre a saúde mental e o bem-estar dos indivíduos.

Palavras-chave: procedimentos estéticos; feminino; saúde mental; técnicas estéticas; mídia; influência.

A B S T R A C T

Introduction: The research addresses the impact of cosmetic procedures on mental health, highlighting the importance of the perception of physical appearance on self-esteem and body image. While some procedures can have positive effects on self-esteem, it is crucial to consider the possible risks and negative effects on mental health. This preoccupation with excessive aesthetic standards has arisen due to the “good shape” culture and the countless advertisements associating the perfect body. From this obsession, women have been introduced to the idea that in order to achieve the perfect and desired body, it is necessary to undergo aesthetic procedures, which are quick options for achieving the desired return. Objective: To analyze how aesthetic procedures can influence mental health. Methodology: quantitative field research was carried out using google forms to explore the psychological effects of the search for the ideal aesthetic and its consequences on individuals’ mental health. Results: The results were presented by means of graphs that addressed the quantitative research that showed how people feel about the media and aesthetic procedures. The research showed that people undergo the procedures more because of their self-esteem. Conclusion: Finally, this research draws attention to the shared responsibility of the media, society and health professionals to promote a more balanced and healthy approach to beauty and self-image, involving people’s emotional well-being and building a society that values accessibility and economy. Our future prospects involve the need to carry out more comprehensive research, with a larger sample, in order to obtain a set of results that can offer a more comprehensive view of the subject. There is a need for greater participation by estheticians in post-graduate research, thus enabling a more comprehensive analysis of the factors that motivate the search for esthetic procedures, whether due to self-esteem, the influence of the

media or other social determinants. The field of aesthetics lacks research into the mental health and well-being of individuals.

Keywords: aesthetic procedures; female; mental health; aesthetic techniques; media; influence.

1 INTRODUÇÃO

O tema desta pesquisa aborda como os procedimentos estéticos impactam na saúde mental de uma pessoa. A percepção da aparência física desempenha um papel importante na autoestima e na imagem corporal, e qualquer alteração realizada neste aspecto pode afetar a saúde mental de diferentes maneiras. Embora os procedimentos estéticos possam ter efeitos positivos na autoestima e bem-estar emocional de algumas pessoas, é necessário considerar os possíveis riscos e efeitos negativos na saúde mental. A relação entre procedimentos estéticos e saúde mental é multifacetada e requer uma abordagem cuidadosa para garantir que os pacientes recebam a orientação adequada e os cuidados necessários para sua saúde física e emocional.

A concepção da saúde é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como completo bem-estar físico, psíquico ou emocional e social, e não apenas a falta de doença. Permite o entendimento de distúrbio estético pode representar uma preocupação à integridade emocional do indivíduo, como resultado da alteração do esquema/imagem corporal e, conseqüentemente, da autoestima (ROCHA, 2013) que contribui conotação de aceitação de não rejeição, onde não ser belo equivale a ser rejeitado.

Schultheisz e Aprile (2013) conceituam autoestima como o modo que o ser humano aceita a si mesmo, projeta suas perspectivas e define seus propósitos. Além disso, está relacionada ao grau de satisfação com a sua aparência e condição de vida, pois inclui

valores pessoais, crenças e a percepção do mundo. A autoestima tem sido estudada e considerada devido à formulação desta avaliação, que desempenha um papel crucial como indicador de saúde mental, torna-se viável estabelecer metas e objetivos, promovendo uma regularização de potencialidades inclusivas (FLORIANI; MARCANTE; BRAGGIO, 2014). A autoestima é formada pelos valores que os outros atribuem a uma pessoa ao analisar suas características, qualidades e defeitos (FLORIANI; MARCANTE; BRAGGIO, 2014). Dessa forma, a “boa aparência” na atualidade torna-se fundamental em um mundo onde a beleza é muito julgada de forma positiva ou negativa. O equilíbrio da autoestima desempenha um papel essencial na promoção da saúde mental, emocional, física e nas relações sociais de uma pessoa. Um desequilíbrio nesse aspecto pode resultar em vários sintomas capazes de interferir no convívio interpessoal do indivíduo. Esses sintomas, característicos de uma baixa autoestima, incluem complexo de inferioridade, sentimento de incapacidade, medo, tristeza, apatia, desânimo e angústia. Por outro lado, quando a autoestima está em um nível saudável, resultado da soma positiva de valores, esperança e vivências, o indivíduo se aceita e desenvolve uma boa percepção de si mesmo. Essa autoaceitação reflete automaticamente em sua autoimagem, contribuindo positivamente para a maneira como você enxerga e se relaciona com o mundo ao seu redor.

Em uma pesquisa sobre a procura das características de personalidade e imagem corporal de mulheres que buscam Cirurgia Plástica Estética, foi feita uma avaliação com em dois grupos femininos, 37 solicitaram de mamoplastia adicional e/ou lipoaspiração (Grupo 1) e 41 mulheres sem procura de CPE (Grupo 2), pela Escala de Satisfação com Imagem Corporal (ESIC) e pelas Escalas de Personalidade de Comrey (CPS). Percebe-se seus

resultados (Student t-test, $p < 0,05$), identificaram-se diferenças significativas entre os grupos no Fator 1 da ESIC (satisfação com própria aparência) e nas Escalas T (Confiança X Atitude Defensiva) e M (Masculinidade X Feminilidade) da CPS, sugerindo em G1 maior insatisfação com a própria aparência corporal, elevada atitude defensiva e maior sensibilidade afetiva (SANTE; PASIAN, 2011).

Dessa forma é perceptível que a saúde mental do ser humano estava separada da saúde e bem estar físico, isso vai de características estéticas a características do indivíduo natural, como a obesidade e a desnutrição. Observe-se as consequências e os malefícios do impacto do padrão de beleza imposto pela sociedade. A fim de uma melhor compreensão do assunto abordado, o artigo tem a finalidade de apresentar o contexto histórico da padronização da beleza e como a sociedade é uma forte influência para a tendência das mulheres e as consequências dessa subjetividade. Segundo Jesus *et al.* (2016, p. 3 *apud* LOPES, 2022), cita a história do corpo feminino, “o corpo era visto como algo mais puro”, visto como algo religioso. Porém, cresceu-se a preocupação com a aparência física, beleza e consequentemente uma busca por uma melhor aparência diante da sociedade.

Tendo em consideração coloca-se como questão e pesquisa: **Como a estética influencia na saúde mental?**

O objetivo geral é analisar como os procedimentos estéticos podem influenciar na saúde mental.

a) Realizar uma pesquisa de campo sobre quais são os impactos dos procedimentos estéticos, dos padrões de beleza e da mídia na saúde mental das pessoas. b) Realizar uma revisão narrativa da literatura, no período de entre 2012 e 2017 nas bases de dados Scielo, Scopus e Google Acadêmico para se obter uma visão sobre a influência da mídia nos

indivíduos e sua relação com os procedimentos estéticos.

Esta pesquisa se justifica pela importância de analisar como a insatisfação com a aparência física pode ser influenciada por fatores psicológicos, como pressão social, idealização de padrões de beleza inatingíveis e comparação com outras pessoas. Além disso, algumas pessoas podem desenvolver uma preocupação excessiva com a aparência física, o que pode levar a um transtorno dismórfico corporal, no qual a pessoa tem uma percepção distorcida de sua aparência e pode buscar procedimentos estéticos excessivos ou desnecessários. Percebe-se que, de forma rápida e eficaz, a mídia promove o consumo e dissemina regras. A magreza vem sendo vista como um reforçador generalizado de status e ascensão social, competência e atratividade sexual, perpassando todas as camadas sociais (VALE; ELIAS, 2011). O mundo social vem discriminando indivíduos que não seguem os padrões de beleza vigentes em diversas situações cotidianas importantes, exercendo pressão à população em geral. A mesma afeta especialmente as adolescentes, que se encontram em um momento de integração da sua imagem corporal (GONÇALVES; MARTÍNEZ, 2014). É importante ressaltar que cada indivíduo é único e pode reagir de maneira diferente aos procedimentos estéticos. A influência na saúde mental dependerá de vários fatores, como as motivações pessoais, a estabilidade emocional, o suporte social e a qualidade da relação com o corpo antes do procedimento.

Este estudo foi dividido em cinco seções incluindo a introdução. Na revisão teórica foram abordados os procedimentos estéticos invasivos e padrão de beleza, padrão de beleza e a influência das redes sociais, estética e a saúde mental, beleza e a vida saudável. A seção três de metodologia abordou a pesquisa de campo, a seção quatro os resultados e por fim as considerações finais.

2 REVISÃO TEÓRICA

A Estética pode influenciar na vida da pessoa, trazendo benefícios tanto mentais como físicos. A Estética busca trazer tratamentos que melhoram a autoestima, levando principalmente à melhora do metabolismo. Ao trazer a melhora da autoestima, a confiança, o bem-estar emocional e físico, as pessoas tendem a ter uma melhora também do sono, da saúde física, uma motivação na realização de exames, na prática atividades físicas para otimizar os dos tratamentos realizados. Sendo assim, a melhora da saúde mental, traz a vida da pessoa uma melhoria da saúde física também (ANJOS; FERREIRA, 2021).

Conforme Rowe, Ferreira e Hoch, (2011), a imagem corporal está intimamente relacionada com a visão e sentimento de cada um em relação ao seu corpo, ou seja, é o modo com que a pessoa o reconhece e o utiliza. Atualmente, muitos setores da sociedade, principalmente a mídia, deixam explícitas discussões acerca do corpo e padrões estéticos que valorizam o corpo perfeito, com referência em um único padrão.

Ao longo dos tempos é perceptível como a mídia e os procedimentos estéticos estão ligados, criando um divisor de águas, podendo ser ou não benéfico a saúde mental. É notório ver que o excesso de pressão que a mídia coloca sobre as mulheres tem sido cada vez mais prejudicial à própria saúde mental, levando aos transtornos psíquicos. Porém a Estética em si, traz uma melhoria na qualidade de vida, podendo prevenir o envelhecimento e elevar a autoestima das mulheres.

Na atualidade a aparência e a superficialidade, estão na ordem do dia. Neste contexto, Floriani, Marcante e Braggio, (2014) colocam a seguinte questão: “Será que é preciso deixar-se ofuscar por ela ou, ao contrário, apreciar com serenidade, o trágico social que isto conduz?” (MAFFESOLI, 1996, p. 125). Schultheisz

e Aprile (2013) conceituam autoestima como o modo que o ser humano aceita a si mesmo, projeta suas perspectivas e define seus propósitos. Além disso, está relacionada ao grau de satisfação com a sua aparência e condição de vida, pois inclui valores pessoais, crenças e a percepção do mundo.

