



UNIVERSIDADE
FUMEC

Estética em *Movimento*



Uma publicação
semestral do
Bacharelado
em Estética da
Universidade
FUMEC

REVISTA ESTÉTICA
EM MOVIMENTO
Belo Horizonte
v.2 · n.2
Jul./Dez. 2023
ISSN 2764-8176

UNIVERSIDADE FUMEC

REITORIA

Reitor:

Prof. Me. Guilherme Guazzi Rodrigues

Pró-reitora de Graduação:

Prof.^a Dra. Claudia Silveira da Cunha

Pró-reitora de Pós-Graduação,

Pesquisa e Extensão:

Prof.^a Dra. Renata de Sousa da Silva Tolentino

FUNDAÇÃO

Conselho de Curadores:

Prof. Antônio Carlos Diniz Murta – Presidente

Prof. João Carlos de Castro

Silva – Vice-Presidente

Conselho Executivo

Prof. Air Rabelo – Presidente

DIRETORIA DA FACE

Diretora

Profa. Dra. Renata de Sousa da Silva Tolentino

ESTÉTICA EM MOVIMENTO

Editores

Amanda Damasceno de Souza

Armando Sérgio de Aguiar Filho

Projeto Gráfico

Therus Santana

Editoração Eletrônica

Therus Santana / Tecnologia da Informação

Endereço para correspondência

Rua Cobre, 200 . Bairro Cruzeiro .

CEP 30310-190 Belo Horizonte .

Minas Gerais Tel.: 0800 030 0200

Site: www.fumec.br

Email: esteticaemmovimento@fumec.br

CONSELHO EDITORIAL

Profa. Dra. Renata de Sousa da Silva
Tolentino, Universidade FUMEC

Prof. Dr. Daniel Jardim Pardini,
Universidade FUMEC

Prof. Dr. Henrique Cordeiro Martins,
Universidade FUMEC

Prof. Dr. Astor Eugenio Hexsel, UNISINOS

Prof. Dr. Ricardo Teixeira

Veiga, CEPEAD/UFMG

Prof. Dr. Guilherme Cunha Malafaia,

Universidade de Caxias do Sul

Profa. Dra. Hilka Pelizza Vier Machado,

Centro Universitário UniCesumar

Universidade do Vale do Itajaí

Prof. Dr. Márcio Augusto Gonçalves,

Universidade Federal de Minas Gerais

Prof. Dr. Pelayo Munhoz Olea,

Universidade de Caxias do Sul

Prof. Dr. Edmilson Lima, Uninove

Profa. Dra. Maria Aparecida Gouvea,

Universidade de São Paulo

Profa. Dra. Cláudia Rosa Acevedo,

Universidade Nove de Julho

Profa. Dra. Simone Vasconcelos

Galina, Universidade de São Paulo

AVALIADORES / REVISORES

Anna Carolina Leite Cota -

Hospital Sofia Feldman

Davilyn Conte

Débora Cristina Reis - Fundação

Hospitalar do Estado de Minas Gerais

Edcleyton Bruno Fernandes da Silva -

Instituto Federal de Alagoas (IFAL)

Eduardo Ribeiro Felipe - Universidade

Federal de Itajubá (UNIFEI)

Eunice Ribeiro Moreira - Universidade FUMEC

Fabiola de Freitas Cardoso Silva

- Universidade FUMEC

Fernanda Falci Ribeiro Tunes

- Universidade FUMEC

Gisele da Silva Rodrigues - Unifenas BH

Hugo Avelar Cardoso Pires - Universidade

Federal de Minas Gerais

Iara Monteiro Massote - Universidade FUMEC

Linna Bheatrice Oliveira Rodrigues

- Universidade FUMEC

Maralu Gonzaga de Freitas Araújo
- Universidade FUMEC

Mariana Ribeiro Fernandes - Força
Aérea Brasileira - FAB

Renara Farinha Campolina -
Universidade FUMEC

Silvia Soares dos Santos - UNIMED-BH

Reinaldo Rodrigues de Oliveira

Thaynara Martins Freitas -

Universidade FUMEC

Philippe Lage Augusto Rodrigues

- Universidade FUMEC

Estética em movimento / Universidade FUMEC, Faculdade de Ciências
Empresariais. - v. 2, n. 2 (jul./dez. 2023)- . - Belo Horizonte : Universidade
FUMEC, Faculdade de Ciências Empresariais, 2018- .

v. : il.

Semestral

ISSN: 2764-8176

1. Beleza física (Estética). I. Universidade FUMEC. Faculdade de
Ciências Empresariais.

CDU: 687.55

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Universitária-FUMEC

Copyright © 2024 Faculdade de Ciências Empresariais - Universidade FUMEC.
Todos os direitos reservados pela Universidade FUMEC.

As opiniões emitidas e informações contidas em artigos assinados são
de absoluta e exclusiva responsabilidade de seus autores.

É permitida a reprodução total ou parcial dos artigos desde que citada a fonte.

SUMÁRIO

**BENEFÍCIOS DA TÉCNICA DE DEPILAÇÃO
COM BASE NO MÉTODO ESPANHOL:
UM ESTUDO DE CASO 6**

*BENEFITS OF THE WAXING TECHNIQUE BASED
ON THE SPANISH METHOD: A CASE STUDY*

Luciana Ermelinda Ramos Goulart
Layne Roberta de Freitas Ribeiro

**TRATAMENTO DE ESTÉTICA FACIAL:
UM ESTUDO DE CASO DO
MÉTODO NEPOMUCENO 19**

*FACIAL AESTHETIC TREATMENT: A CASE
STUDY OF THE NEPOMUCENO METHOD*

Dayanne Nepomuceno

**A EFICÁCIA DO LASER NO
TRATAMENTO DO MELASMA:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA..... 34**

*THE EFFICACY OF LASER IN THE MELASMA
TREATMENT: AN INTEGRATIVE REVIEW*

Márquis Elisa dos Santos

**FUNCIONALIDADE DO ULTRASSOM
SIMPLES E SUA CAPACIDADE DE
REALIZAR LIPÓLISE 50**

*FUNCTIONALITY OF SIMPLE ULTRASOUND
AND ITS ABILITY TO PERFORM LIPOLYSIS*

Carolina Stephanie Brito Mariano
Veronica Viana Modesto

**A INFLUÊNCIA DOS PROCEDIMENTOS
ESTÉTICOS NA SAÚDE MENTAL 65**

*THE INFLUENCE OF AESTHETIC
PROCEDURES ON MENTAL HEALTH*

Carolina Guimarães Trópia
Sabrine Pereira da Silva Moreira

**INFLUÊNCIA DOS INFLUENCIADORES
DIGITAIS NA AUTOESTIMA 90**

*INFLUENCE OF DIGITAL INFLUENCERS
ON SELF-ESTEEM*

Daniela Scotti Camargo de Queiroz
Roberta de Cássia Macedo
Vinicius Castilho Vargas

EDITORIAL

É com imensa satisfação que anunciamos a publicação do segundo volume, número dois, da Revista Estética em Movimento (REM), uma publicação do Curso de Bacharelado em Estética da Universidade FUMEC. A REM está aberta para submissões ao longo de todo o ano, sendo um veículo de incentivo à produção científica no âmbito do Bacharelado em Estética e áreas correlatas em todo o Brasil. A revista engloba estudos com diversas metodologias científicas, abordando temáticas da área da Estética e promovendo a colaboração entre discentes e docentes. Esta edição foi lançada durante a Semana Acadêmica, como um estímulo à produção científica e à extensão universitária.

Neste número, foram selecionados cinco artigos provenientes de Trabalhos de Conclusão de Curso do primeiro e segundo semestre do ano de 2023, do curso de Bacharelado em Estética da Universidade FUMEC. Além disso, também foi aceito um artigo do curso de Administração da FUMEC, que abordou uma temática de pesquisa de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) no campo da Estética. Esta pesquisa foi orientada e avaliada pela banca de TCC, composta por professores do curso de Administração da Universidade FUMEC, e foi indicada para publicação na REM, são eles:

1. Benefícios da técnica de depilação com base no método espanhol: um estudo de caso das autoras Luciana Ermelinda Ramos Goulart e Layne Roberta de Freitas Ribeiro.
2. Tratamento de estética facial: um estudo de caso do Método Nepomuceno da autora: Dayanne Nepomuceno.
3. A eficácia do laser no tratamento do melasma: uma revisão integrativa da autora: Márquis Elisa dos Santos.
4. Funcionalidade do ultrassom simples e sua capacidade de realizar lipólise das autoras: Carolina Stephanie Brito Mariano e Veronica Viana Modesto.
5. A influência dos procedimentos estéticos na saúde mental das autoras: Carolina Guimarães Trópia e Sabrine Pereira da Silva Moreira.
6. Influência dos influenciadores digitais na autoestima dos autores: Daniela Scotti Camargo de Queiroz e docentes da Universidade FUMEC, Roberta de Cássia Macedo e Vinicius Castilho Vargas.

Desejamos, uma boa leitura!

Belo Horizonte, 10 de Junho de 2024.

Amanda Damasceno de Souza
Armando Sérgio de Aguiar Filho

Editores

BENEFÍCIOS DA TÉCNICA DE DEPILAÇÃO COM BASE NO MÉTODO ESPANHOL: UM ESTUDO DE CASO¹

BENEFITS OF THE WAXING TECHNIQUE BASED ON THE SPANISH METHOD: A CASE STUDY

Luciana Ermelinda Ramos Goulart
lucianaergoulart@gmail.com

Layne Roberta de Freitas Ribeiro
laynelala1307@gmail.com

Data de submissão: 29/11/2022

Data de aprovação: 17/08/2023



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

R E S U M O

Este estudo aborda uma técnica de depilação com cera caseira para promover a diminuição dos pelos e assim evitar o escurecimento da pele e a foliculite. A hipótese da pesquisa é que a técnica de depilação com cera quente diminuirá os pelos, podendo causar menos foliculite e clareamento do local depilado, explicamos também os métodos de depilação, por exemplo, depilação a laser, a luz pulsada, por eletrólise, com lâmina e com cera, explicando a técnica de cada uma delas, abordamos também sobre a foliculite, suas causas, precauções e tratamento. A fundamentação teórica apresenta os tipos de ceras, como cera, caseira, industrializada, quente e fria. O objetivo geral foi analisar os benefícios percebidos a partir da técnica de depilação com cera caseira para evitar a foliculite e diminuição do pelo. Como metodologia trata-se de um relato de caso. Como resultados são descritos os cuidados que necessários ao depilar com cera quente, a temperatura ideal da cera, cerca de 38 graus, tomando cuidados para não causar queimadura na pele depilada, a técnica de depilação com cera quente com sentido contrário do pelo e remoção no sentido do pelo. Essa forma de aplicação tem a finalidade de evitar a quebra do pelo, diminuindo assim a foliculite e manchas na pele depilada. Por fim, é importante orientar a cliente sobre os cuidados pós-depilatórios como evitar contato com o sol, uso de cremes e desodorante à base de álcool, além de se evitar uso de roupas apertadas. O esteticista precisa explicar a seus clientes cada orientação necessária após os procedimentos depilatórios.

Palavras-chave: ceras; remoção de cabelo; depilação; método espanhol.

¹ Artigo apresentado como requisito parcial para conclusão do Curso de Bacharelado em Estética.

A B S T R A C T

This study addresses a technique of hair removal with homemade wax to promote hair reduction and thus prevent skin darkening and folliculitis. The research hypothesis is that the hair removal technique with hot wax will reduce the hair, which may cause less folliculitis and whitening of the shaved area, we also explain the depilation methods, for example, Laser hair removal, pulsed light, by electrolysis, with blade and wax, explaining the technique of each one, we also discuss folliculitis, its causes, precautions and treatment. The theoretical foundation presents the types of waxes, such as wax, homemade, industrialized, hot and cold. The general objective was to analyze the benefits perceived from the technique of hair removal with homemade wax to avoid folliculitis and hair reduction. As a methodology, it is a case report. As a result, the care required when depilating with hot wax, the ideal temperature of the wax, around 38 degrees, taking care not to cause burns on the depilated skin, the technique of depilation with hot wax with the opposite direction of the hair and removal in the hair sense. This form of application is intended to prevent hair breakage, thus reducing folliculitis and blemishes on shaved skin. Finally, it is important to guide the client on post depilatory care, such as avoiding contact with the sun, using alcohol-based creams and deodorant, in addition to avoiding tight clothes. The beautician needs to explain to his clients each necessary orientation after the depilatory procedures.

Keywords: waxes; hair removal; depilation; spanish method.

1 INTRODUÇÃO

O tema deste TCC será demonstrar uma técnica eficaz de depilação com cera quente para verificar a diminuição do pelo, da folliculite e promover o clareamento da região a ser depilada.

Segundo uma pesquisa feita sobre a preferência de homens e mulheres em relação a depilação genitália por Sangiorgi (2017) em entrevista com 69.920 pessoas, sendo 17.133

homens e 52.787 mulheres, a maioria das mulheres, sendo que a média de idade dos sujeitos foi de 31,9 anos entre os homens e 28,5 entre mulheres. Sendo que a maioria das mulheres (64,3%) e dos homens (62,2%) prefeririam a genitália feminina completamente depilada. Hoje a depilação em qualquer parte do corpo está sendo muito procurada, tanto para procedimentos de depilação a laser como para procedimentos com cera etc. Para muitos, a depilação é uma forma de higiene e é também uma forma de estética devido a preferência partes do corpo mais lisas e sem pelos.

O mercado de trabalho na área da depilação vem crescendo ao longo dos anos, devido ao fato deste ser um dos procedimentos estéticos mais procurados pela população brasileira. A procura de profissionais capacitados, que conheçam as técnicas por parte dos clientes vem crescendo, e a busca por aparelhos e produtos de qualidades, por parte dos esteticistas, também aumentou. Isso porque, cada vez mais, os clientes buscam resultados satisfatórios e os profissionais de estética consequentemente buscam aperfeiçoar as técnicas depilação. (SANTOS et al., 2022).

Hoje um profissional deve se atentar para a importância de seu papel tanto para o tratamento quanto para as prevenções, por isso dado a importância de procurar um profissional podendo assim evitar que haja queimaduras, cicatrizes e/ou manchas na pele. (RESCAROLI; SILVA; VALDAMERI, 2009).

A depilação é um procedimento que vem se aprimorando cada vez mais, para atender ao público hoje não é restrito para as mulheres, muitos homens estão deixando de utilizar as lâminas para depilação facial, e tem se tornado adeptos com a depilação com cera e laser, e esse público só vem crescendo. (MAGALHÃES, 2013).

Neste contexto, como problema pesquisa, coloca-se a seguinte questão: **Qual a melhor técnica de depilação com cera tendo como base o método espanhol para promover a diminuição dos pelos e assim evitar o escurecimento da pele e a foliculite?**

O objetivo geral do artigo é analisar os benefícios percebidos a partir da técnica de depilação com cera com base no método espanhol para evitar a foliculite e diminuição do pelo.

Para alcançar o objetivo geral da pesquisa apresentam-se os objetivos específicos:

1. Descrever as práticas de depilação e cuidados necessários para evitar a foliculite e diminuição do pelo;
2. Relatar um caso de aplicação do método de depilação com cera com base no método espanhol que evite a foliculite e diminuição do pelo.

Esta pesquisa se justifica por realizar uma investigação a respeito da melhor técnica de depilação com cera caseira e/ou industrializada na busca por um melhor resultado e satisfação dos clientes, onde terá uma diminuição dos pelos e da foliculite e clareamento do local depilado.

O artigo foi subdividido em 4 seções contemplando a fundamentação teórica, explicando as camadas da pele, o que é a foliculite e quais as formas de evitar tratar a foliculite, falamos sobre tipos de depilações, tipos de cera. Na seção três aborda-se o método de depilação incluindo o roteiro de procedimentos da técnica utilizada e na seção quatro descreve-se o resultado final com estudo de caso da nova técnica de depilação espanhola. Na seção cinco aborda-se as considerações finais da pesquisa.

2 REVISÃO TEÓRICA

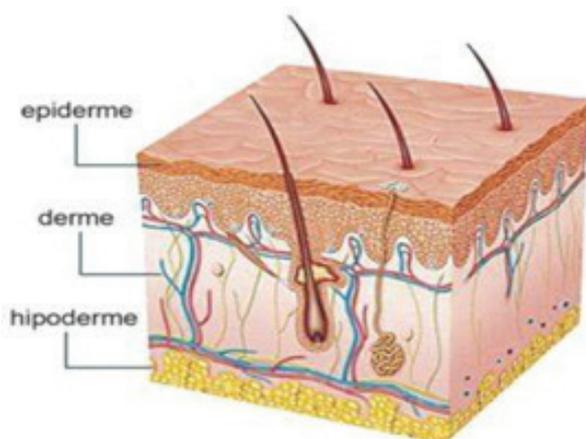
2.1 Pele

A pele é o maior órgão do corpo humano, cada indivíduo tem uma pele única, que difere de pessoa para a pessoa, de raça para raça e até mesmo de uma parte do corpo para outra, mais há umas características gerais, por exemplo o fato de que a pele tem sempre a mesma estrutura básica, formada por três camadas, epiderme, derme e hipoderme.

A pele serve como proteção do corpo do mundo exterior, como por exemplo, mudanças ambientais e possíveis infecções. Ela regula a temperatura corporal mantendo constante. Quando está muito calor transpira água salgada para te arrefecer. Faz crescer os pelos e as unhas e quando está exposta ao sol fabrica vitamina D. (ALMEIDA, 2018)

1. **Epiderme** é a camada mais superficial da pele, com a função de proteção e produção da queratina. Epiderme ela é responsável pela melanina, protege o corpo de raios solares e é responsável pela coloração da pele. Sendo formada por: células mortas, pelos e poros.
2. **Derme**: ela é formada por um tecido gorduroso adjacente, de onde se originam os folículos pilosos, glândulas sudoríparas, vasos sanguíneos e ramificações nervosas.
3. **Hipoderme**: é formada por um tecido conjuntivo adiposo que une a derme com os órgãos mais profundos. Sua estrutura fornece proteção contra traumas físicos além de um depósito de calorías. (HERNANDEZ; MERCIER-FRESNEL, 1999).

Figura 1 - Anatomia da Pele



Fonte: Biagi (2022).

2.2 O que é foliculite?

Uma pele saudável é essencial para o bem-estar físico e psicológico de muitas pessoas, só que a pele quando agredida, pode até gerar lesões, dentre elas a foliculite que é uma infecção do folículo piloso, causada geralmente por vírus, fungos ou bactérias, em mulheres geralmente causadas na perna, axilas e virilhas e nos homens causados na barba. (SILVA, 2021)

Existem algumas precauções que podem ser feitas para evitar a foliculite, independentemente do tipo de depilação, o ideal é fazer a esfoliação do local que será depilado, a esfoliação ajuda na remoção da pele morta. Fazer a hidratação da pele antes da depilação pois os pelos ficam mais espessos facilitando a remoção com mais facilidade. (TRUQUES..., 2012)

A principal causa da foliculite é infecção por *Estafilococos aureus*, é uma bactéria comum que se aloja na pele dos seres humanos. Mais não é somente essa bactéria, outras bactérias, fungos e vírus podem estar envolvidos no aparecimento das lesões cutâneas caracterizadas desse distúrbio. (CEREJEIRA, 2022)

A foliculite pode ser classificada em superficial e profunda, sendo que na superficial ela se instala na parte superior do folículo piloso, a pele fica sensível e avermelhada em sua volta, podendo assim, aparecer algumas pústulas que são semelhantes a espinhas. Já na foliculite profunda, a inflamação se estende por todo folículo piloso e alcança a raiz, podendo causar dor, coceira e edema. (CEREJEIRA, 2022)

As causas da foliculite são diversas. Uma das causas principais é passar a lâmina para depilar que foi compartilhada com outra pessoa, seguido da depilação com cera e usando a técnica que puxa o pelo ao contrário do crescimento. Isso leva a quebra do pelo e irritação da pele, assim como o uso frequente de roupas apertadas e de tecido mais grosso. (GIRALDO, 2013).

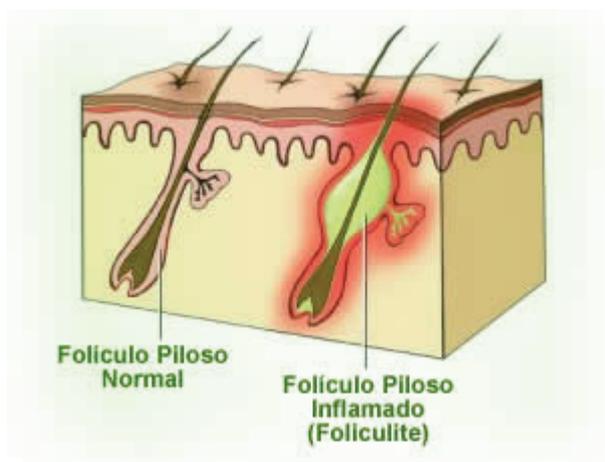
Existe tratamento para foliculite. Dependendo do tipo de foliculite da cliente, será necessário o uso de medicamentos como antifúngicos e/ou antibióticos. O uso de pomadas e cremes também pode ajudar no tratamento e em alguns casos o uso de compressa e higienização do local que está com a foliculite, pode ser o suficiente. (PRONTO PELE, 2021; PINTO, 2022).

Figura 2 - Foliculite, Lesão Múltipla



Fonte: Nogueira (2021).

Figura 3 - Folliculite normal e inflamada



Fonte: Maluf (2021).

2.3 Métodos de depilação

Existem vários tipos de métodos utilizados para depilação, como por exemplo: depilação a laser, luz pulsada, eletrólise, lâmina, depilação com cera entre outros. A seguir citam estes métodos:

- Depilação a laser:** é um dispositivo que produz radiações eletromagnéticas (Rem), por um processo denominado “emissão estimulada”. Tendo como mecanismo de ação do laser a melanina fototermólise seletiva. Na fase anágena a depilação com laser será eficaz quando o laser atingir o bulbo piloso. (OLIVEIRA *et al.*, 2018.)
- Depilação luz pulsada:** o sistema utiliza flash de luz pulsada de alta potência, as cores liberadas pela luz são vermelhas, amarelas, azuis verdes, assim provoca o aquecimento da raiz do pelo (acima de 70 graus). (SANTOS *et al.*, 2022).
- Depilação por eletrólise:** a eletrólise o local deve ser raspado e é recomendado a utilização de um creme anestésico tópico 1 hora antes do procedimento, ela ocorre por meio de uma corrente elétrica inserida através de uma

agulha na base do folículo piloso destruindo a papila dérmica. Eletrólise é uma técnica popular entre as mulheres para a retirada de pelos indesejados do rosto, queixo e pescoço. (SANTOS *et al.*, 2022)

- Depilação com lâmina:** é um método mais usado antigamente e pela facilidade da depilação muitos hoje em dia preferem lâmina, a lâmina retira os pelos superficiais não retirando a raiz, ao contrário da crença popular, a lâmina não engrossa os pelos, mas eles crescem sem as pontas dando a sensação de estarem mais grossos. (OLIVEIRA *et al.*, 2018).
- Depilação com cera:** depilação com cera quente ou fria e muito procurado pelo público tanto mulheres quanto homens, a cera é uma alternativa mais duradoura pois a mesma arranca o fio de dentro do bulbo da pele, fazendo com que leve cerca de vinte dias para aparecer, é de extrema importância fazer esse procedimento com um especialista para que possa evitar manchas, queimaduras e cicatrizes na pele. (RESCAROLI; SILVA; VALDAMERI, 2009).

2.3.1 O método de depilação espanhola

Depilação espanhola é o método de depilação que as mulheres fazem em casa ou em lugares mais íntimos de convívio. É uma técnica que por ser feita por ela mesma ou por alguém de sua família ou amiga, sendo feita sempre por uma figura feminina. Sendo feito por observar alguém que já faz a técnica de depilação, por observar como depilar e os produtos que são utilizados, ou aprendem a

depilação espanhola por meio da internet, etc. (MÜLLER, 2019).

Depilação espanhola não necessariamente é feita por um profissional e isso não impede que seja feito esse procedimento com sucesso. Existem vários métodos de depilação espanhola, umas das mais comuns é feita com navalha, lâminas e/ou cremes depilatórios. A mais conhecida e utilizada por muitas mulheres e ainda nos dias de hoje é a lâmina de barbear, mas elas não são muito higiênicas pois a mesma pode ser usada por mais de uma pessoa, podendo assim transmitir bactérias que causam irritações na pele. Já o creme depilatório, que para muitos é considerado mais prático e com o custo mais baixo, pode ser encontrado em farmácias, supermercados etc. Com esse método de depilação não existe dor, mas em contrapartida ele possui uma química muito forte que quebra o pelo tendo a pele. (MÜLLER, 2019).

Depilação espanhola é uma ótima opção pois a cera usada não é utilizada e sim descartada, os pelos são puxados pela raiz não evitando a quebra dos fios, foliculite e o escurecimento da pele. (MÜLLER, 2019)

2.4 Tipos de cera

Existem vários tipos de cera, por exemplo: cera caseira, industrializada, fria ou quente. A seguir serão descritos cada tipo:

- a) Cera caseira: é aquele em que muitos profissionais fazem a própria cera ao invés de comprá-las, pode-se usar produtos naturais e tem menos custos (RIBEIRO, 2022);
- b) Cera industrializada: os centros de estéticas e clínicas optam pelo uso de cera industrializada porque a mesma pode ser certificada pela Anvisa (CERA..., 2012);

- c) Cera quente: ela pode ser encontrada de várias formas como em forma de plaquetas, pastilhas, cubos. As ceras podem ser de mel, parafinas, cera de própolis entre outros. A cera quente deve ser aquecida até que amoleça em temperatura média de 40 graus, temperatura ideal para não queimar a pele. Os cuidados necessários são temperaturas de aplicação mais baixa possível, aderência ao pelo, flexibilidade suficiente para permitir a remoção da faixa sem rupturas e estabilidade ao calor, não recomendado para pessoas de pele sensíveis podendo causar queimaduras, os poros se dilatam facilitando a remoção dos pelos grossos (SANTOS et al., 2022);
- d) Cera fria: a cera fria é mais agressiva para pele, diferente da cera quente, o produto é aplicado na pele em temperatura ambiente, ou seja, não é dilatação dos poros e nem relaxamento da pele tornando assim a retirada dos pelos mais desconfortável e dolorosa;
- e) A melhor cera para este estudo de caso tanto caseira como a industrial é a cera quente por dilatar os poros facilitando assim a retirada, sendo indicada a melhor cera para o procedimento.

2.5 Cuidados pós-depilatório

Em relação aos cuidados após o procedimento depilatório, é necessário evitar tomar sol. Isso porque a pele estará muito sensível, ou seja, a camada superficial da derme ficará mais sensível que o normal, com a exposição ao sol pode-se aumentar a pigmentação da pele, assim causar os surgimentos de manchas, alergias e até queimaduras no local depilado. (DEPILAÇÃO..., 2019).

Também se recomenda o uso de roupas confortáveis e largas. O uso de roupas apertadas na pele recém depilada, poderá causar atrito e conseqüentemente a irritação, vermelhidão e foliculite da pele. Assim a preferência deve ser por roupas de algodão. (DEPILAÇÃO..., 2019)

Outro cuidado importante é evitar o uso de desodorante à base de álcool. Devido ao fato da pele estar sensível após o procedimento da depilação com cera, o uso de desodorante a base de álcool pode causar irritação. Produtos à base de álcool podem até mesmo manchar a pele depilada (ANTI-TRANSPIRANTE..., 2013).

A cera caseira tem a vantagem para o esteticista e cliente por ser uma cera mais natural, feita basicamente com dois produtos, livre de parabens, conservantes, corantes e produtos que podem causar alergias ao cliente, além do custo-benefício.

Para o esteticista a vantagem de se ter a cera caseira é que isso pode ser um diferencial em seu trabalho, oferecendo a seu cliente um produto livre de conservantes, livres de parabens.

A cera caseira é feita com dois ingredientes que são encontrados na natureza como a cera de abelha e o breu que é um produto de origem vegetal, que é retirado de uma árvore tornando o produto mais natural e com menos efeito de poluição ambiental. O custo-benefício não é tão diferente da cera industrial, mas se difere por ser um produto natural.

3 METODOLOGIA

Para atender ao objetivo da pesquisa foi realizado um estudo de caso. De acordo com Gil (2002) o relato de caso é um estudo aprofundado de um ou poucos objetos, para permitir seu conhecimento amplo e detalhado. Esta pesquisa irá demonstrar a aplicação da

técnica de depilação com cera e seus resultados, tais como diminuição do pelo, clareamento da pele e diminuição da foliculite.

Para a descrição do relato de caso foi definido um roteiro de procedimentos; 1) Informações específicas do cliente identificadas: sigla no nome, idade, escolaridade e procedência. 2) Queixa principal/o que ser tratado, depilações anteriores relevantes e seus resultados. 3) fotografar antes, durante e depois. 4) Roteiro do procedimento da depilação (conforme 3.1). 5) Resultados avaliados pelo esteticista e pela cliente. Antes de iniciar o procedimento será aplicado o TCLE. (THE CARE, 2022)

3.1 Roteiro do procedimento

1. A técnica realizada hoje em dia, basicamente passa-se a cera no sentido do pelo e é removida no sentido contrário ao pelo, causando a quebra dos pelos, a foliculite e conseqüentemente o escurecimento da pele;
2. A técnica que será demonstrada neste trabalho consiste em passar a cera na temperatura ideal (até 38 graus) observando o sentido do pelo;
3. Aplica se então a cera no sentido contrário ao pelo, onde o mesmo será removido mais facilmente causando assim menos trauma a raiz do pelo, onde podemos observar a diminuição do pelo e da foliculite, já que a técnica se baseia em puxar o pelo no sentido do crescimento evitando assim a quebra, diferente da técnica que se usa atualmente onde o pelo se quebra quando puxado no sentido contrário;
4. Deve ser realizada duas aplicações, uma no sentido contrário ao pelo conforme o item 3, na segunda aplicação deve ser no sentido do pelo. Neste

momento já não a tantos pelos, devido ao aquecimento causado pela cera a pele estará com os poros dilatados o que facilita a remoção no sentido do próprio pelo;

5. Entre uma aplicação e outra é recomendado o uso de talco infantil. O talco é importante para secar a pele e levantar os pelos caso estejam grudados;
6. Ao final do procedimento pode se usar um gel calmante pós depilação.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na etapa 1, iniciamos o procedimento de depilação com a anamnese do pelo na área a ser depilada, colocando a queixa principal da cliente, observamos a posição do pelo, a integridade da pele, se está escura, se tem foliculite e a quantidade de pelos. Foi feita uma foto antes para comparação em relação ao resultado final.

Figura 4 - Axila direita antes do procedimento



Fonte: Elaborada pelas autoras.(2022)

Nesta foto podemos observar na axila direita pontos de foliculite, pelos em vários sentidos um leve escurecimento da pele, foi

observado também que a cliente tem pelos de coloração clara e escura.

Figura 5 - Aspecto da foliculite na axila esquerda



Fonte: Elaborada pelas autoras. (2022)

Na imagem da axila esquerda (FIGURA 5) podemos observar a foliculite mais intensa, com maior irritação da pele, mais vermelha, observamos também que a pele está mais escura, bem mais irritada que a axila direita.

Na etapa 2, observamos que a temperatura ideal para aplicação é em torno de 38 graus, a cera de cera deve estar mais leitosa, colocando a cera em um palito a profissional poderá observar o ponto certo da cera caso a mesma não caia do palito, significa que está no ponto ideal para que se possa iniciar o procedimento, sendo mais fácil aplicação sem correr o risco de queimar o local a ser depilado e trazendo um conforto à cliente, dilatando os poros para facilitar a retirada dos pelos.