Frequentemente, a sociedade de consumo, através da mídia, desfiles e novelas, estimula o desejo de ajustar o corpo aos padrões estéticos. Uma mensagem predominante é a necessidade de combater vigorosamente os sinais naturais do envelhecimento, como rugas, flacidez e perda de cabelo, por meio do uso de cosméticos e dos recursos oferecidos pela indústria da estética. (FLORIANI; MARCANTE; BRAGGIO, 2014). Em casos de transformações mais radicais, cada mudança parece representar uma resistência contra a natureza, seja relacionada ao envelhecimento, à etnia ou à anatomia (FLORIANI; MARCANTE; BRAGGIO, 2014). A ênfase na importância da aparência pode resultar em aspectos positivos e negativos.

Assim, o corpo exalta a vitalidade da vida e suas inúmeras possibilidades, ao mesmo tempo em que antecipa a inevitabilidade da morte e da finitude essencial. A imposição de um padrão estereotipado de beleza como base para a autoestima em relação à autoimagem pode desencadear um impacto negativo no inconsciente do indivíduo, levando a sérios distúrbios emocionais. (CURY, 2005)

No tópico seguinte serão abordados os procedimentos estéticos invasivos e padrão de beleza.

2.1 Procedimentos estéticos invasivos e padrão de beleza

Na atualidade, existe uma constante busca pelo corpo perfeito. Diante disso, existem alguns procedimentos estéticos que buscam

a beleza e a saúde do paciente. Procedimentos esses que vem trazendo diversas técnicas satisfatórias, como o ultrassom, que produz resultados visíveis e duradouros para aqueles pacientes que não desejam ou têm contraindicações para cirurgias plásticas. Nesse contexto, ressalta-se que essas técnicas, a exemplo do designer de sobrancelhas possuem impactos positivos na autoestima das mulheres. (SCORZA; BORGES, 2008)

A diversidade de estudos sobre procedimentos estéticos e seus resultados positivos justificam sua importância na melhora de aspectos psicológicos e emocionais dos pacientes, entre os quais podemos encontrar uma maior estima por si mesmo, um aumento nas relações sociais e interpessoais, e uma melhoria na qualidade de vida. (PEREIRA; BITENCOURT, 2018)

Os procedimentos estéticos invasivos, por exemplo a harmonização tanto corporal quanto facial, têm como origem um auxiliar no aperfeiçoamento ou restabelecimento da autoestima, porém em todos os quesitos, quando é falado sobre a imagem e o sobretudo da mulher, é necessário que sejam feitos de uma maneira adequada e responsável e sempre prezando pelo psíquico do indivíduo com acompanhamento psicológico (FERRAZ; SERRALTA, 2007).

Percebeu-se que os procedimentos estéticos têm o poder de mudar a autoestima das pessoas, tanto em homens quanto em mulheres, criando e aumentando a sensação de bem-estar. A autoestima tem sido relacionada como a saúde mental, associando-se com a autoimagem (FLORIANI; MARCANTE; BRAGGIO, 2014). Desta forma, ao realizar comparações com os padrões de beleza, atribui as distorções de imagem corporal, gerando uma grande perda da autoestima e levando a inseguranças com a própria aparência. Para alcançar esses padrões, principalmente nas mulheres, aumenta cada vez

mais a busca por profissionais de atividade físicas e profissionais de beleza. (FLORIANI; MARCANTE; BRAGGIO, 2014)

No decorrer da história, é gerada uma mudança na condição do padrão de beleza. Assim, na Idade Média não teve o domínio do padrão de beleza, pela forte influência da Igreja Católica, sempre pregando que o cuidado com o corpo era algo profano. (LOPES et al., 2022). Já no Renascimento, os padrões mudaram, no qual o luxo se tornou mais visível, tanto homens quanto mulheres, que passaram a usar joias e maquiagem. As pinturas femininas passaram a valorizar os seios e as nádegas, ganharam também mais contornos curvilíneos (LOPES et al., 2022). As mulheres mais gordinhas, com corpos volumosos, eram consideradas as mais belas. Nessa época, a obesidade era um status de riqueza e ostentação (SANT'ANNA, 2000).

No século XVI, o padrão de beleza das mulheres, eram ter as curvas acentuadas e uma cintura fina, um dos motivos pelos quais os espartilhos e os corpetes, tiveram bastante influência. Com o decorrer dos anos, o exemplo de beleza foi priorizando os corpos cada vez mais magros (SANT'ANNA, 2000). No início do século XIX, é aplicado na sociedade de consumo, onde as indústrias produzem artigos de beleza em proporção elevada, levando uma nova ideia de beleza (BRUGNAGO; VIEIRA, 2007). No século XX, os cuidados com a beleza se intensificaram, as mudanças ocorreram rapidamente e diferente dos séculos passados. Pela introdução de novas tecnologias e do envolvimento da mídia, como uma forma de publicidade, por exemplo, as revistas, rádios, cinema, dentre outros meios de comunicação (LOPES et al., 2022). Nesse mesmo período, as mulheres começaram a ser cobradas em relação a beleza e obrigatoriedade de estar conforme o ideal estabelecido pela sociedade (BRUGNAGO; VIEIRA, 2007). O conceito de beleza é frequentemente

debatido na sociedade, especialmente no Brasil, onde a população é pressionada a adotar um padrão estético específico, e aqueles que optam por não seguir esse modelo enfrentam resistência. O principal problema dessa padronização forçada pelo corpo padrão, é chamada de ditadura da beleza, onde tanto os homens quanto as mulheres são extremamente cobrados para tal, o que os tornam vulneráveis a qualquer tipo de exposição, deixando de lado a saúde mental.

De acordo com Casotti et al. (2008 *apud* MIRANDA et al 2022), “na atualidade, o termo “beleza padronizada” é também ditado pela indústria da moda, cosméticos e principalmente pela mídia em geral”. Esses três setores afirmam que a aceitação da sociedade, só acontecerá se houver um corpo extremamente magro, cabelos perfeitos, dentre outras características que também são padronizadas. É dito que a magreza excessiva, é um sinal de uma pessoa saudável e perfeita, porém nem sempre é desta forma que ocorre, geralmente por trás desse tipo de propaganda, estão carregados transtornos psíquicos e alimentares. A grande exigência que é aplicado sobre o corpo perfeito, pode provocar distúrbios psicológicos e em alguns casos, podendo ser irreversíveis e até mesmo fatais.

Por um longo período, o bem-estar mental do indivíduo, esteve separado da saúde corporal do ser humano, de procedimentos estéticos até aos aspectos naturais do homem, como a nutrição e a obesidade. Em frente disto, os indivíduos buscaram sempre as mudanças corporais, deixando de lado a preocupação com as consequências que poderiam acarretar à saúde mental (COLVERO; IDE, ROLIM, 2004). Diante o avanço da população, é perceptível as mudanças que ocorrem sob o indivíduo influenciam de diferentes formas, seja ela positiva ou negativa. Consta que a saúde mental é influenciada por diversos fatores biológicos, psicológicos

e sociais, por consequência os transtornos mentais estão atrelados a situações diversas.

Os meios de comunicação desempenham não apenas o papel de entretenimento, mas também atuam como veículos cruciais na transmissão de informações de natureza social, como é o caso do rádio, televisão, jornais, revistas e internet. No contexto brasileiro, a televisão é o meio de comunicação mais amplamente difundido, acessado, atualmente, pela internet, onde os usuários têm acesso à informação a qualquer momento por meio de dispositivos como celulares, smartphones e tablets. Estudos, incluindo o realizado por Conti em 2008, citado por Silva, e diversas pesquisas recentes, destacam a prevalência da insatisfação com a aparência em aproximadamente 95% de um grupo diversificado de pessoas, abrangendo diversas faixas etárias. Esse sentimento impulsiona a busca pela mudança corporal, levando os indivíduos a adotar medidas ambientais prejudiciais à saúde, como o uso de anorexígenos e anabolizantes, diversos tratamentos estéticos e práticas como a indução de vômitos, jejuns prolongados e dietas restritivas, na busca por resultados “milagrosos” em um curto período de tempo.

Sendo assim, no próximo tópico iremos abordar como os padrões de beleza são influenciados nas redes sociais.

2.1.1 Padrão de beleza e a influência das redes sociais

As redes sociais desempenham um papel significativo na influência da percepção da beleza e na busca por procedimentos estéticos. As plataformas de mídia social, oferecem uma infinidade de imagens e vídeos de corpos e rostos perfeitos, criando um padrão irreal de beleza que muitas mulheres tentam seguir. As mulheres frequentemente

se comparam com outras nas redes sociais, o que pode levar a sentimentos de inadequação e baixa autoestima. Contudo, as redes sociais também podem encorajar a competição entre mulheres e incentivar comportamentos prejudiciais, como a disseminação de padrões corporais inatingíveis. As redes sociais também podem influenciar diretamente as escolhas das mulheres em relação aos procedimentos estéticos, como através de anúncios direcionados e conteúdo patrocinado, as plataformas podem promover procedimentos estéticos invasivos, prometendo resultados instantâneos e transformações corporais dramáticas. Este estudo busca mostrar o impacto dos demais procedimentos estéticos na saúde mental, que ao longo do século XX, a figura do que é saúde e o que é beleza sofre uma ruptura em comparação aos séculos anteriores. O ato de conquistar o corpo saudável durante o século XX se agravou, as formas de encontrar esse corpo ideal, contribuíram para a nova identidade, um corpo mais magro e mais alongado. Devido a essa nova aparência, a relação do sujeito com o corpo e mente, logo, comer era/é um grande prazer, gira em torno de estar em boa forma. (GONÇALVES; MARTÍNEZ, 2014)

No próximo tópico vamos abordar a estética e saúde mental.