Seguindo a etapa 3, começamos a técnica com a preparação da pele, fazendo a higienização com um sabonete de clorexidina diluído em água, em seguida aplica-se a cera no sentido contrário ao pelo, levantando o pelo com a cera, logo em seguida puxa-se a cera no sentido do pelo, retirando-os com mais facilidade sem traumatizar a pele, deixando

a pele íntegra, com menos dor e melhor sensação ao cliente.

Figura 6 - Aplicação da cera na axila



Fonte: Elaborada pelas autoras.(2022)

Nesta figura 6 podemos observar que a cera foi passada no sentido contrário ao pelo e será removida no sentido do pelo. (FIGURA 6)

Seguindo o roteiro na etapa 4, foram feitas em duas aplicações. A primeira aplicação foi feita no sentido oposto do pelo, retirando no sentido do crescimento do pelo, retirando a maior quantidade de pelos, causando menos dor ao cliente e conseqüentemente a diminuição do pelo.

Na segunda aplicação passa-se a cera no sentido do pelo e retira no sentido contrário ao pelo. Como já fizemos a primeira aplicação a maioria dos pelos foram retirados, em torno de 90% facilitando assim a retirada do restante que ainda ficou, limpando a axila sem deixar pelos, havendo necessidade após esta retirada pode-se usar a pinça para retirar algum pelo que ainda ficou deixando a pele lisa e livre dos pelos. Nesta técnica observamos uma menor quantidade de aplicação da cera sendo assim menos agressiva a pele, mais indolor evitando a quebra e a foliculite. A cera tem que estar na temperatura

ideal, ou seja, de 38 a 40 graus. Assim, se for muito quente, acima de 42 graus, pode causar queimadura na pele e se for muito fria, abaixo de 35 graus, a cera não se adere à pele de forma adequada.

Figura 7 - Resultado após a extração do pelo na axila direita



Fonte: Elaborada pelas autoras.(2022)

Podemos observar que a pele está íntegra, um pouco vermelha e irritada, mas sem nenhum pelo ou queimadura. (FIGURA 7)

Figura 8 - Axila esquerda após remoção dos pelos



Fonte: Elaborada pelas autoras.(2022).

Nesta figura 8 observamos claramente que a pele ainda está irritada pela foliculite, mas totalmente sem pelo e íntegra, sem queimaduras, não estando irritada pela depilação, mas sim pela foliculite presente.

Na etapa 5, durante a aplicação podemos fazer uso de um talco com a finalidade de secar a pele e assim desgrudar alguns pelos que com a cera possa ficar colado à pele sendo removido logo após, o talco também poderá aliviar um pouco a temperatura da cera sobre a pele. A temperatura da cera é um item muito importante na aplicação, estando na temperatura correta para a retirada dando assim um conforto maior para a cliente.

No final da sessão a pele se encontrará um pouco mais irritada sendo um processo esperado e planejado, com o passar das horas a pele vai voltando ao seu estado normal sem irritações mais relevantes. Após este processo, a cliente é instruída a esperar pelo menos 1 hora para molhar a área depilada, aguardar pelo menos uma hora para malhar, evitar o uso de roupas apertadas, e a exposição ao sol no dia da depilação. Após o procedimento fazer o uso do protetor solar.

Os resultados relatados pela cliente entre as seções foram o clareamento da pele, diminuição da inflamação folicular. Observou-se também durante o processo depilatório diminuição da dor causada pela depilação no sentido certo da retirada do pelo. A observação principal relatada foi a diminuição do pelo reduzindo a quantidade, e a diminuição total dos pelos em algumas regiões.

Segundo relatos de clientes, esta técnica de depilação além de reduzir a dor, reduz os pelos sem danificar a pele. Observando as figuras 4, 5 e 6, pode-se notar a grande diferença da primeira aplicação em relação à segunda aplicação.

Figura 9 - Axila antes da primeira aplicação



Fonte: Elaborada pelas autoras. (2022)

A figura 9 mostra a axila antes da primeira aplicação com cera, os pelos eram grossos, em várias direções, foliculite se demonstra aparente.

Figura 10 - Crescimento do pelo após a primeira sessão



Fonte: Elaborada pelas autoras.(2022)

Na figura 10, apresenta-se o resultado entre a primeira e a segunda seção, com 1 mês de pós depilação. Os pelos estão mais finos e em menor quantidade.

Figura 11 – Eliminação da Foliculite



Fonte: Elaborada pelas autoras.(2022)

Na figura 11 observamos que a inflamação na pele e a foliculite foram eliminadas, há espaço entre os pelos sugerindo a diminuição do pelo e o afinamento já na primeira seção. Este relato de caso nos leva a pergunta: por que deste resultado em tão pouco tempo? O resultado é dado em pouco tempo, pois com essa técnica de depilação, onde passamos a cera no sentido contrário do pelo e puxamos no sentido do pelo. Assim não ocorre a quebra do fio e nesse caso não surge a inflamação e, conseqüentemente, não causa a foliculite.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo de caso vem apresentar uma alternativa a técnica utilizada a anos na depilação, que segundo relatos, podemos

observar que essa técnica pode causar vários tipos de intercorrências pós procedimento. Assim, este novo método de aplicação descrito no relato de caso foi satisfatório. O novo procedimento tem o benefício de apresentar um intervalo de tempo maior entre as sessões, devido à demora de crescimento do pelo após o procedimento.

No relato apresentado, o pelo cresce mais fino, com menos foliculite, uma vez que não houve a quebra do pelo. Além disso, a pele ficou mais íntegra sem a vermelhidão poucas horas após o procedimento, notou-se também o clareamento da pele após algumas sessões.

Os resultados relatados pela cliente entre as seções foram a respeito do clareamento da pele e diminuição da inflamação folicular. Observou-se também, que durante o processo depilatório, houve diminuição da dor causada pela depilação no sentido certo da retirada do pelo. A observação principal relatada pela cliente foi sobre a diminuição do pelo e com o tempo, a diminuição total dos pelos em algumas regiões. Ressalta-se que o esteticista precisa explicar a seus clientes cada orientação necessária após os procedimentos depilatórios, por exemplo, evitar contato com o sol, uso de cremes e desodorante a base de álcool, além de se evitar uso de roupas apertadas.

Como perspectivas futuras, é necessário continuar a pesquisa e aplicar o método em diversos tipos de pele e espessuras de pelos.

R E F E R Ê N C I A S

ALMEIDA, Luiz Fillipe Batista de Almeida. **Principais tipos de peles sensíveis e seus tratamentos**. 2018. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Biomedicina Estética) - Instituto Nacional de Ensino Superior e Pesquisa, Centro de Capacitação Educacional, Recife, 2018. Disponível em: <https://www.ccecursos.com.br/img/resumos/>

[biomedicina-estetica/tcc---luiz-fillipe-de-almeida-junior.pdf](https://www.ccecursos.com.br/img/resumos/biomedicina-estetica/tcc---luiz-fillipe-de-almeida-junior.pdf). Acesso em: 26 set. 2022.

ANTITRANSPIRANTE sem álcool é o mais indicado após depilação. **Terra**, 12 ago. 2013. Vida e Estilo. Disponível em: <https://www.terra.com.br/amp/vida-e-estilo/beleza/sua-pele/depilacao/antitranspirante-sem-alcool-e-o-mais-indicado-apos-depilacao,b784>

- 94461f460410VgnVCM4000009bcceb0aRCRD.htm. Acesso em: 1 nov. 2022.
- BIAGI, D. O que é Micro pigmentação ou Dermo pigmentação?** [2022]. Disponível em: <http://www.citypenha.com.br/materiasmonta.php?acao=m&id=1277>. Acesso em: 16 set. 2022.
- CERA caseira x cera industrializada. Correio do Papagaio**, São Lourenço, 21 nov. 2012. Mulher. Disponível em: http://www.correiodopapagaio.com.br/mulher/cera_caseira_x_cera_industrializada#:~:text=A%20cera%20industrializada%2C%20al%C3%A9m%20de,e%20puxa%20todos%20os%20pelos. Acesso em: 28 out. 2022.
- CEREJEIRA, A. O que é a foliculite? Blog saudebemestar.pt**. 2022. Disponível em: <https://www.saudebemestar.pt/pt/clinica/dermatologia/foliculite/>. Acesso em: 28 out. 2022.
- DEPILAÇÃO no verão: quais os cuidados necessários? Pelo Menos**, 20 dez. 2019. Blog. Disponível em: <http://pellomenos.com.br/depilacao-no-verao/>. Acesso em: 16 set. 2022.
- HERNANDEZ, Micheline; MERCIER-FRESNEL, Marie-Madeline (Colab.)**. Manual de cosmetologia. 3. ed. Rio de Janeiro: REVINTER, 1999. 353 p.
- GIL, A. C. Como Elaborar projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GIRALDO, Paulo César et al.** Hábitos e costumes de mulheres universitárias quanto ao uso de roupas íntimas, adornos genitais, depilação e práticas sexuais. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 35, p. 401-406, 2013.
- MAGALHÃES, Laiz de Oliveira. Depilação: avaliando as concepções científicas e de senso comum de alunos e profissionais**. 2013. Disponível em: <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/FMfcgzGqQJdkPxfzdrHNNrFkBqMgnwpg?projector=1&messagePartId=0.6>. Acesso em: 28 out. 2022.
- MALUF, L. Foliculite**. 2021. Disponível em: <https://lucianamaluf.com.br/wp-content/uploads/2016/06/foliculite.jpg> lucianamaluf.com.br/espinha-foliculite/. Acesso em: 28 out. 2022.
- MÜLLER, R. O corpo limpo, um estudo sobre a construção social do corpo feminino na contemporaneidade**. 2019. 63 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências Sociais) - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2019. Disponível em: https://prceu.usp.br/wp-content/uploads/2021/05/Muller_Rene_2019_TCC.pdf. Acesso em: 1 nov. 2022.
- NOGUEIRA, A. Tratamento da foliculite. Skin Station**, 2021. Disponível em: <https://skinstation.com.br/tratamentos-clinicos-tratamento-da-foliculite/>. Acesso em: 28 out. 2022.
- OLIVEIRA, M. A. R. et al.** Depilação A laser- revisão de literatura. *Revista Saúde em Foco*, n. 10, 2018. Disponível em: http://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/07/057_DEPILA%C3%87%C3%83O_A_LASER_REVIS%C3%83O_DE_LITERATURA.pdf. Acesso em: 1 nov. 2022.
- PINTO, Externato Fernão Mendes. A pele**. Disponível em: <http://users.isr.ist.utl.pt/~jpc/salapedro/projectos/PELE-TUDO.pdf>. Acesso em: 16 set. 2022.
- RESCAROLI, Ana Carolina; SILVA, Gislene Martins; VALDAMERI, Gildete Aparecida. Foliculite e a depilação: sequelas, tratamentos e o papel do Tecnólogo em Cosmetologia e Estética**. 2009. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnólogo em Cosmetologia e Estética) - Universidade do Vale do Itajaí-UNIVALI, Balneário Camboriú, 2009. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Ana%20Carolina%20Rescaroli%20e%20Gislene%20Martins%20da%20Silva.pdf>. Acesso em: 1 nov. 2022.
- RIBEIRO, B. Como fazer cera caseira para depilação. Tua Saúde**, maio 2022. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/cera-caseira-para-depilacao/>. Acesso em: 1 nov. 2022.
- SANGIORGI, Maria Luiza Prudente de Oliveira. A preferência de homens e mulheres em relação à depilação genital feminina e implicações clínicas da depilação da genitália**. 2017. Dissertação (Mestrado em Ginecologia e Obstetrícia) - Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2017. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/17/17145/tde-22082017-160941/pt-br.phpdoi:10.11606/D.17.2017.tde-22082017-160941>. Acesso em: 2022-09-21 https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=prefer%C3%Aancia+depila%C3%A7%C3%A3o+com+cera&btnG=#d=gs_qabs&t=1663104220241&u=%23p%3DOEoOGfqX8-kj. Acesso em: 1 nov. 2022.
- SANTOS, Anelise Cruz, et al. Diferentes tipos de depilação: uma revisão bibliográfica**. [S. l.: s. n.], [2022]. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/anelise%20cruz%20dos%20santos%20e%20josistela%20bessani.pdf>. Acesso em: 1 nov. 2022.
- SILVA, Maura Figueiredo da. Abordagem dos recursos terapêuticos para tratamento das foliculites**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Ciências Biológicas) - Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2021. Disponível em: <https://skinstation.com.br/tratamentos-clinicos-tratamento-da-foliculite/>.

repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/2218. Acesso em: 28 out. 2022.

THE CARE Guidelines: Consensus-based Clinical Case Reporting Guideline Development. Oxford: UK EQUATOR Centre, 2022. Disponível em: <https://www.equator-network.org/reporting-guidelines/care/>. Acesso em: 1 ago. 2022.

TRUQUES antes, durante e pós-depilação evitam a foliculite. **Terra**, 13 set. 2012. Vida e Estilo. Disponível em: <https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/beleza/sua-pele/depilacao/truques-antes-durante-e-pos-depilacao-evitam-a-foliculite,2c1aab1d99cb9310VgnVCM3000009acceb0aRCRD.html>. Acesso em: 1 nov. 2022.

TRATAMENTO DE ESTÉTICA FACIAL: UM ESTUDO DE CASO DO MÉTODO NEPOMUCENO¹

FACIAL AESTHETIC TREATMENT: A CASE STUDY OF THE NEPOMUCENO METHOD

.....

Dayanne Nepomuceno
dayannenepo1212@gmail.com

Data de submissão: 28/11/2022

Data de aprovação: 17/08/2023

R E S U M O

A popularidade e procura por estética facial cresceu de forma que diversos profissionais, com as mais variadas formações migraram para a área. Por isso a personalização dos métodos estéticos é a evolução no atendimento de estética clínica aplicada. O tema deste artigo é uma demonstração de método estético denominado Método Nepomuceno, que possui uma interpelação personalizada, e será analisado na prática para verificar seus possíveis resultados, se trata de uma abordagem atualizada com as novas exigências de mercado, desde o primeiro contato quanto a experiência do usuário (paciente), apresentando um estudo aprofundado do método Nepomuceno é demonstrado um relato de caso de uma pesquisa descritiva, e em relação aos procedimentos técnicos é um relato de caso com 12 etapas que são um conjunto de ações para o sucesso nos tratamentos de estética facial. Detalhando como trabalhar de forma a alcançar excelência, em todos os âmbitos da área de estética facial, como fidelização, divulgação, confiabilidade, lucratividade e o resultado tendo como objetivo geral mostrar a efetividade prática do método Nepomuceno, e objetivos Específicos, 1) Levantar na literatura a importância do empreendedorismo e da inovação no atendimento de tratamentos na área de estética facial no cenário atual; 2) Demonstrar um caso de aplicação do método Nepomuceno de abordagem no tratamento facial desenvolvido pela esteticista. Para a apresentação dos resultados foi utilizado um caso clínico real como exemplo, destaco a ciência da paciente mediante a termo de permissão de uso de imagem. Após a elaboração desse estudo aprofundado da aplicabilidade do método Nepomuceno, pode-se concluir que um método para atendimento auxilia pois impacta diretamente na experiência do usuário/cliente de forma positiva, agregando valor e evidenciando essa demanda no mercado estético atual.

1 Artigo apresentado como requisito parcial para conclusão do Curso de Bacharelado em Estética.



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

Palavras-chave: esteticista empreendedor; criação de marca; criação de método estético; estudo de caso estético; esteticista; empreendedorismo.

A B S T R A C T

The popularity and demand for facial aesthetics has grown so that several professionals, with the most varied backgrounds, have migrated to the area. That is why the customization of aesthetic methods is the evolution in applied clinical aesthetic care. The theme of this article is a demonstration of an aesthetic method called the Nepomuceno Method, which has a personalized approach, and will be analyzed in practice to verify its possible results, it is an updated approach with the new market requirements, from the first contact regarding user experience (patient), presenting an in-depth study of the Nepomuceno method, a case report of a descriptive research is demonstrated, and in relation to the technical procedures it is a case report with 12 steps that are a set of actions for successful treatments of facial aesthetics. Detailing how to work in order to achieve excellence, in all areas of the area of facial aesthetics, such as loyalty, dissemination, reliability, profitability and the result, with the General objective of showing the practical effectiveness of the Nepomuceno method, and Specific objectives, 1) Raise in the literature the importance of entrepreneurship and innovation in the care of treatments in the area of facial aesthetics in the current scenario; 2) Demonstrate a case of application of the Nepomuceno method of approach in the facial treatment developed by the beautician. For the presentation of the results, a real clinical case was used as an example, highlighting the patient's awareness through the image use permission term. After preparing this in-depth study of the applicability of the Nepomuceno method, it can be concluded that a method for care helps because it directly impacts the user/client experience in a positive way, adding value and highlighting this demand in the current aesthetic market.

Keywords: entrepreneurial beautician; brand creation; creation of aesthetic method; aesthetic case study; beautician; entrepreneurship.

1 INTRODUÇÃO

A popularidade e procura por estética facial cresceu de forma que diversos profissionais, com as mais variadas formações (por exemplo: enfermeiros(as), farmacêuticos(as), fisioterapeutas migraram para a área). (CARDOSO, 2019; GODOY et al., 2016; CARREIRO et al., 2012).

Com isso, o mercado de estética está vivendo um momento de saturação de profissionais. Com tantas opções no mercado hoje, existe uma grande procura de serviços. Essa procura de serviços personalizados, é para que se tenha atendimentos que proporcionam não só o resultado, mas também uma experiência ímpar ao cliente. (FILGUEIRAS, 2019).

O tema deste estudo aborda a criação e a efetividade do método de tratamento facial denominado método Nepomuceno. O método Nepomuceno é um conjunto de ações para o sucesso nos tratamentos de estética facial. Ensina a trabalhar de forma a alcançar excelência, em todos os âmbitos da área de estética facial, como fidelização, divulgação, confiabilidade, lucratividade e o principal resultado.

Neste contexto, o problema de pesquisa deste estudo é: **A mudança dos fatores que influenciam no sucesso profissional da área de estética, e a dificuldade de se diferenciar no mercado de trabalho, gera demanda de criação de métodos personalizados?** Com a finalidade de investigar se um novo método é mais eficaz em relação a abordagem clínica tradicional.

O objetivo geral do estudo é mostrar a efetividade prática do método Nepomuceno.

Os objetivos específicos são:

- a) Levantar na literatura a importância do empreendedorismo e da inovação de tratamento na área de estética facial no cenário atual;

- b) Relatar um caso de aplicação do método Nepomuceno de tratamento facial desenvolvido pela esteticista, para mostrar a efetividade prática.

Neste estudo de caso clínico de estética facial, a abordagem personalizada de atendimento na prática e seus possíveis resultados, busca verificar a efetividade do método Nepomuceno, sobre a: perspectiva do resultado obtido; a fidelização do cliente; e a aplicabilidade desse método;

A personalização dos métodos de tratamento faciais estéticos é a evolução no atendimento de estética clínica aplicada. Assim, o estudo se justifica por apresentar uma abordagem atualizada, com as novas exigências de mercado, desde o primeiro contato com o usuário, a experiência do paciente em clínica, o resultado obtido, até o acompanhamento após o procedimento. (KAMIZATO; BRITO, 2014).

O estudo será apresentado em 5 seções, sendo a primeira a introdução ao tema, a segunda seção contém a revisão teórica que retrata a estética na atualidade, a atuação dos profissionais de estética, a importância da inovação e do empreendedorismo, como se destacar no mercado atual de estética, os métodos de tratamento estéticos, a habilitação em métodos estéticos e seus benefícios, e a apresentação do Método Nepomuceno com cada etapa descrita, em seguida a terceira seção sobre a metodologia utilizada, a pesquisa em base de dados e o estudo de caso, a quarta contém o relato de caso, e por fim a quinta seção, com as considerações finais, limitações e perspectivas futuras de continuação da pesquisa.

2 REVISÃO TEÓRICA

2.1 A estética facial na atualidade

Atualmente a estética tem ganhado cada vez mais espaço no mercado de trabalho, se tornando uma área que atrai interesse dos mais diversos públicos, a população brasileira tem por uma das suas características mais fortes a beleza, então os tratamentos estéticos possuem grande demanda em solo brasileiro. (FILGUEIRAS, 2019)

Para realizar tratamentos mais específicos a cada parte do corpo, a estética é dividida em segmentos de atuação, como por exemplo a estética que cuida da face, ou como é mais conhecida a estética facial.

A estética facial se apresenta diariamente ao seu consumidor final, devido a disseminação da informação no mundo globalizado se tem a abrangência das plataformas digitais, por exemplo: as figuras públicas (pessoas de influência digital) recebendo em seus rostos os procedimentos estéticos e mostrando em suas mídias sociais, os profissionais da área (que acabam se tornando figuras públicas devido ao alcance nas redes), e as fotos de antes e depois que corroboram no aumento do desejo de consumo desse segmento, a fim de se alcançar uma pele com aparência saudável e bem cuidada, elevando a autoestima do usuário desse serviço. (CAMPOS; FARIA; SARTORI, 2020).

2.1.1 Atuação dos profissionais de estética esteticistas

A atuação dos profissionais estéticos no mercado de trabalho tem se tornado um desafio, pois a popularidade e procura por

estética facial cresceu tanto a ponto que diversos profissionais com as mais variadas formações (ex: enfermeiros(as), farmacêuticos(as), fisioterapeutas) migraram para a área. (CARDOSO, 2019; GODOY *et al.*, 2016; CARREIRO *et al.*, 2012).

Com isso o mercado de estética está vivendo um momento de saturação de profissionais, e com tantas opções no mercado hoje existe uma grande procura de serviços personalizados, para atendimentos que proporcionam não só o resultado, mas também uma experiência ao cliente. (FILGUEIRAS, 2019)

A necessidade de criar métodos práticos para a rotina dos atendimentos estéticos, existe pois, nivelar o padrão de excelência nessa abordagem ao cliente é de extrema importância para agregar valor e dar destaque ao profissional no mercado saturado, e essa experiência ao usuário reflete a atualização e cuidado exercido pelo(a) esteticista, tornando quem utiliza seu serviço parte de um grupo seleto com vários benefícios, como uma vivência exclusiva, o atendimento personalizado, monitoramento dos resultados, acompanhados de uma experiência única em excelência no serviço prestado. (FILGUEIRAS, 2019)

2.2 A importância do empreendedorismo e da inovação na estética

“O empreendedorismo pode ser compreendido como a arte de fazer acontecer com criatividade e motivação. Consiste no prazer de realizar com sinergismo e inovação qualquer projeto pessoal ou organizacional, em desafio permanente às oportunidades e riscos. É assumir um comportamento proativo diante de questões que

precisam ser resolvidas.” (BAGGIO, A.; BAGGIO, D., 2014)

A estética está diretamente ligada ao empreendedorismo, pois o profissional de estética tem excelentes oportunidades de crescimento com o empreendimento próprio (SILVA; GUIMARÃES, 2018).

Os desafios do empreendedor na área estética é manter-se atualizado com as inovações do mercado, além da alta concorrência existente. O mundo globalizado se torna cada vez mais competitivo no mercado de trabalho, com isso estruturas de qualidade, tecnologias de ponta, e serviços de qualidade, não são o suficiente para manter uma empresa e para alcançar o sucesso, é necessário que o empreendedor esteja em diligência com as novas tendências, no mercado geral, e atenda às necessidades do público-alvo. (NEVES *et al.*, 2013).

Atualmente o mercado conta com alto número de profissionais na área estética, mas existem formas de inovar empreendendo, dentre elas podemos citar:

- a) O ato de promover o trabalho em plataformas de mídias sociais, criar conteúdo que garantem confiabilidade no serviço que é oferecido, e instigar o desejo do cliente final a consumir esse serviço, pois o cliente final precisa saber que existe a oferta desse serviço e que o profissional o oferece. (SAMPALIO; TAVARES, 2017).
- b) O atendimento de excelência eleva o valor agregado do serviço prestado, proporciona uma experiência personalizada, atenta aos detalhes e aos desejos do cliente, cria um ambiente de confiança, fideliza o usuário e atrai novos clientes por meio da indicação. (FILGUEIRAS, 2019)
- c) O marketing pessoal tem muita eficácia nos empreendimentos em geral, e

na estética não é diferente, a postura física, aparência, e a forma de falar está diretamente relacionada a credibilidade do profissional, por isso investir em imagem pessoal é de suma importância para se destacar no mercado como um profissional capacitado. (TASCIN; SERVIDONI, 2005).

2.2.1 Como se destacar no mercado atual de estética?

Para se destacar nesse mercado atual, o profissional de estética deve se atentar às novas demandas de mercado. O cliente está mais exigente devido ao grande número de profissionais disponíveis, buscando não somente preço, localização, e resultado, mas também a experiência proporcionada em todo o atendimento desde o primeiro contato até o atendimento em si.

O marketing digital é um investimento indispensável para o profissional que busca destaque em sua área de atuação. Atualmente a popularidade das redes sociais só aumenta, tornando-as as principais vitrines para os prestadores de serviços, pois o conteúdo das contas profissionais são vistos como portfólio do serviço que é oferecido (SAMPAIO; TAVARES, 2017).

É importante que o esteticista esteja nessas plataformas, a fim de se mostrar um profissional atualizado, e que se importa com seu público-alvo, respondendo dúvidas, realizando postagens informativas com embasamento científico, com uma linguagem simplificada para o entendimento do usuário, e assim agregar valor ao seu trabalho, com a conexão estabelecida através das interações digitais.

Além das estratégias de marketing digital, como parcerias com influenciadores digitais locais, tráfego pago, impulsionar publicações em plataformas de mídias sociais

(ex: Instagram, Facebook, Google), o marketing pessoal tem excelentes resultados, o profissional que oferece o serviço deve inspirar seu público-alvo, apresentado uma imagem pessoal que demonstre profissionalismo e credibilidade. (CATTANI; MARTINS; GAMA, [2020])

2.3 Métodos de tratamento estéticos

Os métodos de tratamentos estéticos são abordagens que são amplamente usadas na estética. O profissional estuda determinado aspecto da área, cria um método e o registra. São exemplos de métodos Vodder (1936) e Godoy & Godoy (1997). Estes são métodos de drenagem linfática manual criados antes do século XXI. Atualmente existem novos métodos de drenagem linfática manual registrados, como por exemplo o Método Renata França (2016), e o Método Joana Medrado (2017). Esses são apenas alguns exemplos de métodos estéticos, que mostram que a técnica de criação de métodos é algo que perdura até os dias atuais.

A popularização desses métodos registrados, além de ocorrer por apresentarem excelentes resultados, se dá por meio do marketing. Assim, os métodos passam credibilidade no mercado, por já existir um histórico de atendimentos que alcançaram êxito em suas respectivas sessões, então o nome registrado do método se torna referência de um serviço de qualidade.

2.3.1 Habilitação em métodos estéticos e seus benefícios

A habilitação em métodos estéticos traz confiabilidade ao serviço prestado. O profissional se torna referência na área que se habilitou, por carregar consigo o conhecimento

adquirido no curso realizado. Além de todo o proveito tirado pelo marketing já existente no método. Como por exemplo: o cliente vê nas redes sociais uma figura pública realizando uma sessão de drenagem método “X” com a profissional “X” e é despertado o desejo de consumo desse serviço. Então o cliente irá buscar em sua região, algum profissional que tenha formação nesse método, sendo direcionado aos profissionais que realizaram essa habilitação.

A habilitação em métodos estéticos facilita a arrecadação de novos clientes, e tem oportunidade lucrativa notória, pois o usuário vai ao habilitado por interesse em um método já conhecido, e seus resultados aos quais teve acesso com o marketing já existente pelo próprio método, e torna-se cliente do profissional que o oferece, com isso gera lucratividade direta ao profissional habilitado, dando a oportunidade desse profissional além de fidelizar o usuário ofertar também os outros serviços que possui.

2.4 O que é o método Nepomuceno?

O método Nepomuceno foi criado em setembro de 2019 pela esteticista e cosmétologa Dayanne Nepomuceno, a qual teve uma percepção de uma alta demanda no mercado para atendimentos personalizados. Assim, a profissional da saúde foi aplicando técnicas adquiridas na atuação do mercado estético, e observando a efetividade ou não efetividade de cada uma, até chegar à criação oficial do método Nepomuceno.

O método Nepomuceno é um conjunto de ações para o sucesso nos tratamentos de estética facial, ensinando a trabalhar de forma a alcançar excelência em todos os âmbitos da área. Seus principais preceitos são:

fidelização, divulgação, confiabilidade, lucratividade, e o principal resultado.

2.4.1 Etapas do método Nepomuceno

O esperado pelo usuário é um atendimento de excelência, não robotizado, e que atenda às suas expectativas quanto a tempo e qualidade. Por isso, a criação de um passo a passo é de extrema importância para o êxito no serviço prestado, encantando o cliente desde o primeiro contato.

Etapas do método Nepomuceno:

1. **Despertar o desejo/interesse no cliente dos serviços oferecidos (divulgação estratégica):** podendo ser de indicação, impulsionando anúncios em plataformas de mídias sociais (como por exemplo: o patrocinado no Instagram), parcerias com digitais influencers, entre outras formas; (BOGÉA, 2018)

Primeiro contato com o paciente:

2. **Pré avaliação on-line:** no primeiro contato com o cliente, deve-se ouvir o que ele deseja, realizar o envio de um questionário pelo WhatsApp, para direcionar essa necessidade com as questões levantadas por ele para traçar um plano de tratamento específico; (GONÇALEZ, 2022)
3. **Orçamento on-line e venda do serviço:** enviar o orçamento online, apresentar ao cliente as opções de forma assertiva quanto ao caso clínico, responder as respectivas dúvidas que possam surgir, desconstruir as objeções do cliente, e por fim receber o aceite do cliente; (DE CAMPOS; LONNI; BENETOLI, 2022)

4. **Marcação on-line:** fazer o agendamento mediante a sinal de 30% do valor total para a realização do procedimento estético indicado, enviar todas informações relevantes como por exemplo: endereço, data, horário, indicação para preparação da pele antes da sessão, vestimentas recomendadas, privação da exposição solar (quantificar dias), suspensão de cosméticos que possam comprometer a integridade da pele, lembrando o cliente 1 semana antes e um dia antes do procedimento com mensagem via WhatsApp. (GONÇALEZ, 2022)

Cliente na clínica estética:

5. **Consulta:** realizar preenchimento da ficha anamnese (dados pessoais e histórico clínico), avaliação: verificar quantidade diária necessária de água (peso/altura), avaliação com equipamentos digitais como: dermo analyser (analisador de oleosidade, umidade e elasticidade por meio do sistema de impedância bioelétrica), analisador de fototipo, luz de wood (fazer registro fotográfico) finalizar com a avaliação tátil e visual; (DAL FORNO et al., 2019)
6. **Verificar a necessidade de atendimento multidisciplinar:** sugerir profissionais nas respectivas áreas que o paciente apresentar demanda, como por exemplo: psicólogo, tricologista, profissional para aplicação de toxina botulínica e preenchimento com ácido hialurônico, nutricionista, médico clínico geral, entre outros. (Fazer parcerias com esses profissionais para as indicações); (DAL FORNO et al., 2019)
7. **Iniciar o atendimento:** iniciar o atendimento, realizar registro fotográfico do antes, gravar registro em vídeo

de um passo de conduta terapêutica (clientes gostam de receber vídeos desse de autocuidado, e quando recebem muitos acabam postando em suas redes sociais, gerando marketing grátis); (DAL FORNO et al., 2019)

8. **Registro fotográfico:** ao finalizar a sessão (o depois), se atentar ao ângulo para que fique o mais equiparado possível a primeira foto (o antes); (DAL FORNO et al., 2019)
9. **Fazer a indicação e venda de home care individual:** ter esses produtos (de uma determinada marca) para venda à disposição gerando assim uma 2ª fonte de renda (além de potencializar o resultado), e entregar em sacolas personalizadas com a sua marca; (SCHMITZ; LAURENTINO; MACHADO, 2010).
10. **Realizar a marcação da próxima sessão do tratamento facial:** com o prazo indicado, e se despedir do cliente de forma cordial; (DAL FORNO et al., 2019)

Após o cliente ter ido embora:

11. **Pós atendimento:** enviar para a cliente todos os registros de imagens, fazer montagem do antes e depois (caso cliente autorizar mediante a termo de consentimento de imagem postar em plataformas de mídias sociais), e enviar todo o material de resumo do atendimento, chamado de pós de limpeza (ou pós-tratamento facial); (DAL FORNO et al., 2019)
12. **Realizar acompanhamento on-line:** para tirar dúvidas que possam surgir, e acompanhar os resultados. (DAL FORNO et al., 2019)

3 METODOLOGIA

3.1 Pesquisa em base de dados

Para a fundamentação teórica foi realizada pesquisa bibliográfica em base de dados utilizando-se os termos e as estratégias de buscas presentes nos quadros 1 e 2.

Quadro 1 – Descritores utilizados na busca por artigo para a Revisão Teórica

DeCS	Estética. Empreendedorismo. Métodos
MeSH (inglês)	Esthetics
Lingua-gem natural	esteticista empreendedor, criação de marca. criação de produto

Fonte: Elaborada pela autora (2022).

Quadro 2 – Estratégia de busca utilizada na busca por artigo para a Revisão Teórica

Base de dados	Estratégia
BVS	Estética AND Empreendedorismo AND Métodos
Google acadêmico	esteticista AND empreendedor AND (criação de marca OR criação de produto)

Fonte: Elaborada pela autora (2022).

3.2 Estudo de caso

A classificação da pesquisa segundo Gil (2008, 2002) se refere a estudo de caso. O estudo de caso envolve o estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetos de maneira que se permita o amplo e detalhado conhecimento. Assim busca-se detalhar as

12 etapas do método Nepomuceno por meio da descrição de um relato de caso, de tratamento de estética facial.

Para o roteiro de coleta de dados do relato de caso, é necessário despertar o interesse no serviço oferecido (cumprindo a etapa 1) para que o cliente entre em contato, na etapa 2 do método Nepomuceno é enviado um questionário inicial mediante *WhatsApp* os dados são solicitados para criar o perfil do paciente, na etapa 3 é feito o envio do orçamento online da 1ª consulta. Na etapa 4 é realizado o agendamento após pagamento referente a 30% do valor total da consulta, a etapa 5 é no dia da 1ª sessão através de ficha anamnese e é feita a consulta e avaliação clínica, contendo: nome completo, perfil da cliente, redes sociais, e-mail, hábitos de vida, alimentação, prática de exercícios físicos, rotina do sono, ingestão de líquido, frequência de exposição solar, funcionamento do sistema digestivo, ocupação no trabalho, histórico clínico (cirurgias realizadas, alergias, uso de medicamentos, e doenças pré existentes), e a assinatura da paciente no termo de responsabilidade, e na etapa 6 verificar a necessidade de atendimento multidisciplinar, após coletar essas informações iniciar a etapa 7 o atendimento.

Para acompanhamento do relato de caso no artigo foram analisados: resultados obtidos dos procedimentos realizados, reações esperadas na pele, eventos adversos, efetividade, quantidade de sessões realizadas, data em que foram realizados os procedimentos e registro fotográfico da frente e das laterais da face (sendo o registro fotográfico parte das etapas 7 e 8, conforme o item 2.4.1 Etapas do método Nepomuceno deste artigo). A etapa 9 consiste na indicação de produtos *home care*, a etapa 10 é a marcação da próxima sessão, a etapa 11 é o pós atendimento (conforme o item 2.4.1), e por fim a etapa 12

que é o acompanhamento *online*. Ressalta-se que foi solicitado a anuência da participante para a divulgação das imagens.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nesta seção apresenta-se as 12 etapas do método por meio de um relato de caso.

4.1 Relato de Caso

A importância das etapas para a rotina dos atendimentos estéticos, é para que a atenção ao cliente torne o momento prazeroso e demonstre o domínio do profissional quanto às técnicas de abordagem, nivelando o padrão de excelência, agregando valor e dando destaque positivo ao prestador de serviço.

1. A cliente se interessou pelos serviços prestados que viu pelas plataformas de mídias sociais (*Instagram*) e entrou em contato pelo *WhatsApp*, o que demonstra a importância do profissional de estética estar atento às novas práticas de marketing digital. (BOGÉA, 2018)
2. A cliente recebeu o questionário online e enviou as respostas, esse dinamismo do questionário inicial melhora o desempenho nos atendimentos feitos pelo *WhatsApp* pois torna o atendimento algo mais direcionado e objetivo. (GONÇALEZ, 2022)
3. Após respondido, foi feita a elaboração do orçamento personalizado, e enviado a paciente, foram esclarecidas as dúvidas e recebido o aceite da cliente, esse momento da negociação é imprescindível pois é a valorização que o próprio profissional dá ao seu trabalho, expondo o conhecimento a respeito do procedimento ofertado e verbalizando a exclusividade do tratamento

personalizado, fazendo com que esse atendimento não seja somente mais uma consulta que o cliente realizará em sua vida, mas uma oportunidade de ser atendido por um profissional de excelência. (DE CAMPOS; LONNI; BENETOLI, 2022)

4. A cliente realizou a transferência parcial do valor total do procedimento conforme solicitado para o agendamento, e assim foi confirmado seu horário. O pagamento de taxa de agendamento é comumente usado em atendimentos da área da saúde, pois tem papel indispensável quanto a quantidade de pessoas que não comparecem no dia e horário marcado, pois a perda do valor investido faz com que diminua drasticamente essa quantidade. (GONÇALEZ, 2022).
5. No dia da sessão foi realizada a consulta, avaliação, registros fotográficos: Anamnese para consulta e avaliação:
 - Sexo: feminino
 - Estado civil: solteira
 - Idade: 25 anos
 - Ocupação: estudante
 - Biotipo cutâneo: lipídico e acneico
 - Grau da acne: I
 - Fototipo: II
 - Textura: áspera e espessa
 - Peso: 57,200 kg
 - Altura: 1,63 m.

Ficha anamnese descritiva completa: paciente jovem, com alimentação desequilibrada e sem acompanhamento, consumo de álcool 1-2x ao mês, dormia em torno de 7 horas por noite, consumia em torno de 2L de água por dia, não praticava exercícios físicos. Permanecia sentada em torno de 10 horas por dia, nunca realizou nenhuma cirurgia, intestino regular (1x ao dia), sem filhos. Praticamente não se expunha ao sol, tomava medicação diária de anticoncepcional sendo

21 comprimidos e pausando 7 dias. Possui alergia a pelúcia, dipirona, e banana caturra, suspeitava ter labirintite, mas sem diagnóstico confirmado. Fazia uso apenas de sabonete em barra e protetor solar. Paciente relatou que devido ao stress na faculdade e na vida pessoal, teve piora significativa na pele, e buscava tratamento para suas principais queixas. Eram elas: comedões em face completa, processo acneico ativo, oleosidade exacerbada, e hiperpigmentação pós inflamatória. Procedimentos que foram realizados: 1 limpeza de pele personalizada, 1 peeling personalizado. (DAL FORNO et al., 2019)

6. Realizado as indicações dos profissionais multidisciplinares, essa indicação expõe o interesse do profissional na saúde do paciente como um todo, não somente na área em que ele estará trabalhando, essa indicação atua como um elevador de padrão de qualidade na consulta. (DAL FORNO et al., 2019)
7. Atendimento realizado (limpeza de pele personalizada), gravação da conduta terapêutica; Duração do procedimento: 1 hora e 30 minutos a sessão de limpeza de pele 22/10/2021 (e 25 minutos o peeling 12/11/2021 duração da sessão 30 minutos). Ao realizar o atendimento é importante estar atento ao ambiente, oferecer um local limpo, com música ambiente, luz agradável, se atentar ao tom de voz, utilizar de aromaterapias e cromoterapias, entre outras ações que tornam o atendimento uma experiência prazerosa e única. (DAL FORNO et al., 2019)
8. Registro fotográfico do pós procedimento; O registro fotográfico além de ser importante para o acompanhamento do resultado, é um respaldo ao

profissional/cliente caso surja alguma intercorrência ou o cliente alegue algum acontecimento inexistente, por exemplo: paciente possui uma cicatriz em região perioral pré existente, e diz que ocorreu após o atendimento, ter esse registro respalda que não foi por prática do profissional que ela surgiu, e além disso o registro fotográfico torna o resultado algo concreto, pois um antes e depois enviado ao paciente evidencia que o investimento financeiro e de tempo feito por parte dele, teve retorno visível. (DAL FORNO et al., 2019)

O resultado final foi obtido com 27 dias após o primeiro dia do procedimento. O registro fotográfico foi feito pela própria paciente, as fotos foram tiradas nas seguintes datas:

- O antes: 23/10/2021;
- O depois: 19/11/2021;
- Intervalo de uma foto para a outra: 27 dias;
- Resultados esperados efetividade: melhora aparente nas condições relatadas: retirada de comedões, clareamento das hiperpigmentações, controle de oleosidade, da produção de sebo, e do processo acneico;
- Eventos adversos: vermelhidão, descamação, marcas da extração, (tudo dentro do esperado);
- Quantidade de sessões realizadas: 2;
- Data em que foram realizados os procedimentos:
 - Primeira sessão: 22/10/2021;
 - Segunda sessão: 12/11/2021;
- Quantidade de participantes: 1.

Figura 1- Antes e depois do resultado final (frontal)



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Figura 2 - Antes e depois do resultado final (lateral 1)



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Figura 3 - Antes e depois do resultado final (lateral 2)



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

9. Indicação dos produtos *home care* feita e paciente realizou a compra dos produtos. A indicação dos produtos de uso em casa, além de fazer manutenção no tratamento, é uma oportunidade de 2ª fonte de renda. (DAL FORNO et al., 2019)
10. Agendamento da próxima consulta feito (peeling químico) com a cliente em clínica. O agendamento da próxima sessão com o cliente em clínica dinamiza o tempo que seria gasto com esse agendamento feito pelo *WhatsApp* pois pessoalmente ela responde mais rápido e tornando algo natural essa venda do próximo serviço, torna-se uma venda “orgânica”. (DAL FORNO et al., 2019)
11. Envio do pós atendimento completo pelo *WhatsApp*. O pós atendimento/procedimento que é enviado pelo *WhatsApp* antecipa possíveis dúvidas do paciente de forma que diminui o tempo que levaria de pergunta e resposta posteriormente, além de deixar

registrado informações para consulta do cliente e do profissional salvas na conversa. (DAL FORNO et al., 2019)

12. Acompanhamento online. O acompanhamento online humaniza o atendimento, demonstrando ao cliente o comprometimento do profissional com o seu tratamento, e externa que ele é importante e que o valor investido por ele vai além de uma consulta e um procedimento, mas que a partir do momento em que ele se tornou usuário dos seus serviços viverá uma experiência única de exclusividade. (DAL FORNO et al., 2019)

Após o detalhamento do relato de caso nota-se que a singularidade deste caso se dá ao pouco tempo de tratamento (27 dias), e ao resultado de excelência obtido e mantido após o tratamento facial que foi realizado, tendo relevância para a comunidade científica e acadêmica o seu relato por meio de estudo de caso.

Foi solicitado à paciente do presente estudo, um depoimento a respeito de suas impressões, possíveis críticas, sugestões e consideração final quanto a experiência de passar pelo método Nepomuceno, que relatou:

“Minha experiência de tratamento com a pele começa na adolescência, com orientação de diversos profissionais. Desde quando a acne começou a me incomodar, busco um tratamento, que acabou passando pelo uso de ácidos, remédios, produtos manipulados, pomadas, até ao uso de medicações mais fortes de tratamento como o roacutan. Minha experiência com a medicação foi satisfatória, mas hoje, depois de conhecer tratamentos mais eficazes e menos agressivos avalio que a exposição ao roacutan, incluindo rotina intensa de exames, alimentação,

transformação extrema da pele e inúmeras restrições na vida não valem a pena.” Conhecendo os tratamentos estéticos com a Dayanne, percebi que a avaliação dos profissionais que já havia me consultado é sempre voltada para a “resolução de um problema”, diferente da orientação dessa esteticista, que é voltada para como “cuidar da pele, tratar o problema”. Fiquei extremamente satisfeita com a avaliação inicial, atendimento completo, com questionamentos muito além do cuidado específico da pele e sim, com a alimentação, com a mente, com o corpo, rotina, produtos e tantos outros questionamentos, a avaliação do meu caso foi completa! Após a realização do primeiro procedimento, já tive uma ótima impressão e principalmente uma expectativa que o meu problema que me incomodava tanto e já tinha passado por tantos outros profissionais poderia ser resolvido de uma forma menos invasiva e sim com a reeducação dos cuidados diários e o uso dos produtos certos. Além do acompanhamento da Dayanne, como grande profissional que é, sempre em contato por mensagem para a avaliação diária da pele e a evolução dos resultados dos procedimentos. O principal motivo que me fez investir nos tratamentos pelo tempo que consegui, foi a transmissão de confiança. Nunca tinha me sentido segura no que estava fazendo em relação a pele, sempre via o olhar dos outros profissionais como se o meu problema fosse “um grande problema”.

Já ouvi que o meu caso era “acne de grau 3, e que somente uso intenso de roacutan resolveria o meu problema” depois de ter usado o medicamento

e ter tido resultado, mas apenas por um tempo. Agradeço imensamente a Dayanne pela atenção e cuidado, um cuidado que ultrapassa o atendimento profissional/cliente, sempre demonstrou seriedade nas orientações, bom humor e sempre trabalhou com a verdade, nunca tive a impressão de “querer vender um produto” e sim, confiança para bons resultados, indicando os produtos certos para a pele, orientando a rotina de cuidado e explicando todos os procedimentos futuros para a tão sonhada “pele lisinha”. Sempre que posso a indico para as pessoas que passam pelo mesmo problema, confio de olhos fechados. Sempre que olho no espelho volto a ter confiança pois sei que meu problema tem solução usando os produtos certos da maneira certa, adequados para a minha pele. O cuidado da Dayanne me devolveu a confiança de tratamentos que nunca nenhum outro profissional me passou. Agradeço por tudo, e a parabenizo pela profissional impecável é, pois muda a vida de muitas pessoas, tenho certeza! Porque mudou a minha pra melhor!”

A aplicabilidade do Método Nepomuceno não exclui a necessidade da competência do profissional que o executa, como formação em nível técnico/superior, conhecimento teórico prévio, habilidade prática em clínica, mas é uma ferramenta importante que facilita a rotina clínica. Por isso é importante ser um profissional atualizado para entregar trabalhos feitos com excelência, humanizados e com uma precificação de acordo com o que reflete todo esse valor. (ALMEIDA; WECHSLER, 2015)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a apresentação completa desta demonstração, é possível concluir que o objetivo geral que questiona se o método Nepomuceno é eficaz foi alcançado? Após a elaboração desse estudo aprofundado da aplicabilidade do método Nepomuceno, pode-se afirmar que um método para atendimento auxilia positivamente na rotina clínica, pois impacta diretamente na experiência do usuário/cliente de forma benéfica, agregando valor e suprimindo essa demanda no público atual, então o objetivo geral foi alcançado.

O objetivo específico de levantar na literatura a importância do empreendedorismo e da inovação de tratamento na área de estética facial no cenário atual também foi alcançado com sucesso, pois foram apresentados os diversos cenários em que o mercado se encontra, como por exemplo a saturação profissional, e essa demanda para empreender e inovar é existente. O segundo objetivo específico foi relatar um caso de aplicação do método Nepomuceno de tratamento facial desenvolvido pela esteticista, para mostrar a efetividade prática, e a partir do depoimento recebido da paciente, as fotos de antes e depois, e o detalhamento de cada etapa do método foi verificado que sua aplicabilidade é efetiva.

A limitação da pesquisa se dá pelo fato de que o Método Nepomuceno ainda não foi aplicado por outros profissionais da área, e pelo relato ter sido realizado com apenas 1 caso. Assim como a perspectiva futura de continuação da pesquisa, é necessário a continuação da aplicação do método.

O mercado de estética está em constante expansão, então esse estudo abre portas para que novos métodos sejam criados, para alcançar alta performance em atendimento clínico, além de trazer visibilidade a necessidade de mais estudos do esteticista empreendedor e as constantes mudanças no setor.

- ALMEIDA**, Leandro da Silva; **WECHSLER**, Solange Muggia. Excelência profissional: a convergência necessária de variáveis psicológicas. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 32, p. 767-775, 2015.
- BAGGIO**, Adelar Francisco; **BAGGIO**, Daniel Knebel. Empreendedorismo: Conceitos e definições. **Revista de empreendedorismo, inovação e tecnologia**, v. 1, n. 1, p. 25-38, 2014.
- BOGÉA**, Felipe. Uma ferramenta estratégica. **GV-Executivo**, v. 17, n. 5, p. 26-29, 2018.
- CAMPOS**, Gabriela Rocha; **FARIA**, Hila Martins Campos; **SARTORI**, Isabela Duarte. Cultura da estética: o impacto do *Instagram* na subjetividade feminina. **Cadernos de Psicologia**, v. 1, n. 2, 2020.
- CARDOSO**, Ana Caroline et al. **Atuação do enfermeiro na área da estética**: mercado de trabalho e empreendedorismo. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2019. Disponível em: <http://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/202137>. Acesso em: 26 jun. 2022.
- CARREIRO**, Eneida Moraes et al. Tratamento de rejuvenescimento facial pela estética e fisioterapia dermatofuncional: estudo de caso. **Catussaba**, v. 1, n. 2, p. 47-54, 2012.
- CATTANI**, Jandira O; **MARTINS**, Lara Regina; **GAMA**, Manuel Carlos Pinheiro. **Marketing pessoal**: como colocar sua carreira no mercado da estética e beleza, [2020]. Disponível em : <http://siaibib01.univali.br/pdf/Jandira%20de%20Oliveira%20Cattani,%20Lara%20Regina%20Martins.pdf>. Acesso em: 26 jun. 2022.
- DAL FORNO**, Luísa Giovana Villani et al. Padronização da ficha de anamnese facial. **Revista Saúde Integrada**, v. 12, n. 23, p. 81-86, 2019.
- DE CAMPOS**, Thayná Ferreira; **LONNI**, Audrey Alesandra Stingham Garcia; **BENETOLI**, Arcelio. Mídias sociais como nova ferramenta de engajamento na cosmetologia e estética. **Visão Acadêmica**, v. 23, n. 2, 2022.
- FILGUEIRAS**, Nathalia Lima. **O crescimento e valorização do mercado de estética no Brasil**. 2019. Trabalhos de Conclusão de Curso (Bacharelado em Arquitetura e Urbanismo) - Faculdade de Ciências Gerenciais de Manhuaçu, 2019.
- GIL**, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- GIL**, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.
- GODOY**, Isabela Martins, et al. A atuação do farmacêutico na saúde estética. **Revista eletrônica de trabalhos acadêmicos**, Goiânia, ano 1, n. 3, 2016. Disponível em: <http://revista.universo.edu.br/index.php?journal=3GOIANIA4&page=article&op=view&path%5B%5D=3086>. Acesso em:
- GONÇALEZ**, Fernando Felio. **Chatbot para atendimento automatizado**. 2022. 95 f. Tese (Doutorado) - Universidade Fernando Pessoa, 2022. Disponível em: https://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/9946/1/DM_37665.pdf. Acesso em: 27 nov. 2022
- KAMIZATO**, Karina Kiyoko; **BRITO**, Silvia Gonçalves. **Técnicas estéticas faciais**. São Paulo: Saraiva Educação, 2014.
- NEVES**, Amanda da Silveira et al. **A relevância das redes sociais no desenvolvimento da cultura empreendedora no mundo globalizado**. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Relações Internacionais) - Universidade do Sul de Santa Catarina, Florianópolis, 2013. Disponível em: https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/10762/1/108516_Amanda.pdf. Acesso em: 26 jun. 2022.
- SAMPAIO**, V.; **TAVARES**, C. V. C. C. Marketing digital: O poder da influência das redes sociais na decisão de compra do consumidor universitário da cidade de Juazeiro do Norte-CE. **Revista Científica Semana Acadêmica**, Fortaleza, v. 1, n. 104, p. 1-26, 2017.
- SCHMITZ**, Delourdes Schafascheck; **LAURENTINO**, Lucia; **MACHADO**, Marli. **Estética facial e corporal**: uma revisão bibliográfica. 2010. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Cosmetologia e Estética), 2010.
- SILVA**, Amanda Suênya B.; **GUIMARÃES**, Jairo C. Empreendedorismo feminino: perfil no segmento da beleza e da estética. **Revista da Micro e Pequena Empresa**, v. 12, n. 2, p. 53-71, 2018.
- SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE GESTÃO DE PROJETOS, INOVAÇÃO E SUSTENTABILIDADE-SÃO PAULO**, 2016, São Paulo. **Anais [...]**. São Paulo, 2016. Disponível em: <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/51557707/634-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1663379226&Signature=hPL78vqwzWOUGI-f8n~FnEDI6mD1YJ9IcYHPAYiGN9SGgY7m4Ys-TrcHibMemP6Ml4cGBJ1R9nM1dO1uH1l7lPe907T7jZ-mP2mGwcZyJ25bbjLMUM2vWU8e-Z76631d2bh6c2VyA7POHtHF6>

tYat1zfEAYg5CXY0~sjrxkCu9q34-D6tuOSFJ-jyteu8e10zOZVjCBLG57yG1JX4Ub4dDcFqjaHw~ZzU6uBaXfRgurh3M5ZlPOLzOrivYB9eW5Camey53ZaSqpZngaHlxqiYAGSK6sKFGQKFdPpNOGiWL-SOUGXaa09pBD6fBXW39iLRGZfWW3YkQb8qkltGzw_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA. Acesso em: 16 set. 2022.

TASCIN, Joselane C.; SERVIDONI, Renato. Marketing pessoal: uma ferramenta para o sucesso. **Revista Científica Eletrônica de Administração**, v. 1676, p. 9-33, 2005.

THE CARE Guidelines: Consensus-based Clinical Case Reporting Guideline Development. Oxford: UK

Equator Centre, 2022. Disponível em: <https://www.equator-network.org/reporting-guidelines/care/>. Acesso em: ago. 2022.

VIEIRA, Francisca Inalina Pedroza; DE OLIVEIRA, Mayara Muniz; DE SOUSA, Francisca Rozangêla Lopes. **Empreendedorismo feminino no ramo de estética**: Um estudo. Disponível em: https://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/empreendedorismo_feminino_no_ramo_de_estetica_um_estudo_realizado_na_cidade_de_nazarezinho_pb.pdf. Acesso em: ago. 2022.

A EFICÁCIA DO LASER NO TRATAMENTO DO MELASMA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE EFFICACY OF LASER IN THE MELASMA TREATMENT: AN INTEGRATIVE REVIEW

Márquis Elisa dos Santos
marquisdossantos@yahoo.com

Data de submissão: 29/11/2023
Data de aprovação: 07/02/2024

R E S U M O

Introdução: As pesquisas, atualmente, sobre alterações pigmentares da pele, mostram que o melasma é muito frequente nas pessoas. Atinge ambos os sexos, principalmente, mulheres durante a gravidez ou mais frequente entre as idades de trinta e cinquenta e cinco anos, tendo ênfase nas asiáticas e latinas.

Objetivo: Analisar a eficácia do laser no tratamento do melasma.

Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica com grande importância, porque, possibilita ao pesquisador investigar uma série de fenômenos com mais amplitude do que poderia pesquisar diretamente. Para atender ao objetivo específico deste estudo foi realizada uma pesquisa nas bases de dados: Google Acadêmico, BVS, SciELO e PubMed. Foram utilizados os descritores DeCS (Descritor em Ciências da Saúde), MeSH (*Medical Subject Headings*), ou seja, Títulos de Assuntos Médicos e linguagem natural. Ademais, foram utilizados artigos científicos e livros de base científica, publicados em português e inglês entre os anos de 2018 e 2023. **Resultados:** Os resultados apresentados pelos estudos mostraram que os lasers de baixa fluência do tipo Q-switched, especialmente, o QS Nd: YAG em combinação com os ácidos tranexâmico e carbâmico são tratamentos seguros e eficazes do melasma. Há controvérsias devido a recidiva das manchas, mas os clientes ficam satisfeitos e voltam a recorrer a esses procedimentos, pois sabem que não existe cura definitiva, apenas tratamento dessa condição. **Considerações finais:** Após analisar os tratamentos, com laser não ablativo de baixa fluência, citados nos estudos selecionados, foi identificado que há eficácia e segurança ao utilizar o equipamento, principalmente, ao combinar com os ácidos já citados.

Palavras-chave: terapia a laser; melanose; resultado do tratamento.



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

A B S T R A C T

Introduction: Current research into pigmentary changes in the skin shows that melasma is very common in people. It affects both sexes, especially women during pregnancy or more frequently between the ages of thirty and fifty-five, with an emphasis on Asians and Latins. **Objective:** To analyze the efficacy of lasers in the treatment of melasma. **Methodology:** This is a bibliographical review of great importance because it enables the researcher to investigate a series of phenomena in greater depth than they could have done directly. To meet the specific objective of this study, a search was carried out in the following databases: Google Scholar, VHL, SciELO and PubMed. The following descriptors were used: DeCS (Health Sciences Descriptor), MeSH (Medical Subject Headings) and natural language. In addition, scientific articles and science-based books published in Portuguese and English between the years 2018 and 2023 were used. **Results:** The results presented by the studies showed that Q-switched low fluence lasers, especially QS Nd:YAG in combination with tranexamic and carbamic acids are safe and effective treatments for melasma. There is controversy due to the recurrence of spots, but clients are satisfied and return to these procedures because they know that there is no definitive cure, only treatment for this condition. **Final considerations:** After analyzing the non-ablative low fluence laser treatments mentioned in the selected studies, it was found that the equipment is effective and safe to use, especially when combined with the acids mentioned above.

Keywords: laser therapy; melanosis; treatment result.

1 INTRODUÇÃO

As pesquisas na atualidade, sobre alterações pigmentares da pele, mostram que o melasma é muito frequente nas pessoas. De acordo com Pantoja et al. (2018), o melasma atinge ambos os sexos, principalmente, o feminino com índices de 15% a 35% e o masculino 6%. Acomete as mulheres durante a gravidez ou com mais frequência entre as idades de trinta e cinquenta e cinco anos, tendo ênfase nas asiáticas e latinas. Devido a isso,

há um aumento da procura por tratamentos nos centros de estética. “A avaliação clínica pode ser realizada a olho nu e utilizando a lâmpada de Wood, sendo um recurso importante para constituir o diagnóstico e orientar o tratamento correto, ajudando a definir a lesão pigmentar e sua extensão” (MACIEL et al., 2022, p. 40).

O melasma é caracterizado por manchas escuras acastanhadas na pele que aparecem, particularmente, no rosto. Raramente, pode surgir nas seguintes regiões: pescoço, peito, costas, antebraços e dorso das mãos. De acordo com sua profundidade pode ser classificado como epidérmico, dérmico ou misto. É uma condição cutânea benigna, porém com implicações estéticas, como a baixa autoestima e a qualidade de vida dos pacientes (ANACLETO et al., 2021; LINARES; VAZ; MACHADO, 2022; MORAIS et al., 2013; SANTOS et al., 2021). Por isso, é preciso aprofundar nos estudos sobre os recursos de clareamento das manchas.

A identificação do melasma a olho nu gera uma expectativa nas pessoas em procurar por tratamentos que possam clarear as manchas. No entanto, quando elas são mais profundas podem ser identificadas, apenas, com o uso da lâmpada de Wood e por um profissional, como o esteticista, que normalmente, é quem define o tratamento de forma mais precisa (CUNHA; SILVA; OLIVEIRA, 2020). Um dos tipos de tratamento do melasma, em destaque, é o laser, muito discutido, atualmente, devido aos seus efeitos na pele. Sendo assim, a atuação do esteticista no tratamento das manchas é primordial para identificar, às vezes e antecipadamente, questões que podem causar um desconforto à pessoa se ela perceber o problema ao surgir superficialmente. Portanto, este profissional da estética pode contribuir com a manutenção da saúde e da beleza da pele.

O mercado oferece diferentes mecanismos para tratar o melasma, dentre eles são

apontados os diferentes tipos de lasers, o microagulhamento, os cosméticos com ativos despigmentantes, os peelings que podem ser químicos, mecânicos, como diamante, ultrassônico e cristal, e os físicos com o uso de esfoliantes. Dentre esses métodos de tratamento, os lasers destacam-se devido ao fato de as pessoas reclamarem dos resultados, pois elas afirmam que após as sessões “o melasma pode reaparecer rapidamente ou mesmo agravar” (ANACLETO *et al.*, 2021, p. 6). Por conseguinte, este estudo aborda com maior ênfase a utilização dos lasers e seus efeitos na pele hiperpigmentada.

Nesse contexto, o problema de pesquisa sugere uma questão: **Quais os impactos da utilização do laser no tratamento do melasma?** A eficácia e a segurança da utilização dos diferentes tipos de lasers para tratar o melasma, serão pesquisadas e descritas para obter informações sobre a aplicação apropriada, com os devidos cuidados para evitar a recidiva das manchas e queimaduras na pele. Com isso, este estudo tem como objetivo geral: analisar a eficácia do laser no tratamento do melasma. E, os objetivos específicos incluem:

1. Realizar uma revisão de literatura integrativa sobre a utilização do laser no tratamento do melasma;
2. Levantar quais são os tipos de lasers utilizados no tratamento do melasma.

1.1 Justificativa

Diante do levantamento das atuais descobertas sobre a aplicação da tecnologia avançada no tratamento do melasma e das discussões sobre os efeitos, este estudo tem como justificativa a busca de informações mais específicas e comprovações de quais os tipos de lasers oferecem resultados eficazes e satisfatórios (ROHRER; ARNDT; HOGAN,

2021). Ademais, aborda a relevância do uso de lasers no clareamento das manchas na pele. Além disso, o estudo ressalta a importância de o profissional esteticista realizar o tratamento do melasma (CUNHA; SILVA; OLIVEIRA, 2020). Outrossim, enquanto estudante do curso de estética, é significativo aprimorar os conhecimentos e complementar a compreensão dentro do aprendizado aprofundado sobre o tratamento do melasma. Assim, este artigo poderá ajudar a entender melhor sobre a eficácia do laser no tratamento dessa condição crônica, e a compreender a razão dos resultados serem satisfatórios ou insatisfatórios.

A estrutura deste artigo consta, ainda, de revisão teórica, a qual explica sobre o melasma e seu tratamento, a pele, a enzima tirosinase, e os lasers e seus diferentes tipos. Em seguida, a metodologia usada para a pesquisa dos dados citados, os resultados e as discussões sobre a aplicação do laser no tratamento do melasma abordando o melhor tipo. Por fim, as considerações finais e as referências.