2.2 Estética e saúde mental

Segundo Kehl (2009) o aumento nos casos de distúrbios depressivos, nas últimas décadas do século XX, pode estar relacionado com essa grande padronização da estética, a mudança da aparência, do seu físico sem se importar com as consequências de tal. A procura pelos cosméticos, procedimentos estéticos invasivos e não invasivos, com ativos proporcionando o bem-estar. Hoje em dia não tem uma procura somente de mulheres,

mas de homens também, fora a faixa etária que tem sido alterada com os procedimentos preventivos. Sendo assim, uma corrida contra o tempo, a cada momento são procedimentos, informações, cosméticos, que são desenvolvidos para atrair esse tipo de clientes. Desta forma, torna-se relevante o desenvolvimento de estudos e pesquisas que proporcionem uma reflexão sobre os impactos que a procura excessiva pelos padrões de beleza impostos pela sociedade, desejando a manutenção da saúde física e mental no ser humano, logo, respeitando suas limitações do próprio biotipo físico e genético. Designando este estudo com o objetivo de analisar esses impactos emocionais que são gerados pela mídia. (KEHL, 2009)

Em continuidade ao tópico anterior, vamos abordar no tópico seguinte como a estética tem o poder de influenciar na saúde mental dos indivíduos.

2.2.1 A estética e sua influência na saúde mental

De acordo com Fernandes (2006) a insatisfação e a busca pelo corpo ideal sempre fizeram parte da história, segundo o autor, para conseguir isto, indivíduos, principalmente as mulheres, ignoram a dor em obrigação da vaidade e acabam sendo escravizadas por elas mesmas, para atingir o corpo padrão, conforme a sociedade introduziu no mundo da beleza. Segundo Bergamini (1990), desde a infância, a obsessão para ter uma aparência agradável, faz com que haja o desenvolvimento de distúrbios psicológicos e alimentares. Na pressa de que surja um efeito rápido e imediato, esses problemas são vistos com mais frequência, tendo que dar uma atenção maior no que se diz respeito à saúde mental.

As mídias sociais elas influenciam as mulheres no tocante do padrão ideal de beleza e com isso as induzem a necessidade do consumismo para ter a beleza exposta pelas redes sociais e com isso lucram na casa do bilhões com a aquisição de cosméticos, artigos relativos à moda (roupas, sapatos, bolsas), bem como a busca por procedimentos estéticos (SILVA; CUNHA; BARROS, 2020).

Segundo Zanello (2018), a aparência corporal feminina é idealizada a partir de critérios e características que agradem o público masculino, que é, tradicionalmente, o avaliador físico e moral das mulheres. Assim, é compreensível o fato de que as mulheres estão constantemente em busca de procedimentos estéticos, assim como produtos e/ou técnicas de embelezamento que as permitam se aproximar dos padrões hegemônicos que as coloquem na posição de desejabilidade em relação ao olhar masculino.

O próximo assunto aborda como os profissionais podem ajudar na saúde mental.

2.2.2 Como os profissionais da estética podem ajudar na saúde mental

Profissionais da Estética buscam o melhor do seu serviço para os clientes, também buscam aperfeiçoar no melhor bem-estar e comodidade para tal. Por meio da estética, o profissional também entrega felicidade, saúde e melhoria da qualidade de vida. A Estética Humanizada traz a valorização do paciente, procurando reforçar os cuidados e atenção (AGUIAR, 2020). Por via é importante lembrar que os procedimentos estéticos colaboram e auxiliam, mas, não devem ser a única fonte de busca pela felicidade.

Souza e Alvarenga (2016) realizaram uma revisão da literatura com o objetivo de analisar o nível de satisfação com a imagem corporal em universitários. Eles analisaram, nas bases de dados do PubMed, Lilacs, Bireme, SciELO, 76 estudos, considerando a frequência da insatisfação corporal e caracterização de fatores relacionados. Foi encontrado que a insatisfação corporal é um fator muito presente entre os estudantes de ensino superior. No cenário nacional, os estudos apontam um grau de insatisfação em relação ao sexo de 17,4% a 82,5% para as mulheres, e de 2,25% a 73,41% para homens. Enquanto internacionalmente, essa distinção variou de 40,4% a 87% para mulheres, e de 32,8% a 70% para homens.

A estética não só pode auxiliar na redução de medidas e edemas, mas também estimular a circulação sanguínea, o metabolismo e as respostas neuromusculares. Além disso, pode harmonizar os contornos corporais, reduzindo a ansiedade e a depressão, e contribuindo para o aumento da autoestima e da qualidade de vida. (SALOMÃO; OLIVEIRA; SANTOS, 2021). Um exemplo de expressão é a moda que não deve ser vista apenas como roupas como muitos pensam, ela engloba a cultura, língua, modo de agir, decoração e vários outros fatos importantes (FREITAS et al., 2010). Ao se notar pelas faixas etárias, tanto jovens como idosos, é possível ver que existe uma compreensão no que diz respeito ao ser belo e às diferentes formações sociais (LOUREIRO, 2003).

A autoestima desempenha um papel significativo na saúde mental, emocional, física e nas relações sociais de uma pessoa. Um desequilíbrio nesse aspecto pode resultar em diversos sintomas que impactam o convívio interpessoal. Entre esses sintomas associados a uma baixa autoestima estão o complexo de inferioridade, sentimento de incapacidade,

medo, tristeza, apatia, desânimo e angústia. Quando a autoestima está em um nível saudável, resultado da soma positiva de valores, opiniões e experiências, o indivíduo se aceita e possui uma boa percepção de si mesmo. Isso se reflete automaticamente em sua autoimagem, que representa a visão que uma pessoa tem de si perante os outros. A autoimagem reflete o imaginário, pois a aparência pode ou não condizer com a realidade observada pela pessoa. É a representação do que uma pessoa acredita ser ao comparar seu reflexo com as respostas emocionais (FLORIANI et al., 2014).

Para compreender o impacto da estética na autoestima das pessoas, é fundamental ter uma compreensão do conceito de automotivação e do significado de autoestima. Autoestima pode ser definida como a confiança na nossa capacidade de pensar e enfrentar os desafios da vida. Por sua vez, automotivação é vista como um impulso interno, uma fonte de energia que reside dentro de cada indivíduo. Além disso, a motivação é entendida como um conjunto de fatores que impulsionam o comportamento humano e de outras espécies em direção a um objetivo. Por fim, o próximo tópico a ser abordado será sobre o que a beleza e a vida saudável têm em comum.

2.3 Beleza e vida saudável

É importante reconhecer que o padrão de beleza vai além de ter uma vida saudável e uma dieta balanceada, é necessário compreender que essas exigências podem acarretar um real prejuízo, como consequências, a depressão, ansiedade e os distúrbios alimentares. São criadas metas e expectativas que o próprio corpo não é capaz de aguentar,

devido a sua estrutura corporal. É válido ressaltar que esse padrão está longe de ser o ideal, principalmente por conta de suas diversidades (ROCHA, 2018).

A ajuda psicológica para procedimentos estéticos pode ser indicada no pré e pós procedimentos, justamente para não haver o risco de o paciente ter transtornos ao decorrer de sua recuperação. A beleza e a saúde saudável têm em comum o fato de que a beleza envolve a busca do bem-estar físico na aparência, os indivíduos buscam sempre estar de acordo com o que a sociedade propõe, levando-as a criar uma linha tênue entre ambos. (ANGELIM; BEZERRA; NASCIMENTO, 2013; BASTIAN, 2020)

3 METODOLOGIA

Este estudo, quanto à abordagem do problema, trata-se de pesquisa quantitativa e do ponto de vista dos objetivos trata-se de pesquisa descritiva e do ponto de vista dos procedimentos técnicos trata-se de pesquisa de campo (GIL, 2002). Busca-se analisar os fatores que ocorrem entre os indivíduos que submetem aos procedimentos estéticos por influência de mídia e sociedade e como são impulsionados a pressão exercida. Logo podemos realizar de forma ampla e hipotética as demais informações recebidas pela pesquisa de campo. (GIL, 2002).

3.1 Pesquisa bibliográfica para a fundamentação teórica

Para a revisão teórica foi realizada uma pesquisa de caráter reflexivo na literatura, sendo realizado por meio de uma revisão bibliográfica não sistemática, de abordagem qualitativa, que buscou responder quais evidências

sobre a influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher, tendo em vista que ainda é ditado por um padrão de beleza feminina, que é introduzida pela sociedade. A pesquisa bibliográfica é uma maneira que permite analisar a situação sob diversos estudos de uma maneira ampla. Já a abordagem qualitativa, segundo Minayo (2001, p. 21-22) aborda questões particulares. Ela se preocupa em relação às ciências sociais, ou seja, trabalha com significados, valores, crenças, motivos e atitudes, que vão corresponder a um espaço mais profundo das relações.

As mudanças físicas, ocasionadas por alterações hormonais e o desenvolvimento do corpo, acarretam consequências psicológicas, pois é neste período que concomitantemente ocorre a construção da identidade. Percebe-se que as meninas ficam facilmente insatisfeitas por desejarem serem mais magras, e os meninos por buscarem um corpo com maior definição muscular. Frente a este cenário, é comum que sejam lançadas mão de algumas estratégias de cunho comportamental, adotadas na esperança de uma mudança na imagem corporal (MOREIRA et al., 2017).

A pesquisa foi realizada por meio de pesquisa em bases de dados, LILACS e o Google Acadêmico, sendo utilizado também o descritor padronizado Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): saúde mental, estética, feminino, procedimentos estéticos e técnicas cosméticas.

Quadro 1 – Descritores selecionados

DeCS	estética; saúde mental; feminino; procedimentos estéticos e técnicas cosméticas
MeSH	Esthetics; Cosmetic Techniques; Female; Mental Health

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

O Quadro 2 apresenta as estratégias de busca utilizadas em cada base de dados de acordo com os descritores do quadro 1 e utiliza os operadores booleanos AND e OR.

Quadro 2 – Estratégia de busca em base de dados

Base de dados	Estratégia utilizada
Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)	Procedimentos estéticos OR Tratamentos estéticos
Google acadêmico	Influência dos procedimentos estéticos AND Saúde Mental

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

3.2 Pesquisa de Campo

Esse estudo trás o método hipotético dedutivo, onde buscamos identificar a influência dos procedimentos estéticos causam na saúde mental. Além disso busca-se abordar como isso afeta diretamente no ser humano, e para compreender a importância dos procedimentos estéticos para a estabilidade emocional e sociopsicológica. Estudos de desenvolvimento têm comprovado que sua eficácia para a autoestima pessoal é muito importante (SCHULTHEISZ, 2015).

A pesquisa de campo foi realizada por meio do *Google Forms* contendo questões fechadas para termos ciência da opinião do público-alvo: mulheres e homens acima de 18 anos para investigação do problema de pesquisa do tema abordado.