2 REVISÃO TEÓRICA

A revisão teórica aborda os seguintes tópicos: pele, tirosinase, melasma e seu tratamento, e lasers e seus diferentes tipos.

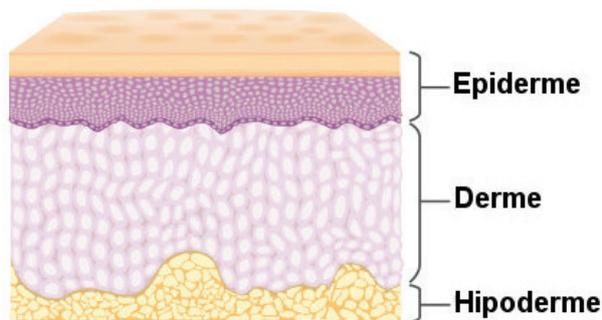
2.1 Pele

A pele é o maior órgão do corpo humano e representa cerca de 16% da massa corpórea. Ela tem como principal função proteger o meio interno contra as agressões dos componentes do meio externo. Além disso, ela é responsável pela regulação térmica corporal e evita a perda de água do organismo. A pele é composta pelas camadas epiderme, derme e hipoderme. Contudo, a hipoderme não é

considerada parte da pele, verdadeiramente, isso é devido ao fato de fazer parte de sua formação fibras de colágeno, vasos sanguíneos e células adiposas, cuja quantidade difere de pessoa para pessoa (LINARES; VAZ; MACHADO, 2022; BERNARDO; SANTOS; SILVA, 2019).

As camadas da pele mencionadas, anteriormente, são apresentadas na Figura 1 como a mais superficial epiderme, a intermediária derme e a mais interna hipoderme:

Figura 1 - Camadas da pele



Fonte: Sociedade Brasileira de Dermatologia (2021).

A pele, considerada saudável, apresenta firmeza, suavidade, pigmentação uniforme, uma hidratação adequada e uma barreira de proteção intacta. Um bom exemplo são as crianças, pois elas têm uma pele considerada padrão ouro. Entretanto, com o envelhecimento do ser humano, as queixas começam a aparecer. Diante disso, surgem linhas de expressão, manchas e outras questões que exigem, às vezes, tratamentos que podem aquecer a pele e hiperpigmentá-la. “A tonalidade irregular da pele é uma das queixas mais frequentes durante uma consulta sobre a pele, e a regulação da função do melanócito é a chave para qualquer programa de tratamento bem-sucedido”, afirma Setterfield (2017, p. 7). Contudo, os melanócitos, células produtoras de melanina que dão cor à pele,

aos cabelos e aos olhos, são atingidas com o processo de envelhecimento e fontes de calor, pois se localizam “entre a maioria das modalidades de tratamento antienvhecimento e os fibroblastos-alvo” (SETTERFIELD, 2017, p. 7). Logo, isso pode desencadear o melasma, o que exige cuidados e proteção da pele a fim de evitar danos irreversíveis.

A pele com melasma apresenta uma variação de tamanho dos melanócitos, os quais se tornam hiperativos sem hiperplasia, segundo Grimes (2023). Quando há uma produção excessiva de melanina por essas células, as manchas aparecem. As pessoas acometidas pelo melasma sofrem um desconforto que é perceptível, pois elas tentam esconder com maquiagem, buscam por tratamentos nos espaços estéticos a fim de obter resultados satisfatórios, e fazem uso de cosméticos os quais possam clarear a pele. Então, para manter uma pele saudável e bonita exige procedimentos estéticos e cuidados diários constantes.

2.2 Tirosinase

A tirosinase é uma enzima que está envolvida na produção da melanina. Esta enzima catalisa a oxidação da tirosina, um aminoácido em dopaquinona que é o primeiro passo na síntese da melanina. Ela é encontrada, principalmente, em células produtoras de melanina, os melanócitos, mas que pode estar presente nas células retinianas e nos neurônios, também. Sua atividade é influenciada pelos fatores hormonais, exposição aos raios ultravioletas e a certos medicamentos. Mutações no gene da tirosinase podem causar uma acromia chamada de albinismo ou falta de pigmentação na pele, nos cabelos e nos olhos. Assim, ela é o alvo a ser atingido pelos ativos despigmentantes da pele, uma vez que sua atividade é inibida resulta no clareamento das manchas escuras (BARROS, 2021).

A tirosinase, com o papel importante de catalisar as duas primeiras reações da melanogênese, um processo fisiológico de pigmentação da pele, precisa ser inibida a evitar a hiperpigmentação da pele. Para isso, faz-se uso de inibidores dessa enzima, os quais, mais utilizados são os ácidos: kojico, glicólico, mandélico e tranexâmico. Para potencializar o tratamento inclui vitaminas que ajudam no clareamento das manchas, tais como vitamina C e vitamina E (CUNHA; SILVA; OLIVEIRA, 2020). Estes inibidores são apontados como mais seguros devido aos efeitos e a atuação de forma instantânea e reversível. Porém, “a maioria dos inibidores de tirosinase carece de eficácia clínica, porque foram identificados por meio de testes em cogumelos e não em tirosinase humana” (ANACLETO *et al.*, 2021, p. 4).

Os tratamentos para inibir a tirosinase incluem peelings com os ácidos citados anteriormente. Os resultados são satisfatórios, pois afinam a pele e promovem além do clareamento das manchas, hidratação e rejuvenescimento. Um dos inibidores mais potentes identificados a partir da purificação de variantes solúveis da tirosinase humana é o Tiamidol. Ele é mais potente, porque não é convertido em uma quinona tóxica e potencialmente indutora de leucoderma, não é um substrato. Além disso, *in vivo* o Tiamidol foi muito eficaz no controle da tirosinase, clareou manchas de idade, melasma, acne pós-inflamatória, sua tolerância foi excelente, e foi aplicado duas vezes ao dia (ANACLETO *et al.*, 2021). Portanto, continuam os estudos para a inibição da tirosinase a fim de manter o controle da hiperpigmentação da pele.

2.3 Melasma e seu tratamento

O melasma é uma condição crônica da pele que causa o surgimento de manchas

escuras e irregulares. Ele não possui uma causa específica, pois pode ser devido a alterações hormonais durante a gravidez, o que é chamado de cloasma e pode desaparecer após o parto, ou pelo uso de contraceptivos, ou mesmo por reposição hormonal, muita exposição ao sol por longos anos, fatores genéticos, pela própria cor da pele ou fototipos, uso de medicamentos ou cosméticos e deficiência de zinco (ARORA *et al.*, 2012; PURIM; AVELAR, 2012; SANTOS *et al.*, 2021). O tratamento do melasma engloba diferentes mecanismos, como: microagulhamento, laserterapia, aplicação de cosméticos com ativos despigmentantes, por exemplo peelings químicos e cremes específicos para clarear a pele, fototerapia (led), luz intensa pulsada (IPL), e medicamentos. Entretanto, esses procedimentos nem sempre são eficazes e podem causar efeitos colaterais indesejados na pele, como irritação, inflamação e a recidiva das manchas (ARORA *et al.*, 2012).

O melasma ao ser associado às terapias com hormônios pode continuar mesmo ao término do tratamento. E, quando há inflamação mais intensa pode ser relacionado à pior evolução se usar os tratamentos convencionais. Na Coreia, por meio de um estudo, cerca de 25% dos 197 pacientes envolvidos demonstraram terem tido o subtipo com inflamação (GRIMES, 2023). Tratar o melasma requer visitas em cabine de um profissional, como esteticista, cuidados diários por meio da aplicação de produtos com despigmentantes que ajudam no clareamento das manchas, proteção com filtro solar e evitar exposição a luzes, ao sol e às fontes de calor.

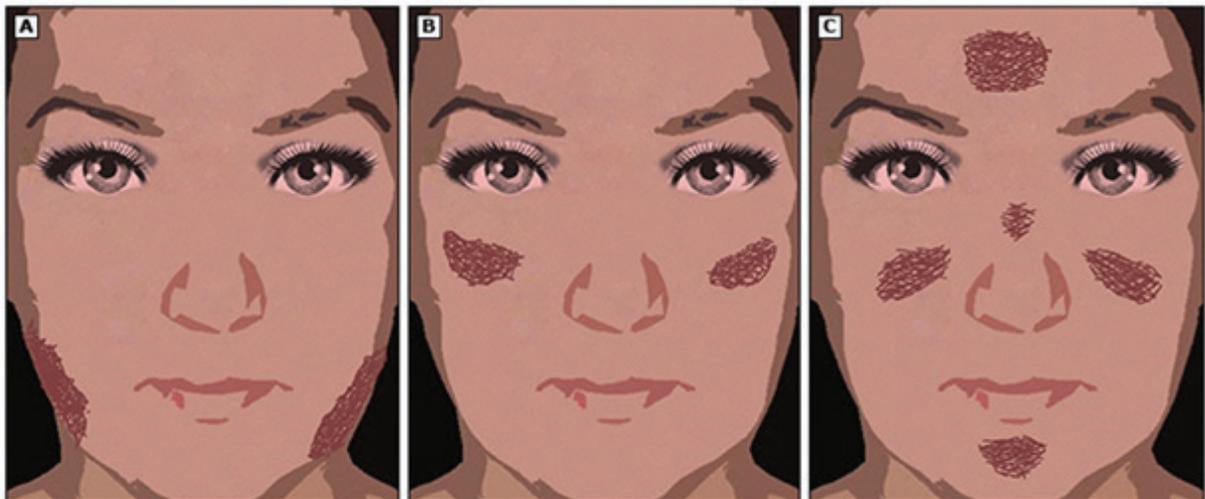
De acordo com Anacleto *et al.* (2021), o tratamento do melasma requer uma constante manutenção devido ao fato do problema não ter cura, da recorrência ser comum pela exposição ao sol, ao calor e às fontes emissoras de luz das partes afetadas, e da ineficácia das terapias no clareamento das manchas. O uso

do laser para tratar o melasma tem sido discutido em relação ao melhor tipo, pois alguns que foram utilizados causaram “efeito rebote”, ou seja, as manchas ficaram piores. Segundo Morais et al. (2013), os lasers mais antigos, identificados como ablativos, são contraindicados devido ao risco de causar inflamação e estimular a melanogênese por efeitos fototérmicos indesejados, especialmente, em peles com fototipos mais altos. Entretanto, segundo Linares, Vaz e Machado (2022, p. 1628-1639), “o laser ND-YAG com comprimento de onda de 1.064 nm é considerado um excelente

tratamento, pois atinge uma camada profunda da pele sem danificar a epiderme” e o melasma tende a melhorar. Logo, há tratamentos que podem trazer resultados satisfatórios aos pacientes acometidos por essa desordem pigmentar da pele.

A Figura 2 apresenta o melasma em partes afetadas do rosto, como os terços inferior (mandibular), médio (malar) e superior (centrofacial). A face é uma das partes mais acometidas pelo melasma como mostra a Figura 2 a seguir:

Figura 2 - Padrões do melasma facial



Fonte: Grimes (2023).

Notas: Representações gráficas de Melasma (A) Mandibular, (B) Malar e (C) Centrofacial.

O tratamento do melasma inclui a utilização do laser entre outros procedimentos, os quais serão descritos no tópico a seguir.

2.4 Lasers e seus diferentes tipos

Os lasers são dispositivos que emitem luz de alta intensidade e coerência por meio da estimulação de átomos ou moléculas, e são capazes de concentrar energia em um ponto muito pequeno. Laser é uma sigla que em Inglês significa: *Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation*, ou seja, Amplificação de Luz por Emissão Estimulada de Radiação. Além disso, a luz intensa pulsada (IPL) pode ser utilizada para similares indicações (ARORA et al., 2012).

Os diferentes tipos de lasers têm características e aplicações específicas para cada um. Eles incluem laser de gás, que utiliza o hélio-neônio ou o dióxido de carbono usado em aplicações médicas, industriais e de pesquisas. O laser de estado sólido utiliza um cristal ou um vidro dopado com íons como meio ativo, por exemplo o rubi, o Nd: YAG e o Er: YAG, os quais são usados para fins médicos, industriais, militares e de comunicação. O laser de diodo utiliza um material semiconductor como meio ativo, que é o gálio-arsênio ou o índio-fósforo; eles são comumente utilizados para aplicações médicas, de telecomunicações e de armazenamento de dados. O laser de femtosegundo emite pulsos de luz extremamente curtos e são usados para fins da medicina, como a cirurgia de catarata, pesquisa e corte de materiais. Cada laser tem suas especificações e aplicações (ARORA et al., 2012).

No Quadro 1, a seguir, alguns lasers usados para o tratamento do melasma, suas especificações e aplicações.

Quadro 1 - Tipos de lasers, especificações e aplicações

Tipos de lasers	Especificações	Aplicações
CO2 Fracionado	Laser frio, não gera calor	Manchas, linhas finas em geral, fotoenvelhecimento, hidratação, cicatrizes de acne, olheiras
Laser de Túlio ou BB laser	nm	Manchas na face, no colo, nas mãos e nos braços
QS Nd:YAG	nm	Melasma em fototipos mais altos

QS Ruby	nm	Melasma dérmico ou misto
QS Alexandrite	nm	Depilação em peles mais claras, remoção de tatuagens e melasma
Near-infrared: QS Nd:YAG	nm	Lesões em tons de pele mais escuras

Fonte: Elaborado pela autora com base nos estudos de Grimes e Callender (2023); Arora et al. (2012).

Notas: significados: CO2 - gás carbônico, nm - nanômetros, QS - qualidade comutada ou trocada, QS Nd YAG - Quality-switched neodymium-doped yttrium aluminum garnet, ou seja, Granada de alumínio de ítrio dopada com neodímio comutada de qualidade.

Os lasers fracionados não ablativos, como QS Nd: YAG, são mais indicados para tratamentos de melasma devido à ação na profundidade da pele, pois estimulam a produção de colágeno e não agredem a epiderme, o que diminui a propensão de causar hiperpigmentação. Por outro lado, os lasers fracionados ablativos removem a epiderme, assim como o peeling de fenol, o que causa uma lesão epidérmica deixando a pele sem proteção. Com isso, a produção de melanina é ativada podendo ser em excesso levando ao aumento ou ao retorno das manchas (GRIMES; CALLENDER, 2023). Atualmente, os tipos de lasers mais utilizados no clareamento das manchas incluem o CO2 frio ou Laser de terceira geração e os QS - Alexandrite, Ruby, Nd: YAG, Er: YAG. Portanto, é necessário buscar por um profissional preparado, que ofereça um tratamento com o tipo de laser capaz de gerar resultados satisfatórios, e sem os efeitos indesejados, como o aumento ou a recidiva do melasma.

A Figura 3 apresenta um dos modelos de laser para tratar melasma, o qual é menos agressivo à pele, é o Laser Q-Switched Nd:YAG de 1064nm, também, é indicado para cicatriz de acne, rugas leves, manchas e remoção de tatuagem:

Figura 3 - Aparelho de laser



Fonte: Leite (2022).

Diante das informações sobre o melasma, suas classificações devido à profundidade na pele e os diferentes tipos de tratamentos para esta disfunção crônica, é perceptível a importância de o profissional de estética conhecer bem como identificar e tratar as manchas. As pessoas acometidas, que buscam por este tipo de procedimento, querem obter resultados satisfatórios no clareamento da pele sem intercorrências, por exemplo: queimaduras e a recidiva imediata do melasma, após o uso do laser (FIG. 3) (GRIMES; CALLENDER, 2023).

3 METODOLOGIA

Este estudo, quanto à abordagem do problema, trata-se de pesquisa qualitativa, do ponto de vista dos objetivos trata-se de pesquisa exploratória e do ponto de vista dos

procedimentos técnicos trata-se de pesquisa bibliográfica (GIL, 2002).

A pesquisa bibliográfica tem uma grande importância, porque possibilita ao pesquisador investigar uma série de fenômenos com mais amplitude do que poderia pesquisar diretamente. A maioria desses estudos, os quais são exploratórios, pode ser denominada como pesquisa bibliográfica, que “é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído, principalmente, de livros e artigos científicos” (GIL, 2002, p. 44).

Este estudo refere-se a uma revisão integrativa que “corresponde a um método que possui como objetivo sintetizar resultados alcançados em estudos acerca de um determinado tema ou questão, de modo sistemático, estruturado e abrangente” (GARCIA; SILVA NETO; VIDAL, 2020, p. 6). A revisão integrativa permite a inclusão de diferentes tipos de estudos, como artigos experimentais quantitativos e qualitativos, além de considerar os teóricos e os práticos. É importante que a revisão integrativa seja conduzida de forma transparente e rigorosa, seguindo critérios pré-definidos para a seleção dos estudos e a avaliação de sua qualidade, também, manter a imparcialidade da análise e dos resultados (FIOCRUZ, 2022).

Para atender ao objetivo específico deste estudo foi realizada uma pesquisa nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, BVS, SciELO e PubMed. Para isso, foram utilizados os descritores e linguagem natural, os quais foram citados no Quadro 2. Estes descritores resultaram das investigações no DeCS (Descritor em Ciências da Saúde) e no MeSH (*Medical Subject Headings*), ou seja, Títulos de Assuntos Médicos. Além disso, foram utilizados artigos científicos e livros de base científica, também, que foram publicados em Português e Inglês entre os anos de 2018 e 2023.

Quadro 2 - Descritores selecionados e linguagem natural

DeCS/MeSH	Terapia a laser; Laser therapy.
DeCS/MeSH	Melanose; Melanosis.
DeCS/MeSH	Resultado do tratamento; Treatment outcome.
Linguagem natural	Impactos; utilização do laser; tratamento do melasma. Impacts; laser use; melasma treatment.

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

O Quadro 3 apresenta as estratégias de busca utilizadas em cada base de dados de acordo com os descritores do quadro 2 e os operadores booleanos AND e OR:

Quadro 3 - Estratégia de busca em base de dados

Base de dados	Estratégia utilizada
Google acadêmico	(Terapia a Laser OR Resultado do Tratamento AND Melanose), (Terapia a Laser AND Melanose), (Melanose AND Terapia a Laser AND Tratamento a laser)
BVS	(Laser Therapy OR Treatment Outcome AND Melanosis), (Laser Therapy AND Melanosis), (Melanosis AND Laser Therapy AND Laser Treatment)
SciELO	(Terapia a Laser OR Resultado do Tratamento AND Melanose), (Terapia a Laser AND Melanose), (Melanose AND Terapia a Laser AND Tratamento a laser)
PubMed	(Laser Therapy OR Treatment Outcome AND Melanosis), (Laser Therapy AND Melanosis), (Melanosis AND Laser Therapy AND Laser Treatment)

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para a análise dos resultados foram utilizadas as seguintes variáveis: autor, ano e revista de publicação, objetivo do estudo e resposta ao problema. Os resultados foram apresentados por meio de quadros e tabelas.

Os resultados quantitativos das pesquisas em base de dados foram apresentados com fundamento nos critérios de inclusão e exclusão na Tabela 1 a seguir:

Tabela 1 - Resultados quantitativos das pesquisas em base de dados

Base de dados	Estratégia	Resultados	Artigos selecionados
Google acadêmico	(Terapia a Laser OR Resultado do Tratamento AND Melanose)	263	2
	(Terapia a Laser AND Melanose)	136	2
	(Melanose AND Terapia a Laser AND Tratamento a laser)	211	1
BVS	(laser therapy OR treatment outcome AND melanosis) AND (la: ("en" OR "pt")) AND (year_cluster:[2018 TO 2023])	87	1
	(laser therapy AND melanosis) AND (la:("en" OR "pt")) AND (year_cluster:[2018 TO 2023])	126	1
	(melanosis AND laser therapy AND laser treatment) AND (la:("en" OR "pt")) AND (year_cluster:[2018 TO 2023])	128	1
SciELO	(Terapia a Laser OR Resultado do Tratamento AND Melanose)	2	0
	(Terapia a Laser AND Melanose)	1	0
	(Melanose AND Terapia a Laser AND Tratamento a laser)	1	0
PubMed	(Laser Therapy OR Treatment Outcome AND Melanosis) Filters: in the last 5 years	374	1
	(Laser Therapy AND Melanosis)	175	1
	(Melanosis AND Laser Therapy AND Laser Treatment)	170	0

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Dentre os resultados quantitativos da Tabela 1 foram selecionados 10 artigos analisados nas 10 primeiras páginas, os quais foram apresentados nos Quadros 4 e 5, estratificados nos idiomas inglês e português a seguir:

Quadro 4 – Resultados dos estudos em inglês

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema de pesquisa
Khan et al., (2023)	Lasers in Medical Science	Esta meta-análise investiga a eficácia de uma terapia combinada de laser e ácido tranexâmico para o tratamento do melasma.	A meta-análise constatou que a combinação de ácido tranexâmico tópico e terapia a laser é uma opção de tratamento eficaz e mais segura para o melasma resistente ao tratamento. Além disso, o laser de CO ₂ fracionado mensal e a aplicação diária de ácido tranexâmico tópico mostraram alta eficácia e segurança.
Lai et al., (2022)	Lasers in Medical Science	O objetivo desse estudo foi avaliar a eficácia do tratamento a laser para melasma por meio de uma revisão sistemática e meta-análise.	O laser e o tratamento combinado, baseado em laser para melasma, podem reduzir, significativamente, a pontuação MASI (Área de Melasma e Índice de Gravidade), o que foi demonstrado pela revisão sistemática e meta-análise usando o QS Nd: YAG 1.064 nm de baixa fluência. Também os lasers de CO ₂ e o Er: YAG de 2940 nm, ambos ablativos fracionados, e o laser de picossegundos.
Lee et al., (2022)	Medicina (Kaunas, Lithuania)	Revisamos a literatura sobre o tratamento de melasma com LFQSNY (Nd: YAG com Q-Switched de baixa fluência) publicada entre 2009 e maio de 2022 para avaliar a eficácia e os eventos adversos, incluindo sua terapia combinada.	O LFQSNY tornou-se o tratamento preferido para o melasma, no qual o tratamento a laser tradicional é relativamente contraindicado devido ao alto risco de hiperpigmentação pós-tratamento e à alta taxa de recorrência, especialmente em peles com fototipos mais altos.
Ren et al., (2023)	Dermatologic Surgery: official publication for American Society for Dermatologic Surgery	Avaliar sistematicamente a eficácia e a segurança do laser de picossegundos no tratamento do melasma.	A terapia combinada com ácido carbâmico e laser de picossegundos de 1064 nm foi a melhor medida. A área do melasma e a pontuação do índice de gravidade dos pacientes após o tratamento com laser de CO ₂ fracionado de baixa fluência foram maiores do que as dos pacientes após o tratamento com laser de picossegundos de 1064 nm.
Zhang et al., (2020)	Journal of Dermatological Treatment	Realizamos uma meta-análise para avaliar a eficácia e a segurança do laser e da terapia composta de laser para o melasma.	Os resultados dessa meta-análise fornecem evidências de que o laser e a terapia composta de laser podem melhorar a área e a gravidade do melasma.

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

O Quadro 5 apresenta os resultados em português.

Quadro 5 - Resultados dos estudos em português

Variáveis			
Autor e ano de publicação	Revista de publicação	Objetivo do estudo	Resposta ao problema de pesquisa
Ariembi; Widayati; Malik, (2020)	Surgical & Cosmetic Dermatology	Provar a eficácia do creme com ácido tranexâmico a 4% em pacientes com melasma tratados com laser QS Nd: YAG 1064 nm de baixa fluência.	Nesse estudo as pesquisas provaram a eficácia da terapia a laser QS Nd:YAG 1064 nm de baixa fluência e ácido tranexâmico tópico para tratar o melasma.
Fonseca et al., (2021)	Brazilian Journal of Health Review	O objetivo do presente estudo consiste em descrever e discutir as formas de diagnóstico e tratamento do melasma em gestantes, além de elucidar as maneiras de prevenção e os seus comprometimentos na qualidade de vida da paciente acometida.	O estudo traz que o laser Nd: YAG Q-switched é considerado uma das melhores opções terapêuticas, especialmente, em tipos de pele mais escuras e quando usado de maneira combinada com outros lasers, peelings ou tratamentos orais. Porém, deve ser evitado durante o período gestacional devido aos riscos para a mãe, tanto quanto para o feto.
Rosa et al., (2022)	Repositório Universitário da Ânima (RUNA)	Como objetivo geral, pretende-se responder à seguinte pergunta de pesquisa: Como o melasma, manchas hiperocrômicas e o vitiligo podem ser apresentados em diversos tipos de pele e em qual âmbito se diferenciam?	O estudo mostra que o tratamento com lasers não é suficiente para eliminar completamente o melasma, mas é um tratamento que se combina com outros procedimentos técnicos para obter resultados eficazes.
Rufino; Guimarães; Izolani, (2020)	Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR	Elucidar as intervenções terapêuticas estéticas preconizadas para tratar o melasma, na atualidade.	Nesse estudo o Q-switched: YAG laser foi usado com comprimento de onda de 1064 nm. Três meses após a última sessão de tratamento, a alteração de cor demonstrou que houve redução da pigmentação com resposta significativa.
Trídico; Antonio, (2019)	Surgical & Cosmetic Dermatology	Compreender os mecanismos de ação dos lasers Q-switched envolvidos e de suas principais aplicabilidades clínicas para otimizar resultados terapêuticos.	Esse estudo aborda que Lukac e colaboradores (2010), e Liu e colaboradores (2008), mostraram que a terapia com laser Q-switched com baixa fluência (subtermolítica) é segura e eficaz no melasma.

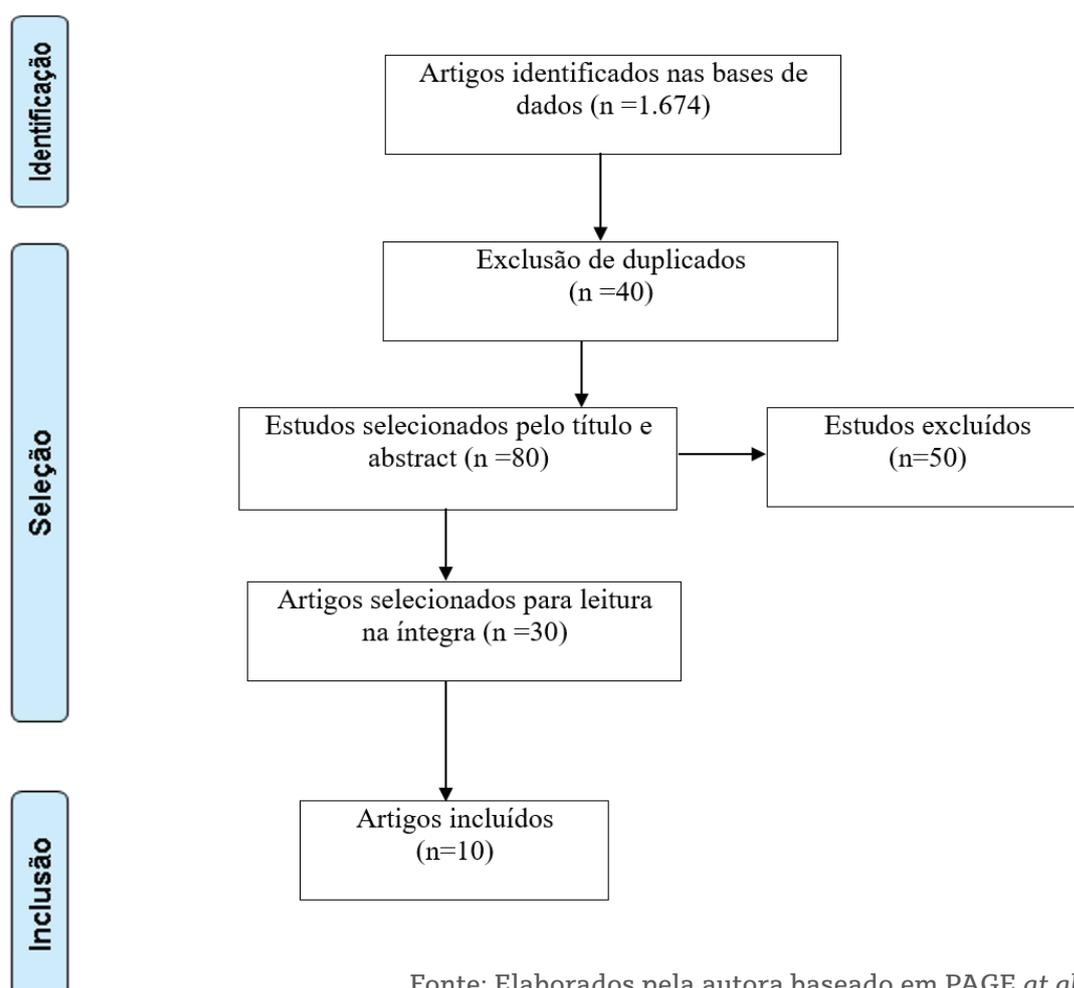
Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Os resultados apresentados pelos respectivos estudos e relatados nos Quadros 4 e 5, mostraram que os lasers de baixa fluência do tipo Q-switched, especialmente, o QS Nd: YAG em combinação com o ácido tranexâmico são tratamentos seguros e eficazes do melasma. Há controvérsias devido a recidiva das manchas, mas em geral, os clientes ficam satisfeitos e voltam a recorrer a esses procedimentos, pois sabem que não existe uma cura definitiva, apenas é passível de ser tratada esta condição da pele. O estudo de Ren *et al.* (2023) constatou que o tratamento com o laser de picossegundos de 1064 nm combinado com o ácido carbâmico foi mais efetivo comparado com a utilização do laser CO2 fracionado de baixa fluência. E, o estudo de Lee *et al.* (2022) mostra que o laser QS Nd: YAG é muito eficaz, inclusive em fototipos mais altos. Portanto, o tratamento do melasma, que utiliza a combinação de laser e ácido tranexâmico ou carbâmico, traz segurança e efetividade nos resultados.

4.1 Seleção dos estudos

Ao selecionar os artigos importantes para este estudo foram aplicados os critérios de inclusão, exclusão, leitura na íntegra e duplicação. Os artigos selecionados e incluídos foram publicados entre os anos de 2018 e 2023.

Figura 4 - Fluxograma do PRISMA de seleção dos estudos



Fonte: Elaborados pela autora baseado em PAGE *et al.* (2021).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os artigos analisados nesta pesquisa, foi possível observar que existem visões definidas sobre o tratamento do melasma, pois, é conhecido que ainda não há cura para essa condição cutânea. Porém, há tratamento e vale ressaltar que dentre os procedimentos aplicados nos clientes, o laser pode trazer resultados rápidos e eficazes, e ao combinar com o ácido tranexâmico ou carbâmico é mais satisfatório. Todavia, é necessário observar os tipos de equipamentos disponíveis no mercado. Ao utilizar os lasers fracionados não ablativos, a chance de intercorrências é baixa, porque estes não aquecem a pele, uma das causas das manchas aparecerem, pois o calor pode ativar a produção de melanina como forma de proteção. Um dos destaques de forma eficiente e

segura é o QS Nd: YAG, que além de clarear a hiperpigmentação, age na profundidade da pele produzindo colágeno e pode ser aplicado em fototipos mais altos.

Em relação às limitações do estudo, é visível a carência de mais estudos científicos, realizados pela área da estética, sobre o tema citado. Em tese, o profissional Bacharel em Estética dispõe de capacidade teórica e prática a contribuir com o avanço e, possivelmente, a descoberta da cura do melasma.