Durante a pesquisa de campo, foram abordadas dez questões fechadas sobre as seguintes variáveis: 1) Sociodemográficas: para melhor conhecimento do perfil do participante e

2) Saúde mental e estética. A segunda parte foram as questões sobre o problema de pesquisa: **Como a estética influencia na saúde mental?** O questionário utilizou respostas do com escala likert.

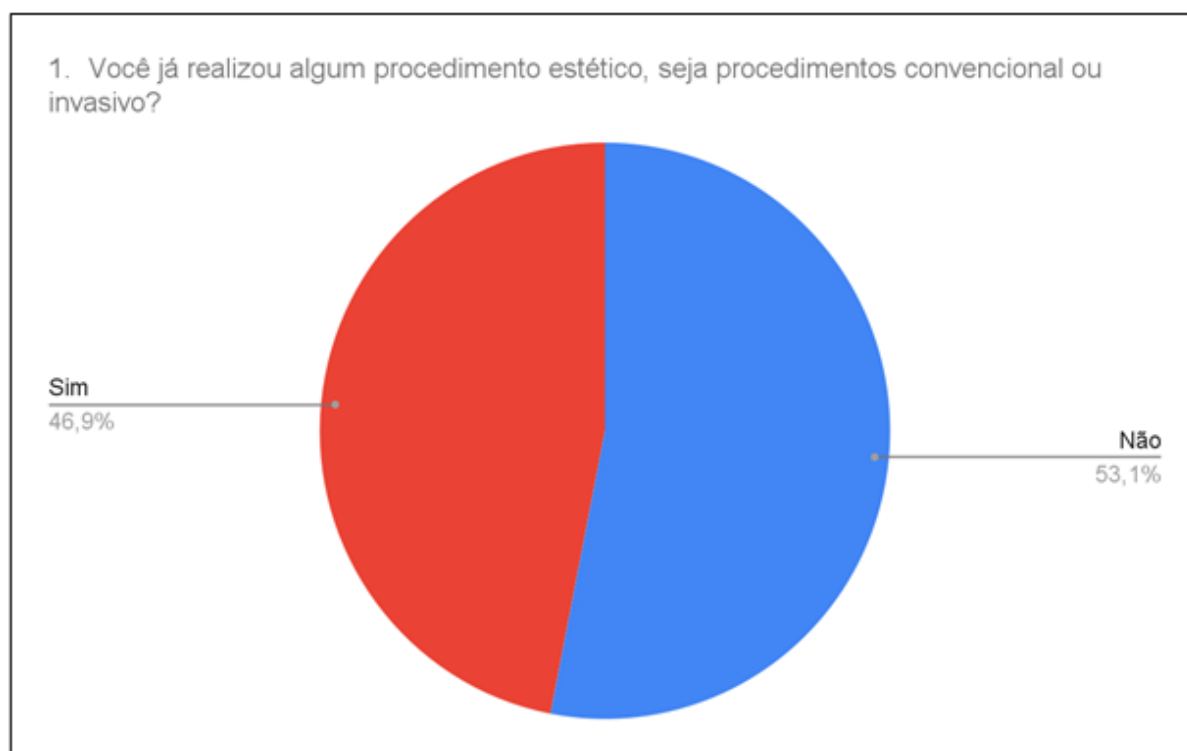
O método de divulgação foi feito através de mídias sociais, WhatsApp e Instagram que além de alcançar mais pessoas é uma abordagem mais prática, levando em consideração o público-alvo, principalmente as mulheres, que tem um certo cuidado a mais. Uma pesquisa semelhante foi realizada por Saur (2008) com a finalidade de identificar o grau de satisfação com a imagem corporal, como qual é a relação entre as características reais do corpo e as que são almejadas. Responderam na pesquisa 120 pessoas, com idades direcionadas entre 18 e 55 anos. O autor ressaltou em seus estudos que a satisfação com a imagem corporal, avaliada pela Escala de Satisfação com a Imagem Corporal não se mostrou associada com o sexo e a idade, mas sim influenciada pelo corpo real. Portanto, as pessoas que estavam abaixo do peso, mostraram índices maiores de satisfação corporal do que o grupo que estava acima do peso.

4 RESULTADO E DISCUSSÕES

Nesta seção, apresentamos os resultados da pesquisa de campo e discutimos suas implicações. A pesquisa teve como objetivo investigar como a estética influencia na saúde mental, com um foco especial na percepção de autoestima e imagem corporal.

Para compreender o perfil dos participantes, coletamos informações por meio de um questionário on-line:

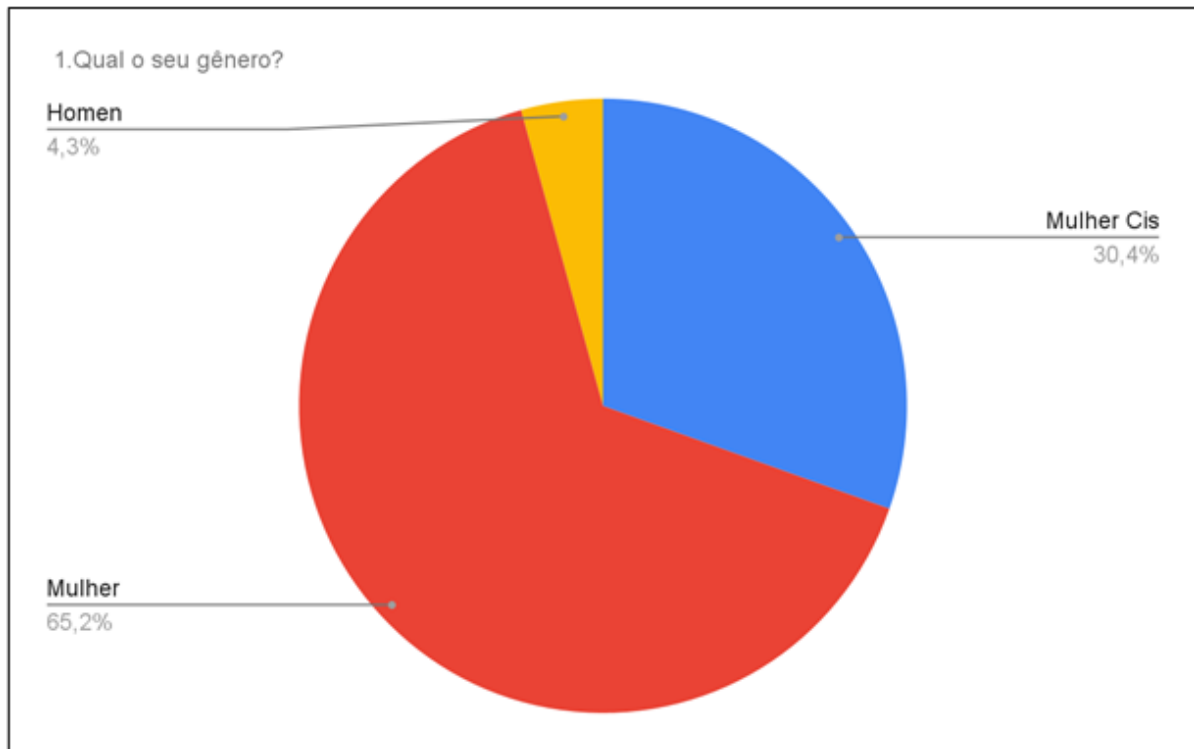
Gráfico 1 - Realização de procedimentos estéticos



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

O Gráfico 1 demonstrou que uma parcela significativa dos participantes (46,9%, n=23) já realizou algum tipo de procedimento estético, seja ele convencional ou invasivo. Essa descoberta reflete a crescente tendência de indivíduos que buscam aprimorar sua aparência por meio de intervenções estéticas. No entanto, é importante notar que uma maioria ligeiramente maior (53,1%, n=26) indicou que ainda não experimentou tais procedimentos. Essa divisão nas respostas sugere a presença de uma variedade de atitudes e preferências em relação à estética e ao autocuidado. Aqueles que optaram por procedimentos estéticos podem estar em busca de melhorar a autoestima, atender a padrões de beleza ou simplesmente explorar maneiras de se sentirem mais confiantes. (GRÁFICO 1)

Gráfico 2 - Gênero

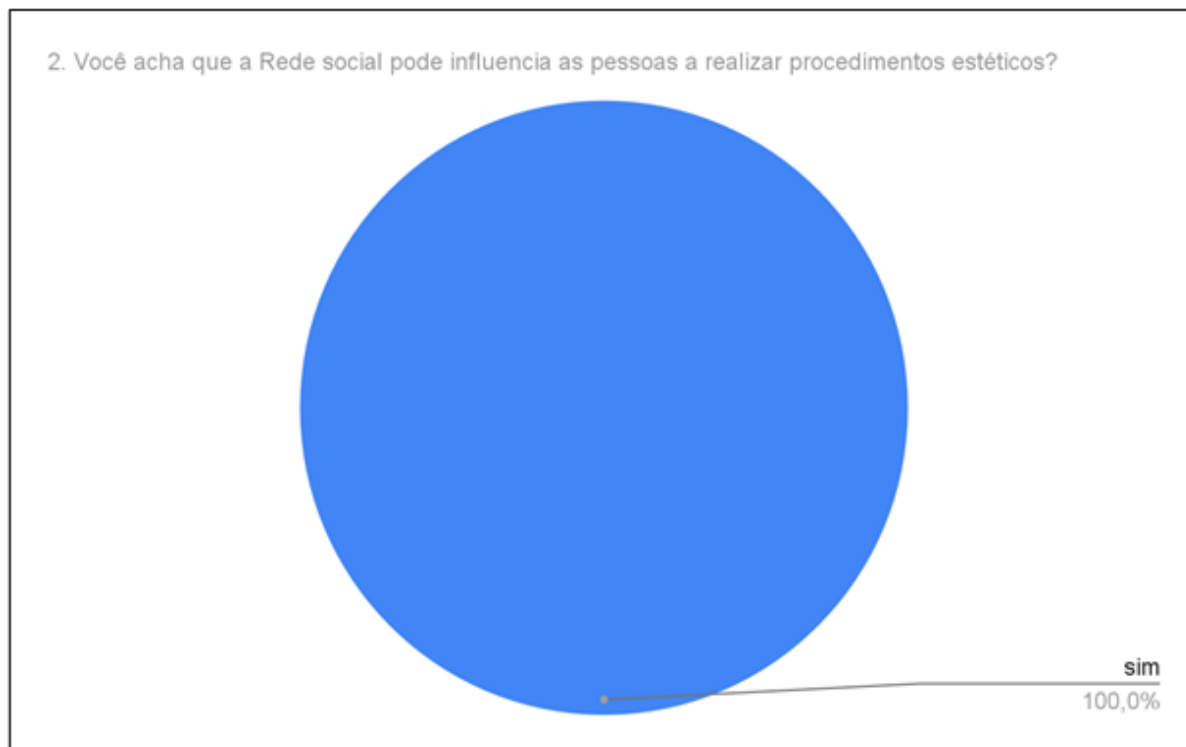


Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Os resultados da pesquisa revelam uma distribuição diversificada das identidades de gênero entre os participantes. A maioria dos respondentes (65,2%; n=15) conforme Gráfico 2 identificou-se como mulheres, destacando a presença significativa do gênero feminino na amostra. Esse número sugere uma participação expressiva das mulheres na pesquisa, possibilitando uma análise mais abrangente sobre as percepções estéticas e os procedimentos relacionados à saúde mental neste grupo. Além disso, 30,4% (n=7) dos participantes indicaram que são mulheres cisgênero. Isso aponta para a importância de considerar as experiências e perspectivas específicas das mulheres cisgênero em relação aos procedimentos estéticos e sua influência na saúde mental.

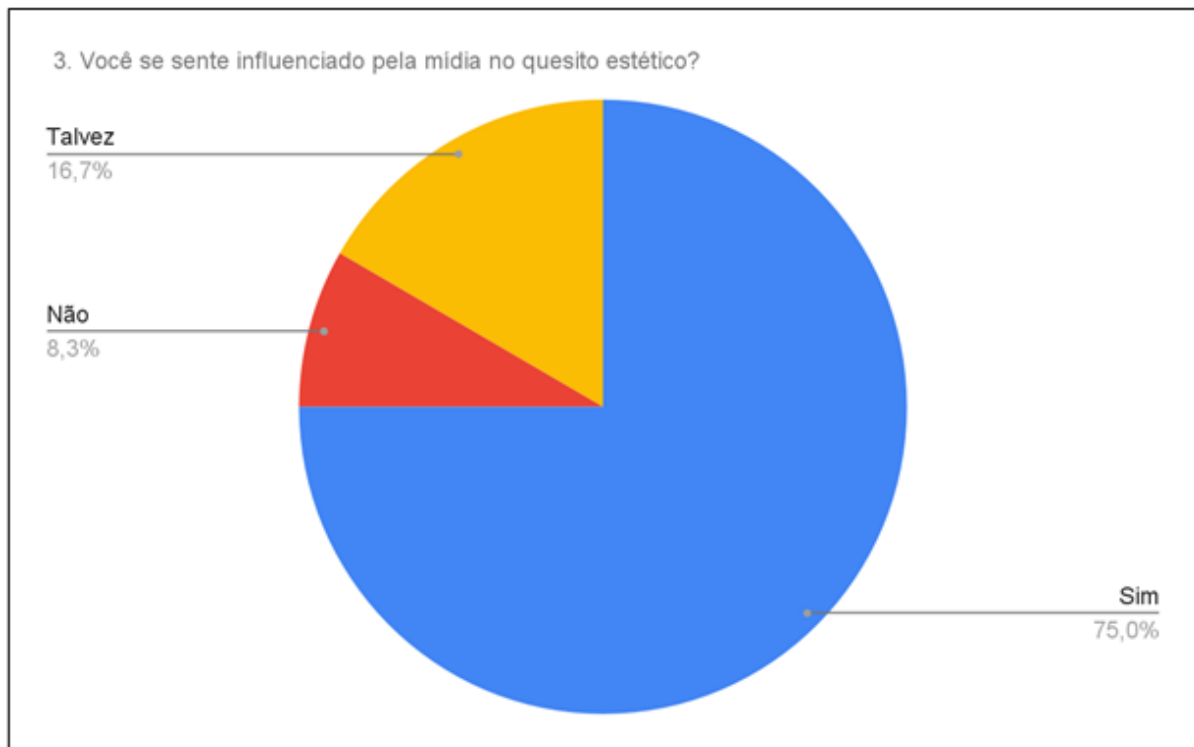
A presença dos homens na pesquisa foi de apenas 4,3% (n=1) (GRÁFICO 2). Embora numericamente menor em comparação com as identidades de gênero feminino, essa parcela da amostra é valiosa para uma análise da influência dos procedimentos estéticos na percepção da imagem corporal e na saúde mental masculina.

Gráfico 3 - Rede social e influência nos procedimentos estéticos



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

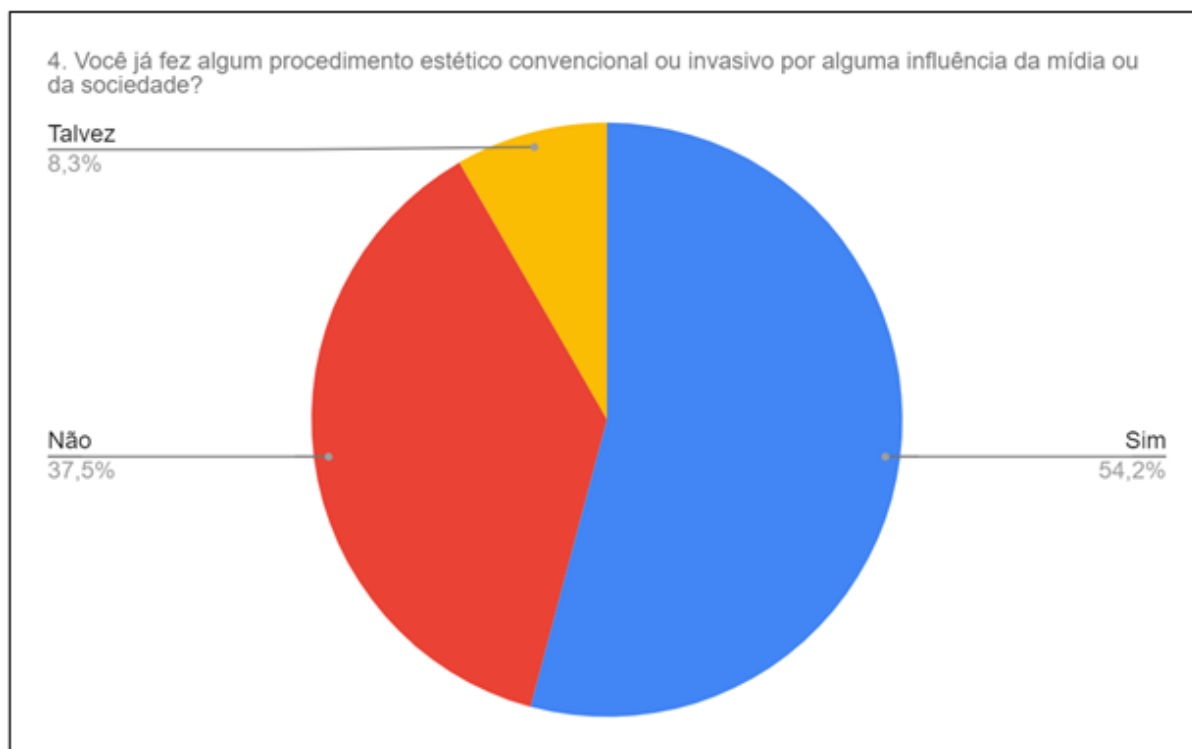
Os resultados da pesquisa sobre a Rede Social, demonstraram um consenso surpreendente entre os participantes (GRÁFICO 3). Todos os entrevistados (100%; n=23) acreditam que as redes sociais têm influência significativa na decisão das pessoas de realizar procedimentos estéticos. Esse alto grau de concordância destaca a importância do papel das redes sociais na formação das percepções de beleza e na tomada de decisões relacionadas à estética. Essa constatação levanta questões sobre como as plataformas digitais impactam a saúde mental e a autoimagem das pessoas, destacando a necessidade de uma análise mais aprofundada dessa influência.

Gráfico 4 - Influência da Mídia

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

De acordo com o Gráfico 4, a mídia exerce uma influência significativa no quesito estético para a maioria dos participantes, com 75% (n=18) dos entrevistados afirmando sentir-se influenciados. No entanto, 16,7% (n=4) responderam 'talvez' e 8,3% (n=2) disseram não se sentirem influenciados pela mídia em relação à estética. Esses resultados sugerem uma percepção geral de influência da mídia, embora haja uma parcela menor que expressa dúvidas ou nega essa influência. Essa diversidade de respostas ressalta a complexidade das relações entre a mídia, a percepção da estética e a autoimagem, justificando a necessidade de uma análise mais aprofundada.

Gráfico 5 - Realização do procedimento estético por influência das mídias sociais



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No Gráfico 5, relataram ter realizado procedimentos estéticos convencionais ou invasivos 54,2% (n=13) dos participantes, influenciados de alguma forma pela mídia ou pela sociedade. Além disso, 8,3% (n=2) dos entrevistados responderam 'talvez' em relação a essa influência. Esses números indicam uma clara correlação entre a influência da mídia e da sociedade e a decisão de realizar procedimentos estéticos. Isso destaca a importância da conscientização sobre os impactos da mídia na percepção da estética e nas escolhas individuais relacionadas à aparência. Essa relação complexa merece uma análise mais aprofundada para entender os motivos por trás dessas decisões e como podem afetar a saúde mental e a autoimagem.