Como perspectivas futuras sugere-se mais estudos sobre a utilização do laser e associações com outros ácidos despigmentantes capazes de clarear as manchas. Além disso, é importante o profissional de estética realizar pesquisas científicas, em nível de pós-graduação, publicar artigos, montar e aplicar protocolos eficazes no tratamento do melasma.

R E F E R Ê N C I A S

- ANACLETO, A. C. N. et al. Melasma: revisão literária sobre tratamento e prevenção.** 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Biomedicina) - Centro Universitário Una, Divinópolis, 2021. Disponível em: <https://crbm1.gov.br/site2019/wp-content/uploads/2022/04/ARTIGO-DE-REVISAO%CC%83O-MELASMA.pdf>. Acesso em: 3 abr. 2023.
- ARIEMBI, D.; WIDAYATI, R. I.; MALIK, D. A.** Eficácia do creme com ácido tranexâmico a 4% e laser QS Nd: YAG 1064 nm de baixa fluência no melasma: um estudo duplo-cego, randomizado e controlado. **Surgical & Cosmetic Dermatology**, v. 12, n. 3, p. 215-221, 2020. DOI: 10.5935/scd1984-8773.20201233639. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/2655/265565422003/265565422003.pdf>. Acesso em: 1 jun. 2023.
- ARORA, P. et al.** Lasers for treatment of melasma and post-inflammatory hyperpigmentation. **Journal Cutaneous and Aesthetic Surgery**, v. 5, n. 2, p. 93-103, Apr./June 2012. DOI: 10.4103/0974-2077.99436. Disponível em: https://journals.lww.com/jcas/Fulltext/2012/05020/Lasers_for_Treatment_of_Melasma_and.5.aspx. Acesso em: 19 mar. 2023.
- BARROS, M. J. R. Desenvolvimento de nanoinibidores enzimáticos para a enzima tirosinase: interação molecular, mecanismo e cinética inibitória.** 2021. Dissertação (Mestrado em Química) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/40014>. Acesso em: 20 mar. 2023.
- BERNARDO, A. F. C.; SANTOS, K.; SILVA, D. P.** Pele: alterações anatômicas e fisiológicas do nascimento à maturidade. **Revista Saúde em foco**, v. 1, n. 11, p. 1221-33, 2019. Disponível em: <http://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2019/11/PELE-ALTERA%C3%87%C3%95ES-ANAT%C3%94MICAS-E-FISIOLOGICAS-DO-NASCIMENTO-%C3%80-MATURIDADE.pdf>. Acesso em: 21 mar. 2023.
- CUNHA, I. G.; SILVA, C. P.; OLIVEIRA, G. B. B.** Principais tratamentos do melasma. **Humanidades e tecnologia (FINOM)**, v. 23, n. 1, p. 302-315, 2020. Disponível em: http://revistas.icesp.br/index.php/FINOM_Humanidade_Tecnologia/article/view/1185. Acesso em: 18 mar. 2023.

- FIOCRUZ. Metodologia da pesquisa científica:** procedimentos da pesquisa, 2022. Disponível em: <https://educare.fiocruz.br/resource/show?id=DxYOXy6d>. Acesso em: jun. 2023.
- FONSECA, M. R. et al.** Manejo do melasma em gestantes. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 6, p. 24158-24169, 2021.
- GARCIA, A. M. A.; SILVA NETO, F. S.; VIDAL, G. P.** Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. 1-19, 2020. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.6332>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/6332>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. Disponível em: <https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/150/o/AnexoC1-como-elaborar-projeto-de-pesquisa-antonio-carlos-gil.pdf>. Acesso em: 23 maio 2023.
- GRIMES, P. E.** Melasma: Epidemiology, pathogenesis, clinical presentation, and diagnosis. **Up To Date**, Apr. 2023. Disponível em: <https://www.uptodate.com/contents/melasma-epidemiology-pathogenesis-clinical-presentation-and-diagnosis>. Acesso em: 2 maio 2023.
- GRIMES, P. E.; CALLENDER, V. D.** Melasma: Management. **UpToDate**, Apr. 2023. Disponível em: <https://www.uptodate.com/contents/melasma-management>. Acesso em: 2 maio 2023.
- KHAN, Q. A. et al.** Effectiveness of laser and topical tranexamic acid combination therapy in melasma: An updated systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. **Lasers in Medical Science**, v. 38, n. 1, p. 1-11, 2023. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Christopher-Farkouh/publication/371637784>. Acesso em: 14 set. 2023.
- LAI, D. et al.** Laser therapy in the treatment of melasma: a systematic review and meta-analysis. **Lasers in Medical Science**, v. 37, p. 2099-2110, Feb. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10103-022-03514-2>. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10103-022-03514-2#citeas>. Acesso em: 14 set. 2023.
- LEE, Y. S. et al.** The Low-Fluence Q-Switched Nd:YAG Laser Treatment for Melasma: A Systematic Review. **Medicina (Kaunas, Lithuania)**, v. 58, n. 7, 2022. DOI: 10.3390/medicina58070936. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9323185/>. Acesso em: 28 maio 2023.
- LEITE, F. Tratamento Menos Agressivo para o Melasma.** Brasília: Clínica Francisco Leite & Dal Magro, 2022. Disponível em: <https://drfranciscoleite.com.br/tratamento-menos-agressivo-para-o-melasma/>. Acesso em: 18 maio 2023.
- LINARES, J.; VAZ, V. M.; MACHADO, S. A.** A eficácia do laser ND-YAG no tratamento de melasma. **Revista Faculdades do Saber**, v. 8, n. 16, p. 1628-1639, 2022. Disponível em: <https://rfs.emnuvens.com.br/rfs/article/view/201>. Acesso em: 28 mar. 2023.
- MACIEL, A. A. et al.** Tratamento para controle de melasma. **Anais em Saúde Coletiva**, v. 2, n. 1, p. 40-42, 2022.
- MORAIS, O. O. et al.** The use of ablative lasers in the treatment of facial melasma. **Anais Brasileiros de Dermatologia**, v. 88, p. 238-242, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0365-05962013000200009>. Acesso em: 27 mar. 2023.
- PAGE, Matthew J. et al.** The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **International journal of surgery**, v. 88, p. 105906, 2021.
- PANTOJA, B. S. et al.** Perfil epidemiológico de pacientes atendidos pelo projeto de distúrbios pigmentares em serviço de referência. In: CONGRESSO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE DA AMAZÔNIA (COESA), 7.; 2018, Belém. **Anais [...]**. Belém: Universidade Federal do Pará, 2018. Disponível em: <https://coesa.ufpa.br/arquivos/2018/expandido/pesquisa/epidemiologia/PES314.pdf>. Acesso em: 27 mar. 2023.
- PURIM, K. S. M.; AVELAR, M. F. S.** Fotoproteção, melasma e qualidade de vida em gestantes. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 34, n. 5, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-72032012000500007>. Acesso em: 20 mar. 2023.
- REN, R. et al.** Efficacy and safety of picosecond laser in the treatment of melasma: a network meta-analysis. **Dermatologic surgery: official publication for American Society for Dermatologic Surgery**, v. 49, n. 5S, p. 49-55, 2023. DOI: 10.1097/DSS.0000000000003775. Disponível em: https://journals.lww.com/dermatologicsurgery/Fulltext/2023/05001/Efficacy_and_Safety_of_Picosecond_Laser_in_the.6.aspx. Acesso em: 5 jun. 2023.
- ROHRER, T.; ARNDT, A. K.; HOGAN, R. S.** Laser and light therapy for Cutaneous hyperpigmentation. **UpToDate**, Jan. 2021. Disponível em: <https://www.uptodate.com/laser-and-light-therapy-for-cutaneous-hyperpigmentation>. Acesso em: 2 maio 2023.
- ROSA, M. C. A. et al.** Distúrbios pigmentares na pele. **Repositório Universitário da Ânima (RUNA)**, 2022.

Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/31774/1/Distu%cc%81rbios%20pigmentares%20peles%20TCC%20pdf.pdf>. Acesso em: 5 jun. 2023.

RUFINO, E. S.; GUIMARÃES, P. M.; IZOLANI, O. Tratamento estético para o melasma: revisão de literatura. **Brazilian Journal of Surgery & Clinical Research**, v. 30, n. 2, p. 71-74, 2020. Disponível em: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20200408_122649.pdf. Acesso em: 5 jun. 2023.

SANTOS, C. G. et al. Os principais ativos usados na prevenção e tratamento do melasma. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação - REASE**, v. 7, n. 11, p. 943-963, 2021. DOI: [org/10.51891/rease.v7i11.3125](https://doi.org/10.51891/rease.v7i11.3125). Disponível em: <http://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/3125/1250>. Acesso em: 18 mar. 2023.

SETTERFIELD, L. **O guia conciso do microagulhamento dérmico**. 3. ed. Canadá: Acacia Dermacare, 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA (SBD).

Conheça a pele. Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/cuidados/conheca-a-pele/>. Acesso em: 18 maio 2023.

TRÍDICO, L. A.; ANTÔNIO, C. R. Laser quality switched (Q-switched): revisão de suas variações e principais aplicabilidades clínicas. **Surg Cosmet Dermatol**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 4, p. 274-279, 2019. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/05cd/1f176778f1b776e2d16788cdf9e11083e562.pdf>. Acesso em: 2 jun. 2023.

ZHANG, Y. et al. "Laser and laser compound therapy for melasma: a meta-analysis." **The Journal of dermatological treatment**, v. 31, n. 1, p. 77-83, 2020. DOI: [10.1080/09546634.2019.1577544](https://doi.org/10.1080/09546634.2019.1577544). Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09546634.2019.1577544?journalCode=ijdt20>. Acesso em: 14 set. 2023.

FUNCIONALIDADE DO ULTRASSOM SIMPLES E SUA CAPACIDADE DE REALIZAR LIPÓLISE

FUNCTIONALITY OF SIMPLE ULTRASOUND AND ITS ABILITY TO PERFORM LIPOLYSIS¹

Carolina Stephanie Brito Mariano
carolstephaniebm@hotmail.com

Veronica Viana Modesto
veronicaviana64@gmail.com

Data de submissão: 29/11/2023

Data de aprovação: 07/02/2024

R E S U M O

O presente estudo aborda a aplicação da estética na área da saúde, com foco na melhoria da qualidade de vida e na busca por padrões de beleza. Descreve a evolução dos métodos de tratamento para redução de gordura, desde práticas perigosas no século 19 até métodos modernos como carboxiterapia, criolipólise e ultrassom, focando especialmente no uso do ultrassom de baixa frequência (3MHz). Neste estudo, a eficácia do ultrassom simples no tratamento de gordura localizada foi investigada. O objetivo foi avaliar a capacidade do ultrassom simples em realizar lipólise, considerando divergências na literatura sobre sua eficácia. Foram discutidos estudos que defendem e questionam a capacidade do ultrassom de realizar lipólise de forma eficaz, destacando diferenças nas propriedades físicas e efeitos biológicos de diferentes modalidades de ultrassom. Um estudo de caso clínico foi conduzido em um paciente com gordura localizada no abdômen inferior, utilizando o Sonopulse Compact 3MHz. Foram realizadas onze sessões em nove semanas. Apesar das limitações de recursos e tempo, houve uma redução significativa nas medidas do paciente, indicando um efeito positivo do ultrassom na lipólise. No entanto, as limitações do estudo não permitem uma conclusão definitiva sobre a eficácia do ultrassom simples no tratamento de gordura localizada. A pesquisa destaca a importância de continuar investigando essa questão e ressalta a falta de consenso na literatura científica sobre o assunto. O estudo reconhece a necessidade de mais pesquisas para estabelecer uma compreensão completa dos efeitos do ultrassom simples



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

1 Artigo apresentado como requisito parcial para conclusão do Curso de Bacharelado em Estética.

na lipólise, considerando diferentes variáveis como frequência, intensidade e duração do tratamento.

Palavras-chave: lipólise; ultrassom; gorduras; terapia por ultrassom.

A B S T R A C T

This study addresses the application of aesthetics in the health sector, focusing on improving quality of life and the search for beauty standards. Describes the evolution of treatment methods for fat reduction, from dangerous practices in the 19th century to modern methods such as carboxytherapy, cryolipolysis and ultrasound, focusing especially on the use of low frequency ultrasound (3MHz). In this study, the effectiveness of simple ultrasound in treating localized fat was investigated. The objective was to evaluate the ability of simple ultrasound to perform lipolysis, considering divergences in the literature regarding its effectiveness. Studies have been planned that defend and question the ability of ultrasound to effectively perform lipolysis, highlighting differences in the physical properties and biological effects of different ultrasound modalities. A clinical case study was conducted on a patient with fat located in the lower abdomen, using the Sonopulse Compact 3MHz. Eleven sessions were held over nine weeks. Despite resource and time limitations, there was a significant reduction in patient measurements, diminishing a positive effect of ultrasound on lipolysis. However, the limitations of the study do not allow a definitive conclusion about the effectiveness of simple ultrasound in treating localized fat. The research highlights the importance of continuing to investigate this issue and highlights the lack of consensus in the scientific literature on the subject. The study confirms the need for further research to establish a complete understanding of the effects of simple ultrasound on lipolysis, considering different variables such as frequency, intensity and duration of treatment.

Keywords: lipolysis; ultrasonics; fats; ultrasonic therapy.

1 INTRODUÇÃO

Desde a Grécia Antiga, há uma preocupação com o que é o belo. Na Antiguidade, com os filósofos Platão (427 a.C.-347 a.C.), Aristóteles (384 a.C.-322 a.C.) e Plotino (205 d.C.-270 d.C.), a “estética” era pensada como uma teoria do belo, uma teoria da beleza e uma teoria da arte, Platão afirma que o belo é uma manifestação do bem, da perfeição e do que é verdadeiro, já Aristóteles (384 a.C.-322 a.C.) define o belo como uma criação humana e que é o resultado de um perfeito equilíbrio entre vários elementos. Assim, a Estética surge na Grécia antiga como disciplina da filosofia que estuda as formas de manifestação da beleza natural ou artística. (BAYER, 1995, p. 48-49)

Com o passar dos anos, o desenvolvimento dessa disciplina acompanhou as mudanças de pensamentos das sociedades vigentes. Na modernidade, com David Hume (1711-1776) e Immanuel Kant (1724-1804), a estética é pensada como uma teoria do gosto, uma teoria da sensibilidade e uma teoria do conhecimento sensível, já no Romantismo Alemão, com Friedrich Schiller (1759-1805), Friedrich Schelling (1775-1854) e Friedrich Hegel (1770-1831), a estética é pensada como uma filosofia da arte e na contemporaneidade, os filósofos retomam os principais problemas e teorias estéticas em diálogo com outras disciplinas filosóficas, como a linguagem, a ética, a política, a fenomenologia, a hermenêutica, bem como com outras áreas das ciências. (LACERDA et al., 2018)

Atualmente a estética é uma área da saúde que abrange mais que o belo, buscando desenvolver tratamentos que melhorem a qualidade de vida. Entretanto, também é uma ferramenta para manutenção do padrão de beleza. Há anos o padrão de estética é o

enaltecimento dos corpos magros e definidos, e desde então o homem segue desenvolvendo e criando métodos e protocolos para alcançar esse corpo. Durante o século 19, um dos métodos de perda de peso era ingerir ovos de tênia (verme), para que quando as tênia atingissem a maturidade no intestino dos pacientes, absorvessem a comida, dando início ao processo de emagrecimento, por vezes, acompanhado de diarreia e vômito (WINTERMAN, 2013). Com os anos a queixa referente a redução de gordura manteve-se, porém, atualmente, a estética desenvolveu alguns métodos mais seguros e eficazes, por exemplo carboxiterapia, criolipólise, eletrolipólise, criofrequência, lipocavitação e ultrassom, que será o tema desta pesquisa. A partir disso, esta pesquisa irá discutir a eficácia do método muito difundido atualmente: uso de ultrassom simples para tratamento de lipodistrofia localizada. Como problema de pesquisa coloca-se a seguinte questão: **Qual a eficácia do Ultrassom simples no tratamento de gordura localizada e quais os seus efeitos fisiológicos?**

O objetivo geral é investigar a funcionalidade do ultrassom simples para realizar lipólise.

Os objetivos específicos são a) Relatar um estudo de caso clínico para visualizar os efeitos do ultrassom simples na estética e b) Levantar na literatura estudos sobre funcionalidade do ultrassom simples para realizar lipólise.

A escolha do tema justifica-se pela divergência de posicionamento na literatura a respeito da capacidade do ultrassom de realizar lipólise de forma eficaz. Segundo Brescia et al., (2003), poucos estudos bem avaliados e com credibilidade descrevem na literatura os efeitos de lipólise do ultrassom usado isoladamente. Poucos são os estudos (MIWA et al.,; MORENO- MORAGA et al. apud BRESCIA et al., 2003) que abordam o

uso exclusivo do US para estes efeitos encontrados. A grande maioria dos estudos refere-se ao uso associado com a lipossucção. (BRESCIA et al., 2003)

A literatura apresenta outros estudos que defendem a efetividade (FELLER; SILVA; ZIMMERMANN, 2018), porém esses estudos possuem baixa credibilidade. Existem estudos que sugerem que apenas o ultrassom de cavitação instável e o ultrassom focalizado são capazes de realizar lipólise, excluindo o ultrassom convencional de baixa frequência, esses estudos destacam as diferenças nas propriedades físicas e nos efeitos biológicos dessas modalidades de ultrassom e afirmam que usado isoladamente pode não ser suficiente para estimular a quebra das células de gordura e promover a redução de medidas (TEITELBAUM et al., 2007). Esses autores argumentam que o ultrassom de cavitação instável, que utiliza ondas de alta intensidade para criar bolhas de gás na gordura, e o ultrassom focalizado, que concentra a energia em um ponto específico, são mais direcionados e eficazes para a destruição das células de gordura e sugerem que o ultrassom convencional de baixa frequência pode não ser tão eficiente nesse processo, já que sua energia é dispersa e não consegue causar o mesmo impacto nas células adiposas. A partir do trabalho, espera-se obter aprendizado a respeito do assunto, ao trazer uma análise sobre um tema importante no contexto da estética, possibilitando um conhecimento mais aprofundado sobre os temas abordados, permitindo finalizar a nossa formação aptas para o mercado de trabalho e levando melhores resultados para os nossos pacientes. Por fim, esperamos estar melhor capacitadas para montar um excelente protocolo para tratamento da lipodistrofia localizada.

Nas cinco seções que compõem este artigo, nesta introdução foram abordados os

problemas de pesquisa, objetivos gerais, objetivos específicos e justificativa. A segunda seção, revisão teórica, foram abordados os temas lipólise, lipodistrofia localizada e ultrassom 3 mhz. Na terceira foi tratada metodologia. Na quarta seção foram apresentados os resultados e discussões do estudo de caso realizado. Por fim, as conclusões que foram obtidas na realização deste trabalho.

2 REVISÃO TEÓRICA

Esta revisão teórica está organizada com os seguintes temas: lipodistrofia, lipólise, efeitos fisiológicos do ultrassom e uso do ultrassom no tratamento de lipodistrofia.

2.1 Lipodistrofia

Lipodistrofia localizada é um distúrbio de metabolismo que resulta no aumento em espessura e densidade do tecido adiposo, o qual é constituído por células responsáveis por armazenar a gordura, denominadas adipócitos. A disposição e acúmulo destas células variam conforme idade e sexo do indivíduo, bem como pela ação de hormônios sexuais e adrenocorticais (GUYTON; HALL, 1997).

As células adiposas apresentam a capacidade de aumentar ou diminuir seu volume de acordo com a quantidade de triglicerídeos em seu interior (BORGES, 2010), além disso, há o processo de hiperplasia - aumento do número de células - que ocorre nos adipócitos. A lipodistrofia pode ser ocasionada devido a uma diminuição do metabolismo basal, tabagismo, alterações hormonais, estilo de vida sedentário, hereditariedade e fatores genéticos (JESUS et al., 2021).

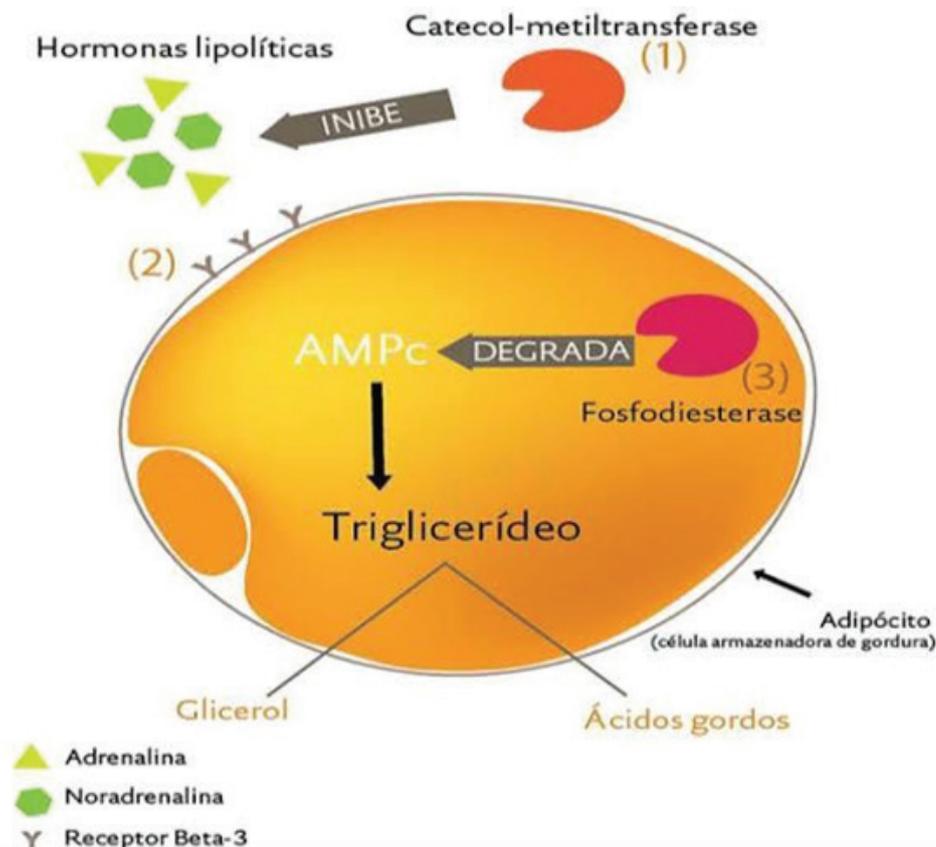
A gordura em excesso é um fator de alerta em relação à saúde, pois há uma íntima ligação entre esta e as cardiopatias, principalmente quando relacionadas à circunferência abdominal (BRESCIA et al, 2003). Para reverter esse quadro clínico, diversos tratamentos que estimulam a lipólise, a apoptose e a necrose foram desenvolvidos. A seguir abordaremos a lipólise.

2.2 Lipólise

A lipólise é um processo natural que ocorre no organismo quando não há glicose suficiente na corrente sanguínea para suprir os gastos calóricos do indivíduo, devido a pouca ingestão de carboidratos. Nesse momento, o fígado degrada o glicogênio, liberando pequenas unidades de glicose. No entanto, é preciso repor o estoque de glicogênio, e, para isso, o fígado induz a quebra de células gordurosas, a fim de liberar ácidos graxos. (CÍRICO, 2019)

A célula de gordura é constituída por moléculas de triglicerídeos. A lipólise é o processo de quebra do triglicerídeo em uma molécula de glicerol e três moléculas de ácido graxo. Este processo ocorre após o organismo passar por algum tipo de estresse (dietas restritivas, exercícios físicos) que estimule o aumento de hormônios lipolíticos (cortisol, GH, catecolaminas) liberados no sangue, esses hormônios são responsáveis por estimular reações das enzimas lipolíticas (ATGL, Lipase, monoglicerol lipase) que, por fim, atuam degradando a molécula de triglicerídeo. A partir dessa quebra, essas moléculas tornam-se instáveis, saem do adipócito, caem na corrente sanguínea e são transportadas pela proteína albumina para serem metabolizadas. (BORGES; SCORZA, 2016)

Figura 1 - Mecanismo de ação lipolítica



Fonte: Severo e Vieira (2018).

A Figura 1 traz uma representação visual da célula de gordura, essa possui receptores lipogênicos que formam o triglicerídeo e o armazena dentro do adipócito e receptores lipolíticos que quebram o triglicerídeo.

No processo de lipólise, a função do ultrassom é produzir o estresse que aumenta a produção hormonal que desencadeia o estímulo das reações das enzimas lipolíticas.

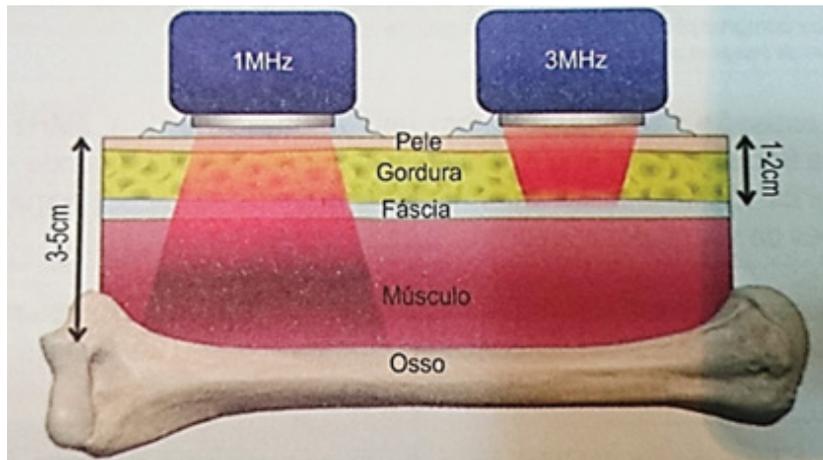
2.3 Efeitos fisiológicos do ultrassom

O ultrassom é um aparelho com ondas sonoras que possui frequência superior que ultrapassa o limite do ouvido. É usado para fins terapêuticos na fisioterapia com intensidade de 1 MHz e é usado para tratamentos estéticos na frequência de 3 MHz, pois essa última

frequência é usada para menor profundidade, chegando até as células adipócitas, que é o intuito do tratamento estético. Sua intensidade pode variar de 0,2 a 3 watts/cm² e possui dois modos, sendo eles contínuo e pulsado. (BRESCIA et al., 2003).

De acordo com Oliveira (2016, p. 16) “o ultrassom é uma modalidade de penetração profunda, capaz de produzir alterações nos tecidos, por mecanismos térmicos e não térmicos.” Segundo a mesma autora, o ultrassom é utilizado como tratamento para lipodistrofia localizada, pois é capaz de emitir vibrações sonoras, dessa forma gera uma fricção celular, causando uma micro massagem que resulta no aumento do metabolismo celular. Dantas (2017) relaciona os efeitos fisiológicos do ultrassom, são eles: vasodilatação e aumento da permeabilidade celular, consequentemente diminuição de edemas.

Figura 2 - Diferentes frequências de emissão do ultrassom



Fonte: Oliveira (2016).

A Figura 2 representa as profundidades que o ultrassom de 1MHz e o ultrassom de 3MHz atinge no corpo humano e faz um comparativo visual entre essas profundidades. Enquanto o ultrassom de 1MHz atinge profundidades ósseas, o ultrassom de 3MHz atinge até a Fáscia.

2.3.1 Uso do ultrassom no tratamento de lipodistrofia

O modo de uso do ultrassom para tratamento da lipodistrofia localizada é o contínuo e o tempo é definido contando o tamanho da área a ser tratada, que deve ser dividida pela ERA do cabeçote e realizado aplicações de dois a três minutos por área. Necessita utilizar um gel hidrossolúvel ou um gel com princípio ativo lipolítico, para realizar a aplicação. É recomendado não possuir contato do cabeçote com o ar, para isso, é necessário realizar a aplicação somente com o cabeçote completamente acoplado ao corpo do paciente. Para auxiliar nessa questão, é indicado usar o gel, dessa forma as ondas sonoras chegam na área a ser tratada. (PINTO; PEREIRA; BACELAR, 2018)

No Quadro 1 abaixo, pode-se ver algumas vantagens e desvantagens do uso do ultrassom no tratamento da lipodistrofia:

Quadro 1 - Vantagens e desvantagens do ultrassom no tratamento de lipodistrofia

Vantagens	Desvantagens
Permite permeação de ativos [1]	Grande número de sessões[3]
Indolor [2]	Dieta Equilibrada [2]
Retorno imediato da rotina [2]	Praticar exercício físico [2]

Fonte: [1] Pinto, Pereira e Bacelar (2018); [2] Costa, Santos e Carneiro (2022); [3] Feller, Silva e Zimmermann (2018).

O quadro 1 acima cita vantagens e desvantagens do uso do ultrassom no tratamento de lipodistrofia. Os efeitos fisiológicos do uso do ultrassom são extremamente benéficos, sendo eles de ação térmica ou mecânica. Destacam-se a micromassagem e a melhora na oxigenação e na nutrição, melhora da permeação de ativos, por sua propriedade de cavitação, além de aumentar os processos

osmóticos, a estimulação da angiogênese, isto é, formação de novos vasos, e sua ação favorável no tratamento de FEG e fibrose pós cirúrgica (PINTO; PEREIRA; BACELAR, 2018). Além disso, o ultrassom é um tratamento indolor, com resultados rápidos que garante o conforto do paciente durante o tratamento e garante o retorno imediato da rotina do dia a dia, pois não requer repouso ou cuidados especiais pós tratamento, ou seja, trabalho, estudo, atividades físicas, lazer entre outros não são afetados pelo procedimento. Entretanto, há desvantagens na escolha do tratamento de gordura localizada com ultrassom, destacando a demanda de várias sessões, a necessidade de ter uma dieta equilibrada para acelerar os resultados e por fim é crucial que o paciente pratique atividades físicas para metabolizar o ácido graxo e o glicerol disponibilizados no sangue.

O intuito da pesquisa é averiguar a funcionalidade e o potencial do aparelho de ultrassom 3MHz no tratamento de gordura localizada.

3 METODOLOGIA

Este estudo, quanto à abordagem do problema, trata-se de pesquisa qualitativa e do ponto de vista dos objetivos trata-se de pesquisa exploratória e do ponto de vista dos procedimentos técnicos trata-se de relato de caso. (GIL, 2002)

O estudo de caso é um estudo científico que investiga o fenômeno através de poucos objetos, buscando um conhecimento amplo e detalhado. Por sua vez, a pesquisa qualitativa apresenta uma análise indutiva dos dados, de modo que a relação entre mundo e sujeito não pode ser expressa em números. Por fim, pesquisas exploratórias objetivam o desenvolvimento, esclarecimento e modificação de conceitos e ideias, extraindo problemas e

hipóteses mais bem elaboradas para trabalhos futuros. (GIL, 2008)

A metodologia usada neste artigo foi dividida em duas partes, uma revisão bibliográfica e um estudo de caso clínico. A revisão bibliográfica foi realizada através de pesquisas por artigos científicos e pesquisa reversa (GIL, 2002). A seleção foi por triagem dos títulos que desenvolveram o tema e palavras-chave para nosso artigo. Depois, foi feita a leitura aprofundada dos artigos.

No caso da revisão de literatura, os materiais selecionados foram encontrados em bases de dados Capes Periódicos (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Os descritores utilizados foram: Ultrassom, Terapia por Ultrassom, Lipodistrofia, Gordura Abdominal, Tecido Adiposo Abdominal, Estética, Ultrassom 3Mhz, *Ultrasonics*, *Ultrasonic Therapy*, *Lipodystrophy*, *Abdominal Fat*. Operadores booleanos usados para montar uma estratégia de busca são: OR, AND, NOT.

O Quadro 2 relaciona os termos que utilizados nas estratégias de buscas em bases de dados para suporte à fundamentação teórica.

Quadro 2 – Descritores selecionados

DeCS	Ultrassom; Terapia por Ultrassom; Lipodistrofia; Gordura Abdominal; Tecido Adiposo Abdominal; Estética; Ultrassom 3Mhz;
MeSH	Ultrasonics; Ultrasonic Therapy; Lipodystrophy; Abdominal Fat.
Lingua-gem natural	Inglês; Português;

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

O Quadro 3 apresenta as estratégias de busca utilizadas em cada base de dados de acordo com os descritores do quadro 1 e os operadores booleanos AND e OR.

Quadro 3 – Estratégia de busca em base de dados

Base de dados	Estratégia utilizada
Capes Periódicos	(ultrassom) AND (lipólise);(ultrassom) AND (3Mhz)
Lilacs	(lipodistrofia)
SciELO	(ultrassom) AND (lipólise);(ultrassom) AND (estética);(ultrassom) AND (3Mhz); (ultrassom) AND (gordura); (terapia ultrassom) E (lipólise);(terapias de ultrassom) AND (gordura)
Pubmed	(lipolysis); ultrasound therapeutic and lipolysis; ultrasound therapeutic effects adipose tissue

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

A primeira etapa a ser feita é a ficha de anamnese que seguirá a metodologia para relato de caso clínico do Care Guideline (2013), que incluirá os dados pessoais do paciente como: sigla do nome, data de nascimento, escolaridade, procedência e profissão. Na ficha de anamnese ainda terá informações como queixa principal do paciente, histórico médico, se o paciente faz uso constante de medicamentos, realiza atividades físicas e realiza atividade física diariamente. É necessário também tirar medidas e pesar o paciente para fazer um acompanhamento ao longo do tratamento, juntamente com o registro fotográfico. O Guideline do Care (2013) também contempla informação sobre: avaliação diagnóstica, procedimento acompanhamento e resultados, discussão e perspectiva do paciente.

Para realizar o estudo de caso foi usado o aparelho de ultrassom convencional. Este estudo terá duração de dez semanas no total, sendo duas sessões por semana, totalizando vinte sessões no final deste estudo. O tempo por sessão será de trinta minutos. A região a ser tratada será a do abdômen inferior. Esse estudo será feito com um participante e registrando cada etapa por meio de fotos.

Foi necessário que o paciente desse o seu consentimento para realizarmos este estudo, para isso utilizaremos o TCLE, cujo modelo a ser utilizado encontra-se em anexo (A).

Para seleção do participante modelo seguiu-se alguns critérios: prática de atividade física pouca ou moderada, disponibilidade de tempo para realização das sessões, sem uso de medicamentos controlados, que não esteja em processo de emagrecimento e que não tenha realizado procedimentos estéticos nos últimos três meses na região abdominal.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O presente estudo de caso foi realizado em um paciente, após consentimento e devidamente registrado. O primeiro passo foi uma rigorosa avaliação corporal e comportamental. A queixa a ser tratada era gordura localizada na região inferior do abdome, que persiste há três anos, e, segundo o paciente, não foi realizado nenhum tratamento anterior. Paciente realizou duas cirurgias entre 1 e 3 anos de idade: retirada de cisto e correção de sopro. Possui síndrome do ovário policístico e intolerância à lactose. A alimentação não é controlada, alta ingestão de carboidratos e proteínas, baixo consumo de fibras, minerais e vitaminas e ingestão moderada de água. Não pratica atividade física e possui um sono bom. Com o exame físico identificou-se no paciente flacidez muscular e tissular e fibroedema gelóide nível III.

O aparelho a ser utilizado é o Sonopulse Compact 3MHz, um equipamento microcontrolado de ultrassom terapêutico desenvolvido para a área de estética. Utilizado nos tratamentos de celulite, gordura localizada, pós-cirúrgico imediato (controle inflamatório e dor), pós-cirúrgico tardio (fibrose tecidual), redução de edema, equimose, sonoforese e lesões traumato-ortopédicas superficiais.

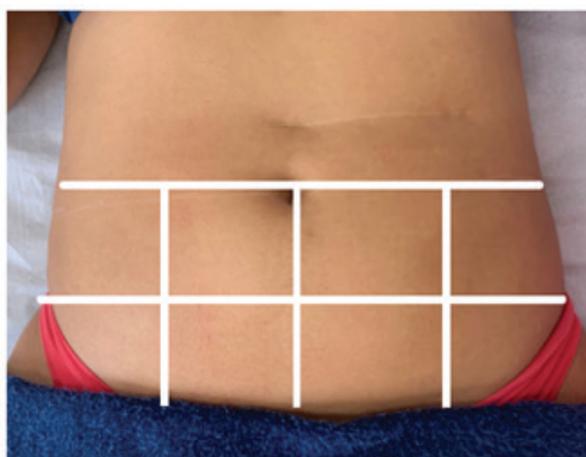
o mesmo tamanho da era do cabeçote do aparelho (7cm²). Para calcular o tempo total de cada sessão, multiplica-se a quantidade de quadrantes por 3, desta forma obteve-se um tempo médio de 30 minutos por sessão. O ultrassom foi utilizado no modo contínuo com 1,5whats/cm². Após as sessões o paciente se comprometeu em realizar atividades físicas para consumir a gordura liberada na corrente sanguínea em forma de energia.

Figura 3 - Sonopulse Compact 3MHz



Fonte: Das autoras (2023).

Figura 4 - Região do abdome a ser tratada dividida em quadrantes



Fonte: Das autoras (2023).

Após a avaliação corporal, dividimos o abdome inferior em quadrantes, todos com

Tabela 1- Acompanhamento das medidas na região abdominal do paciente

DIAS	1° PONTO (10 cm acima da cicatriz umbilical)	2° PONTO (5cm acima da cicatriz umbilical)	3° PONTO (na cicatriz umbilical)	4° PONTO (5 cm abaixo da cicatriz umbilical)	5° PONTO (10 cm abaixo da cicatriz umbilical)
23/08	79 cm	81 cm	90 cm	93,5 cm	101,3 cm
06/09	78 cm	80 cm	89,7 cm	90 cm	99,9 cm
20/09	79 cm	82 cm	85,4 cm	95 cm	97,7 cm
04/10	78	79,5 cm	84,5 cm	90 cm	99,3 cm
16/10	77,3 cm	78,4 cm	83 cm	89,5 cm	95 cm

Fonte: Das autoras (2023).

Primeira semana 23/08

Figura 5 - Registro do abdome antes do início do procedimento



Fonte: Das autoras (2023).

Nota: Dia 23/08, primeiro registro fotográfico da paciente modelo antes do início do tratamento.

Terceira semana 06/09

Figura 6 - Registro do abdome após 3 sessões

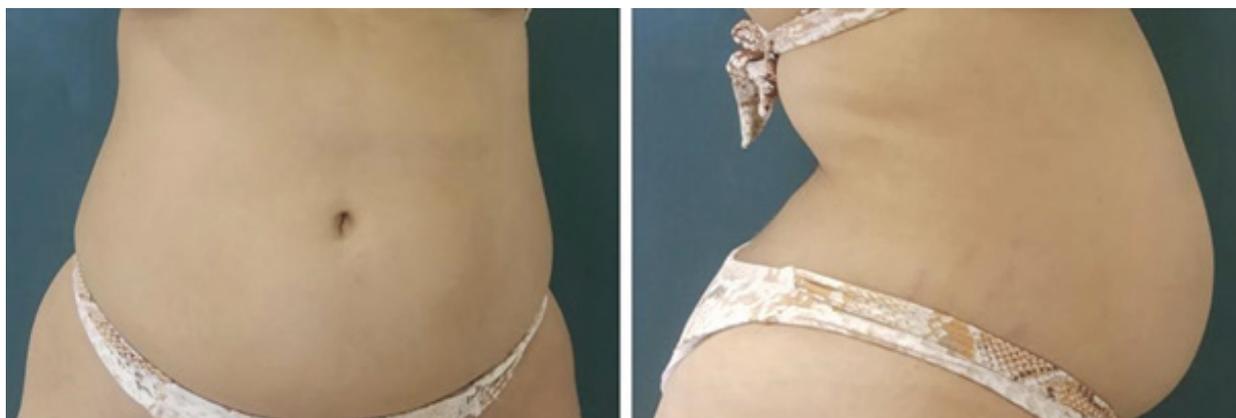


Fonte: Das autoras (2023).

Nota: Dia 06/09, segundo registro fotográfico, houve redução de medidas desde a primeira sessão.

Quinta semana 20/09

Figura 7 - Registro do abdome após 7 sessões



Fonte: Das autoras (2023).

Nota: Dia 20/09, paciente que é intolerante a lactose consumiu alimentos derivados do leite, resultando em aumento de medidas na região do intestino devido ao inchaço provocado.

Sétima semana 04/10

Figura 8 - Registro do abdome após 10 sessões



Fonte: Das autoras (2023).

Nota: Dia 04/10, penúltimo dia de medição, paciente estava no período pré-menstrual, relatou inchaço no abdome inferior e durante a medição observamos que o último ponto de medida (10 cm abaixo da cicatriz umbilical) apresentava medidas maiores que na medição anterior.

Nona semana 16/10

Figura 9 - Registro do abdome após 11 sessões



Fonte: Das autoras (2023).

Nota: Dia 16/10, último registro após as 11 sessões, houve redução significativa nas medidas.

Comparativo entre a primeira sessão e a última sessão

Figura 10 - Registro do abdome visto de frente da primeira e última sessão respectivamente



Fonte: Das autoras (2023).

Figura 11 - Registro do abdome lateralizado da primeira e última sessão respectivamente



Fonte: Das autoras (2023).

A lipólise ocorre naturalmente no organismo conforme há necessidade de glicose na corrente sanguínea para suprir as necessidades calóricas do indivíduo (CÍRICO, 2019). Entretanto, para fins estéticos alguns aparelhos são utilizados para estimular o processo de lipólise no organismo. Devido às vibrações sonoras emitidas pelo ultrassom, que geram uma fricção celular, que causam micro massagem, resultando no aumento do metabolismo celular, acredita-se que o ultrassom pode ser utilizado no tratamento de lipodistrofia localizada. No processo de lipólise, a função do ultrassom é produzir o estresse que aumenta a produção hormonal que desencadeia o estímulo das reações das enzimas lipolíticas. (OLIVEIRA, 2016)

Através da Tabela 1, com o acompanhamento das medidas realizadas e os registros fotográficos, podemos observar, uma redução favorável de medidas da paciente. No primeiro registro (23/08), o 5º ponto (dez centímetros abaixo da cicatriz umbilical) marcou 101,3 cm de diâmetro, no último registro (16/10), duas semanas após o final das sessões, obtivemos a medida de 95 cm de diâmetro neste mesmo ponto. Nos dias 20/09 e 04/10 houve aumentos significativos das medidas, causados respectivamente por consequência do consumo de lactose e devido ao período pré-menstrual, que foram estabelecidos nas semanas que sucederam os episódios.

Todavia, apesar da diminuição das medidas da paciente, não há evidências fisiológicas que associam a redução de medidas ao processo de lipólise. Levando em consideração a capacidade do ultrassom de reorganizar o tecido conjuntivo e de melhorar a circulação do sistema linfático, a redução de medidas observada pode ser resultado do ultrassom, porém não necessariamente lipólise. (DANTAS, 2017)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da divergência de posicionamento na literatura a respeito da capacidade do ultrassom de realizar lipólise de forma eficaz, este estudo objetivou investigar na literatura as vertentes que defendem a funcionalidade e a não funcionalidade desse aparelho. Em seguida, apresentou um estudo de caso clínico para visualizar os efeitos do ultrassom simples na estética, em resposta ao objetivo geral: investigar a funcionalidade do ultrassom simples para realizar lipólise. O Sonopulse Compact 3MHz não é o aparelho com melhor desempenho quando trata-se de redução de medidas, porém a dúvida relacionava-se à capacidade de estimular as células de gordura, não ao grau de eficácia. Para melhor responder essa questão, iniciou-se o estudo de caso clínico com duração de nove semanas, tendo ao todo onze sessões.

Ao fim do estudo, observou redução significativa nas medidas do paciente, possibilitando a crença da capacidade do ultrassom de estimular a lipólise. Entretanto, nesse momento esbarramos com a primeira e principal limitação de pesquisa: devido aos recursos limitados não havia informações fisiológicas suficientes para afirmarmos com certeza que a redução de medidas era um resultado do ultrassom estimulando a lipólise, visto que o ultrassom é capaz de reorganizar o tecido conjuntivo e de melhorar a circulação do sistema linfático, melhorando o processo de drenagem linfática, sendo esta uma possível causa da diminuição de medidas. A segunda limitação da pesquisa encontrada foi relacionada ao tempo disponível destinado ao estudo de caso, levantamos a hipótese de que haveria probabilidade de termos um resultado mais satisfatório se fossem realizadas mais sessões.

Por conseguinte, para resultados mais precisos é necessário que a pesquisa seja

realizada com um público maior, com maior tempo disponível dedicado à pesquisa e com outros tipos de estudos que possam comprovar a alteração no tecido adiposo. Diante

disso, esse estudo não propõe um fim para essas discussões e conclui que até o momento não existe uma verdade científica absoluta e incontestável.

R E F E R Ê N C I A S

- BAYER**, Raymond. **História da Estética**. Lisboa: Editora Estampa. 1978. 230 p.
- BORGES**, F. S. Ultra-som. In: BORGES, F. S. **Dermato-funcional**. Modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. São Paulo: Phorte, 2010.
- BORGES**, Fábio dos Santos; **SCORZA**, Flávia Acedo. **Terapêutica em estética**: conceitos e técnicas. São Paulo: Phorte, 2016. E-book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br>. Acesso em: 7 nov. 2023.
- BRESCIA**, Cristiane Milhomens et al. Análise morfológica do tecido adiposo subcutâneo submetido à estimulação por ultrassom associado à corrente elétrica: estudo piloto. **Aesth Plast Surg**, v. 27, p. 146-153, 2003. Disponível em: <https://www.dermatofuncional.cl/wp-content/uploads/2015/03/Grasa-localizada-ultrasonido-y-estimulacion-el%C3%A9ctrica-BR.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2023.
- CARE**. Case reports guideline. **CARE Checklist**. 2013. Disponível em: <https://www.care-statement.org/checklist>. Acesso em: 15 mar. 2023.
- CESCHINI**, Fabio. **Como Acontece a Lipólise?** (Metabolismo de Gordura). YouTube, 24 nov. 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=74u3wY5TFyc>. Acesso em:
- CÍRICO**, Diogo. Saiba o que é o processo de lipólise e como ele ocorre. **Growth supplements blog**, 30 mar. 2019. Disponível em: <https://blog.gsuplementos.com.br/saiba-o-que-e-o-processo-de-lipolise-e-como-ela-ocorre/#:~:text=A%20lip%C3%B3lise%20%C3%A9%20despertada%20quando,liberando%20pequenas%20unidades%20de%20glicose>. Acesso em: 20 de mar. 2023.
- COSTA**, Raíssa Biff et al. Efeitos das terapias combinadas ultrassom + Corrente Aussie e ultrassom + Corrente Estereodinâmica no tratamento de gordura abdominal: estudo de casos. **Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde**, v. 16, n. 4, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/rbps/article/view/11194>. Acesso em: 13 abr. 2023.
- COSTA**, Andressa da Silva; **SANTOS**, Jessica Jesus dos; **CARNEIRO**, Manoela Rios Trindade. O Uso do Ultrassom na Lipodistrofia: Um Estudo Bibliográfico. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 16, n. 60, p. 1035-1050, 2022. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3472/5450>. Acesso em: 20 mar. 2023.
- DANTAS**, Livia Carolina de Souza. **Proposta de protocolo para a utilização de ultrassom terapêutico de 3mhz pulsado no processo de cicatrização de feridas cutâneas experimentais em ratos wistar**. 2017. 70 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2017. Disponível em: <https://www.repositorio.ufal.br/handle/riufal/2026>. Acesso em: 27 de out. 2023.
- FELLER**, Aline; **SILVA**, Elisandro da; **ZIMMERMANN**, Carine Eloise Prestes. Utilização do ultrassom estético na gordura localizada. **Revista saúde integrada**, v. 11, n. 21, p. 69-81, 2018.
- GIL**, A. C. **Como Elaborar projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GIL**, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. São Paulo: Atlas. 2008. 200 p.
- GUYTON**, A. C.; **HALL**, J. E. **Tratado de Fisiologia Médica**. 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997. 1128 p.
- GRABNER**, Gernot F. et al. Lipolysis: cellular mechanisms for lipid mobilization from fat stores. **Nature Metabolism**, v. 3, n. 11, p. 1445-1465, 2021. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/s42255-021-00493-6>. Acesso em: 18 mar. 2023.
- JESUS**, Josélia de Souza Neves de et al. Aplicação do gel crioterápico na lipodistrofia abdominal em mulheres. **Fisioterapia Brasil**, v. 22, n. 5, p. 712-723, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1353487>. Acesso em: 15 mar. 2023.
- LACERDA**, Lucas Oliveira de et al. A estética como disciplina filosófica. **Encontros Universitários da UFC**, v.3,n.1, 2018. Disponível em: <http://periodicos.ufc.br/eu/article/view/38245>. Acesso em: 18 mar. 2023.

- MIWA**, Hirohide et al. Effect of ultrasound application on fat mobilization. **Pathophysiology**, v. 9, n. 1, p. 13-19, 2002. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0928468002000172?via%3Dihub>. Acesso em: 22 jun. 2023.
- MORENO** e **MORAGA**, J. et al. Body contouring by noninvasive transdermal focused ultrasound. **Lasers in Surgery and Medicine: The Official Journal of the American Society for Laser Medicine and Surgery**, v. 39, n. 4, p. 315-323, 2007.
- NIWA**, Ane Beatriz Mautari et al. Experiência no uso do ultrassom focado no tratamento da gordura localizada em 120 pacientes. **Surgical & Cosmetic Dermatology**, v. 2, n. 4, p. 323-325, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265519558012>. Acesso em: 15 mar. 2023.
- OLIVEIRA**, Alex. Ultrassom terapêutico: aspectos importantes. **Ensino em Fisioterapia - Compartilhando Conhecimento**, 20 jan. 2016. Disponível em: <http://ensinoemfisioterapia.blogspot.com/2016/01/aspectos-importantes-sobre-o-uso-do.html>. Acesso em: 14 maio 2023.
- OLIVEIRA**, Gabriella Buffone et al. **Efeitos do ultrassom de alta potência no tratamento da lipodistrofia localizada**. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Biomedicina Estética) - Instituto de Ensino Superior e Pesquisa e Centro de Capacitação Educacional, Recife, 2016. Disponível em: <http://www.cceursos.com.br/img/resumos/1-efeitos-do-ultrassom-de-alta-pot-ncia-no-tratamento-da-lipodistrofia-localizada.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2023.
- PINTO**, M. C. C. S.; **PEREIRA**, L. P.; **BACELAR**, I. A. O uso do ultrassom no tratamento de lipodistrofia localizada – revisão de literatura. **Revista Saúde em Foco**, v. 10, n. 1, p. 485-495, 2018. Disponível em: https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/07/060_O_USO_DO_ULTRASSOM_NO_TRATAMENTO_DE_LIPODISTROFIA.pdf. Acesso em: 15 mar. 2023.
- SEVERO**, Vanessa Fuhr; **VIEIRA**, Emanuelle Kerber. Intradermoterapia no tratamento de gordura localizada. **Revista Saúde Integrada**, v. 11, n. 21, p. 27-39, 2018. Disponível em: <https://portalidea.com.br/cursos/procedimento-de-intradermoterapia-apostila02.pdf>. Acesso em: 6 de ago. 2023.
- TEITELBAUM**, Steven A. et al. Noninvasive body contouring by focused ultrasound: safety and efficacy of the Contour I device in a multicenter, controlled, clinical study. **Plastic and reconstructive surgery**, v. 120, n. 3, p. 779-789, 2007. Disponível em: https://journals.lww.com/plasreconsurg/abstract/2007/09010/noninvasive_body_contouring_by_focused_ultrasound_25.aspx. Acesso em: 21 jun. 2023.
- WINTERMAN**, Denise. Conheça algumas das dietas 'milagrosas' mais estranhas da história. **BBC News Magazine**, Brasília, 6 jan. 2013. Disponível em: http://www.bbc.com/portuguese/noticias/2013/01/130104_dieta_historia_lgb. Acesso em: 15 de mar. 2023.

A INFLUÊNCIA DOS PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS NA SAÚDE MENTAL

THE INFLUENCE OF AESTHETIC PROCEDURES ON MENTAL HEALTH

.....

Carolina Guimarães Trópia
tropiac@yahoo.com

Sabrina 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.

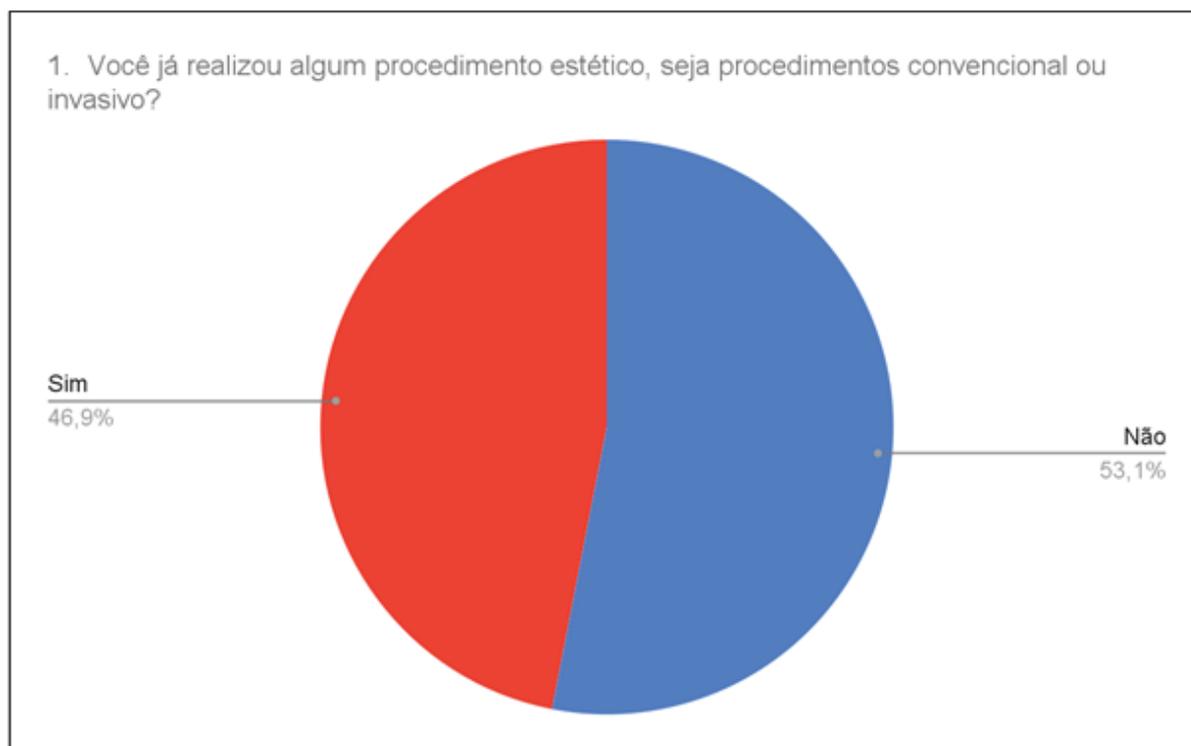
O método de divulgação foi feito através de mídias sociais, WhatsApp e Instagram que além de alcançar mais pessoas é uma abordagem mais prática, levando em consideração o público-alvo, principalmente as mulheres, que tem um certo cuidado a mais. Uma pesquisa semelhante foi realizada por Saur (2008) com 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 almeçadas. 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:

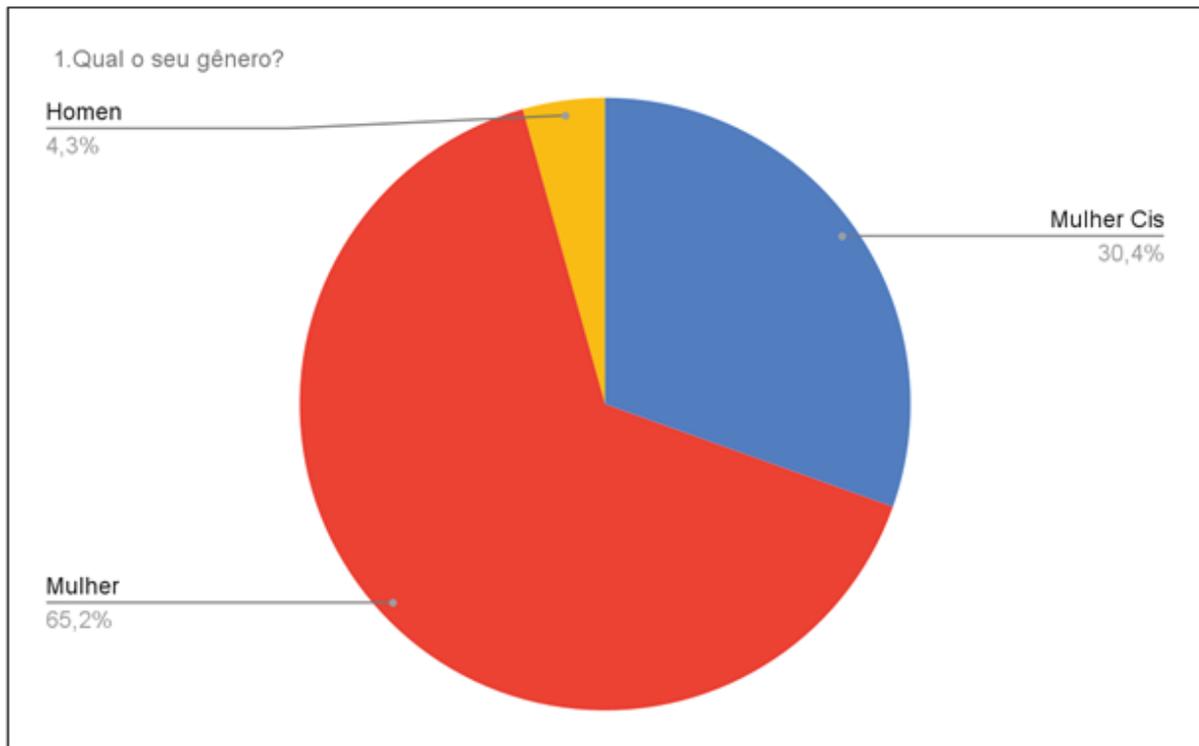
Gráfico 1 - Realização de procedimentos estéticos



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

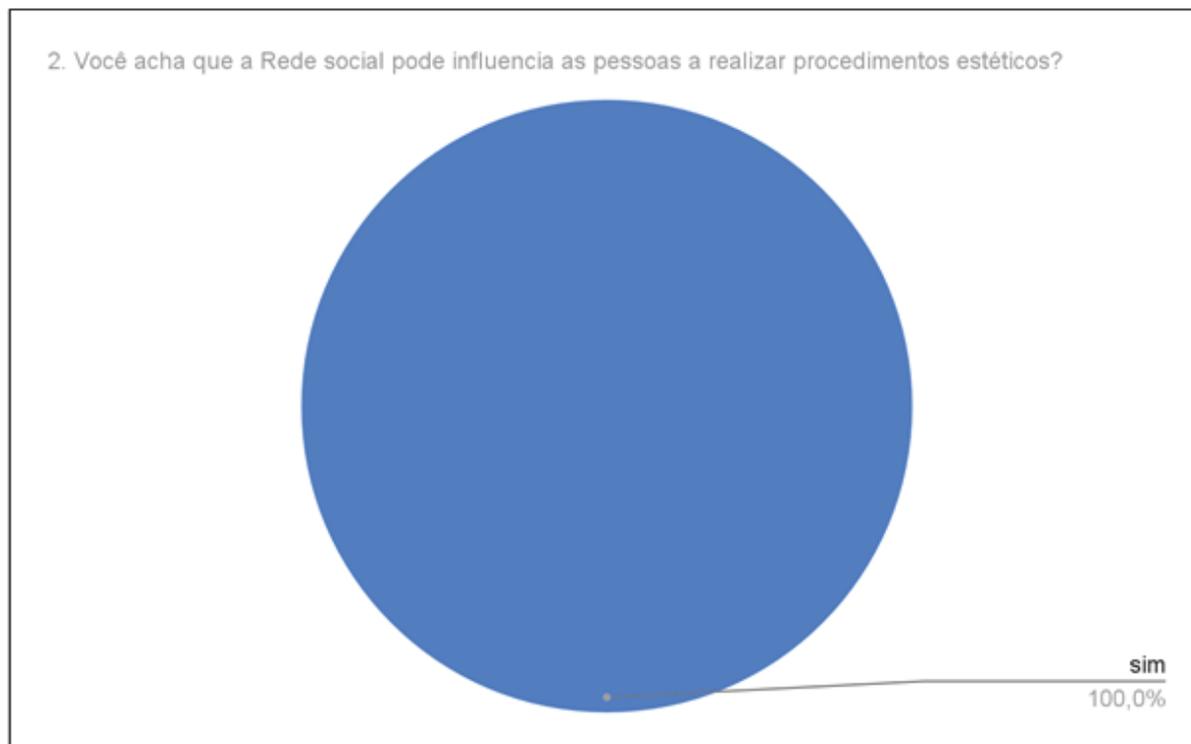


Fonte: Dados da pesquisa (2023).

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).

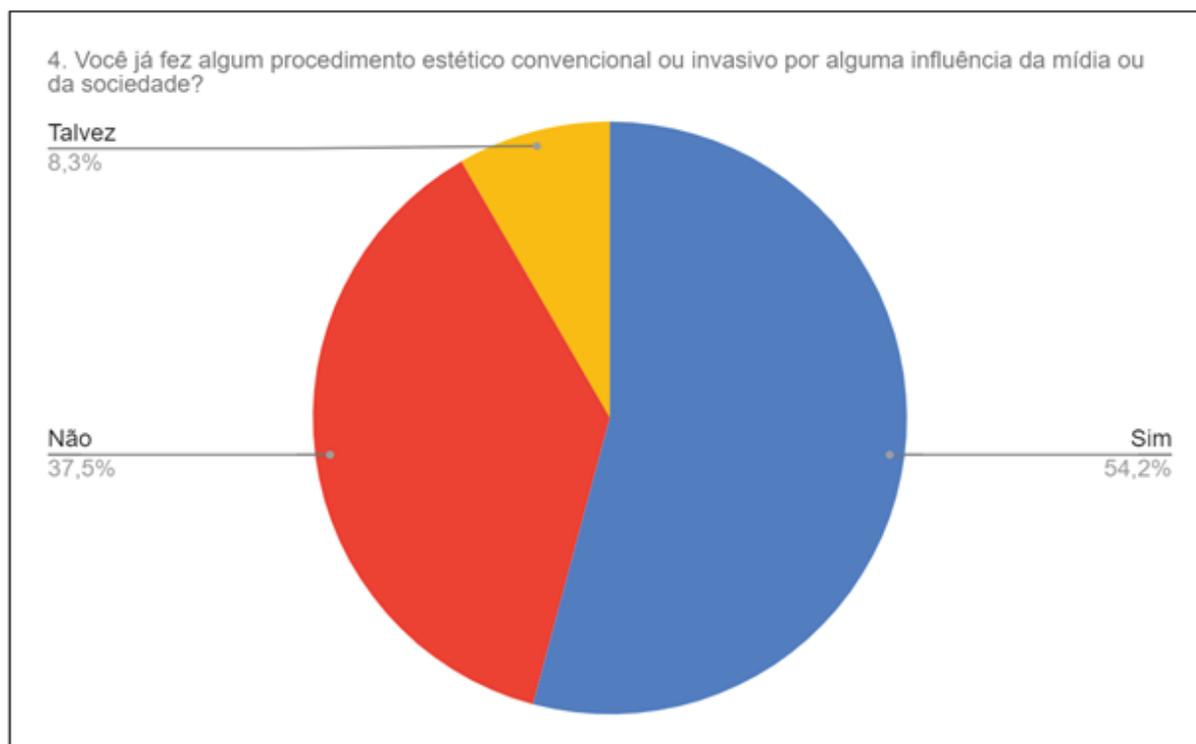
Os resultados da pesquisa sobre a Rede Social, demonstraram um consenso surpreendente entre os participantes (GRÁFICO 3). Todos os entrevistados (100%; n=23) acreditam que as redes sociais têm influência significativa na decisão das pessoas de realizar procedimentos estéticos. Esse alto grau de concordância 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.