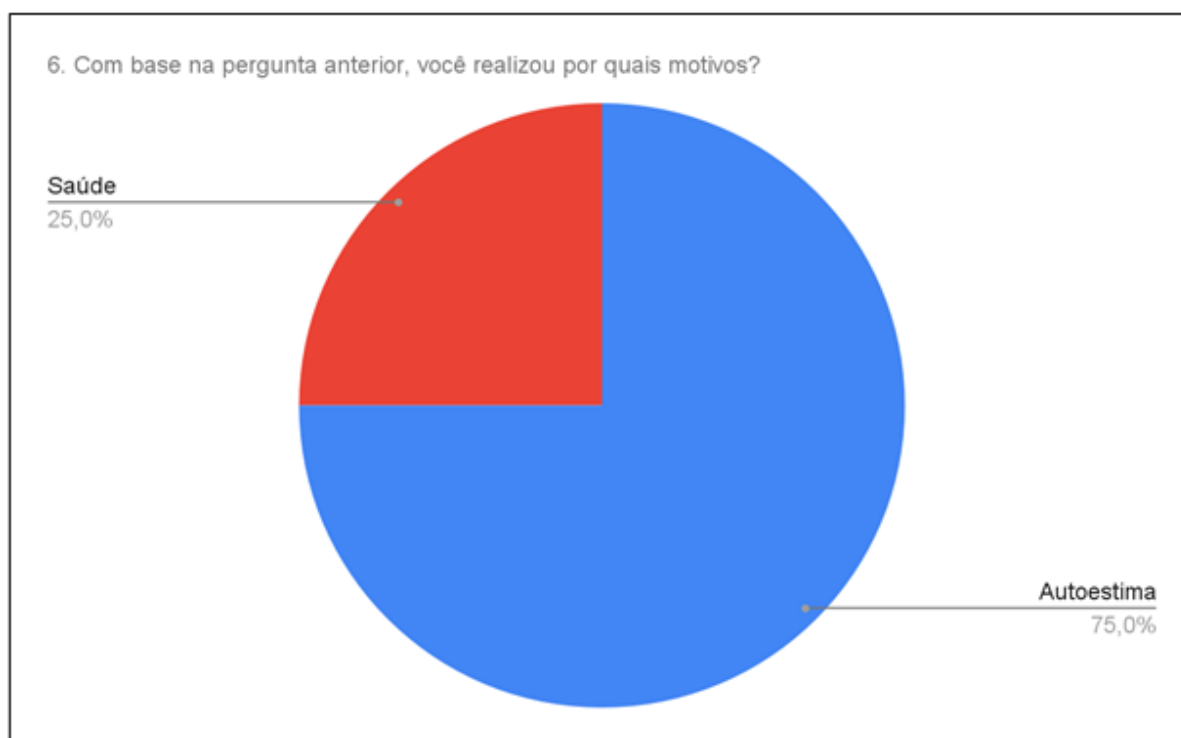
Gráfico 6 - Procedimentos estéticos realizados



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Os resultados do Gráfico 6 revelam uma variedade de procedimentos estéticos que os participantes já realizaram, com várias opções sendo mencionadas. Os procedimentos mais comuns incluem Limpeza de pele (14,3%), Botox (8,6%), Preenchimento (11,4%), e Micropigmentação (8,6%). Outros procedimentos, como Criolipólise, Intradermoterapia e Laser, também foram mencionados por uma parcela significativa dos entrevistados, cada um com 5,7% de respostas. Além disso, 2,9% dos participantes relataram ter realizado procedimentos menos comuns, como Microagulhamento, Drenagem Linfática, Bichectomia, Lipo Enzimática, Cm Slim e Reaction. Essa diversidade de procedimentos estéticos reflete a ampla gama de opções disponíveis no mercado e as diferentes preferências individuais em busca de melhorias estéticas. Esses dados ressaltam a importância de entender as motivações e influências por trás da decisão de realizar procedimentos estéticos, bem como os impactos que essas escolhas podem ter na saúde mental e na autoimagem dos indivíduos.

Gráfico 7 - Motivo de realização de procedimentos estéticos

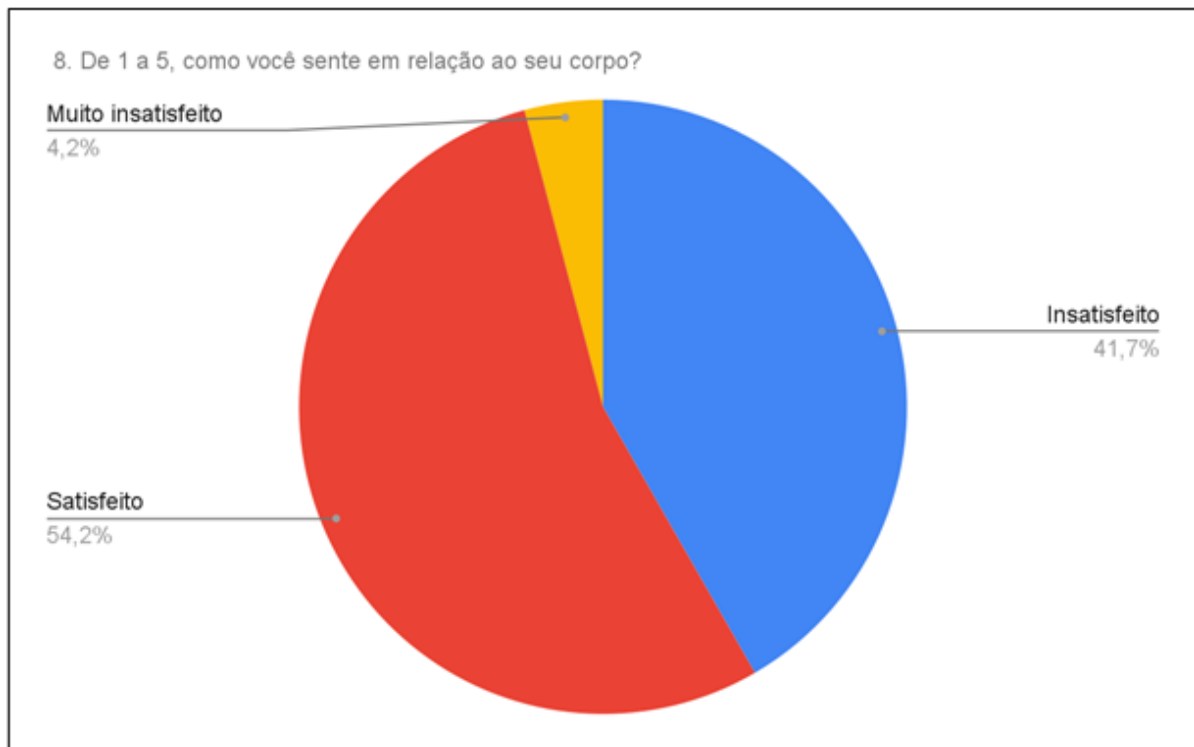


Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Destacam que a motivação para a realização de procedimentos estéticos varia entre os participantes. Um expressivo 75% dos entrevistados indicaram que a principal razão para optar por procedimentos estéticos é melhorar a autoestima. Isso reflete a busca por uma maior confiança e satisfação pessoal ao fazer esses procedimentos. Além disso, 25% dos participantes mencionaram que a saúde é um motivo importante para a realização de procedimentos estéticos. Isso sugere que, para alguns, a motivação vai além da estética, incluindo benefícios relacionados à saúde, como melhoria da pele ou bem-estar geral.

Esses resultados demonstram a complexidade das razões que levam as pessoas a buscar procedimentos estéticos, indicando que fatores emocionais, como autoestima, frequentemente desempenham um papel significativo na tomada de decisão.

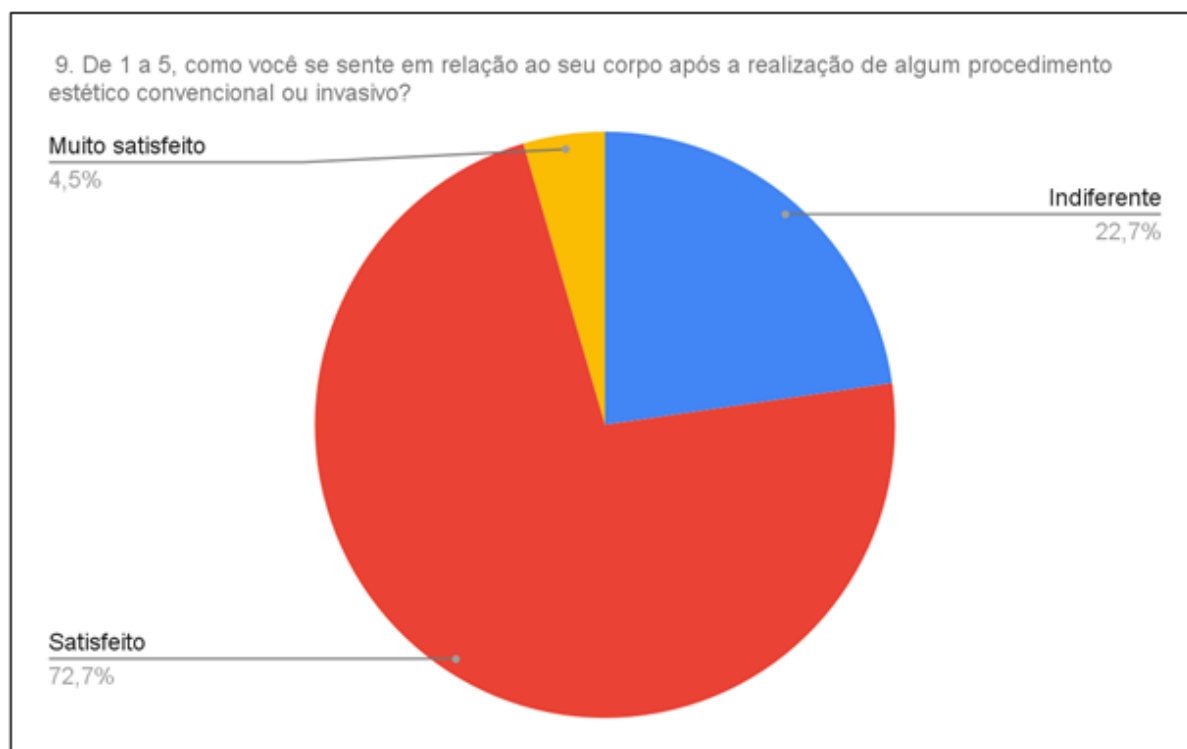
Gráfico 8 - Satisfação em relação ao corpo



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Este Gráfico 8 evidencia uma variada gama de sentimentos dos participantes em relação ao próprio corpo. A maioria expressou níveis significativos de satisfação, com 54,2% dos entrevistados classificando seu grau de satisfação entre 4 e 5, em uma escala de 1 a 5. Isso sugere que uma parcela considerável da amostra se sente, em grande medida, satisfeita com sua aparência física. No entanto, é importante observar que 41,7% dos participantes indicaram níveis de insatisfação, classificando-se entre 1 e 2 na mesma escala. Adicionalmente, 4,2% relataram altos níveis de insatisfação, classificando-se como 'muito insatisfeitos' com a própria imagem corporal. Essa diversidade de respostas destaca a complexidade da relação das pessoas com seu corpo e a forma como a autoimagem pode variar significativamente de um indivíduo para outro. Além disso, isso reforça a importância de considerar a autoestima e a percepção do corpo ao examinar a influência da estética e da mídia na decisão de realizar procedimentos estéticos.

Gráfico 9 – Relação autoimagem e procedimento estético convencional ou invasivo



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

A influência dos procedimentos estéticos na percepção corporal dos participantes. A maioria expressou satisfação após a realização de algum procedimento estético, com 72,7% dos entrevistados classificando seu nível de satisfação (GRÁFICO 9). Isso indica um impacto positivo na percepção do corpo após a intervenção estética. Por outro lado, 22,7% dos entrevistados relataram se sentir indiferentes em relação ao próprio corpo após o procedimento. Somente 4,5% indicaram altos níveis de satisfação, classificando-se como 'muito satisfeitos' com a mudança na percepção corporal. Esses achados destacam que os procedimentos estéticos têm potencial para impactar positivamente a autoimagem de muitos indivíduos, gerando satisfação em relação ao corpo. No entanto, a existência de uma parcela que se sente indiferente pode indicar a necessidade de considerar a motivação subjacente à busca por

procedimentos estéticos e a compreensão do papel da autoestima no processo de satisfação pós-procedimento.

A literatura aborda que ao longo do tempo a mídia e os procedimentos estéticos estão conectados, podendo ser ou não benéfico para a saúde mental. A pressão que a mídia coloca sobre a sociedade tem sido cada vez mais prejudicial à saúde mental, ocasionando transtornos psíquicos, porém traz benefícios na qualidade de vida, retardando o envelhecimento e aumentando a autoestima das mulheres.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa de campo realizada objetivou analisar como os procedimentos estéticos podem influenciar na saúde mental. Os resultados demonstraram que a autoestima e a autoimagem desempenham um papel crucial

na tomada de decisões, destacando a predominância de fatores internos sobre influências externas, como as mídias sociais, quando se trata de procedimentos estéticos. Portanto os resultados mostraram que diante as perguntas realizadas, as pessoas realizam os procedimentos por causa primeiramente da autoestima e depois pela influência da mídia.

Embora a autoestima seja um fator central nas escolhas estéticas, a influência das comunicações sociais não pode ser negligenciada. As mídias sociais frequentemente promovem padrões de beleza ideais, impactando a autoimagem e autoestima das pessoas.

Em conclusão, a interação complexa entre a autoconfiança, as mídias sociais e as decisões estéticas demonstram o quão relevante é considerar os aspectos internos e externos na busca por melhorias estéticas. A autoestima é um fator central, mas a influência das comunicações sociais também é substancial. Reconhecer essa influência é fundamental para promover uma abordagem equilibrada e saudável em relação à busca pela melhoria estética. Compreender como a autoimagem e a autoconfiança desempenham um papel mais significativo do que as mídias sociais nas decisões estéticas pode guiar as pessoas a tomar decisões mais conscientes e alinhadas com seu bem-estar e autoimagem, destacando a importância de uma abordagem holística quando se trata da busca pela satisfação pessoal e pelo aprimoramento da autoestima.

É comum encontrar limitações em pesquisas, especialmente quando se trata de amostras. Pode ser necessário reunir um grupo diversificado o suficiente para representar especificamente a população em geral. Mas

essas limitações também abrem espaço para pesquisas futuras e aprimoramentos. O importante é reconhecer as restrições e trabalhar para superá-las na próxima.

A pesquisa constatou que muitos dos entrevistados afirmaram que optaram por realizar procedimentos estéticos principalmente para elevar sua autoestima, ao invés de serem influenciados pela mídia. Isso sugere que, embora a autoestima tenha sido um fator determinante em suas decisões, há outros motivos subjacentes que podem não ter sido especificados explorados neste estudo. Portanto, embora nossas descobertas forneçam insights importantes sobre o papel da autoestima na busca por procedimentos estéticos, há nuances adicionais a serem consideradas para uma compreensão mais completa do comportamento do consumidor nesse contexto.

Nossas perspectivas futuras envolvem a necessidade de realização de pesquisas mais abrangentes, com uma amostra maior, a fim de obter um conjunto de resultados que possam oferecer uma visão mais abrangente do tema abordado. Assim, é essencial analisar, em estudos futuros, os eventos adversos decorrentes de procedimentos estéticos que são influenciados pela mídia e pela sociedade. Faz necessário uma maior participação do esteticista em pesquisas no âmbito da pós-graduação e assim possibilitar uma análise mais abrangente dos fatores que motivam a busca por procedimentos estéticos, seja por autoestima ou influência da mídia e ou outros determinantes sociais. O campo da estética carece de pesquisas sobre a saúde mental e o bem-estar dos indivíduos.

R E F E R Ê N C I A S

- AGUIAR, V. Euro Anglo. A importância da estética e sua humanização para o bem-estar. **Euro Anglo | Educar e Profissionalizar**, 29 jan. 2020. Disponível em: <https://www.euroanglo.com.br/blog/a-importancia-da-estetica-e-sua-humanizacao-para-o-bem-estar>. Acesso em: 10 out. 2023.
- ANDRADE, S. S. Saúde e beleza do corpo feminino: algumas representações no Brasil do Século XX. **Lume Repositório Digital**, 2003. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/224909>. Acesso em: 10 out. 2023.
- ANGELIM, E. M. S.; BEZERRA, S. M. M. S.; NASCIMENTO, C. A. D. Vivência da obesidade e do emagrecimento em mulheres submetidas à cirurgia bariátrica. **Rev. Estudos de Psicologia**, v. 18, n. 2, p. 193- 201, abr./jun. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/8QrXg6srbyJvcpmYn5LrbMF/citation/?lang=pt>. Acesso em: 10 out. 2023.
- ANJOS, Larissa Alves; FERREIRA, Zâmia Aline Barros. Saúde Estética: Impactos Emocionais causados pelo padrão de beleza imposto pela sociedade/Aesthetic Health: Emotional Impacts caused by the Standard of beauty imposed by Society. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 15, n. 55, p. 595-604, 2021.
- ARRUDA, Edson Luis Machado; LOPES, Adair da Silva. Gordura corporal, níveis de atividade física e hábitos alimentares de adolescentes da região serrana de Santa Catarina, Brasil. **RevBrasCineantropom Desempenho Hum**, v. 9, n. 1, p. 05-11, 2007. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/4028/3414/12204>. Acesso em: 10 out. 2023.
- BARROS, Marcia Andrea da Silva. A relação dos padrões de beleza com a construção da subjetividade da mulher. **Revista Presença**, v. 3, n. 9, p. 36-59, 2017. Disponível em: <http://revistapresenca.celsolisboa.edu.br/index.php/numerohum/article/view/131/107>. Acesso em: 10 out. 2023.
- BASTIAN, Flávia Castelan. **Os padrões de beleza e seus efeitos sobre autoimagem, autoestima e imagem corporal**. 2020.TCC (Graduação em Psicologia) Universitário da Ânima (RUNA) Florianópolis, 2020. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/16630>. Acesso em: 10 out. 2023.
- BERGAMINI, Cecília Whitaker. **Motivação**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1990.
- BOHM, C. C. **Um peso, uma medida**: O padrão da beleza feminina apresentado por três revistas femininas brasileiras. 2004. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Comunicação Social) - Universidade Bandeirante de São Paulo, São Paulo, 2004. Disponível em: https://www.ufrgs.br/napead/projetos/fases-da-publicidade/textos/associativa_04.pdf. Acesso em: 10 out. 2023.
- BORGES, C. M. R. ; LUCCHESI, G. B. O machismo no banco dos réus: uma análise feminista crítica da política criminal brasileira de combate à violência contra a mulher. **Revista da Faculdade de Direito -UFPR**, Curitiba, v. 60, n. 3, p. 217-247, set./dez., 2015. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/direito/article/view/41788>. Acesso em: 10 out. 2023.
- CASOTTI, L., et al. **O tempo da beleza: consumo e comportamento feminino, novos olhares**. SENAC Nacional, 2008.
- CLARET, Martin. **O poder da autoestima**. São Paulo: Martin Claret, 2009.
- COELHO, F. D. (In) **satisfação corporal em mulheres submetidas à cirurgia plástica**. 2013. (Dissertação) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2013.
- COLVERO, L. DE A.; IDE, C. A. C.; ROLIM, M. A. Família e doença mental: a difícil convivência com a diferença. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 38, n. 2, p. 197-205, jun. 2004.
- CONTI, Maria Aparecida; BERTOLIN, Maria Natacha Toral; PERES, Stela Verzinhasse. A mídia e o corpo: o que o jovem tem a dizer? **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 2095- 2103, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/V9gG6CJFt3gVTY3b7st4Yxf/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 out. 2023.
- CURY, A. J. **A ditadura da beleza e a revolução das mulheres**. Rio de Janeiro: Sextante, 2005.
- FERNANDES, M. Mulher elástica. **Revista Mente e Cérebro Online**, v. 161, jun. 2006. Disponível em: http://www.psicopatologiafundamental.org.br/uploads/files/ii_congresso_internacional/mesas_redondas/ii_con_a_mulher_elastico.pdf. Acesso em: 10 out. 2023.
- FERRAZ, Sabrina Borges; SERRALTA, Fernanda Barcellos. O impacto da cirurgia plástica na autoestima. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 7, n. 3, p. 557-569, dez. 2007. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/10880>. Acesso em: 10 out. 2023.
- FLORIANI, Flavia Monique; MARCANTE, M. D da S.; BRAGGIO, Laércio Antônio. **Auto estima e auto-imagem a relação com a estética**, v. 1, 2014. Disponível