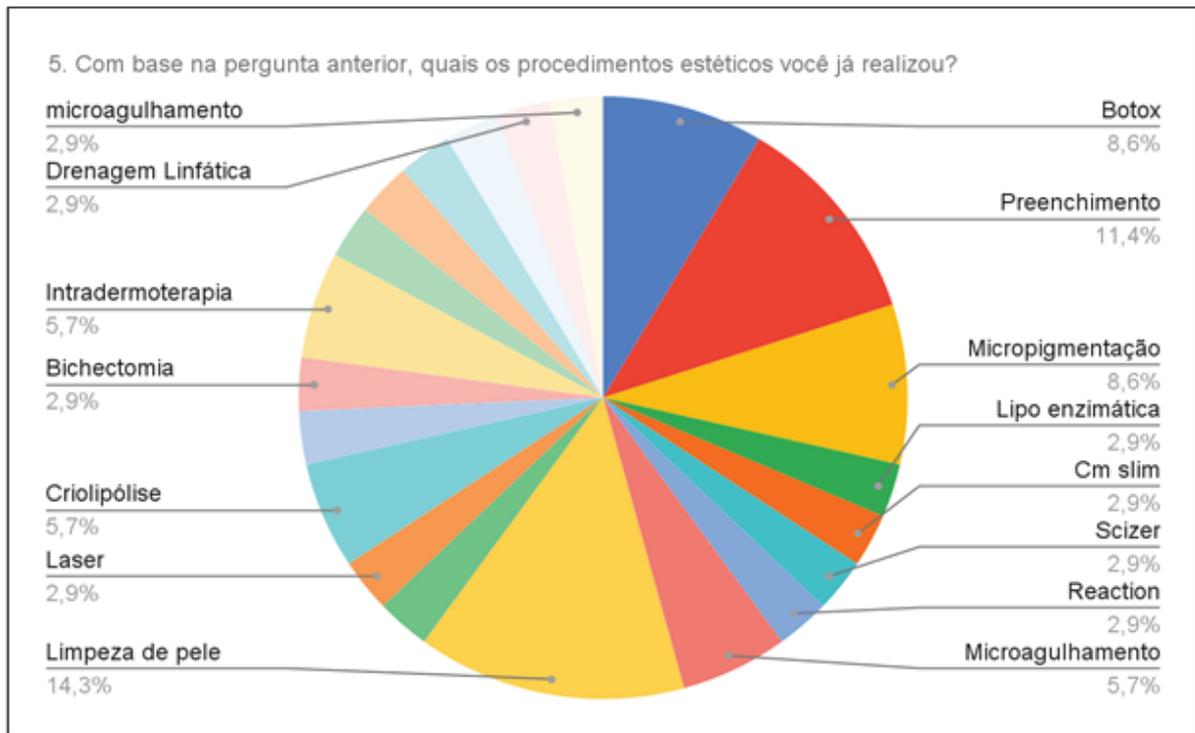
Gráfico 5 - Realização do procedimento estético por influência das mídias sociais



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.

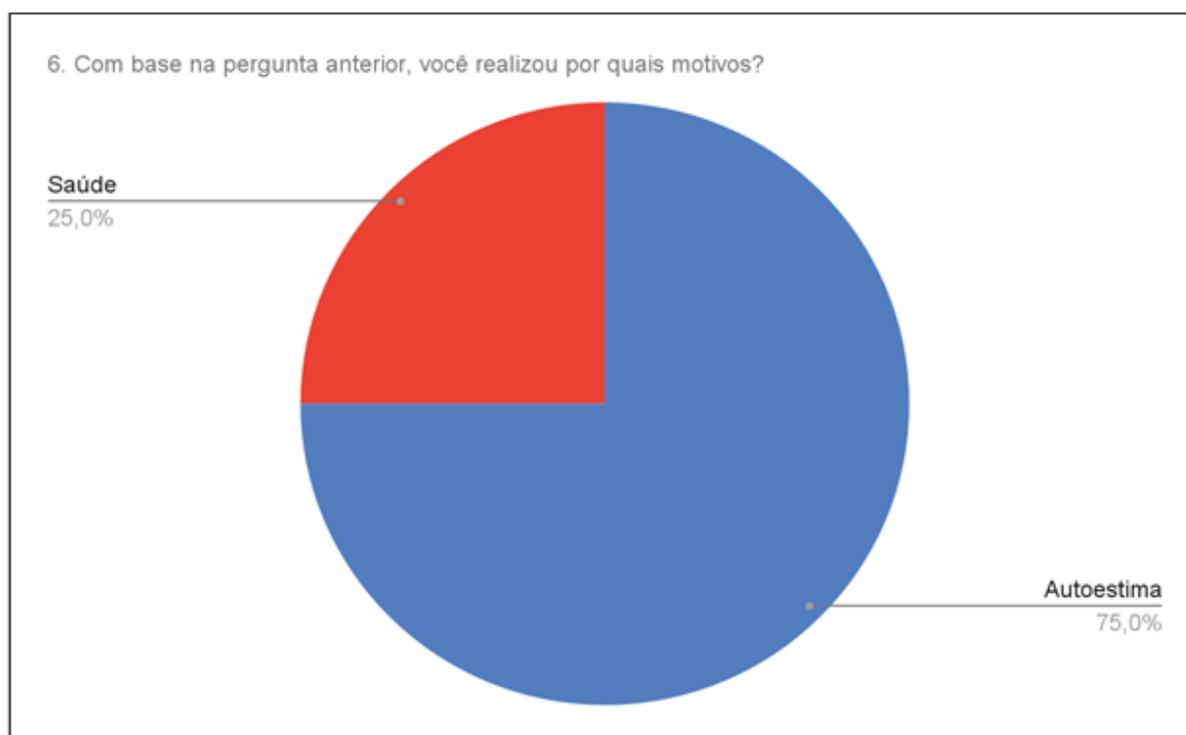
Gráfico 6 - Procedimentos estéticos realizados



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

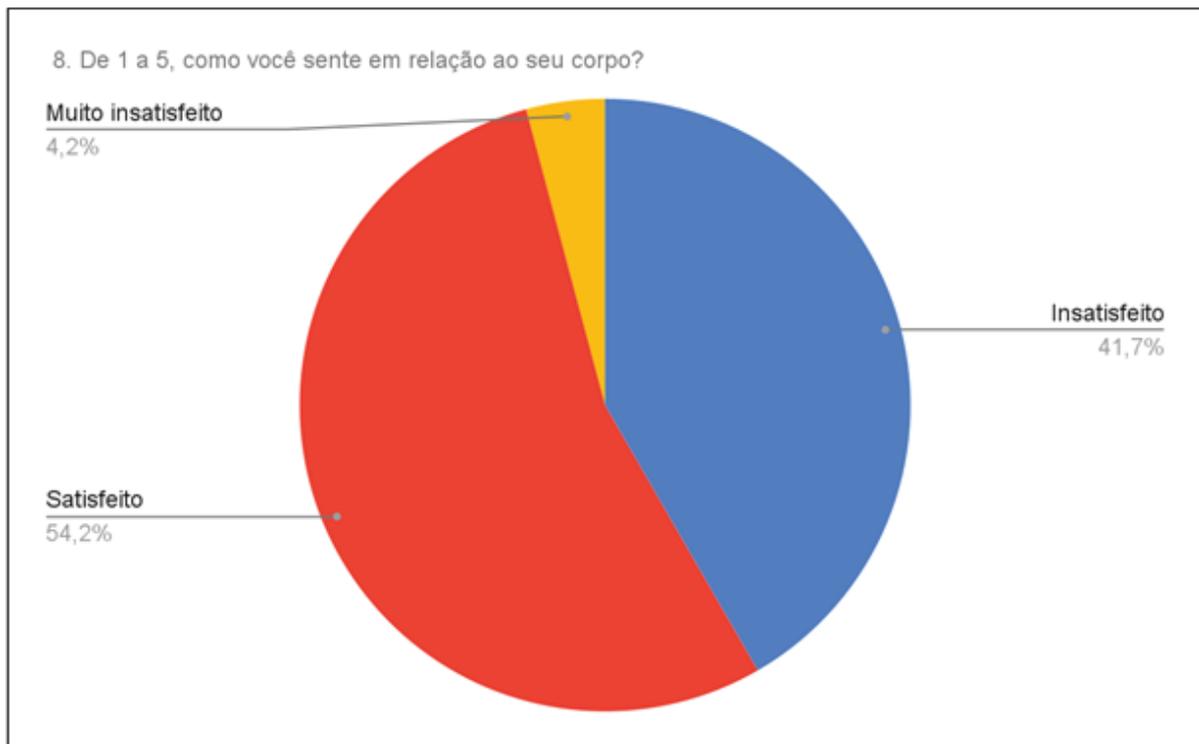


Fonte: Dados da pesquisa (2023).

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.

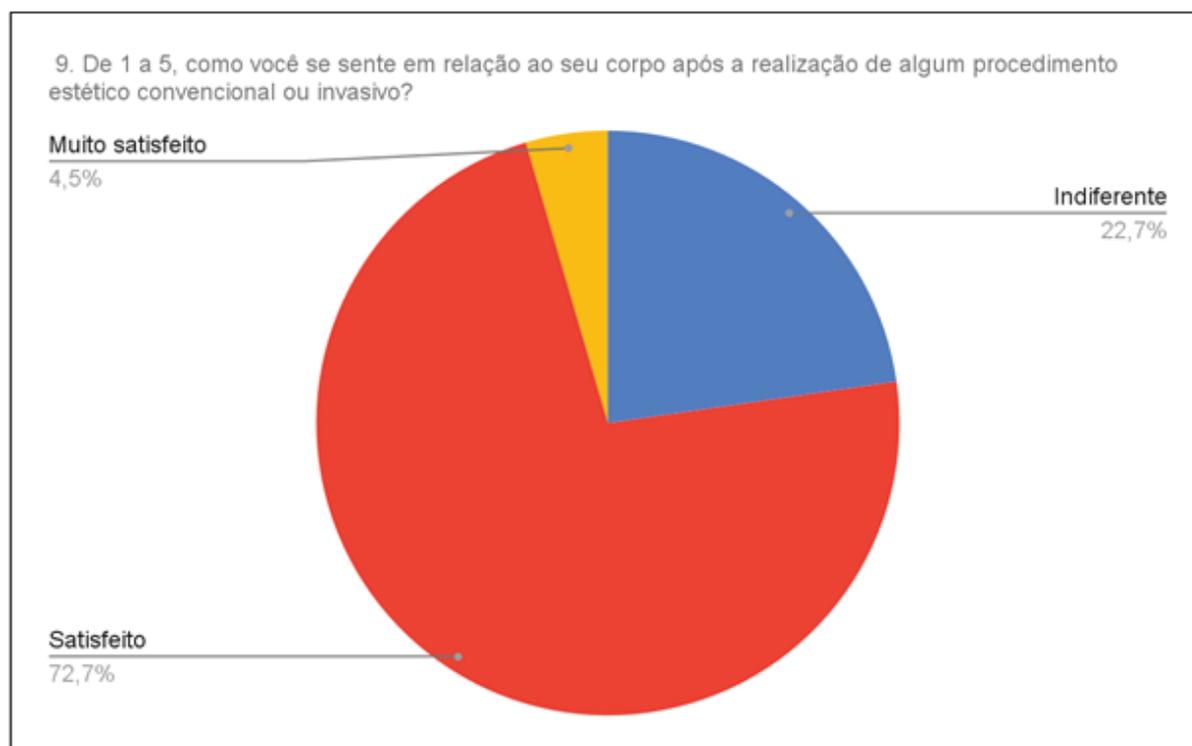
Gráfico 8 - Satisfação em relação ao corpo



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/Graziele%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. Crioteramolipólise: 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.

INFLUÊNCIA DOS INFLUENCIADORES DIGITAIS NA AUTOESTIMA

INFLUENCE OF DIGITAL INFLUENCERS ON SELF-ESTEEM

.....
Daniela Scotti Camargo de Queiroz
daniscotti2002@gmail.com
Universidade FUMEC

Roberta de Cássia Macedo
roberta.macedo@fumec.br
https://orcid.org/0000-0002-5191-3542
Universidade FUMEC

Vinicius Castilho Vargas
vinicius.vargas@fumec.br
https://orcid.org/0000-0002-8335-0529
Universidade FUMEC

Data de submissão: 29/11/2023
Data de aprovação: 07/02/2024

R E S U M O

O Marketing é indispensável quando se fala em atingir clientes alvo, e para atingir esse objetivo, marcas de estética têm cada vez mais utilizado celebridades e influenciadores digitais, para alcançar o público alvo de seus produtos. Desta forma, o objetivo geral deste estudo foi analisar como as pessoas presentes nas redes sociais, principalmente os jovens, estão sendo influenciados por celebridades a consumir produtos de estética. Na metodologia foi definida uma pesquisa de campo, quantitativa e descritiva utilizando o Google Forms, com uma amostra de 50 pessoas que utilizam as redes sociais. Os resultados da pesquisa demonstraram que todos os participantes já viram alguma propaganda de procedimentos estéticos nas redes sociais, e que se sentem influenciados a fazer algum procedimento estético. Além disso, foi possível observar como a autoestima das pessoas hoje em dia é afetada quando comparadas a celebridades e influenciadores digitais. Como considerações finais, a pesquisa aponta que as redes sociais são uma forte ferramenta de influência das celebridades e influenciadores digitais nas propagandas de procedimentos estéticos, o que leva ao aumento da realização desses procedimentos.

Palavras-chave: marketing; autoestima; procedimentos estéticos; celebridades; influenciadores digitais.

A B S T R A C T

Marketing is indispensable when it comes to reaching target customers, and to achieve this objective, beauty brands have increasingly used celebrities and digital influencers to reach the target audience for their products. Thus, the general objective of this study was to analyze how people on social media, especially young people, are being influenced by celebrities to consume beauty products. The



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

methodology included quantitative and descriptive field research using Google Forms. With a sample of 50 people who use social media. The research results demonstrated that all participants have seen some advertisement for aesthetic procedures on social media, and that they feel influenced to undergo an aesthetic procedure. Furthermore, it was possible to observe how people's self-esteem is affected nowadays when compared to celebrities and digital influencers. As final considerations, the research points out that social networks are a strong influence tool for celebrities and digital influencers in advertising aesthetic procedures, which leads to an increase in the performance of these procedures.

Keywords: marketing; self-esteem; young people; aesthetic procedures; celebrities; digital influencers.

1 INTRODUÇÃO

O marketing é indispensável quando se refere a atingir os clientes alvos da empresa e atingir as necessidades do mercado, é uma forma de apresentar os produtos/serviços ao cliente. “Kotler e Armstrong (2007, p. 4) menciona de um modo geral que o marketing é um processo administrativo e social pelo qual os indivíduos e organizações obtêm o que necessitam e desejam por meio da criação e troca de valor com os outros”.

Assim como o marketing tradicional, o marketing digital tem se apresentado como uma opção para a divulgação de produtos. O marketing digital vem ganhando um espaço cada vez maior no mercado, já que a internet está presente no dia a dia da maioria das pessoas no mundo, levando as empresas a se adaptarem a esse novo ambiente de mercado. Como disse Faustino (2019), o Marketing Digital consiste no desenvolvimento de estratégias de marketing com vista à promoção de produtos ou serviços através de canais digitais e aparelhos eletrônicos, tais como computadores, notebooks, smartphones ou tablets.

Uma das estratégias de marketing digital é a utilização das redes sociais como forma de interação com celebridades e influenciadores digitais para promover a divulgação de produtos/serviços, já que as mesmas possuem um grande público acompanhando o seu dia-a-dia. De acordo com Cosenza e Moura (2020), os influenciadores digitais reúnem milhares de pessoas em suas redes sociais e possuem a capacidade de influenciar comportamentos, atitudes, opiniões e até mesmo decisões de compra de seus seguidores. Por isso marcas ligadas à estética são fortes adeptos a esse tipo de marketing, já que precisam de alguém com credibilidade para testar seus produtos e consequentemente atrair possíveis consumidores.

Pode-se dizer que as celebridades e influenciadores praticam o marketing de influência, já que de acordo com Enge (2012), esse marketing pode ser entendido como o processo de desenvolvimento de relacionamento com pessoas influentes, ajudando a criar visibilidade para seu produto ou serviço.

O problema da pesquisa começa quando essas celebridades e influenciadores, que divulgam produtos estéticos, é que se tornam imagem de perfeição, e seus seguidores projetam em cima dos mesmos o corpo perfeito, o rosto perfeito, o cabelo perfeito, entre outros. De acordo com Monteiro, Almeida e Campos (2014, p. 2570), “as marcas deixaram de ser apenas a imagem de produtos para se tornarem a nossa imagem enquanto pessoas”. E para isso esta pesquisa pretende responder a seguinte pergunta: **“Como os jovens sofrem influência do marketing digital, por meio das redes sociais, para a prática de procedimentos estéticos?”**

O objetivo geral deste estudo é analisar como as pessoas presentes nas redes sociais, principalmente os jovens, estão sendo influenciados por celebridades a consumir produtos de estética.

Os objetivos específicos do estudo são abordar a fragilidade da autoestima das pessoas na atualidade e trazer a percepção das pessoas sobre essa influência nas redes sociais.

De acordo com a revista VEJA 2023, 80% dos jovens entre 18 e 15 anos revelam desejo de se submeterem a procedimentos estéticos. Com isso esta pesquisa se justifica, devido ao fato que os jovens de hoje são mais influenciáveis e possuem a autoestima mais baixa, e como principal consequência são jovens com o desejo de realizar procedimentos estéticos cada vez mais cedo e sempre buscando essa perfeição inalcançável. Uma vez que, de acordo com Kotler, Kartajaya e Setiawan (2017, p. 423), “os consumidores atuais tornaram-se altamente dependentes das opiniões dos outros”. Pensa-se que os influenciadores causam impactos no consumo nos produtos de estética, já que passam sempre essa imagem de que precisam de algum tratamento estético para estar dentro dos padrões exigidos pela sociedade, além da romantização destes procedimentos como lipoaspiração, silicone, harmonização facial e outros.

Este estudo foi dividido em introdução que aborda o tema, o problema da pesquisa e o objetivo da pesquisa. Seguido da fundamentação teórica que aborda os seguintes tópicos, Marketing Pessoal, Celebidades, Marketing Digital, Redes Sociais, Procedimentos Estéticos, Jovens e Autoestima. O capítulo 3 descreve a metodologia. O capítulo 4 é a análise de dados e resultados e por fim as considerações finais.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Na Fundamentação Teórica foram abordados os tópicos, Marketing Pessoal, Celebidades, Marketing Digital, Redes Sociais, Jovens e Autoestima.

2.1 Marketing Pessoal

Marketing é a arte de explorar, criar e entregar valor para satisfazer as necessidades do mercado por meio de produtos ou serviços que possam interessar aos consumidores. E de acordo com Ritossa (2009), o marketing pessoal é um conjunto de ações planejadas que facilitam o sucesso pessoal e profissional para alcançar o objetivo, seja ele de conquistar um espaço novo no mercado ou se manter no mesmo.

Segundo Tascin e Servidon (2005), o marketing pessoal é um desdobramento do marketing onde valoriza o ser humano, as características e a aparência. Ele é composto por cinco ferramentas que juntas geram resultados positivos. São elas: embalagem do produto (Aparência da pessoa), higiene pessoal, conteúdo (competência, caráter, honestidade), postura física (credibilidade), e comunicação. Além disso, valoriza o ser humano, seus atributos e características, consolidando uma imagem positiva no mercado e um reconhecimento positivo tanto na vida pessoal quanto profissional.

De acordo com Tascin e Servidon (2005), por meio da prática e do aperfeiçoamento constante do marketing pessoal uma pessoa pode garantir que ela chegue ao topo e eleve a sua imagem, aumentando o seu nível de notoriedade e sendo recompensado por isso, desde que a mesma possua talento e competência suficiente para exercer sua atividade. Essa tarefa exige paciência, disciplina, perseverança, uma elevada auto-estima, determinação e um conjunto de crenças e valores que irão nortear suas atitudes e comportamentos de forma a fazer uso correto das habilidades inatas e das habilidades a serem criadas e aperfeiçoadas.

Porém um dos riscos de utilizar a própria imagem segundo Tascin e Servidon (2005), é que uma imagem negativa pode limitar as

oportunidades da pessoa no mercado, e reforça a necessidade de tomar cuidado com itens que podem trazer impactos desfavoráveis.

Concluindo assim de acordo com Tascin e Servidon, (2005), que uma pessoa consegue se transformar em uma referência no seu ambiente vivencial, se na dose certa e de forma planejada criar e desenvolver uma imagem coerente e consistente que gerem associações psicológicas positivas que deem visibilidade para isso.

2.1.1 Celebidades

De acordo com De Oliveira Junior (2016), existem dois tipos de celebridades, o primeiro é a “celebridade real”, que se refere a pessoas mais próximas, simples, realistas, carismáticas e pé no chão. Elas são consideradas como amigos dos consumidores, já que vivem uma vida tão real quanto eles. Diferente das “celebidades ideais”, que vivem as chamadas “vidas perfeitas”, essas pessoas são mais distantes, sofisticadas, reservadas, idealistas e introvertidas.

Segundo Abidin e Karhawi (2021), os influenciadores são um tipo de celebridades que buscam transformar essa visibilidade online em uma carreira no meio digital e que possa ser uma fonte de renda. Eles costumam utilizar as redes sociais para divulgar sua vida íntima, o dia a dia, e com isso inserem publicidades, anúncios e propagandas de produtos/serviços.

O marketing digital é “a maneira pela qual as empresas recompensam celebridades e estrelas das mídias sociais para criar conteúdos em prol das marcas, gerando endosso – e, assim, influenciando pessoas”. (VIEIRA et al., 2022.)

2.2 Marketing Digital

Diversas organizações utilizam o marketing como ferramenta para atrair clientes. Com o avanço da tecnologia e com a presença intensificada da internet no dia a dia das pessoas, surgiu a necessidade da interação online entre cliente e consumidor, nascendo assim o Marketing Digital (DA CRUZ; DA SILVA, 2014).

Segundo Torres (2018, p. 72-79),

“o marketing digital deve ser composto por sete ações estratégicas: a primeira ação é marketing de conteúdo, a segunda é o marketing nas mídias sociais, o terceiro é o marketing viral, o quarto e-mail marketing, o quinto publicidade on-line, o sexto pesquisa on-line, e o sétimo monitoramento”.

De acordo com Gomes e Reis (2015), “o Marketing Digital são atividades que promovem a comunicação de uma empresa, que pode ser utilizada através da internet, telefonia celular, entre outros dispositivos e meios digitais, para a comercialização de seus produtos e divulgação de serviços, para assim conquistar novos clientes, dando a possibilidade de uma interação mais acessível e também abrir um ambiente de comunicação com o seu público.”

2.2.1 Redes sociais

Segundo Da Cruz (2020), nas redes sociais são subdivididos os atores e as conexões. Os atores são definidos como pessoas envolvidas na rede que se analisa e as conexões são os

laços sociais formados por meio da interação social entre os atores. Além disso, elas procuram atuar como formas de fortalecer círculos de amizade, conhecer pessoas de diferentes culturas, trocar experiências e compartilhar ideias. Além disso, também visam ao relacionamento de grupos, pessoas, comunidades e até mesmo nas organizações, o que possibilita os mais diversos tipos de relações de amizade, trabalho, estudo, dentre outros.

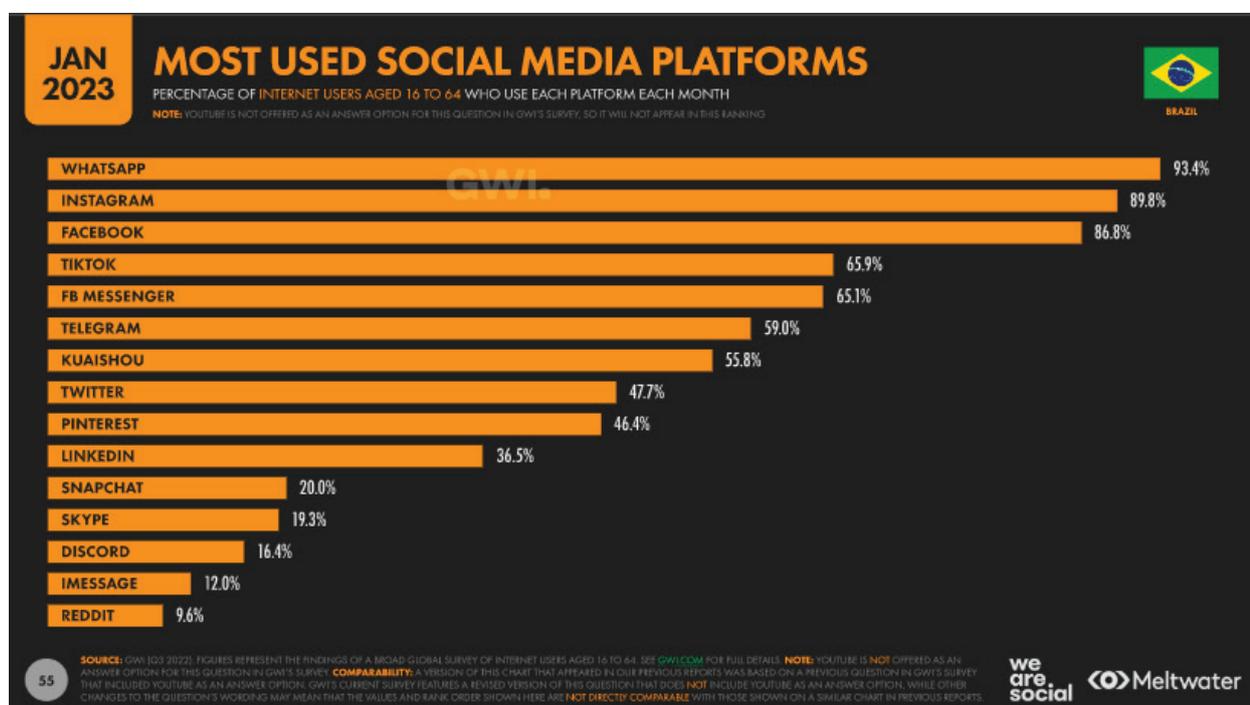
Como diz Hunt (2010), as pessoas estão nas redes sociais para se conectarem e criarem conexões que serão chaves para um capital social, ajudando a nutrir e construir essa rede de relacionamentos. Uma das chaves da rede social é a confiança, e uma das medidas para isso é a quantidade de seguidores presente.

Estudiosos das mídias e das relações sociais têm percebido cada vez mais o quanto as

redes sociais têm influenciado as formas de comunicação, o relacionamento interpessoal e a própria identidade pessoal. Elas podem ser utilizadas para diferentes funções, como divertimento, procura de amigos, emprego, propagandas (SHIMAZAKI; PINTO, 2016).

Segundo Shimazaki e Pinto (2016), as redes sociais atingem pessoas de diferentes classes sociais, faixas etárias, graus de escolaridade e identidades culturais, mostrando assim o quanto ela está cada dia mais presente na vida dos seres humanos. De acordo com Pereira (2014), a era moderna das redes sociais teve início entre 2002 e 2004 com a ativação de redes sociais como o LinkedIn, Hi5, MySpace, e posteriormente o Facebook. E atualmente, de acordo com Gargioni (2023), a figura 1 apresenta as plataformas de mídias sociais mais utilizadas no Brasil em janeiro de 2023.

Figura 1 - Plataformas de Redes Sociais mais utilizadas



Fonte: Gargioni (2023).

2.3 Procedimentos estéticos

Para Dias (2022), é cada vez mais comum ver jovens recorrendo a procedimentos estéticos para atingirem o que chamam de “aparência perfeita”, e está cada vez mais perceptível notar que as clínicas de estética e plástica optam pelo meio de comunicação mais utilizada entre os jovens, as redes sociais. Segundo o Descritor em Ciências da Saúde (DeCS, 2023) o procedimento estético é “procedimentos para melhorar ou realçar a aparência de partes visíveis do corpo”.

Isso acontece porque a beleza adquiriu um significado de aceitação ou rejeição. O corpo e a moda passaram a ser elementos essenciais do estilo de vida. Os procedimentos estéticos não são mais utilizados apenas com o intuito de corrigir imperfeições, mas também de aumentar a satisfação para sentir-se mais belo (STREHLAU; CLARO; LABAN NETO, 2015).

Nunes, Bosco e Watanabe (2011), cita sobre a preocupação com as crianças, que cada vez mais estão começando a serem influenciadas, muitas delas afirmam que para se sentirem mais bonitas devem fazer plásticas, emagrecer, pintar o cabelo, procedimentos estéticos, entre outros. Esse tipo de pensamento tem total influência do meio em que ela convive de hábitos e crenças.

2.4 Jovens

De acordo com Dias (2022), os jovens são mais influenciáveis, ingênuos e possuem a autoestima mais frágil. Com isso nota-se a tendência de se vestirem de forma muito semelhante e se parecerem em muitas questões da vida (FLACH, 2018). Nessa fase da vida os jovens buscam constantemente a autoafirmação, prazer e status perante o grupo de amigos em que estão inseridos, isso tudo com

o objetivo de ganhar prestígio social e aumentar a autoestima.

De acordo com Peralva (1997), integramos no conjunto amplo denominado juventude os segmentos etários que vão de 15 a 24 anos.

De acordo com Batat (2010), os adolescentes não possuem confiança quando se diz sobre autoimagem, e sofrem com uma baixa autoestima e utilizam de bens materiais para melhorar. A chamada Geração Z é altamente influenciada pelas novas mídias, pelos amigos virtuais e pelos influenciadores digitais, principalmente em cortes de cabelo e os itens de vestuários (WILLIAMS; PAGE, 2011).

2.4.1 Autoestima

A autoestima tem muita influência sobre os seres humanos. De acordo com Floriani e Marcante (2014), uma boa imagem pessoal abre vantagens nas relações tanto sociais quanto humanas. Na cultura em que vivemos a beleza adquire conotação de aceitação. Stinson *et al.* (2008), diz que indivíduos com elevada autoestima sentem que são mais valorizados pelas outras pessoas, além de passarem uma confiança social, com uma tendência a tomarem atitudes mais imprudentes, porém mais gratificantes, tendendo a serem mais comunicativos e extrovertidos.

3 METODOLOGIA

Neste estudo, teve como objetivo analisar como as pessoas presentes nas redes sociais, principalmente os jovens, estão sendo influenciados por celebridades a consumir produtos de estética.