- em: https://www.academia.edu/download/44894019/Auto_estima_e_Auto_imagem.pdf. Acesso em: 19 abril 2023.
- FREITAS, Clara Maria Silveira Monteiro de et al.** O padrão de beleza corporal sobre o corpo feminino mediante o IMC. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, p. 389-404, 2010. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/rbefe/a/rMpVx4jWKSSJmm9zsGT6fjh/?lang=pt](https://www.scielo.br/j/rbefe/a/rMpVx4jWKSSJmm9zsGT6fjh/?lang=pthttps://www.scielo.br/j/rbefe/a/rMpVx4jWKSSJmm9zsGT6fjh/?lang=pt). Acesso em: 10 out. 2023.
- GARCIA, Alessandra Feierabend Engracia.** **Como sou, como estou:** imagem corporal e estado nutricional em mulheres solicitantes de cirurgia plástica estética. 2017. Dissertação (Mestrado em Psicobiologia) - Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2017. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59134/tde-15082017-124828/en.php>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- GIL, A. C.** Como **Elaborar projetos de Pesquisa**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2002
- GONÇALVES, V. O.; MARTÍNEZ, J. P.** Imagem corporal de adolescentes: um estudo sobre as relações de gênero e influência da mídia. **Comunicação e Informação**, v. 17, n. 2, p. 139-154, 2014. Disponível em: <https://repositorio.bc.ufg.br/handle/ri/4518>. Acesso em: 10 out. 2023.
- JESUS, Rosemeire dos Santos; LOPES, Dione Pereira; ANDRADRE, Fernando João; ALBIERI, G. Gabriela Aparecida Ribeiro; ALEMIDA, Gleice Aparecida; ROCHA, Thaina Aparecida Barbosa.** **A influência dos padrões de beleza impostos pela mídia.** Universidade São Judas Tadeu. 2016. Disponível em: <http://conic-semesp.org.br/anais/files/2016/trabalho100022371.pdf>. Acesso em: 20 abril 2023
- KEHL, M. R.** **O tempo e o cão:** a atualidade das depressões. São Paulo: Boitempo, 2009. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=V9utEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=KEHL,+M.+R+O+tempo+e+o+c%C3%A3o:+a+atualidade+das+depress%C3%B5es.+S%C3%A3o+Paulo:+Boitempo,+2009.+&ots=t5OEwk64E5&sig=YFsVg64Up4w27Wf-h9irjNsDIVQ>. Acesso em: 10 out. 2023.
- BRUGNAGO, G; VIEIRA, R.F.** **A influência do belo no consumo de cosméticos.** Monografia (Graduação em Estética e Cosmetologia) - Universidade do Vale do Itajaí, Camboriú, 2007. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Grazele%20Brugnago-Rosa%20Vieira.pdf>. Acesso em: 2023.
- LOPES, G. S., et al.** **O ideal de beleza e os prejuízos causados a saúde mental.**TCC. (Graduação em Psicologia) Faculdade Multivix de Cariacica – ES, 2022. Disponível em: <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2022/04/o-ideal-de-beleza-e-os-prejuizos-causados-a-saude-mental.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- LOUREIRO, Ines.** Sobre as várias noções de estética em Freud. **Pulsional: Revista de Psicanálise**, v. 16, n. 175, p. 23-32, 2003.
- MAFFESOLI, M.** **No fundo das aparências.** Rio de Janeiro, Vozes, 1996. 350 p
- MARTINS, Roseneide da Silva Gusmão; FERREIRA, Zâmia Aline Barros.** A importância dos procedimentos estéticos na autoestima da mulher. **Revista de psicologia**, v. 14, n. 53, p. 442-453, 2020. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2807>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- MELO, Lara Santos Mendes de; SANTOS, Nádia Macedo Lopes.** Padrões de Beleza Impostos às Mulheres. **Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas**, n. 1, maio 2020. Disponível: http://www.fait.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/KpDnYgJm2BARYNc_2020-7-23-20-34-39.pdf. Acesso em: 19 abr. 2023.
- MINAYO, M. C. S.** **Pesquisa Social:** Teoria, método e criatividade. 18. ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2001. Disponível em: <https://wp.ufpel.edu.br/franciscovargas/files/2012/11/pesquisa-social.pdf>. Acesso em: 10 out. 2023.
- MIRANDA, L. C. M. et al.** New look at the influence of aesthetic procedures on women's mental health: a literature review. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 7, p. e46811730344, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i7.30344. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/30344>. Acesso em: 19 Apr. 2023.
- MOREIRA, G. S. X. et al.** Alimentação e Imagem Corporal. In: NEUFELD, C. B. (org). **Terapia Cognitivo-Comportamental para adolescentes:** uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental. Porto Alegre: Artmed, 2017. p. 150-187. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/item/002871772>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- NASCIMENTO, C. M.; PROCHNO, C. C. S. C.; SILVA, L. C. A.** O corpo da mulher contemporânea em revista. **Fractal, Rev. Psicol.**, v. 24, n. 2, p. 385-404, maio/ago. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/pjmfvm8gKgjJBy6pw76qPcv/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 10 out. 2023.

- NOVA** Enciclopédia Barsa. **Verbetes motivação**. v. 10. Rio de Janeiro: São Paulo: Encyclopaedia Britannica do Brasil Publicações, 1997.
- OLIVEIRA**, Gabriella Buffone. **Efeitos do ultrassom de alta potência no tratamento da lipodistrofia localizada**. 2016. Disponível em: <https://www.ccecurso.com.br/img/resumos/1-efeitos-do-ultrassom-de-alta-pot-ncia-no-tratamento-da-lipodistrofia-localizada.pdf>. Acesso em: 10 out. 2023.
- PEREIRA**, Amanda Fernandes; **BITENCOURT**, Beatriz. **Autoestima e bem-estar pós tratamentos de rejuvenescimento facial**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Cosmetologia e Estética) - Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2018. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/7906>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- PROCEDIMENTOS** estéticos e saúde mental: entenda sua relação. **Eurekka**, 2023. Bem-Estar, Cuide do Corpo, Saúde Mental. Disponível em: <https://blog.eurekka.me/procedimentos-esteticos-e-a-saude-mental/>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- ROCHA**, Leticia Oliveira. Criotermolipólise: tecnologia não-invasiva para redução de medidas, remodelagem corporal, tratamento de celulite e flacidez cutânea. **Ciência & Desenvolvimento-Revista Eletrônica da FAINOR**, v. 6, n. 1, 2013.
- ROWE**, J. F.; **FERREIRA**, V.; **HOCH**, V. A Influência da mídia e satisfação com a imagem corporal em pessoas que realizam cirurgia plástica. In: JORNADA INTERESTADUAL DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, 4., 2011, Balneário Camboriú. **Anais [...]**. Balneário Camboriú: Centro Reichiano, 2011. Disponível em: <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/achs/article/view/706>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- SALOMÃO**, Any Caroline M.; **SILVA**, Lorena Lanusse O.; **SANTOS**, Jeane Rocha. Benefícios dos procedimentos estéticos na melhora da autoestima. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 16, p. e590101624308-e590101624308, 2021.
- SANT'ANNA**, Denise Bernuzzi. As infinitas descobertas do corpo. **Cadernos Pagu**, n. 14, p. 235-249, 2000.
- SANTE**, Ana Beatriz; **PASIAN**, Sonia Regina. Imagem corporal e características de personalidade de mulheres solicitantes de cirurgia plástica estética. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 24, n. 3, p. 421-429, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/NhPggnLv5tYdVt8pcjjJmc/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- SANTOS**, Clara Gabriela Costa et al. A atuação da estética no sistema único de saúde (SUS). **Revista de Iniciação Científica da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 8, n. 2, 2019. Disponível em: <http://periodicos.unincor.br/index.php/iniciacaoocientifica/article/view/5478>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- SAUR**, A. M. **Imagem corporal**: autossatisfação e representação psíquica em desenhos da figura humana. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/9/59137/tde-27112007-225522/en.php>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- SAUR**, A. M.; **PASIAN**, S. R. Satisfação com a imagem corporal em adultos de diferentes pesos corporais. **Av. Psicol.**, v. 7, n. 2, p. 199-209, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3350/335027184011.pdf>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- SCHULTHEISZ**, T. **Autoestima, conceitos correlatos e avaliação** | Semantic Scholar. Semantic Scholar | AI-Powered Research Tool. 2015. <https://www.semanticscholar.org/paper/Autoestima,-conceitos-correlatos-e-avaliacao-Schultheisz-Aprile/ec5e1614fe0626b23162222a018339967d6fd3b7>
- SBICIGO**, Juliana Burges; **BANDEIRA**, Denise Ruschel; **DELLAGLIO**, Débora Dalbosco. Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR): validade fatorial e consistência interna. **Psico-usf**, v. 15, p. 395- 403, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/QmW8Jr3cNCfVxW5XKMbt5jN/>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- SCHULTHEISZ**, T. V.; **APRILE**, M. R. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Rev. Equil. Corporal e Saúde**, v. n.p., 2013. Disponível em: https://www.academia.edu/download/37477196/ARTIGO_-_AUTOESTIMA_-_RECES.pdf. Acesso em: 5 jun. 2023.
- SCORZA**, F. A.; **BORGES**, F. S. Carboxiterapia: Uma revisão. **Revista Fisioterapia Ser**, v. n.p., 2008. Disponível em: <https://fisiosale.com.br/assets/7tratamentos-corporais--carboxiterapia-0810.pdf>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- SILVA**, D. A.; **CUNHA**, C. R. da; **BARROS**, R. F. **A influência da mídia na estética**. 2020. 3 p. Disponível em: <http://www.faculdadealfredonasser.edu.br/files/pesquisa/Influ%C3%Aancia%20da%20m%C3%ADdia%20na%20est%C3%A9tica.pdf>. Acesso em: 22 mar. 2023.

- SILVA, V. A.; SILVA, E. A. A.; DIONÍSIO, L. R.; FERREIRA, F. A. R.; SALDANHA, A. A. W.; CARVALHO, E. A. B.** Mídia e percepção da imagem corporal entre adolescentes: uma discussão de gênero. In: SEMINÁRIO NACIONAL GÊNERO E PRÁTICAS CULTURAIS – CULTURAS, LEITURAS E REPRESENTAÇÕES, 2., 2009, João Pessoa. **Anais [...]**. João Pessoa, 2009. p. 28-30.
- SOUZA, Aline Cavalcante de; ALVARENGA, Marle dos Santos.** Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, p. 286-299, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9rqZF8vfvjLrqTJNXwyPzQN/?lang=pt>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- VALE, Antônio Maia Olsen; ELIAS, Liana Rosa.** Transtornos alimentares: uma perspectiva analítico-comportamental. **Revista brasileira de terapia comportamental e cognitiva**, v. 13, n. 1, p. 52-70, 2011. Disponível em: <https://rbtcc.com.br/RBTCC/article/view/432>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- ZANELLO, V.** **Saúde mental, gênero e dispositivos:** cultura e processos de subjetivação. Curitiba: Appris, 2018. Disponível em: https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=nyjwDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT314&dq=ZANELLO,+V.+Sa%C3%BAd+mental,+g%C3%AAnero+e+dispositivos:+cultura+e+processos+de+subjetiva%C3%A7%C3%A3o.+&ots=iCHInbHpri&sig=ab8EzJcjqUPEkkjMHhWpg6_eBw. Acesso em: 5 jun. 2023.