Essa pesquisa se caracteriza como aplicada porque, de acordo com Thiollent (2009), esse tipo de pesquisa se concentra em torno dos problemas presentes nas atividades das

instituições, organizações, grupos ou atores sociais. É utilizada com o objetivo de elaborar diagnósticos, identificação de problemas e busca de soluções.

Quanto aos objetivos gerais, essa pesquisa se classifica como descritiva, de acordo com De Souza Pedroso, Da Silva e Dos Santos (2017), este modelo de pesquisa é usado quando a intenção do pesquisador é de conhecer a comunidade, suas características, valores ou problemas relacionados à cultura.

Em relação à estratégia de investigação esse trabalho de conclusão de curso se classifica como quantitativa, segundo Pitanga (2020), esse tipo de conclusão prevê a mensuração de variáveis preestabelecidas, com o objetivo de verificar e explicar sua influência sobre outras variáveis mediante a análise da frequência de incidências e correlações estatísticas.

O procedimento de pesquisa que foi utilizado é a pesquisa de campo, porque segundo Piana (2009), com esse tipo de pesquisa pretende-se buscar a informação diretamente com a população pesquisada.

Dessa forma foi necessária a criação de um formulário no Google Forms, com uma fonte de pesquisa de dados primários, com o objetivo de colher dados de 50 pessoas que utilizam as redes sociais, com as 12 seguintes perguntas, e como forma de resposta usarei a escala likert e sim ou não. O formulário foi divulgado por meio de grupos e contatos no Whatsapp (APÊNDICE A; B).

4 ANÁLISE DE DADOS E RESULTADOS

A pesquisa teve 50 (Cinquenta) respostas, sendo o foco, pessoas que utilizam as redes sociais. Os resultados foram mostrados na tabela 1 e nos gráficos de 01 a 08.

A primeira parte do questionário, foi com foco no perfil sociodemográfico, que está demonstrado na tabela 1 das variáveis. Antes de iniciar as perguntas, todos os participantes têm que ler o (TCLE) e escolher se eles gostariam de prosseguir na pesquisa. Caso fosse informado que não, a pesquisa seria finalizada.

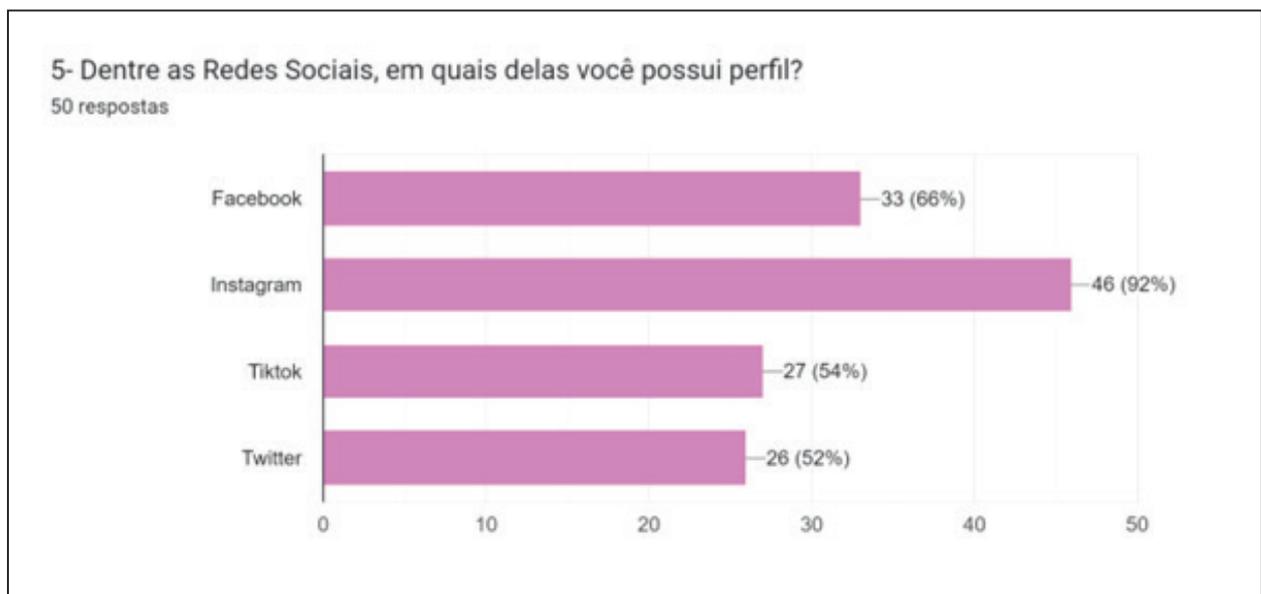
Tabela 1 - Perfil Sociodemográfico

VARIÁVEIS	PORCENTAGEM %	NÚMERO
SEXO		
Masculino	24%	12
Feminino	76%	38
Prefiro não dizer	0%	0
FAIXA ETÁRIA		
18 a 29	64%	32
30 a 39	10%	5
40 a 49	8%	4
50 a 59	10%	5
60 ou mais	8%	4

VARIÁVEIS	PORCENTAGEM %	NÚMERO
COR		
Branco	70%	35
Negro	10%	5
Pardo/Mulato	18%	9
Amarelo	2%	1
Indígena/Origem indígena	0%	0
Não quero declarar	0%	0
ESTADO CIVIL		
Solteiro(a)	60%	30
Casado(a)	30%	15
Viúvo(a)	2%	1
Divorciado(a)	2%	1
Outro(a)	6%	3

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Gráfico 1 - Redes Sociais dos participantes

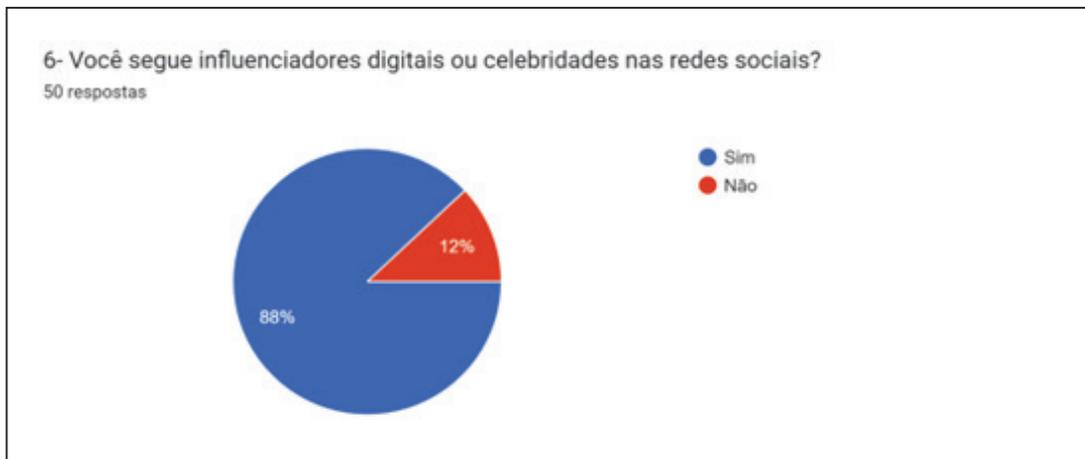


Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 1 foi perguntado aos participantes quais as redes sociais na qual eles possuem perfil, com base nos resultados pode-se observar que 33 (66%) dos entrevistados possuem uma conta no Facebook. 46 (92%) dos entrevistados tem uma conta no Instagram. 27 (54%)

dos entrevistados possuem conta no TikTok e 26 (52%) dos entrevistados possuem uma conta no Twitter.

Gráfico 2 - Influenciadores digitais e Celebidades nas Redes Sociais



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 2 pode-se observar que 44 (88%) das pessoas que participaram da pesquisa seguem pelo menos um Influenciador Digital ou Celebridade nas Redes Sociais. Apenas 6 (12%) dos participantes não seguem nenhuma Celebridade ou Influenciador Digital nas Redes Sociais.

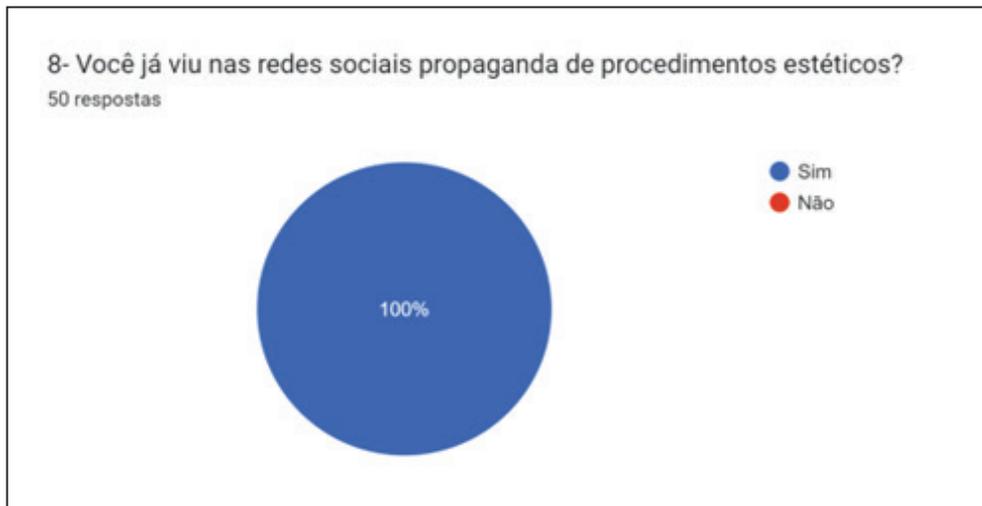
Gráfico 3 - Frequência que os participantes se comparam a alguma celebridade ou Influenciador Digital



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 3 foi perguntado com qual frequência o participante se compara a alguma celebridade ou Influenciador Digital. De acordo com os resultados pode-se observar que apenas 4 (8%) dos participantes se comparam com muita frequência, 7 (14%) dos participantes se comparam frequentemente, 15 (30%) se comparam ocasionalmente, 17 (34%) se comparam raramente e 7 (14%) não se comparam nunca.

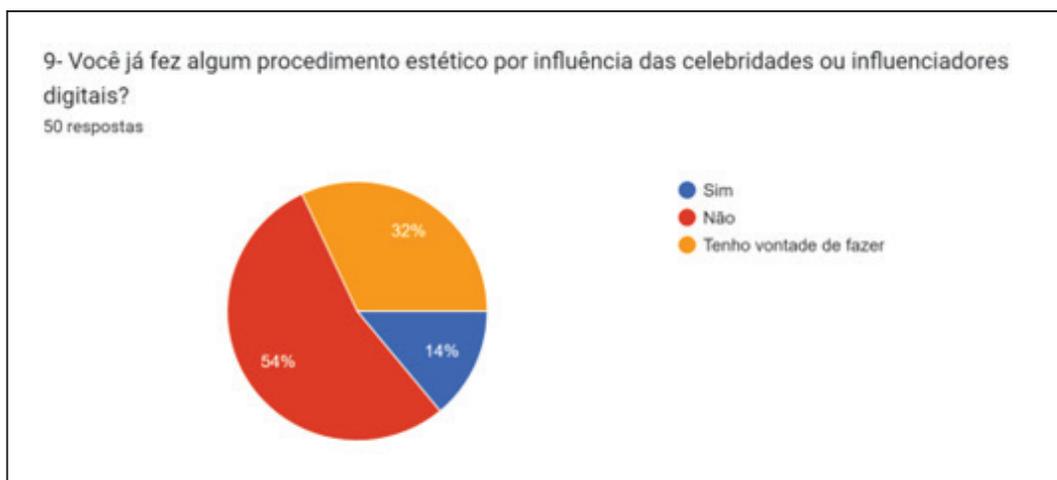
Gráfico 4 - Propaganda de procedimentos estéticos nas Redes Sociais



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 4 foi perguntado aos participantes se eles já viram alguma propaganda de procedimentos estéticos nas redes sociais, e 100% dos participantes disseram que sim.

Gráfico 5 - Realização de algum procedimento estético



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 5 foi perguntado aos participantes se já fizeram algum procedimento estético por influência das celebridades ou influenciadores digitais. Com base nos resultados foi observado que 7 (14%) dos participantes já fizeram algum procedimento por influência, 27 (54%) dos participantes não fizeram procedimentos por influência, mas 16 (32%) do total de participantes tem vontade de fazer algum procedimento estético.

Gráfico 6 - Procedimentos que os participantes já fizeram ou tem vontade de fazer



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 6, foi perguntado aos participantes quais procedimentos estéticos eles já fizeram ou tem vontade de fazer. Com base nos resultados da pesquisa, 10 (20,4%) dos participantes responderam Harmonização Facial, 11 (22,4%) dos participantes responderam Lipoaspiração, 4 (8,2%) dos participantes responderam Lipo HD, 7 (14,3%) dos participantes responderam Preenchimento Labial, 15 (30,6%) dos participantes responderam Botox, 9 (18,4%) dos participantes responderam Silicone, 2 (4,1%) responderam Bichectomia e 21 (42,9%) dos participantes responderam que não fizeram ou não tem vontade de fazer nenhum dos procedimentos acima, essa pergunta é importante para pesquisa pois tem como objetivo observar o quanto os entrevistados são persuadidos a sentirem o desejo de realizar os procedimentos a partir das celebridades mostrando nas redes sociais.

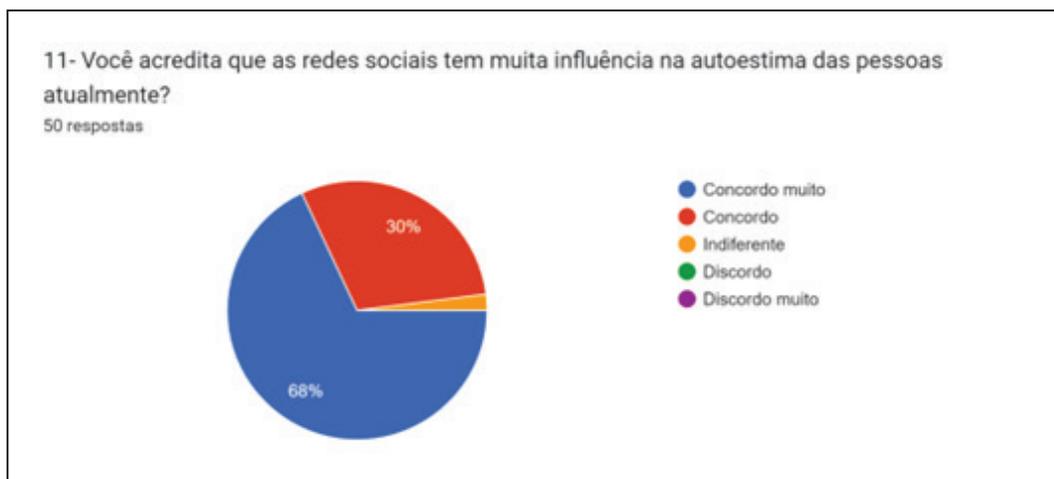
Gráfico 7 - Autoestima dos participantes diminui quando se comparam a celebridades e influenciadores que estão dentro do padrão estético.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 7, foi perguntado aos participantes se eles consideram que a autoestima diminui quando se comparam a alguma celebridade e influenciadores que se enquadram nos padrões estéticos. Com base nos resultados foi observado que 8 (16%) dos participantes responderam que concordam muito, 17 (34%) dos participantes responderam que concordam, 15 (30%) dos participantes responderam que acham indiferente, 5 (10%) dos participantes responderam que discordam e 5 (10%) dos participantes responderam que discordam muito.

Gráfico 8 - Redes sociais influenciam na autoestima dos participantes



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

No gráfico 8, foi perguntado aos participantes se eles acreditam que as redes sociais tem muita influência na autoestima das pessoas atualmente. Com base nos resultados 34 (68%) dos participantes concordam muito, 15 (30%) dos participantes concordam, 1 (2%) dos participantes acham indiferente, e 0% discordam e discordam muito.

As principais descobertas durante o desenvolvimento deste trabalho foram que, atualmente os influenciadores digitais e celebridades são um grupo de exercem influência em relação aos procedimentos estéticos. Observa-se que mesmo as pessoas não realizando os procedimentos estéticos, elas tendem a se comparar com as celebridades o que influencia a autoestima.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo procurou responder a seguinte questão de pesquisa: **como os jovens sofrem influência do marketing digital, por meio das redes sociais, para a prática de procedimentos estéticos?** E como objetivo geral analisar como as pessoas presentes nas redes sociais, principalmente os jovens, estão sendo influenciados por celebridades a consumir produtos de estética.

Além disso, o estudo possuía dois objetivos específicos, entre eles abordar a fragilidade das pessoas na atualidade e trazer a percepção das pessoas sobre essa influência nas redes sociais.

O estudo foi realizado com pessoas que utilizam as redes sociais, onde foi observado como as redes sociais estão presentes em suas vidas, quais redes sociais são mais utilizadas, o quanto os usuários de rede social se comparam a influenciadores digitais e o quanto isso influencia na autoestima, além de analisar a quantidade de usuários que já viram alguma propaganda de estética e o quanto esses usuários fazem ou tem vontade de fazer procedimentos estéticos.

Conclui-se que a questão de pesquisa proposta neste trabalho foi respondida de forma satisfatória, comprovando que todas as pessoas já viram pelo menos uma propaganda de procedimentos estéticos nas redes sociais, e que muitas pessoas se comparam a celebridades e influenciadores digitais, e acabam tendo sua autoestima afetada e consequentemente acabam realizando ou tendo vontade de realizar procedimentos estéticos.

Um limitador desta pesquisa foi que a maioria dos artigos encontrados no Google acadêmico se referiam a parte positiva da estética e do uso da imagem de celebridade e Influenciadores digitais para este objetivo, com isso foi necessário realizar várias pesquisas para atingir o meu objetivo.

Para futuras pesquisas sugere-se aprofundar mais sobre como essa pressão estética em cima das celebridades e influenciadores digitais afetam a autoestima dos mesmos, já que eles são constantemente cobrados para se encaixarem nos padrões de beleza.

R E F E R Ê N C I A S

- ABIDIN**, Crystal; **KARHAWI**, Issaaf. Influenciadores digitais, celebridades da internet e “blogueirinhas”: uma entrevista com Crystal Abidin. **Intercom: Revista Brasileira de Ciências da Comunicação**, v. 44, p. 289-301, 2021.
- BATAT**, Wided. Understanding the dimensions of young consumer vulnerability in the web 2.0 society. In: **CHILD and Teen Consumption CTC**, 2010. p. 250.
- CERETTA**, Simone Beatriz; **FROEMMING**, Lurdes Marlene. Geração Z: compreendendo os hábitos de consumo da geração emergente. **RAUnP**, v. 3, n. 2, p. 15-24, 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.21714/raunp>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- COSENZA**, Harvey José Santos Ribeiro; **MOURA**, Luis Claudio Bernardo. A credibilidade por trás da identidade! Plano de Marketing: Influenciadores na divulgação de produtos e serviços. **Brazilian Journal of Business**, v. 2, n. 2, p. 1673-1690, 2020.
- DA CRUZ**, Cleide Ane Barbosa; **DA SILVA**, Lângesson Lopes. Marketing digital: marketing para o novo milênio. **Revista científica do ITPAC**, v. 7, n. 2, 2014.
- DA CRUZ**, Maria do Socorro Corrêa. Redes Sociais Virtuais: Percepção, finalidade e a influência no comportamento dos acadêmicos. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 3, p. 12433-12446, 2020.
- DE BARROS**, D. M. Busca por procedimentos estéticos é cada vez maior entre os jovens. **Veja**, 24 set. 2022. Disponível em: <https://veja.abril.com.br/comportamento/busca-por-procedimentos-esteticos-e-cada-vez-maior-entre-os-jovens/>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- DE OLIVEIRA JUNIOR**, A. B. **As celebridades não são todas iguais**: o efeito moderador da autoestima nas atitudes dos consumidores em relação a propagandas com celebridades. 2016. 93 f. Tese (Doutorado em Administração de Empresas) - Centro Universitário FEI, São Paulo, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.31414/ADM.2016.T.128461>. Acesso em: 30 jul. 2018.
- DE SOUZA PEDROSO**, Júlia; **DA SILVA**, Kauana Soares; **DOS SANTOS**, Laiza Padilha. Pesquisa descritiva e pesquisa prescritiva. **JICEX**, v. 9, n. 9, 2017.
- DESCRITORES EM CIÊNCIAS DA SAÚDE (DeCS)**. São Paulo: BIREME/OPAS/OMS, 2023. Disponível em: <http://decs.bvsalud.org>. Acesso em: 29 de nov. 2023.
- DIAS**, Viviane Freitas. **O marketing do corpo perfeito**: um estudo do impacto da publicidade no Instagram sobre o interesse das jovens pela cirurgia plástica. 2022. Dissertação (Mestrado em Marketing e Estratégia), Universidade do Minho, 2022. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/79092>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- ENGE**, Eric. Influencer Marketing-What it is, and Why You Need to be Doing it. **Preuzeto**, v. 5, p. 2018, 2012.
- FAUSTINO**, Paulo. **Marketing Digital na Prática**: como criar do zero uma estratégia de marketing digital para promover negócios ou produtos. DVS Editora, 2019.
- FLACH**, Rosiane Oswald; **MARASCA**, Jéssica. Materialismo na adolescência: um olhar investigativo. **Connexio**, v. 7, n. 2, p. 14-27, 2018.
- FLÉURY**, Maria Tereza Leme; **DA COSTA WERLANG**, Sergio Ribeiro. Pesquisa aplicada: conceitos e abordagens. **Anuário de Pesquisa GVPesquisa**, 2016.
- FLORIANI**, Flavia Monique; **MARCANTE**, MD da S.; **BRAGGIO**, Laércio Antônio. Auto-estima e auto-imagem a relação com a estética. **Acesso em**, v. 1, 2014.
- GARGIONI**, Antônio. Digital Brazil 2023: quais os principais insights do levantamento do DataReportal. **V4 Company**, 20 fev. 2023. Disponível em: <https://v4company.com/blog/marketing-digital/digital-brazil-2023>. Acesso em: 19 maio 2023.
- GOMES**, Carolina Fernanda; **REIS**, Helena Macedo. Marketing digital: sites x redes sociais no Brasil. **Revista Interface Tecnológica**, v. 12, n. 1, p. 53-62, 2015.
- HUNT**, Tara. **O poder das redes sociais**. Editora Gente Liv e Edit Ltd, 2010.
- KOTLER**, Philip; **ARMSTRONG**, Gary. **Princípios de marketing**. Pearson Prentice Hall, 2007.
- KOTLER**, Philip; **KARTAJAYA**, Hermawan; **SETIAWAN**, I. **Do tradicional ao digital**. Rio de Janeiro: Sextante, 2017.
- LÜBECK**, Rafael Mendes; **GARRETT**, Deborah Silveira; **SANTINI**, Fernando de Oliveira. Celebridades ou real beleza? Investigando influências da propaganda no consumo feminino de sabonetes. **Revista ADM. MADE**, v. 16, n. 1, p. 86-109, 2012.
- MONTEIRO**, D.; **ALMEIDA**, F.; **CAMPOS**, J. **Comunicação 2.0**: como o poder da web influência decisões e desafia modelos de negócio. Lisboa: Editora Conjuntura Actual, 2014. *E-book*.
- NUNES**, Graciele Rodrigues; **BOSCO**, Priscila Campos Dal; **WATANABE**, Elaine. **Procedimentos estéticos e público infantil**: Uma pesquisa sobre os riscos e

- tendências entre crianças de 8 a 11 anos de idade. Universidade do Vale do Itajaí, Santa Catarina, 2011.
- PERALVA**, Angelina T. **O jovem como modelo cultural**. 1997.
- PEREIRA**, Joana Maria Monteiro. **A influência do Marketing de Redes Sociais no Relacionamento**. 2014. Dissertação (Mestrado em Marketing Digital) - Instituto Politécnico do Porto, Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto, Porto, 2014. Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/e0f247303e1745f9562cf4d5dc84ff03/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- PIANA**, Maria Cristina. **A pesquisa de campo**. São Paulo: Editora Unesp, 2009.
- PITANGA**, Ângelo Francklin. Pesquisa qualitativa ou pesquisa quantitativa: refletindo sobre as decisões na seleção de determinada abordagem. **Revista Pesquisa Qualitativa**, v. 8, n. 17, p. 184-201, 2020.
- RITOSSA**, Cláudia Mônica. **Marketing pessoal: quando o produto é você**. Editora Ibpex, 2009.
- SHIMAZAKI**, Vinicius Kenji; **PINTO**, Maria Márcia Matos. A influência das redes sociais na rotina dos seres humanos. **FaSci-Tech**, v. 1, n. 5, 2016.
- STINSON**, Frederick S. et al. Prevalence, correlates, disability, and comorbidity of DSM-IV narcissistic personality disorder: results from the wave 2 national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. **Journal of Clinical Psychiatry**, v. 69, n. 7, p. 1033-1045, 2008.
- STREHLAU**, Vivian Iara; **CLARO**, Danny Pimentel; **LABAN NETO**, Silvio Abrahão. A vaidade impulsiona o consumo de cosméticos e de procedimentos estéticos cirúrgicos nas mulheres? Uma investigação exploratória. **Revista de Administração**, São Paulo, v. 50, p. 73-88, 2015.
- TASCIN**, Joselane C.; **SERVIDONI**, Renato. Marketing pessoal: uma ferramenta para o sucesso. **Revista Científica Eletrônica de Administração**, v. 1676, p. 9-33, 2005.
- THIOLLENT**, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. São Paulo: Cortez, 2009.
- TORRES**, Claudio. **A bíblia do marketing digital: tudo o que você queria saber sobre marketing e publicidade na internet e não tinha a quem perguntar**. Novatec Editora, 2018.
- VEIRA**, Pachevo et al. Dietas da moda e a influência das redes sociais no impacto a saúde. **Repositório Universitário da Ânima (RUNA)**, 2022. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/25827>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- WILLIAMS**, Kaylene C.; **PAGE**, Robert A. Marketing to the generations. **Journal of behavioral studies in business**, v. 3, n. 1, p. 37-53, 2011.

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO DA PESQUISA

1. Qual o seu gênero?
 - Feminino
 - Masculino
 - Prefiro não dizer
 - Outro
2. Qual sua faixa etária?
 - Entre 18 e 29
 - Entre 30 e 39
 - Entre 40 e 49
 - Entre 50 e 59
 - Entre 60 ou mais
3. Qual sua cor?
 - Branco
 - Negro
 - Pardo/Mulato
 - Amarelo
 - Indígena/Origem indígena
 - Não quero declarar
4. Qual o seu estado civil?
 - Solteiro(a)
 - Casado(a)
 - Separado(a)
 - Viúvo(a)
 - Divorciado(a)
 - Outro(a)
5. Dentre as Redes Sociais, em quais delas você possui perfil?
 - Facebook
 - Instagram
 - Tiktok
 - Twitter
6. Você segue influenciadores digitais ou celebridades nas redes sociais?
 - SIM
 - NÃO
7. Com qual frequência você se compara a alguma celebridade ou influenciador digital?
 - Muito frequente
 - Frequentemente
 - Ocasionalmente
 - Raramente
 - Nunca
8. Você já viu nas redes sociais propaganda de alguma marca de estética?
 - SIM
 - NÃO
9. Já foi influenciado por algum influenciador digital ou celebridade a fazer procedimentos estéticos?
 - Concordo muito
 - Concordo
 - Indiferente
 - Discordo
 - Discordo muito
10. Você já fez algum procedimento estético por influência das celebridades ou influenciadores digitais?
 - SIM
 - NÃO
 - Tenho vontade de fazer
11. Qual procedimento estético você já fez ou tem vontade de fazer?
 - Harmonização Facial
 - Lipoaspiração
 - Lipo HD
 - Preenchimento Labial
 - Botox
 - Silicone
 - Bichectomia
 - Nenhum dos procedimentos acima

12. Você considera que sua autoestima diminui quando se compara a alguma celebridade ou influenciador que se enquadra nos padrões estéticos?

- Concordo muito
- Concordo
- Indiferente
- Discordo
- Discordo muito

13. Você acredita que as redes sociais tem muita influência na autoestima das pessoas atualmente?

- Concordo muito
- Concordo
- Indiferente
- Discordo
- Discordo muito

Link do formulário do Google Forms:

<https://forms.gle/MsDSdnQEcJn5GGLk8>

APÊNDICE B - QUESTIONÁRIO NO GOOGLE FORMS

TCC Daniela. Me ajude a descobrir a influência do marketing de empresas relacionada a estética na autoestima das pessoas! TCLE

Agradeço desde já pela participação!! ❤️

daniscotti2002@gmail.com [Alternar conta](#)

✉ Não compartilhado



* Indica uma pergunta obrigatória

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, do projeto de pesquisa **"INFLUÊNCIA DO MARKETING DE EMPRESAS RELACIONADAS A ESTÉTICA NA AUTOESTIMA DAS PESSOAS"**, de responsabilidade da pesquisadora "Daniela Scotti Camargo de Queiroz", aluno(a) do 8 período do curso de Bacharelado em Administração da Universidade FUMEC. Essa pesquisa será utilizada para fins educacionais e que os resultados poderão ser publicados. O trabalho tem por objetivo: citar objetivo geral da pesquisa. Essa pesquisa será realizada online, sua participação é voluntária e consiste em responder perguntas do questionário, a sua identidade não será divulgada e não iremos coletar dados pessoais. Para responder a pesquisa basta selecionar a opção desejada e ao final enviar o formulário. Qualquer dúvida que você tiver pode me enviar um e-mail. Após ser esclarecido das informações da pesquisa, você aceita participar desta pesquisa? Assinale a opção abaixo:

Sim

Não

1- Qual o seu gênero? *

- Feminino
- Masculino
- Outro

2- Qual a sua faixa etária? *

- Entre 18 e 29
- Entre 30 e 39
- Entre 40 e 49
- Entre 50 e 59
- Entre 60 ou mais

3- Qual a sua cor? *

- Branco
- Negro
- Pardo/Mulato
- Amarelo
- Indígena/Origem indígena
- Não quero declarar

4- Qual o seu estado Civil? *

- Solteiro(a)
- Casado(a)
- Viúvo(a)
- Divorciado(a)
- Outro(a)

5- Dentre as Redes Sociais, em quais delas *
você possui perfil?

- Facebook
- Instagram
- Tiktok
- Twitter

6- Você segue influenciadores digitais ou
celebridades nas redes sociais? *

- Sim
- Não

7- Com qual frequência você se compara a *
alguma celebridade ou influenciador
digital?

- Muito frequente
- Frequentemente
- Ocasionalmente
- Raramente
- Nunca

8- Você já viu nas redes sociais propaganda *
de procedimentos estéticos?

- Sim
- Não

9- Você já fez algum procedimento estético *
por influência das celebridades ou
influenciadores digitais?

- Sim
- Não
- Tenho vontade de fazer

10- Qual procedimento estético você já fez
ou tem vontade de fazer?

- Harmonização Facial
- Lipoaspiração
- Lipo HD
- Preenchimento Labial
- Botox
- Silicone
- Bichectomia
- Nenhum dos procedimentos acima

11- Você considera que sua autoestima *
diminui quando se compara a alguma
celebridade ou influenciador que se
enquadra nos padrões estéticos?

- Concordo muito
- Concordo
- Indiferente
- Discordo
- Discordo muito

12- Você acredita que as redes sociais tem *
muita influência na autoestima das
pessoas atualmente?

- Concordo muito
- Concordo
- Indiferente
- Discordo
- Discordo muito